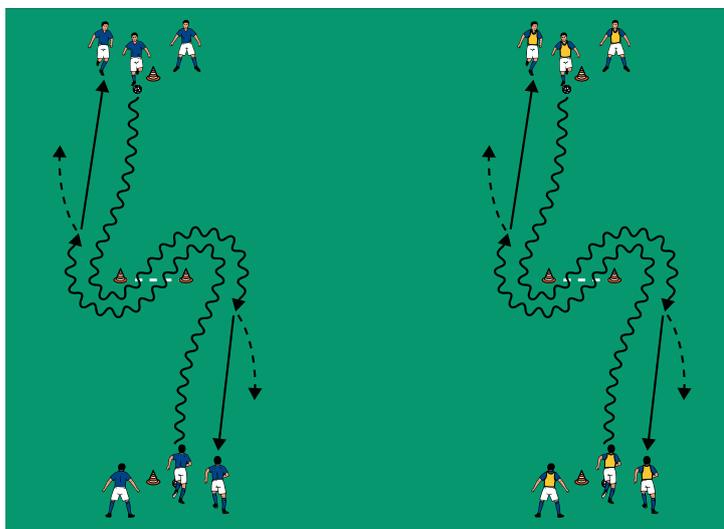


THEMA: EINFACH NUR FUSSBALL SPIELEN



AUFWÄRMEN 1:

DRIBBEL-PASS-WETTBEWERB

ORGANISATION

- ▶ 1 Hütchentor zwischen 2 Starthütchen markieren (2-mal errichten)
- ▶ 2 Teams bilden und jeweils an 2 gegenüberliegenden Starthütchen postieren
- ▶ Die jeweils ersten Spieler haben 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Die ersten Spieler starten ins Feld und dribbeln im Slalom um das Hütchentor.
- ▶ Anschließend passen sie zum jeweils nächsten Spieler am gegenüberliegenden Starthütchen und laufen dem Zuspiel nach.
- ▶ Die Passempfänger dribbeln ins Feld usw.
- ▶ Welches Team schafft zuerst 20 Pässe?

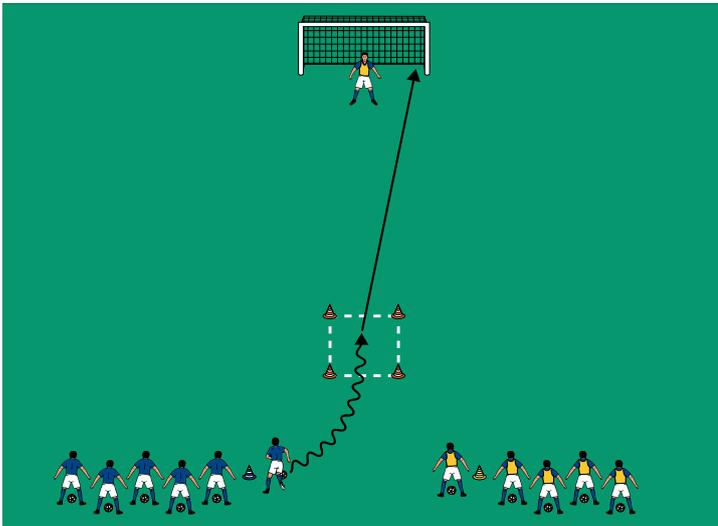
VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links dribbeln und passen.
- ▶ Die Hütchen jeweils vollständig umdribbeln.
- ▶ Nach dem Zuspiel zum eigenen Starthütchen zurücklaufen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der jeweils nächste Spieler startet erst mit der An- und Mitnahme ins Feld.
- ▶ Die Übung schult die Orientierung, da die Spieler einander ausweichen müssen.
- ▶ Beim Dribbling auf eine enge Ballführung achten.
- ▶ Präzise Zuspiele einfordern.

THEMA: EINFACH NUR FUSSBALL SPIELEN



AUFWÄRMEN 2:

DRIBBEL-TORSCHUSS- WETTBEWERB I

ORGANISATION

- ▶ 1 Tor errichten
- ▶ Davor 1 Schusszone und 2 Starthütchen gemäß Abbildung markieren
- ▶ 2 Teams bilden, wovon ein Team 1 Torhüter stellt
- ▶ Die Teams mit Bällen jeweils an 1 Starthütchen postieren

ABLAUF

- ▶ Der erste Spieler des Teams, das nicht den Torhüter stellt, dribbelt in die Schusszone und schießt auf das Tor mit Torhüter ab.
- ▶ Trifft der Spieler, bleibt der Torhüter im Tor und der jeweils nächste Angreifer startet ins Feld.
- ▶ Verschießt der Spieler, übernimmt er die Position des Torhüters und der erste Spieler des anderen Teams greift an.
- ▶ Welches Team erzielt zuerst 10 Treffer?

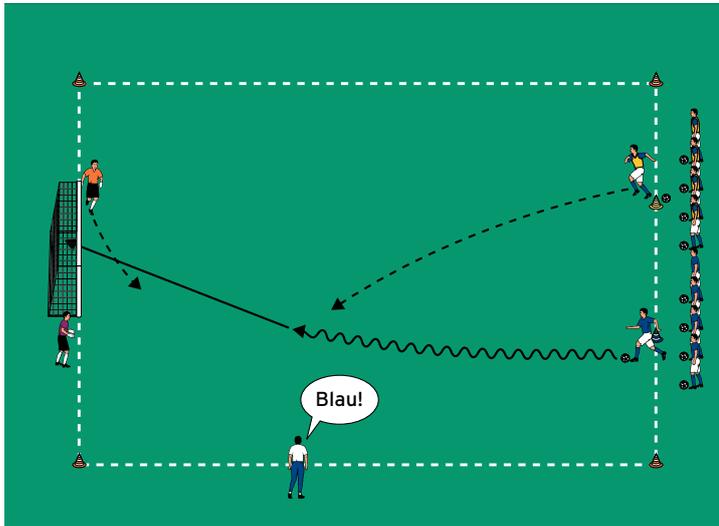
VARIATIONEN

- ▶ Nach einer Finte seitlich aus der Schusszone dribbeln und auf das Tor mit Torhüter abschließen.
- ▶ Der Angreifer läuft in die Schusszone und erhält ein hohes Zuspiel vom Mitspieler.
- ▶ Den Ball zuvor in die Schusszone passen, nicht dribbeln.
- ▶ Der Angreifer erhält zuvor einen Flugball vom Torhüter.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der jeweils nächste Spieler startet, sobald der Vormann auf das Tor abgeschlossen hat.
- ▶ Gültige Treffer sind nur innerhalb der Schusszone möglich.
- ▶ Erzielen die Spieler zu wenige Treffer, die Distanz der Schusszone zum Tor verringern.

THEMA: EINFACH NUR FUSSBALL SPIELEN



HAUPTTEIL 1:

DRIBBEL-TORSCHUSS- WETTBEWERB II

ORGANISATION

- ▶ Ein 30 x 20 Meter großes Feld mit 1 Tor errichten
- ▶ Auf der gegenüberliegenden Grundlinie 2 Starthütchen aufstellen
- ▶ 2 Teams bilden und jeweils 1 Torhüter benennen
- ▶ Die Torhüter neben dem Tor postieren
- ▶ Die Teams mit Bällen jeweils an 1 Starthütchen verteilen

ABLAUF

- ▶ 1 gegen 1 auf das Tor mit Torhüter.
- ▶ Auf ein Trainerkommando dribbelt der erste Spieler der genannten Mannschaft ins Feld.
- ▶ Der erste Spieler des anderen Teams wird zum Verteidiger.
- ▶ Erobert der Verteidiger den Ball, so kontert er über die gegenüberliegende Grundlinie.
- ▶ Welches Team erzielt zuerst 8 Treffer?

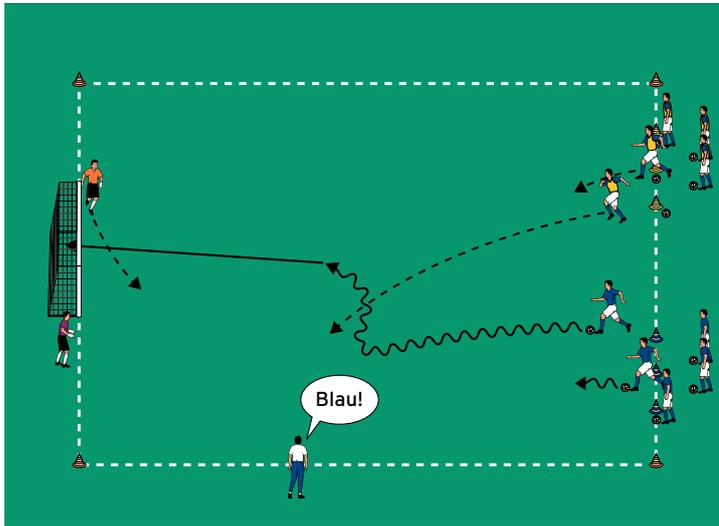
VARIATIONEN

- ▶ Die Torhüter haben Bälle und spielen einen Flugball auf den genannten Angreifer.
- ▶ Der Angreifer spielt zunächst einen Doppelpass mit dem Verteidiger.
- ▶ Das Trainerkommando mit einem Handzeichen geben.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Torhüter besetzen das Tor, wenn das jeweils gegnerische Team angreift.
- ▶ Der Angriff endet, wenn ein Treffer erzielt, die Grundlinie überdribbelt oder der Ball ins Aus gespielt wurde.
- ▶ Beide Teams gleichmäßig aufrufen.

THEMA: EINFACH NUR FUSSBALL SPIELEN



HAUPTTEIL 2:

TEAM-TORSCHUSS- WETTBEWERB

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ 4 Starthütchen hinzufügen
- ▶ Die Teams mit Bällen an jeweils 3 nebeneinanderliegenden Starthütchen postieren

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando starten die jeweils ersten Spieler des inneren Starthütchens zum 1 gegen 1 auf das Tor mit Torhüter.
- ▶ Nach dem Angriff erfolgt ein weiteres Trainerkommando und die Spieler des mittleren Starthütchens spielen mit den Spielern im Feld ein 2 gegen 2 auf das Tor mit Torhüter.
- ▶ Abschließend ruft der Trainer erneut ein Team auf und die Spieler vom äußeren Hütchen starten zum 3 gegen 3 ins Feld.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, so kontern sie auf die gegenüberliegende Grundlinie.
- ▶ Welches Team erzielt zuerst 8 Treffer?

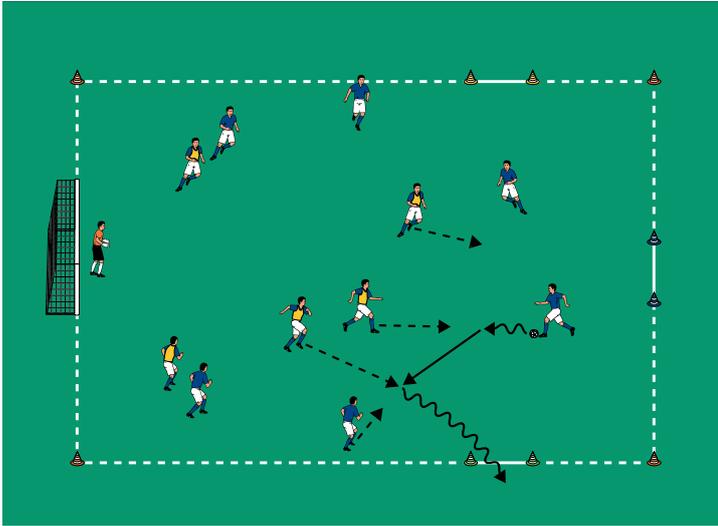
VARIATIONEN

- ▶ Das Trainerkommando mit einem Handzeichen geben.
- ▶ Die Mannschaft des letzten Treffers startet den nächsten Angriff.
- ▶ Als Trainer dem Angreifer zuspielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Nach jedem Durchgang am jeweils nächsten Starthütchen anstellen.
- ▶ Zielstrebig zum Torabschluss kommen.
- ▶ Aktiv verteidigen!

THEMA: EINFACH NUR FUSSBALL SPIELEN



SCHLUSSTEIL:

DRIBBEL-TOR-SPIEL

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Die Starthütchen entfernen
- ▶ 3 Hütchentore gemäß Abbildung errichten

ABLAUF

- ▶ 6 gegen 5 auf das Tor mit Torhüter bzw. die Hütchentore.
- ▶ Ein Team benennt einen Torhüter, verteidigt das Tor und greift auf die Hütchentore an.
- ▶ Das andere Team verteidigt die Hütchentore und greift auf das Tor mit Torhüter an.
- ▶ Spielzeit jeweils 5 Minuten.

VARIATIONEN

- ▶ Die Hütchentore nur durchdribbeln.
- ▶ Nach einem Treffer auf das Hütchentor, bleibt das erfolgreiche Team in Ballbesitz und darf auf die verbleibenden Hütchentore angreifen.
- ▶ 4 Mannschaften bilden: 2 Teams spielen auf die Tore der Grundlinien gegeneinander, die übrigen Teams auf die Tore der Seitenlinien.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Den Torhüter regelmäßig wechseln.
- ▶ Nach jedem Durchgang die Seiten tauschen.
- ▶ Gegebenenfalls die Hütchentore vergrößern.