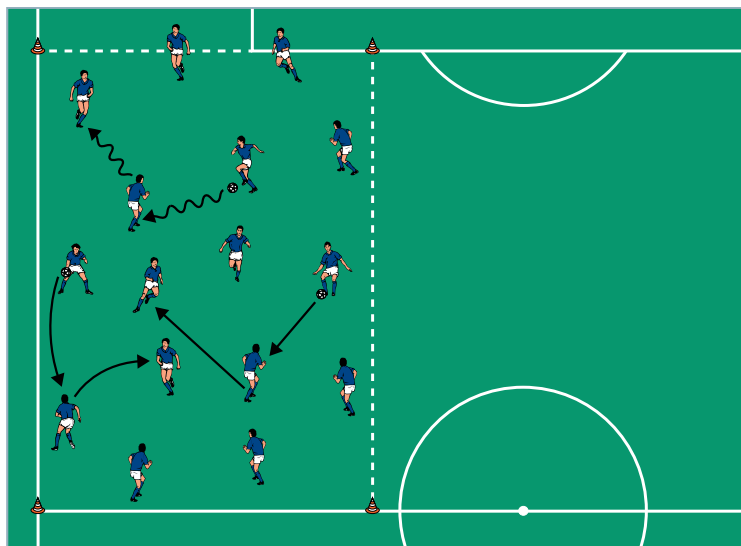


# AUFWÄRMEN 1: Dribbeln, Passen und Werfen

von Guido Streichsbier (08.09.2015)



## Organisation

- Zwischen Strafraum und Mittellinie ein Feld markieren
- 3 Spieler haben je 1 Ball

## Ablauf

- Die Spieler laufen bzw. dribbeln durch das Feld.
- 1 Ballbesitzer dribbelt durch das Feld und übergibt an einen freien Mitspieler, 1 Ballbesitzer läuft mit dem Ball in der Hand durch das Feld und wirft zum jeweils nächsten Mitspieler, und der dritte Ballbesitzer dribbelt durch das Feld und passt zum jeweils nächsten Mitspieler.

## Variationen

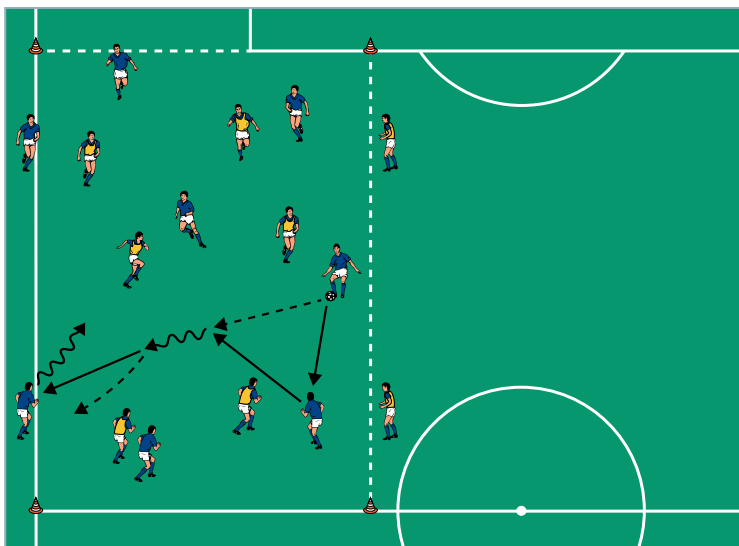
- Mit insgesamt 6 Bällen spielen.
- Gruppen bilden und farblich kennzeichnen: Jetzt müssen die Ballbesitzer immer einem Spieler einer anderen Farbe zuspelen.
- Eine Reihenfolge fest vorgeben.

## Tipps und Korrekturen

- Darauf achten, dass sich die Spieler ohne Ball jeweils aufmerksam einen neuen Mitspieler suchen und sich aktiv zum Zuspiel bzw. Zuwurf anbieten.
- Als Spieler ohne Ball stets zu den Seitenlinien orientieren, um Platz zum Entgegenkommen zu schaffen.

# AUFWÄRMEN 2: Anspieler-Passen

von Guido Streichsbier (08.09.2015)



## Organisation

- Das Feld beibehalten
- 2 Teams einteilen
- Jede Mannschaft stellt 2 Anspieler, die sich an den Seitenlinien aufstellen

## Ablauf

- 6 gegen 6 im Feld.
- Die Ballbesitzer versuchen, einen der eigenen Anspieler an den Seitenlinien anzuspielen.
- Gelingt dies, so tauscht der Passgeber mit dem Passempfänger die Positionen und Aufgaben.
- Der Passempfänger dribbelt ins Feld usw.

## Variationen

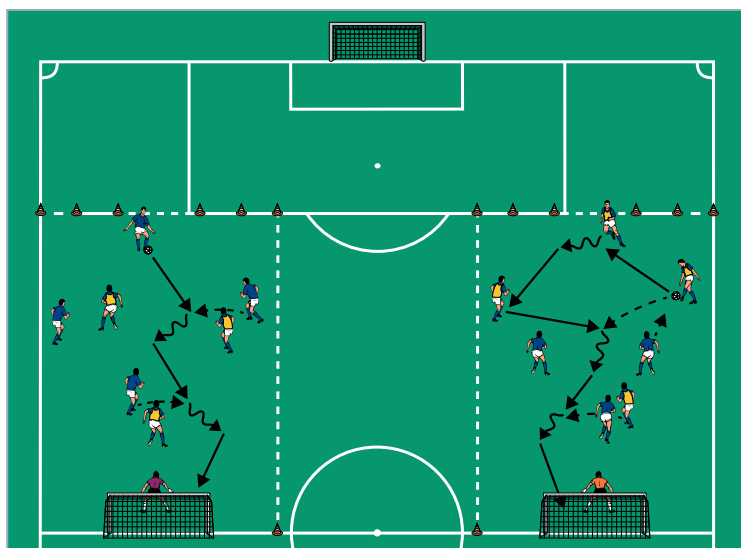
- Die Ballbesitzer müssen den Außenspielern den Ball im Dribbling übergeben.
- Die Außenspieler agieren als Wandspieler und dürfen die Zuspiele jeweils nur direkt prallen lassen.
- Die Außenspieler sind neutral und können von beiden Teams angespielt werden.

## Tipps und Korrekturen

- Als Passempfänger sowohl im Feld als auch an den Seiten den Zuspielen aktiv entgegenstarten.
- Als Anspieler in Ballerwartungshaltung auf den Fußballen agieren.
- Die Außenspieler sollen sich an der gesamten Seitenlinie zum Zuspiel anbieten.

# HAUPTTEIL 1: Angriffe in Überzahl I

von Guido Streichsbier (08.09.2015)



## Organisation

- Zwischen Strafraum und Mittellinie 2 Spielfelder mit je 1 Jugendtor sowie 2 Hütchentoren markieren
- 2 Teams bilden
- Jede Mannschaft stellt 4 Angreifer, 3 Verteidiger und 1 Torhüter
- Jeweils die Angreifer des einen sowie die 3 Verteidiger und den Torhüter des anderen Teams in einem Feld aufstellen
- Die Angreifer stellen sich jeweils rauteförmig auf

## Ablauf

- 4 gegen 3 plus Torhüter.
- Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so kontern sie auf die gegenüberliegenden Hütchentore.

## Variationen

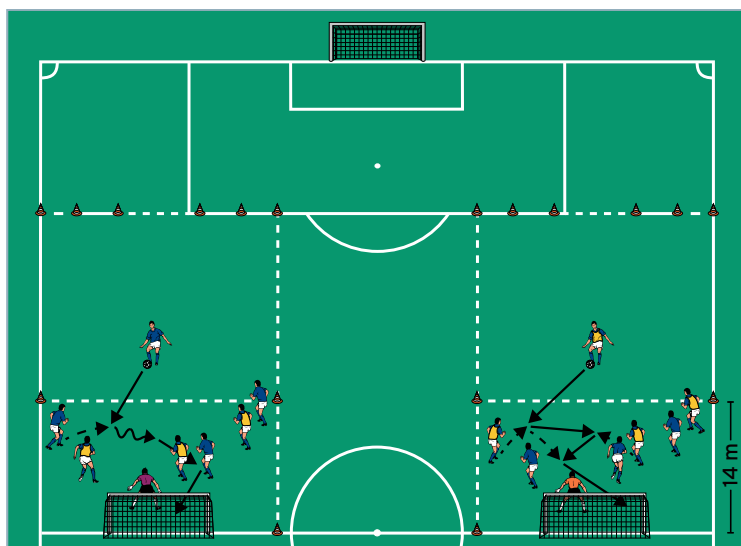
- Als Überzahl-Team mit maximal 3 Kontakten agieren.
- Im Spielaufbau darf das Überzahl-Team nur mit 2 Kontakten agieren. Nach einem Zuspiel auf den zentralen Stürmer gilt jedoch 'freies Spiel'.

## Tipps und Korrekturen

- Als Angreifer in der Grundformation rauteförmig aufstellen, um sowohl die Tiefe als auch die Breite des Feldes bestmöglich nutzen zu können.
- Mit höchstmöglichem Tempo agieren und zielstrebig abschließen.

## HAUPTTEIL 2: Angriffe in Überzahl II

von Guido Streichsbier (08.09.2015)



### Organisation

- Den Grundaufbau und die Mannschaften beibehalten
- Zusätzlich vor den Jugendtoren je eine 14 Meter tiefe Zone errichten

### Ablauf

- Grundablauf wie in Hauptteil 1.
- Jetzt startet der Aufbauspieler der Angreifer unbedrängt mit einem Pass in die Angriffszone.
- Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so versuchen sie, aus der Zone mit einem Pass in eines der gegenüberliegenden Hütchentore zu treffen.

### Variationen

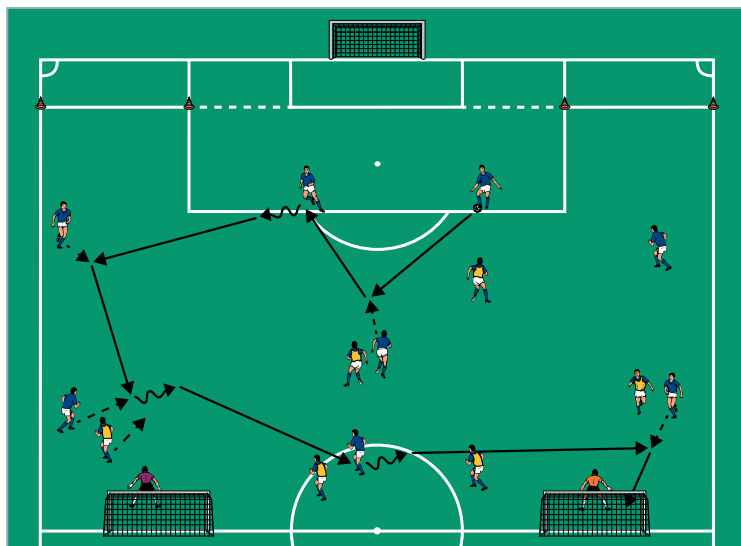
- Die Zone verkleinern oder vergrößern.
- Die Verteidiger müssen per Direktschuss auf die gegenüberliegenden Hütchentore schießen.
- Der Anspieler muss in die Zone nachrücken, ehe auf das Tor mit Torhüter abgeschlossen werden darf.

### Tipps und Korrekturen

- Als Angreifer die Rautenformation stets beibehalten.
- Die Spieler sollen dennoch versuchen, mit schnellen und kreativen Positionswechseln Räume zu schaffen.

# SCHLUSSTEIL: Angriffsspiel in Überzahl auf 2 Jugendtore

von Guido Streichsbier (08.09.2015)



## Organisation

- Zwischen Torraum- und Mittellinie ein Feld markieren
- Auf der Mittellinie 2 Jugendtore aufstellen sowie gegenüber 2 Dribbellinien errichten
- 2 Teams bilden
- 1 Mannschaft stellt 2 Torhüter und agiert als Verteidiger

## Ablauf

- 8 gegen 6 plus Torhüter auf die beiden Jugendtore.
- Die Angreifer starten jede Aktion von der eigenen Grundlinie.
- Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so versuchen sie, über eine der Konterlinien zu dribbeln.

## Variationen

- Die Angreifer dürfen mit maximal 3 Kontakten agieren.
- Zum Schluss 2 Großtore gegenüber aufstellen und frei spielen lassen.

## Tipps und Korrekturen

- Als Angreifer versuchen, mit präzisen Kombinationen zielstrebigem Abschlüssen auf eines der beiden Jugendtore zu treffen.
- Immer wieder zunächst den zentralen Angreifer im Mittelkreis anspielen, um von dort in die Tiefe kombinieren zu können.