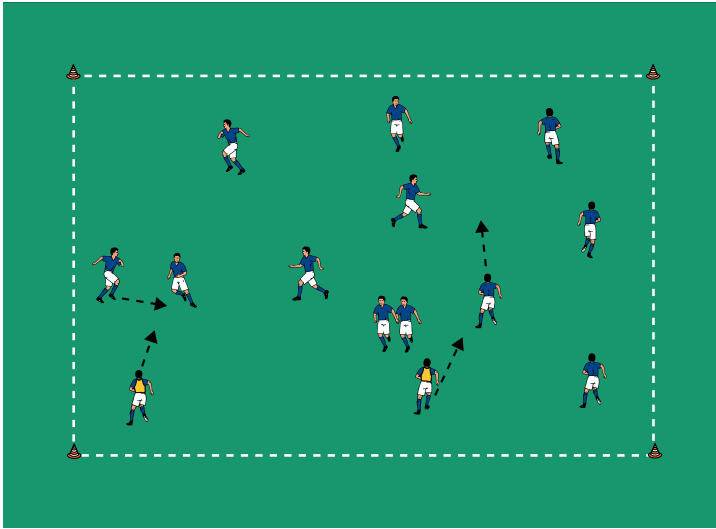


THEMA: PRESSINGSITUATIONEN ERKENNEN UND ZIELSTREBIG NUTZEN



AUFWÄRMEN 1:

FANGSPIEL MIT 2 FÄNGERN

ORGANISATION

- ▶ Ein Feld markieren.
- ▶ 2 Fänger bestimmen.
- ▶ Die Spieler im Feld verteilen.

ABLAUF

- ▶ Die Fänger versuchen, ihre Mitspieler zu fangen.
- ▶ Die Läufer können ein Abschlagen durch die Fänger jedoch verhindern, indem sich jeweils 2 Spieler an den Händen fassen.
- ▶ Abgeschlagene Spieler scheiden aus.
- ▶ Welcher Läufer bleibt zuletzt übrig?

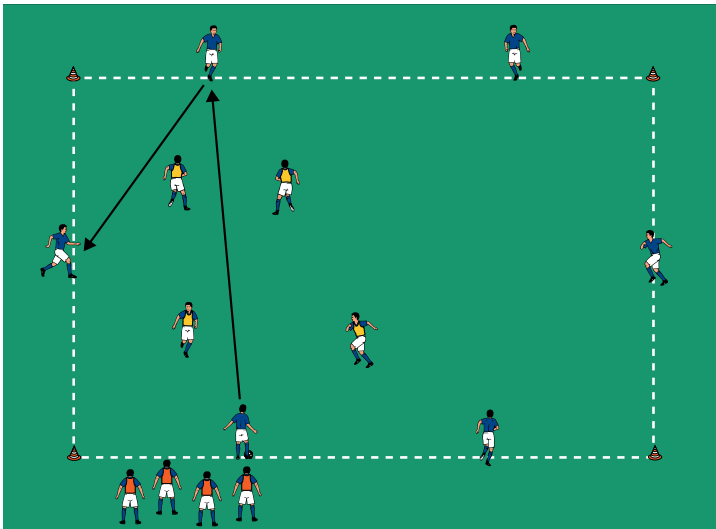
VARIATIONEN

- ▶ 3 Fänger bestimmen.
- ▶ Die Läufer müssen sich an beiden Händen fassen, wenn sie ein Abschlagen verhindern wollen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler müssen ihre Verbindung immer wieder lösen und neue Paare bilden.
- ▶ Die Fänger dürfen bei Spielerpaaren nicht „Wache halten“, bis diese ihre Verbindung wieder lösen.
- ▶ Wer aus dem Feld läuft, gilt auch als „abgeschlagen“.

THEMA: PRESSINGSITUATIONEN ERKENNEN UND ZIELSTREBIG NUTZEN



AUFWÄRMEN 2:

ANLAUFEN IM 4 GEGEN 6

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau weiter verwenden.
- ▶ 4 Spieler im Feld sowie 6 an den Linien des Feldes postieren.
- ▶ Alle übrigen Spieler pausieren außerhalb.
- ▶ Die Spieler an den Linien haben 1 Ball.

ABLAUF

- ▶ Die Außenspieler versuchen, sich im 6 gegen 4 zuzuspielen.
- ▶ Die Innenspieler versuchen, die Ballbesitzer anzulaufen und den Ball zu erobern.

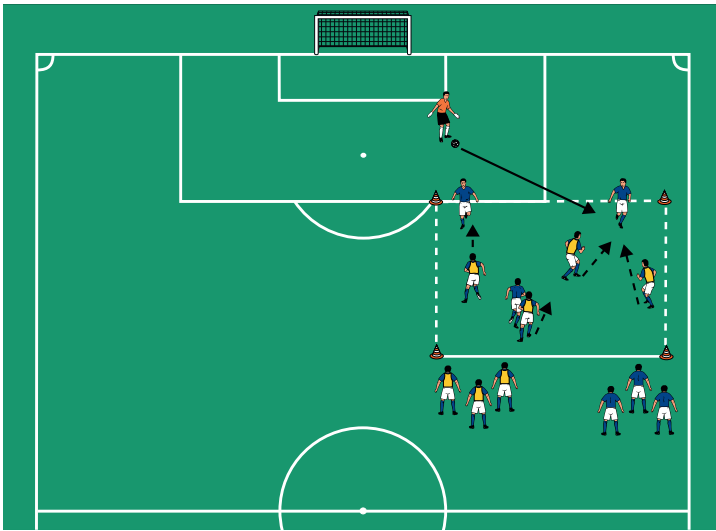
VARIATIONEN

- ▶ Die Außenspieler müssen mit mindestens 3 Kontakten spielen, ehe sie weiterspielen dürfen.
- ▶ 1 Spieler der Ballbesitzer als zentralen Mitspieler im Feld postieren und im 5 plus 1 gegen 4 spielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler sollten bereits gut erwärmt sein.
- ▶ Die 4 zentralen Spieler müssen die Außenspieler mit maximalem Tempo anlaufen.
- ▶ Den Ballbesitzer möglichst doppeln und die Passwege zu dessen ballnahen Mitspielern schließen.
- ▶ Die Feldgröße dem Leistungsstand der Spieler anpassen: Die Innenspieler müssen jeweils eine realistische Chance haben, den Ball zu erobern.

THEMA: PRESSINGSITUATIONEN ERKENNEN UND ZIELSTREBIG NUTZEN



HAUPTTEIL 1:

ANLAUFEN DES AUSSEN- VERTEIDIGERS

ORGANISATION

- ▶ Seitlich vor einem Tor mit Torhüter ein 20 x 25 Meter großes Feld markieren.
- ▶ Angreifer und Verteidiger bestimmen.
- ▶ 3 Angreifer und 4 Verteidiger im Feld postieren.
- ▶ Alle übrigen Spieler pausieren außerhalb.

ABLAUF

- ▶ Der Torhüter passt zum äußeren Mitspieler (Außenverteidiger) im Feld und startet so die Aktion.
- ▶ In diesem Moment starten die Verteidiger und laufen die Angreifer an.
- ▶ Die Ballbesitzer versuchen, die gegenüberliegende Grundlinie des Feldes zu überdribbeln.
- ▶ Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so kontern sie auf das Tor mit Torhüter.

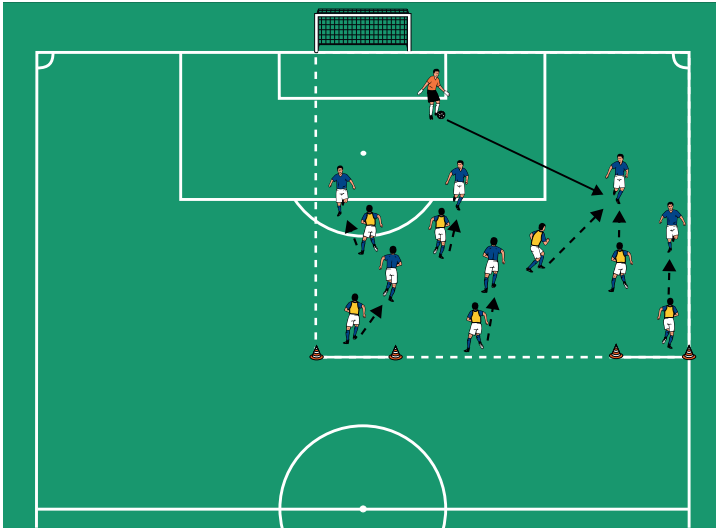
VARIATIONEN

- ▶ Der Torhüter passt auf den Innenverteidiger ins Feld.
- ▶ Den Ablauf über die jeweils andere Seite durchführen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Den Außenspieler doppeln.
- ▶ Die Verteidiger sollen die Ballbesitzer mit maximalem Tempo anlaufen.
- ▶ Auf eine lautstarke Kommunikation achten: Die Spieler sollen abgestimmt und gemeinsam agieren.
- ▶ Die Ballbesitzer dürfen nicht mehr zurück zum Torhüter spielen.

THEMA: PRESSINGSITUATIONEN ERKENNEN UND ZIELSTREBIG NUTZEN



HAUPTTEIL 2:

AUSSENVERTEIDIGER-PRESSING I

ORGANISATION

- ▶ Auf einer Seite vor einem Tor ein 40 x 40 Meter großes Spielfeld markieren.
- ▶ Auf der gegenüberliegenden Grundlinie des Feldes 2 Hütchentore abstecken.
- ▶ 2 Teams einteilen.
- ▶ Die Angreifer stellen einen Torwart.

ABLAUF

- ▶ Der Torhüter spielt den eigenen Außenverteidiger an und startet so die Aktion.
- ▶ Anschließend freies Spiel.
- ▶ Die Angreifer versuchen, eines der Hütchentore auf der gegenüberliegenden Grundlinie zu überdribbeln.
- ▶ Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so kontern sie auf das Tor mit Torhüter.

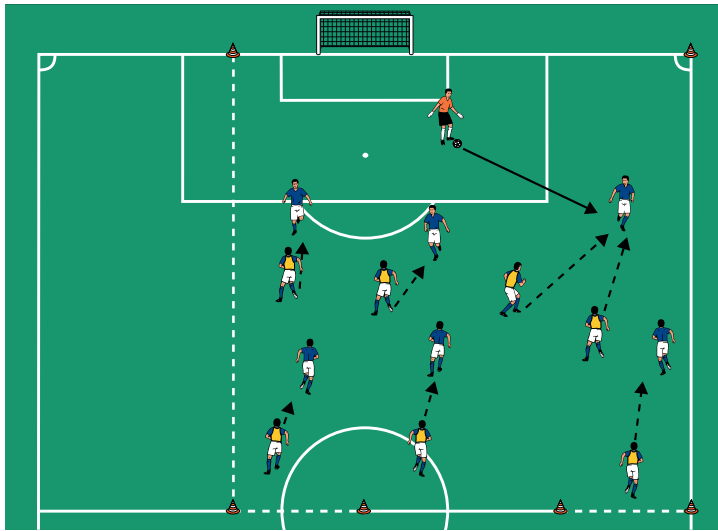
VARIATIONEN

- ▶ Die Ballbesitzer dürfen zum Torhüter zurückspielen.
- ▶ Der Torhüter startet die Aktion mit einem Anspiel auf den Innenverteidiger.
- ▶ Den Ablauf über die jeweils andere Seite durchführen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Mit dem Anspiel des Torhüters starten die Verteidiger sofort und laufen die gegnerischen Angreifer an.
- ▶ Darauf achten, dass das Anlaufen mit höchstmöglichem Tempo erfolgt.
- ▶ Den Außenverteidiger doppeln.
- ▶ Die Ballbesitzer dürfen zunächst nicht mehr zurück zum Torhüter spielen.

THEMA: PRESSINGSITUATIONEN ERKENNEN UND ZIELSTREBIG NUTZEN



SCHLUSSTEIL:

AUSSENVERTEIDIGER-PRESSING II

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau und die Mannschaften weiter verwenden.
- ▶ Das Spielfeld bis zur Mittellinie und in der Breite auf 50 x 45 Meter vergrößern.
- ▶ Auf der Mittellinie 2 Hütchenlinien abstecken.

ABLAUF

- ▶ Grundablauf wie zuvor.
- ▶ Jetzt versuchen die Ballbesitzer, eine der beiden Hütchenlinien auf der Mittellinie zu überdröbeln.
- ▶ Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so kontern sie auf das Tor mit Torhüter.

VARIATIONEN

- ▶ Der Torhüter startet die Aktion mit einem Zuspiel auf den Innenverteidiger.
- ▶ Den Ablauf über die jeweils andere Seite durchführen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Mit dem Zuspiel des Torhüters sollen die Verteidiger die Ballbesitzer sofort mit maximalem Tempo anlaufen.
- ▶ Den Außenverteidiger sofort doppeln und mögliche Passwege zu dessen ballnahen Mitspielern konsequent schließen.
- ▶ Gegebenenfalls zunächst nur Flachpässe der Angreifer erlauben.