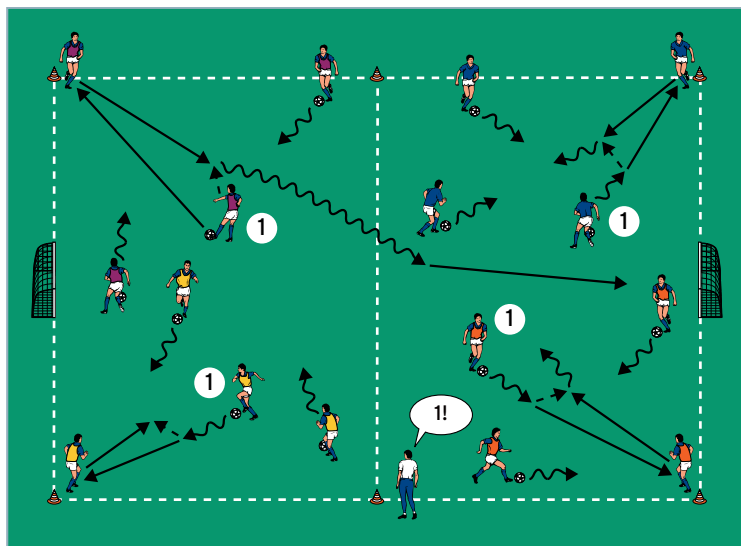


AUFWÄRMEN 1: Treffer-Duell I

von Meikel Schönweitz (05.04.2016)



Organisation

- 1 Spielfeld mit 2 Minitoren errichten
- Die Mittellinie markieren
- 4 Mannschaften bilden
- Jede Mannschaft stellt 1 Anspieler
- Alle übrigen Spieler jeweils durchnummerieren

Ablauf

- Die Spieler dribbeln frei im Feld.
- Der Trainer ruft laut eine Zahl auf und startet so die Aktion.
- Die aufgerufenen Spieler passen zu ihrem Anspieler, die die Zuspiele sofort prallen lassen.
- Anschließend versuchen sie, so schnell wie möglich auf das gegenüberliegende Minitor zu treffen.
- Der Spieler, der zuerst 1 Treffer erzielt, erhält 1 Punkt für die Mannschaftswertung.

Variationen

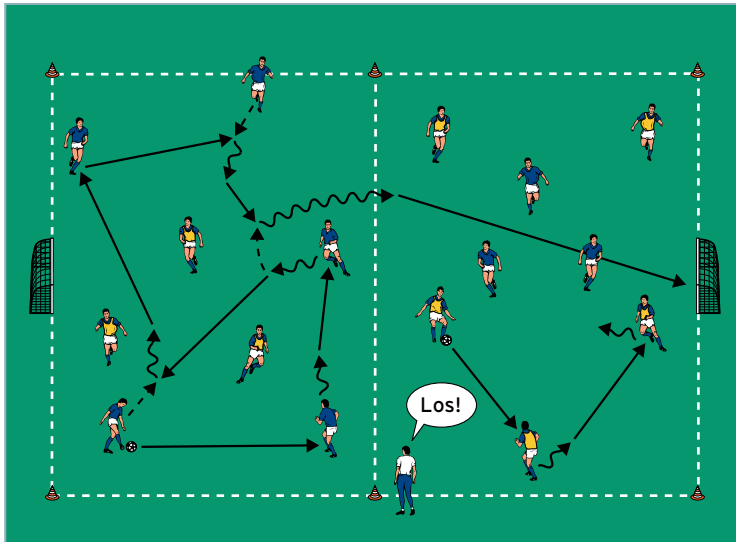
- Die Teams in den beiden Spielhälften treten jeweils gegeneinander an. Ein Turnier nach dem Modus 'jeder gegen jeden' durchführen.
- Nur 2 Mannschaften bilden und jeweils 2 Anspieler bestimmen. Die aufgerufenen Spieler müssen zunächst zu beiden Anspielern passen, ehe sie auf das Minitor abschließen dürfen.
- Treten die Spieler zum Treffer-Duell gegeneinander an, so müssen alle übrigen Spieler den Ball jonglieren.

Tipps und Korrekturen

- Die Teams in den beiden Spielhälften treten jeweils gegeneinander an. Ein Turnier nach dem Modus 'jeder gegen jeden' durchführen.
- Nur 2 Mannschaften bilden und jeweils 2 Anspieler bestimmen. Die aufgerufenen Spieler müssen zunächst zu beiden Anspielern passen, ehe sie auf das Minitor abschließen dürfen.
- Treten die Spieler zum Treffer-Duell gegeneinander an, so müssen alle übrigen Spieler den Ball jonglieren.

AUFWÄRMEN 2: Treffer-Duell II

von Meikel Schönweitz (05.04.2016)



Organisation

- Den Aufbau beibehalten
- 2 Mannschaften bilden
- Jede Mannschaft stellt 5 Angreifer und 3 Verteidiger

Ablauf

- 5 gegen 3 in beiden Spielfeldhälften.
- Auf ein Trainerkommando versuchen die Angreifer, 6 Pässe in den eigenen Reihen zu spielen.
- Der Empfänger des letzten Passes nimmt ins jeweils andere Feld mit und schließt mit einem Torschuss auf das Minitor ab.
- Die Mannschaft, die zuerst 1 Treffer erzielt, erhält 1 Punkt.

Variationen

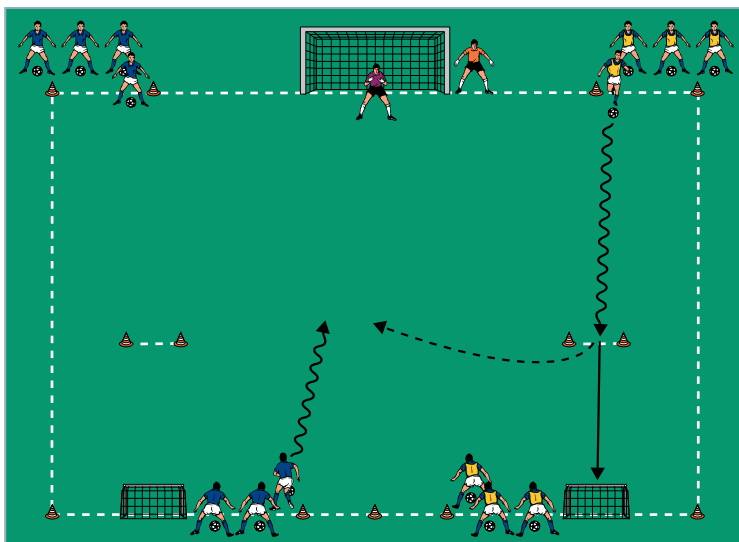
- Die Angreifer dürfen mit maximal 3 Kontakten spielen.
- Die Angreifer müssen im Direktspiel agieren.
- Die Angreifer müssen mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen, passen).

Tipps und Korrekturen

- Beim Dribbling dürfen die Spieler im gegnerischen Feld nicht behindert werden.
- Die Verteidiger nach jeweils 3 Aktionen wechseln.

HAUPTTEIL 1: Torjäger I

von Meikel Schönweitz (05.04.2016)



Organisation

- 1 Spielfeld mit 1 Tor und 2 Minitoren errichten
- Das Großtor mit Torhüter besetzen
- Vor den Minitoren jeweils 1 Hütchenlinie markieren
- 2 Mannschaften bilden
- Die Spieler besetzen die vorgegebenen Positionen
- Jeder Spieler hat 1 Ball

Ablauf

- Der erste Spieler von Gelb dribbelt ins Feld und schließt vor der Linie mit einem Torschuss auf das Minitor ab.
- Sobald der Abschluss erfolgt ist, dribbelt der erste Spieler von Blau ins Feld und schließt auf das Tor mit Torhüter ab.
- War der Schuss von Gelb erfolgreich, so kann der Spieler versuchen, den Ballbesitzer von Blau am Torschuss zu hindern bzw. diesen unter Druck zu setzen (1 gegen 1).
- Andernfalls kann der Spieler von Blau ungehindert abschließen.
- Jetzt startet der erste Spieler von Blau auf der Gegenseite usw.
- Welche Mannschaft erzielt insgesamt die meisten Treffer am Großtor?

Variationen

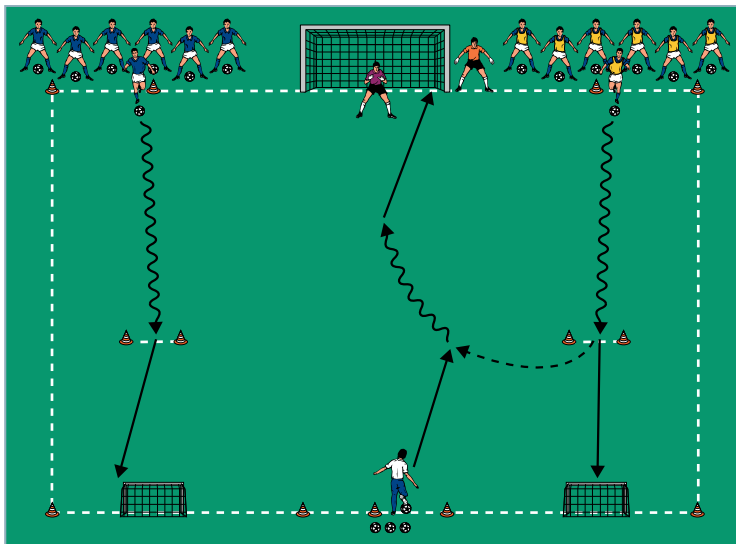
- Vor den Minitoren ohne Torschusslinie spielen: Die Spieler dürfen frei entscheiden, von wo sie auf das Tor abschließen.
- Treffer nach einem 1 gegen 1 zählen doppelt.

Tipps und Korrekturen

- Die Mannschaften starten jeweils abwechselnd.
- Darauf achten, dass die Aktion auf das große Tor erst gestartet wird, wenn der Zielstoß auf das Minitor erfolgt ist.

HAUPTTEIL 2: Torjäger II

von Meikel Schönweitz (05.04.2016)



Organisation

- Den Aufbau und die Mannschaften beibehalten
- Jetzt stellen sich alle Spieler mit Bällen neben dem Großtor auf
- Der Trainer agiert als Anspieler

Ablauf

- Auf ein Trainerkommando dribbeln die jeweils ersten Spieler zur Schusslinie und schießen von dort auf die gegenüberliegenden Minitore ab.
- Der Spieler, der zuerst einen Treffer erzielt, erhält das Angriffsrecht. Der jeweils andere agiert als Verteidiger.
- Der Anspieler passt zum Angreifer, der versucht, im 1 gegen 1 auf das Tor mit Torhüter abzuschließen.
- Welche Mannschaft erzielt die meisten Treffer beim Großtor?

Variationen

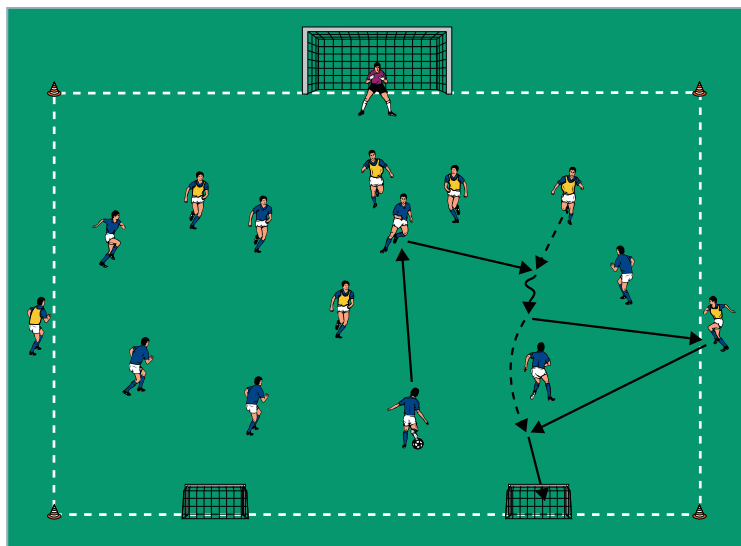
- Der Trainer startet die Aktion per Zuruf einer Finte. Die Spieler müssen die vorgegebene Finte ins Dribbling einbauen.
- Die Spieler dürfen frei wählen, von wo sie auf die Minitore abschließen.
- Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so dürfen sie ebenfalls auf das Großtor abschließen.

Tipps und Korrekturen

- Alternativ zum Trainer gegebenenfalls einen Anspieler bestimmen.
- Nach jeweils 2 Durchgängen die Reihenfolge in den Teams wechseln, damit nicht immer die gleichen Spieler gegeneinander antreten.

SCHLUSSTEIL: 8 gegen 5 plus 2

von Meikel Schönweitz (05.04.2016)



Organisation

- 1 Spielfeld mit 1 Großtor und 2 Minitoren errichten
- 2 Mannschaften bilden
- 1 Team stellt 1 Torhüter und 2 Anspieler, die sich an den Seitenlinien aufstellen
- Die jeweils andere Mannschaft agiert als Angreifer

Ablauf

- 8 gegen 5 auf das Tor mit Torhüter
- Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so kontern sie auf die beiden Minitore.
- Dabei können sie die beiden Anspieler jederzeit einbeziehen.
- Spielzeit pro Durchgang: 4 Minuten.
- Anschließend die Aufgaben tauschen.

Variationen

- Die Angreifer dürfen mit maximal 3 Kontakten agieren.
- Treffer der Verteidiger zählen doppelt.
- Die seitlichen Anspieler entfernen und zum Schluss frei spielen lassen.

Tipps und Korrekturen

- Jede Aktion wird von den Angreifern von der eigenen Grundlinie aus gestartet.
- Da die Intensität der Aktionen recht hoch ist, nach jeweils 2 Minuten eine kurze Pause einbauen.
- Die seitlichen Anspieler regelmäßig wechseln.