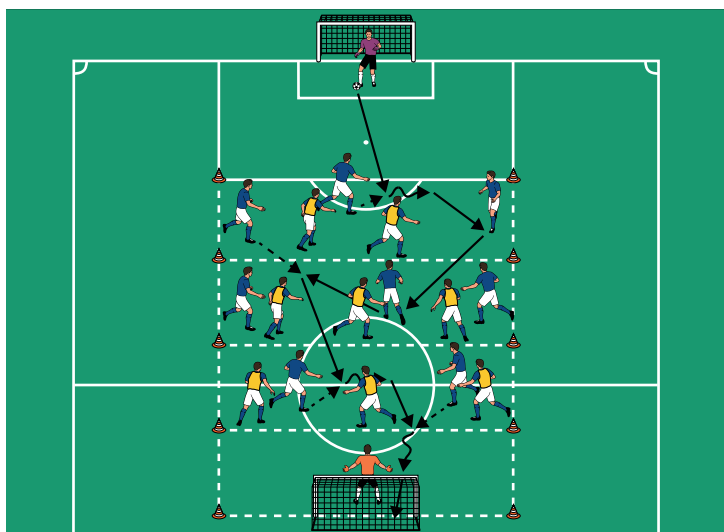


THEMA: VON MANNSCHAFTSTEIL ZU MANNSCHAFTSTEIL IN DIE TIEFE KOMBINIEREN



HAUPTTEIL 1:

5-ZONEN-SPIEL

ORGANISATION

- ▶ Ein 80 x 40 Meter großes Feld mit Toren mit Torhütern markieren.
- ▶ 5 Zonen errichten (Strafraum, Abwehrbereich, Mittelfeldzone, Angriffszone, Strafraum).
- ▶ 2 Mannschaften einteilen und jeweils in einer 3-3-2-Formation den mittleren Zonen zuweisen.

ABLAUF

- ▶ Der Torhüter wirft zu einem der Verteidiger.
- ▶ Diese versuchen, aus dem sicheren Zusammenspiel in Überzahl einen der Mittelfeldspieler anzuspielen.
- ▶ Gelingt dies, können die Abwehrspieler mit in die mittlere Zone aufrücken.
- ▶ Gemeinsam spielen sie die Angreifer an, die versuchen, möglichst schnell zum Torabschluss zu kommen.
- ▶ Erobert das andere Team den Ball, kontert es im freien Spiel auf das Tor mit Torhüter.
- ▶ Welches Team erzielt die meisten Treffer?

VARIATIONEN

- ▶ Kontaktbegrenzungen für die einzelnen Mannschaftsteile vorgeben (z. B. Abwehr frei, Mittelfeld 3 Kontakte, Stürmer 2 Kontakte usw.).
- ▶ Die Spieler dürfen ihre Zonen auch nach einem Zuspel in die nächste Zone nicht verlassen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Den Torhüter ins Aufbauspiel einbeziehen.
- ▶ Darauf achten, dass die Mittelfeldspieler und Angreifer jeweils nicht nur an der Linie auf die Zuspiele warten, sondern die Tiefe der Zonen ausnutzen und aus dem Rücken der Gegenspieler entgegenstarten.
- ▶ Die Zuspiele mit dem Rücken zum Tor gegebenenfalls auf die nachrückenden Spieler prallen lassen, so dass diese das Spiel vor sich haben.
- ▶ Nach dem Anspiel auf die Stürmer schnell und zielstrebig abschließen.
- ▶ Bei ungerader Spieleranzahl einen neutralen Mittelfeldspieler bestimmen, der immer mit den Ballbesitzern zusammenspielt.