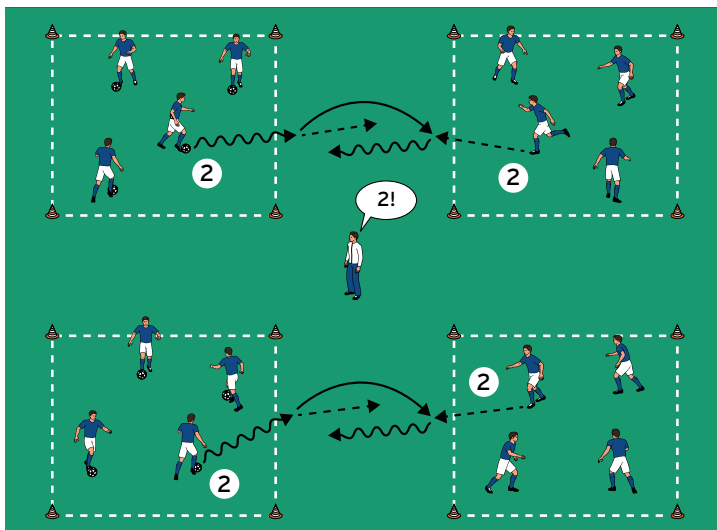


## THEMA: TORCHANCEN ÜBER DEN FLÜGEL HERAUSSPIELEN



### AUFWÄRMEN 1:

#### FELDERWECHSEL

##### ORGANISATION

- ▶ 4 Felder errichten.
- ▶ Die Spieler in 4 gleich große Gruppen einteilen, durchnummerieren und den Feldern zuweisen.
- ▶ 2 Gruppen mit Ball, die anderen beiden ohne.

##### ABLAUF

- ▶ Die Spieler bewegen sich frei mit bzw. ohne Ball in den Feldern.
- ▶ Der Trainer ruft laut eine Zahl. Die aufgerufenen Spieler spielen daraufhin einen Flugball zum Partner im gegenüberliegenden Feld.
- ▶ Anschließend wechseln die Spieler die Seiten.

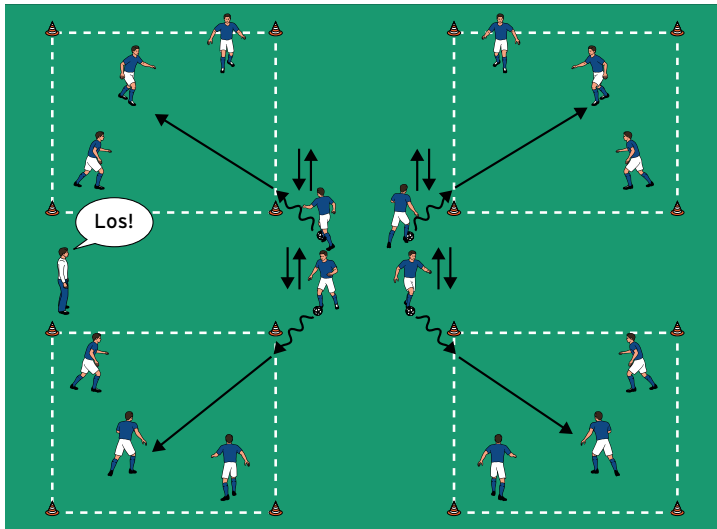
##### VARIATIONEN

- ▶ Laufaufgaben bzw. Finten vorgeben, die die Spieler auf dem Weg ins andere Feld erfüllen müssen.
- ▶ Gleicher Ablauf als Wettspiel: Welches Spielerpaar erfüllt die Aufgabe als erstes?

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler sollen aus der Bewegung einen sicheren, kontrollierten Flugball zum Partner spielen und dabei möglichst wenig Kraft aufwenden.
- ▶ Bei leistungsschwächeren Spielern einen Anspieler zwischen den Feldern postieren, der das Anspiel des aufgerufenen Spielers zum Flugball prallen lässt. Durch den entgegenkommenden Ball wird der Flugball erleichtert.

## THEMA: TORCHANCEN ÜBER DEN FLÜGEL HERAUSSPIELEN



### AUFWÄRMEN 2:

## JONGLIEREN UND PASSEN

### ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten.
- ▶ Von jedem Team einen Spieler mit Ball zwischen den Feldern postieren.

### ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando nehmen die Spieler in der Mitte den Ball hoch, jonglieren 10-mal, dribbeln zurück ins Feld und passen zu einem Mitspieler.
- ▶ Welches Team absolviert zuerst 5 Zuspiele?
- ▶ Anschließend rücken die nächsten Spieler in die Mitte.
- ▶ Welches Team gewinnt zuerst 5 Durchgänge?

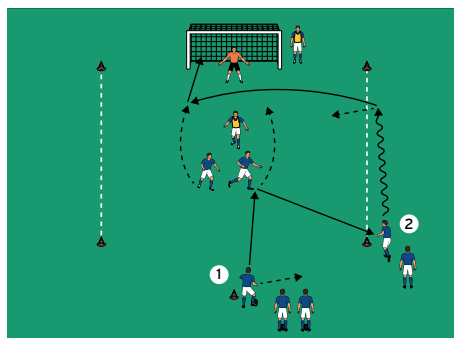
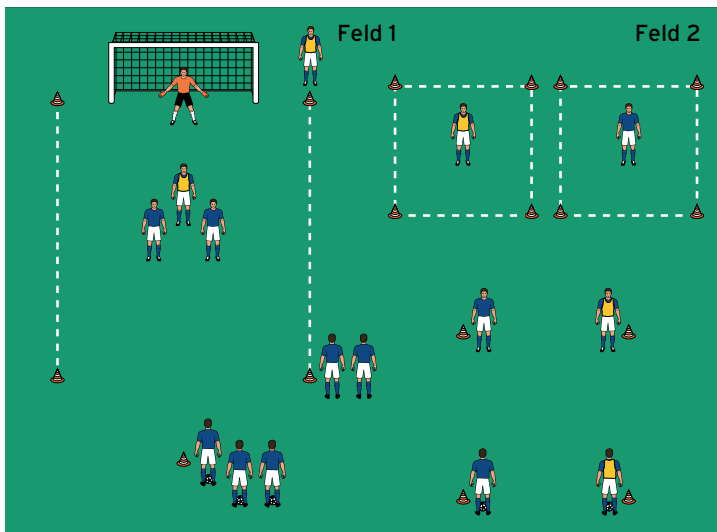
### VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts oder links jonglieren.
- ▶ Abwechselnd mit links und rechts jonglieren.
- ▶ Den Ball 20-mal zwischen den Füßen hin- und herpendeln.
- ▶ Die Zuspiele im Feld dürfen nur mit 2 Pflichtkontakten erfolgen.

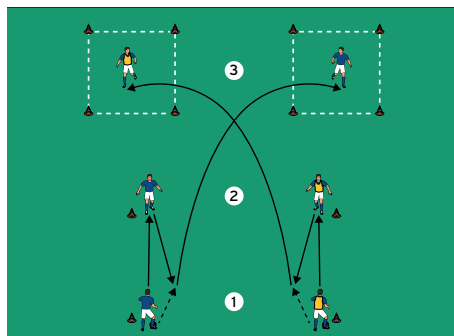
### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Eine Technikaufgabe wählen, die von allen Spielern bewältigt werden kann und nicht zu lange dauert.
- ▶ Beim Passspiel im Feld auf einen angemessenen Abstand achten. Eventuell jedem Spieler eine Spielfeldecke zuweisen, aus der er agieren muss.

## THEMA: TORCHANCEN ÜBER DEN FLÜGEL HERAUSSPIELEN



Feld 1



Feld 2

### HAUPTTEIL 1:

## SPIEL ÜBER DEN FLÜGEL I

### ORGANISATION

- ▶ Feld 1: 1 großes Tor mit Torhüter, Starthütchen und Außenzonen errichten.
- ▶ Feld 2: 2 Hütchenquadrate und Starthütchen markieren.
- ▶ 2 Gruppen bilden und den Feldern zuweisen.

### ABLAUF FELD 1

- ▶ Die Spieler besetzen die vorgegebenen Positionen.
- ▶ 1 passt zu einem Angreifer vor dem Tor, der den Ball in den Lauf des in die Tiefe startenden Außenstürmers (2) ablegt.
- ▶ 2 nimmt das Zuspiel nach vorne mit und flankt aus der Außenzone.
- ▶ Der Angreifer, der zum Abschluss gekommen ist, holt den Ball und schließt sich hinten an. 1 rückt auf die Position von 2, 2 vor das Tor.
- ▶ Nach 2 bis 3 Aktionen den Verteidiger austauschen.

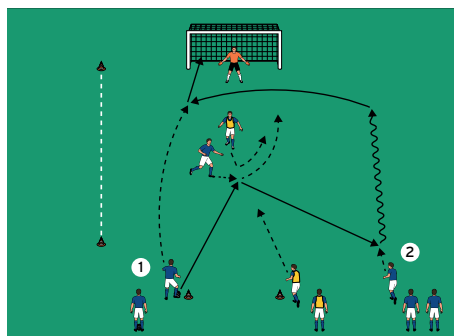
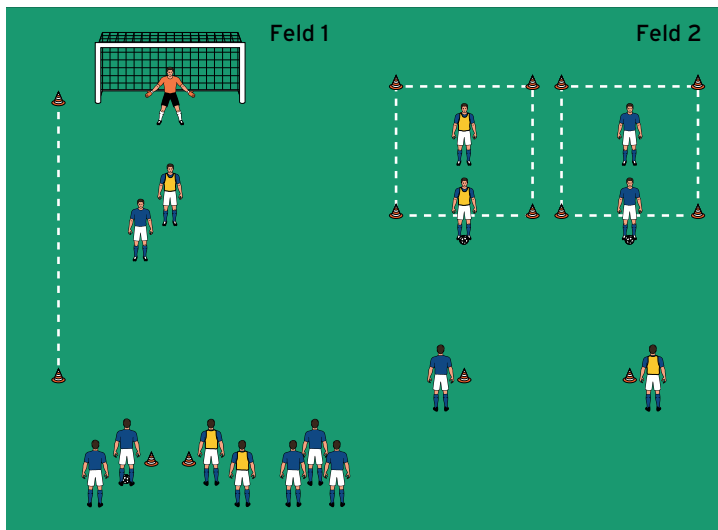
### ABLAUF FELD 2

- ▶ Die Spieler besetzen die vorgegebenen Positionen.
- ▶ 1 passt jeweils zu 2, der klatschen lässt.
- ▶ Anschließend spielt 1 einen diagonalen Flugball zu 3.
- ▶ Jedes Zuspiel ins Hütchenquadrat, das vorher nicht den Boden berührt, ergibt 1 Punkt. Welches Team erzielt die meisten Punkte?
- ▶ Nach je 5 Versuchen die Positionen tauschen.

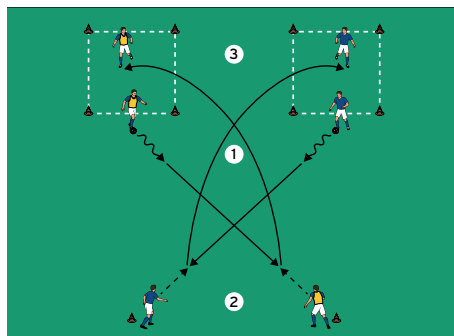
### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Überzahlsituation in Feld 1 möglichst zielstrebig über außen ausspielen. Gegebenenfalls ein Zeitlimit (5 bis 10 Sekunden) setzen.
- ▶ Bei der Hereingabe auf die Laufwege der Angreifer achten und einen Angreifer freispielen.
- ▶ Nach einigen Durchgängen den Außenstürmer auf der anderen Seite postieren.

## THEMA: TORCHANCEN ÜBER DEN FLÜGEL HERAUSSPIELEN



Feld 1



Feld 2

### HAUPTTEIL 2:

## SPIEL ÜBER DEN FLÜGEL II

### ORGANISATION

- ▶ Feld 1: 1 großes Tor mit Torhüter, Starthütchen und Außenzonen errichten.
- ▶ Feld 2: 2 Hütchenquadrate und Starthütchen markieren.
- ▶ 2 Gruppen bilden und den Feldern zuweisen.

### ABLAUF FELD 1

- ▶ Die Spieler besetzen die vorgegebenen Positionen.
- ▶ 1 passt zum Angreifer vor dem Tor, der den Ball in den Lauf des in die Tiefe startenden Außenspielers (2) ablegt.
- ▶ 1 und ein weiterer Verteidiger rücken nach.
- ▶ 2 nimmt das Zuspiel nach vorne mit und versucht, einen Angreifer aus der Außenzone freizuspielen.

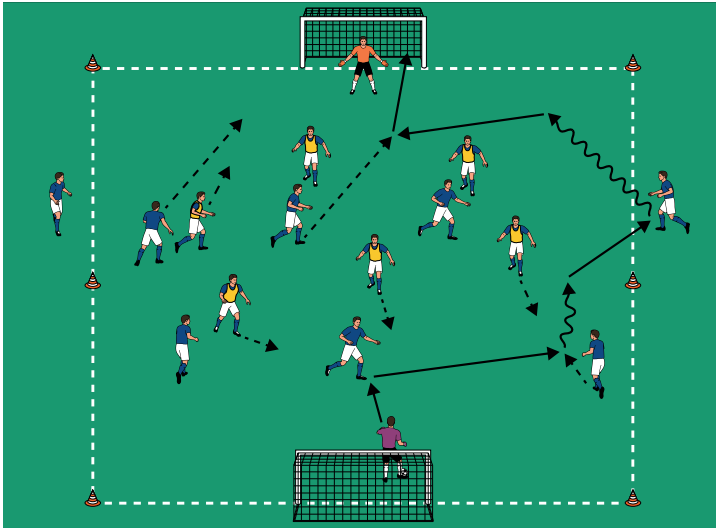
### ABLAUF FELD 2

- ▶ Auf ein Trainerkommando dribbelt 1 jeweils aus dem Feld, passt zu 2 und läuft seinem Abspiel nach.
- ▶ 2 spielt einen Flugball zu 3, der den Ball annimmt.
- ▶ Jede regelgerechte Ballannahme aus der Luft ergibt 2 Punkte. Kann 3 den Ball nur fangen, erhält die Mannschaft 1 Punkt.
- ▶ Anschließend rücken alle Spieler eine Position weiter.
- ▶ Welches Team erzielt mehr Punkte?

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Angreifer in Feld 1 zu selbständigen Lösungen der 3 gegen 2-Überzahlsituation auffordern.
- ▶ Jede Spielsituation bis zum Torabschluss ausspielen.
- ▶ Auf Abseits achten!

## THEMA: TORCHANCEN ÜBER DEN FLÜGEL HERAUSSPIELEN



### SCHLUSSTEIL:

## KREATIVE AUSSEN

### ORGANISATION

- ▶ Ein Spielfeld mit 2 Toren errichten.
- ▶ 2 gleich große Mannschaften bilden und den Toren zuweisen.
- ▶ 2 Außenspieler bestimmen.

### ABLAUF

- ▶ Spiel 6 gegen 6 plus 2 Außenspieler.
- ▶ Jede Aktion beginnt beim Torwart der Überzahlmannschaft.
- ▶ Die Außenstürmer dürfen sowohl von außen vor das Tor flanken als auch mit dem Ball ins Feld dribbeln.

### VARIATIONEN

- ▶ Treffer nach einer Vorlage des Außen zählen doppelt.
- ▶ Treffer durch den Außen zählen dreifach.
- ▶ Die Ballkontakte der Überzahlmannschaft beschränken.
- ▶ Spiel 6 gegen 6 mit neutralen Außenspielern.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Das Spiel mit schnellen Passkombinationen oder diagonalen Flugbällen verlagern und so einen Außen freispielen.
- ▶ Je nach Spielsituation können auch beide Außenstürmer ins Spiel einbezogen werden.
- ▶ Nach jeweils 4 Minuten das Angriffsrecht wechseln und neue Außen bestimmen.