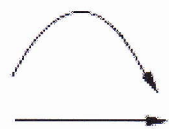


Spielformen

Zeichenerklärung



Weg eines Spielers ohne Ball



flaches Zuspiel



Ball führen, Dribbeln



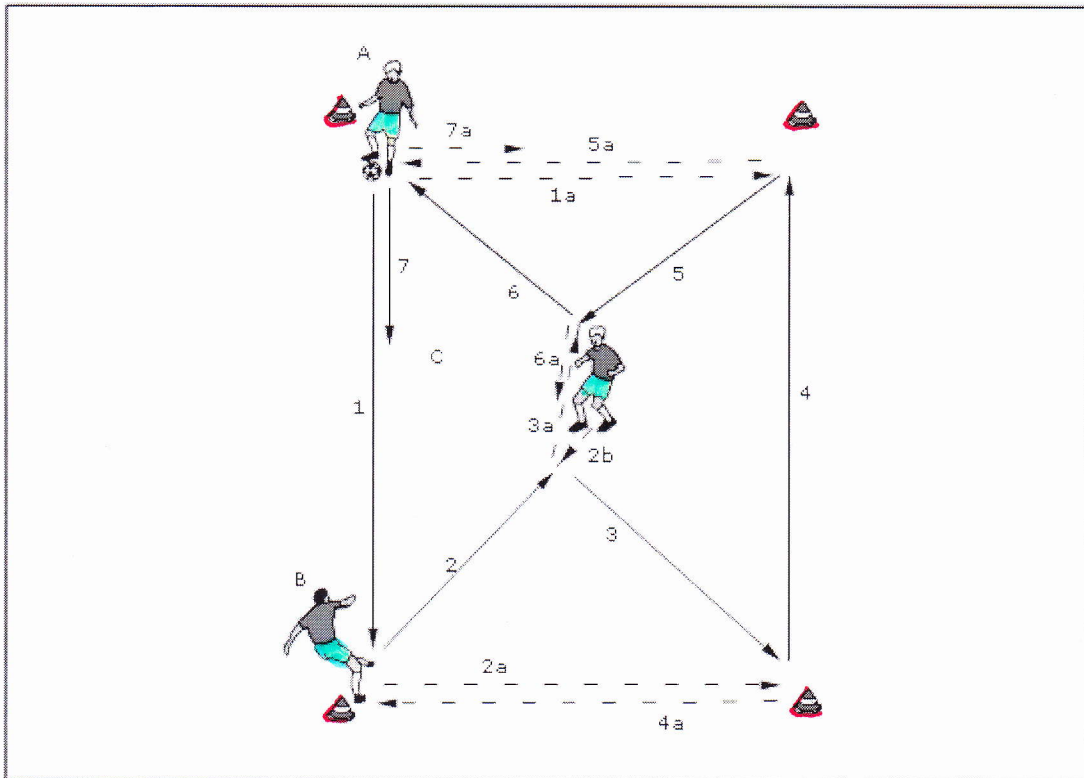
Gehobenes Zuspiel, Flanke oder Torschuss

1, 2, 3,

Ablaufolge einer Übung

A, B, C,

Gruppenbezeichnungen



Organisation

3 Spieler. 4 Markierungshütchen. Mit den Markierungshütchen wird ein Rechteck gebildet (ca. 6-7x12-15m). Aufstellung der Spieler wie in der Grafik. 1 Ball. Reservebälle hinter den Ecken bereitlegen.

Übungsablauf

A spielt (1) den Ball entlang der Längsseite des Rechtecks auf B, der direkt auf den entgegenkommenden Mittelspieler (2b) weiterleitet (2). B läuft entlang der Breitseite des Rechtecks (2a). Inzwischen hat A ebenfalls die Ecke gewechselt (1a).

Der Mittelspieler spielt direkt weiter zum anderen Eck (3) für B, der wiederum direkt auf A weiterleitet (4).

Der Mittelspieler wendet sich nun A zu (3a), der sich in der anderen Ecke befindet.

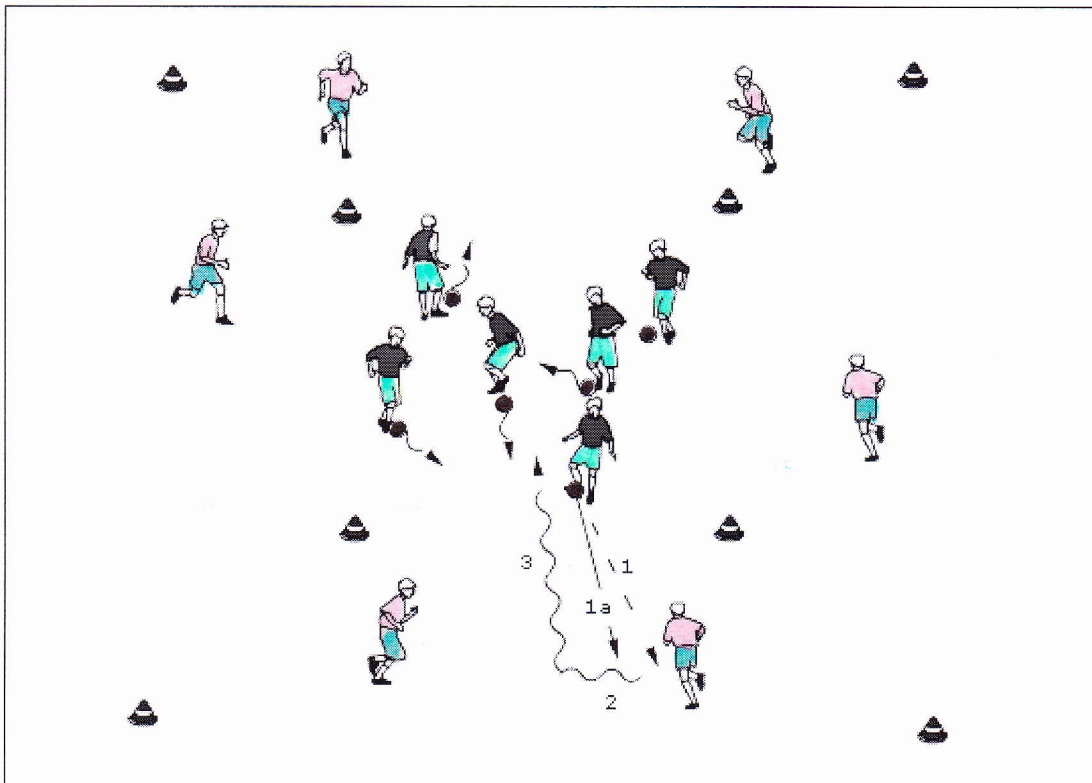
Die Übung beginnt von vorne.

Nach 5-6 Wiederholungen Aufgabenwechsel. 3-4 Durchgänge.

Variationen

Tempo steigern.

Rechteckgröße verändern.



Organisation

10-12 Spieler. 2 abgesteckte Vierecke (9x9 Meter bzw. 15x15 Meter). Im kleinen Viereck 5 – 6 Spieler mit Ball, außerhalb des kleinen Vierecks, aber innerhalb des großen Vierecks ebenfalls 5- 6 Spieler, aber ohne Ball.

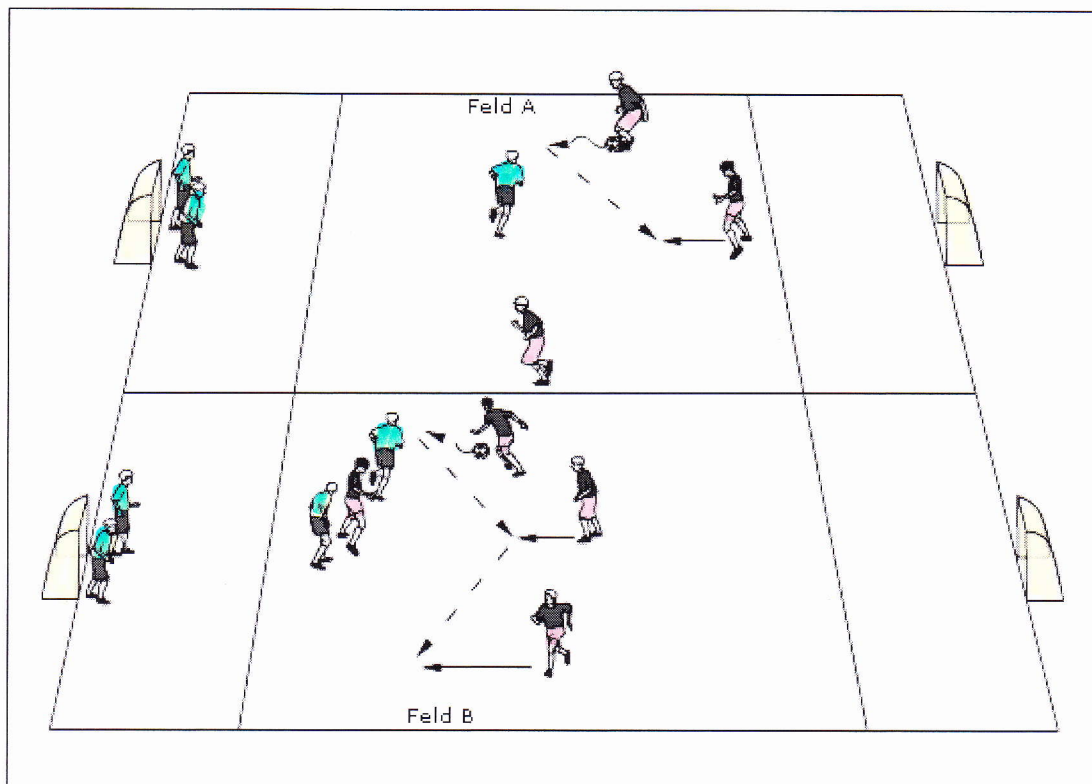
Übungsablauf

Die Spieler im kleinen Viereck dribbeln im Durcheinander. Die Spieler außerhalb fordern durch Zuruf bzw. Bewegung den Ball von den Dribbelnden. Der Ball wird zugespielt (1), aber sofort nach dem Zuspiel wird der äußere Spieler attackiert. Der versucht mit seitlicher Ballmitnahme am nunmehrigen Gegenspieler vorbeizukommen und ins kleine Viereck zu dribbeln. Verliert er den Ball wieder, muss er außerhalb bleiben. Der andere Spieler kehrt wieder mit dem Ball ins Feld zurück.

Variationen

- a) Ballmitnahme – Innenseite.
- b) Ballmitnahme – Außenseite.
- c) Vor dem Dribbling wird ein Doppelpass gespielt.

Spielform



Organisation

Spielfeld 30x20 Meter, 2 Großstore (auch 3-m-Tore möglich). 6 bzw. 8 Spieler.
1 Ball. Markierungsleibchen.

Übungsablauf

Im Feld A wird die Spielform „3 gegen 1“ gezeigt. „Rot“ greift mit 3 Spielern an. 2 Spieler von „Blau“ stehen im Tor, einer verteidigt. Gelangt dieser gegen die angreifende Mannschaft in Ballbesitz, so spielt dieser den Ball zu den „Torleuten“, die beiden hintersten Spieler von „Rot“ laufen sofort zurück ins Tor. Nun greift „Blau“ an, usw.

Im Feld B zeigt die Grafik dasselbe Spiel in der Form „4 gegen 2“.

Variationen

- 3 gegen 2, nur mehr 1 Tormann.
- 4 gegen 3, nur mehr ein Tormann
- Beschränkung der Ballkontakte 3 (2).