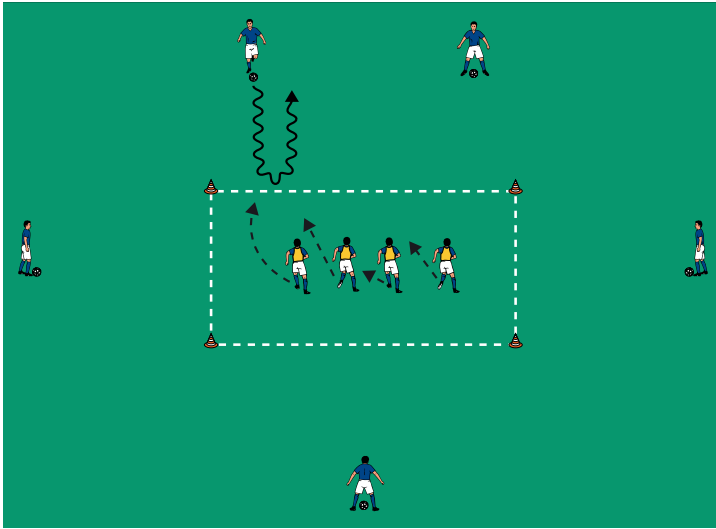


## THEMA: VERSCHIEBEN ZUM BALL



### AUFWÄRMEN 1:

#### VERSCHIEBEN I

##### ORGANISATION

- ▶ Zwei 20 x 10 Meter große Felder markieren (die Abbildung zeigt ein Feld)
- ▶ Je 4 Spieler als Viererkette in den Feldern postieren
- ▶ Etwa 15 Meter außerhalb je 5 Spieler mit Ball um die Felder verteilen

##### ABLAUF

- ▶ Die Ballbesitzer dribbeln nacheinander jeweils von außen in Richtung Feld, drehen kurz vorher ab und dribbeln zur Ausgangsposition zurück.
- ▶ Die Spieler in der Viererkette verschieben entsprechend zu der jeweiligen Ballseite.
- ▶ Positions- und Aufgabenwechsel nach einigen Durchgängen.

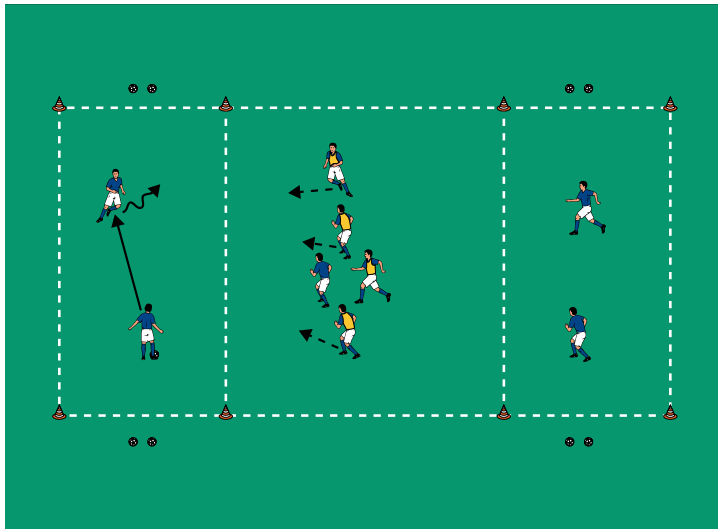
##### VARIATIONEN

- ▶ Die Positionen der äußeren Spieler durchnummerieren und diese jeweils aufrufen.
- ▶ Die Ballbesitzer versuchen, durch das Feld zur jeweils anderen Seite durchzubrechen. Gelingt dies, so erhalten die Außenspieler 1 Punkt. Jede Balleroberung der Verteidiger im Feld ergibt 1 Punkt für die Verteidiger.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf ein schnelles Verschieben der Viererkette achten.
- ▶ Immer auf eine gegenseitige Absicherung durch leichte Staffelung nach hinten Wert legen ("Abwehrdreiecke bilden!").
- ▶ Die Abstände der Spieler in der Viererkette möglichst klein halten.

## THEMA: VERSCHIEBEN ZUM BALL



### AUFWÄRMEN 2:

## VERSCHIEBEN II

### ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau weiter verwenden
- ▶ Angrenzend an die Felder 2 Endzonen errichten
- ▶ Je 2 Spieler in den Endzonen postieren
- ▶ In der mittleren Zone 1 weiteren Spieler sowie 4 Verteidiger als Viererkette aufstellen

### ABLAUF

- ▶ Die Spieler in den Endzonen versuchen, aus dem Zusammenspiel durch eine der Schnittstellen im Zentrum zur gegenüberliegenden Seite zu passen.
- ▶ Dabei können sie den Mitspieler in der mittleren Zone jederzeit einbeziehen.
- ▶ Positions- und Aufgabenwechsel nach einigen Durchgängen.

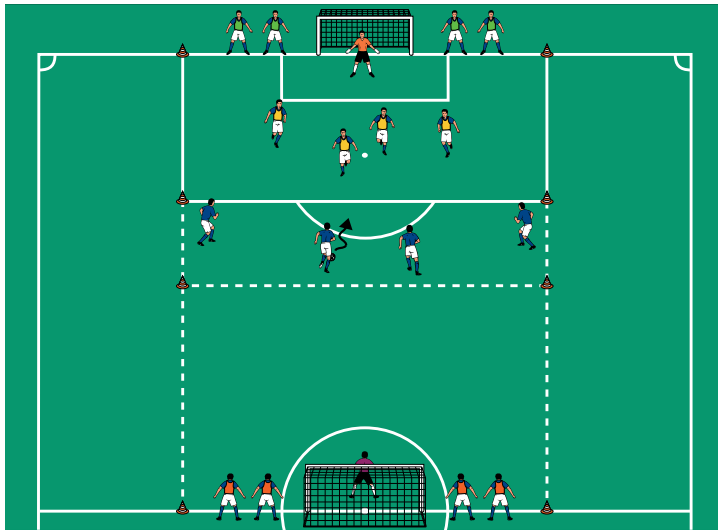
### VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler in den Endzonen dürfen mit maximal 3 Kontakten agieren.
- ▶ Der Wandspieler im Zentrum darf nur im Direktspiel agieren.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Ausreichend Ersatzbälle bereithalten.
- ▶ Auf ein schnelles Übergeben/Übernehmen des Wandspielers beim Verschieben achten.
- ▶ Pässe durch die Schnittstellen vermeiden, indem die Abstände in der Viererkette klein gehalten und die Passwege somit schnell geschlossen werden können.

## THEMA: VERSCHIEBEN ZUM BALL



### HAUPTTEIL 1:

#### 4 GEGEN 4 IM WECHSEL

##### ORGANISATION

- ▶ Auf Strafraumbreite ein Feld mit Toren mit Torhütern errichten
- ▶ Die Mittellinie markieren
- ▶ 4 Mannschaften bilden
- ▶ Die Spieler gemäß Abbildung aufstellen

##### ABLAUF

- ▶ Blau versucht, von der Mittellinie im Kombinationsspiel gegen Gelb auf das Tor mit Torhüter abzuschließen.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, verlässt Blau das Spielfeld und Gelb startet einen Angriff auf das gegenüberliegende Tor.
- ▶ Orange startet nach dem Überqueren der Mittellinie durch Gelb als Verteidiger ins Feld und versucht ebenfalls, den Ball zu erobern und einen eigenen Angriff auf Grün zu starten.
- ▶ Gelingt einem Team ein Treffer, so bleibt es in Ballbesitz und darf erneut angreifen.

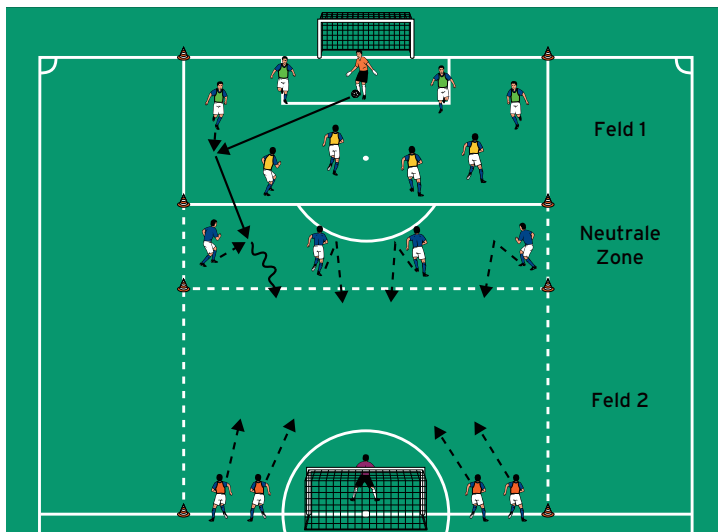
##### VARIATIONEN

- ▶ Die Ballbesitzer müssen jeweils innerhalb von 15 Sekunden abgeschlossen haben.
- ▶ Die Ballbesitzer dürfen mit maximal 3 Kontakten agieren.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Mit Abseits spielen!
- ▶ Auf eine gegenseitige Absicherung in der Viererkette achten.
- ▶ Schnelles Übergeben/Übernehmen der Gegenspieler fordern, um eine schnelle Zuordnung sicherzustellen.
- ▶ Bei Angriffen über die Flügel eine sichelförmige Anordnung einnehmen.
- ▶ Bei Angriffen durch das Zentrum Abwehrdreiecke bilden.
- ▶ Gegenseitig coachen!

## THEMA: VERSCHIEBEN ZUM BALL



### HAUPTTEIL 2:

#### 4 GEGEN 4 AUF 4 GEGEN 4

##### ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau und die Mannschaften beibehalten
- ▶ Den Bereich zwischen Mittellinie und Strafraum als neutrale Zone kennzeichnen

##### ABLAUF

- ▶ Das Spiel startet mit einem Abwurf/Zuspiel des Torhüters in Feld 1 auf Grün, das versucht, aus dem Zusammenspiel einen Pass durch die Schnittstellen der Verteidiger zu Blau in die neutrale Zone zu spielen.
- ▶ Erobert Gelb den Ball, kontert es auf das Tor.
- ▶ Gelingt das Zuspiel zu Blau, greift es sofort gegen Rot auf das gegenüberliegende Tor mit Torhüter an.
- ▶ Die Teams rücken immer eine Position weiter.

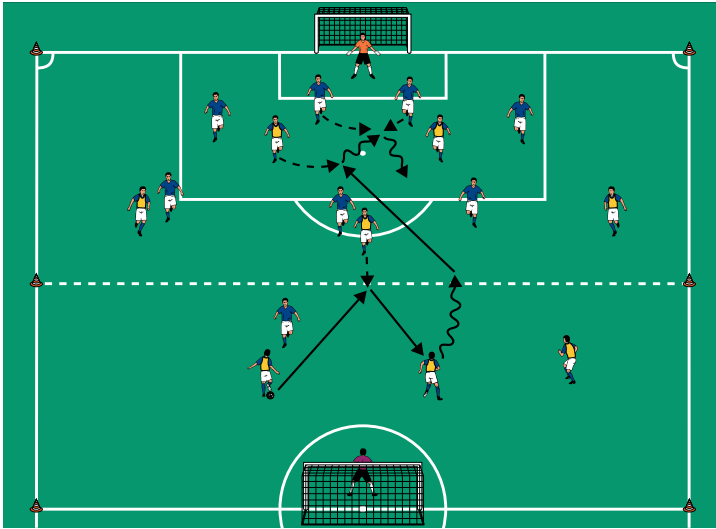
##### VARIATIONEN

- ▶ Die Angreifer müssen in die neutrale Zone hineindribbeln und den Ball dort an das jeweils nächste Team übergeben.
- ▶ Die Ballbesitzer dürfen nur mit maximal 3 Kontakten spielen.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Beim Spielaufbau schnelle Spielverlagerungen fordern, um die Viererkette auseinander zu ziehen und den Pass noch besser durch die Schnittstellen spielen zu können.
- ▶ Die Verteidiger müssen bei einer schnellen Spielverlagerung des Gegners ihrerseits schnell ballorientiert verschieben und darauf achten, dass die Abstände in der Viererkette nicht zu groß werden.
- ▶ Situationen zum Doppeln erkennen und konsequent nutzen. Als Trainer gegebenenfalls die Situation 'einfrieren' und die Spieler auf eine solche Möglichkeit aufmerksam machen.
- ▶ Schnelle Positions- und Aufgabenwechsel fordern, um einen flüssigen Ablauf zu garantieren.

## THEMA: VERSCHIEBEN ZUM BALL



### SCHLUSSTEIL:

### SPIEL IN GRUNDFORMATIONEN

#### ORGANISATION

- ▶ Auf einer Feldhälfte ein Spielfeld mit Toren errichten
- ▶ Die Mittellinie markieren
- ▶ 2 Mannschaften einteilen
- ▶ Jedes Team stellt 1 Torhüter
- ▶ Blau im 4-3-1- sowie Gelb im 3-4-1-System aufstellen

#### ABLAUF

- ▶ Das Spiel startet mit einem Abwurf/Zuspiel des 8 gegen 8 auf die Tore mit Torhütern.
- ▶ Spielzeit: 2 x 10 Minuten.
- ▶ Welches Team erzielt die meisten Treffer?

#### VARIATIONEN

- ▶ Ein freies Spiel ohne taktische Vorgaben durchführen.
- ▶ Neutrale Spieler bestimmen, die die Ballbesitzer unterstützen.

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf kurze Abstände der Spieler in der Viererkette achten, um Pässe durch die Schnittstellen bestmöglich verhindern zu können.
- ▶ Als Mannschaft geschlossen zur Ballseite verschieben.
- ▶ Dabei sowohl in der Tiefe als auch in der Breite kompakt zusammenrücken, um durch kurze Laufwege den Spielaufbau des Gegners zu unterbinden.