

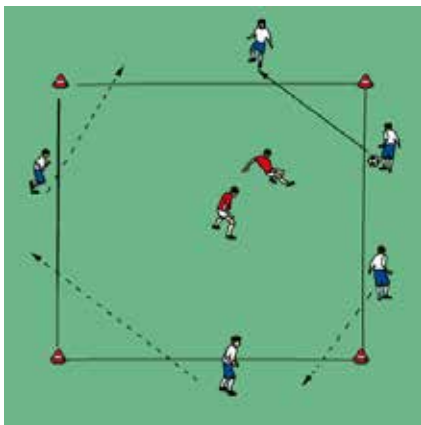
Ballkontrolle und Pässe (TE) in Verbindung mit dem Ballhalten (TA)

Entwicklung mit der Variation des 4 gegen 2 und des 5 gegen 2



4 gegen 2

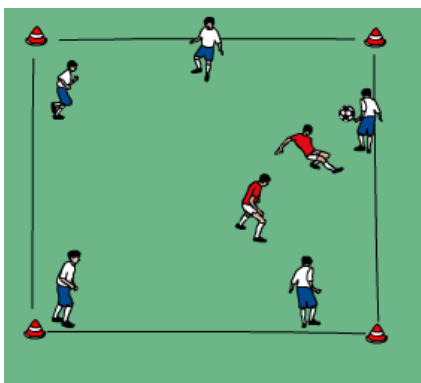
Die offensiven Spieler verschieben sich nur ausserhalb des Vierecks entlang ihrer Linie. Man versucht Pässe im Dreieck zu spielen.



Die Übung bleibt identisch. Es wird 5 gegen 2 gespielt. Auf Ballseite kommt ein Spieler als Anspielmöglichkeit. Die 3 anderen Spieler besetzen die 3 anderen Zonen.

Variation

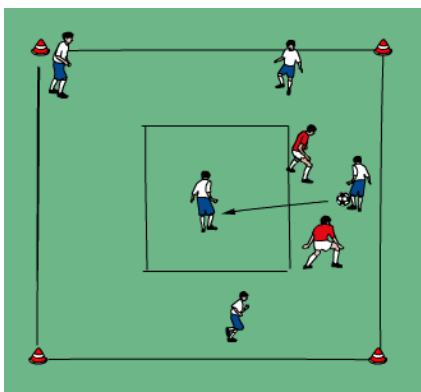
- Vom 4 gegen 2 zum 5 gegen 2



Das normale 5 gegen 2. Die Spieler probieren den Ball zu halten, indem sie sich verschieben und orientieren um den Ball unter idealen Bedingungen zu erhalten.

Variation

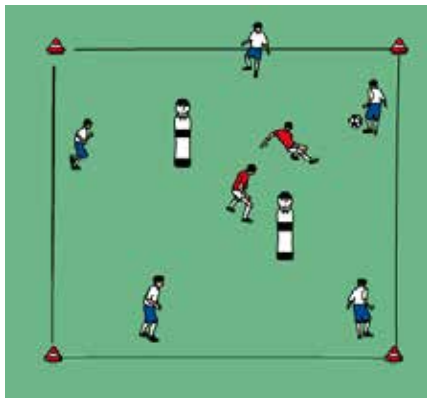
- Die Anzahl der Ballberührungen
- Die Fläche vergrössern oder verkleinern



5 gegen 2 mit einem Joker im Zentrum. Die Aussenspieler suchen den Spieler in der Mitte.

Variation

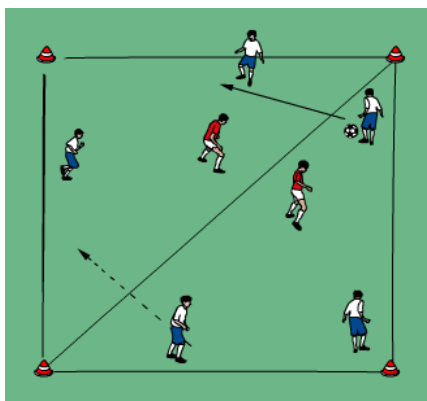
- die Anzahl der Ballberührungen
- Die Fläche vergrössern oder verkleinern
- Der Joker ist mobil, in dem ein anderer Aussenspieler seinen Platz einnehmen kann.



5 gegen 2 mit Puppen. Die statischen Puppen ändern die Passwinkel. Sowohl die Verteidiger wie auch die Stürmer sind mit einer neuen Spielsituation konfrontiert.

Variation

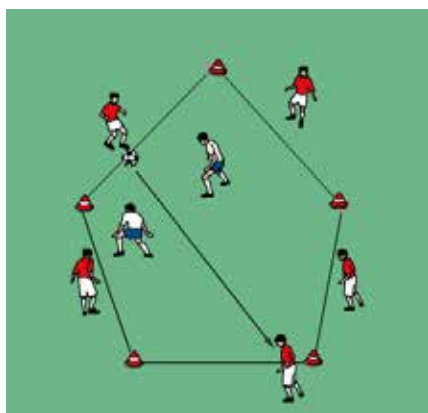
- Die Anzahl der Ballberührungen
- Die Fläche vergrößern oder verkleinern
- Eine Puppe hinzufügen
-



5 gegen 2 auf einem Terrain, geteilt in 2 Hälften. Das Ziel ist es, in der Ballzone eine 2 gegen 1 Situation zu kreieren, und auf der Gegenseite eine 2 gegen 1 Situation.

Variation

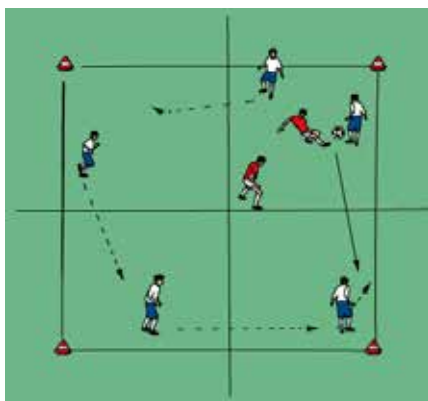
- Die Anzahl der Ballberührungen
- Die Fläche vergrößern oder verkleinern
- Die Form der Spielfläche
- Die Anzahl Spieler in jeder Zone



5 gegen 2 auf einem Terrain mit der Form eines Fünfecks. Die Spieler passen den Ball mit verschiedenen Winkeln

Variation

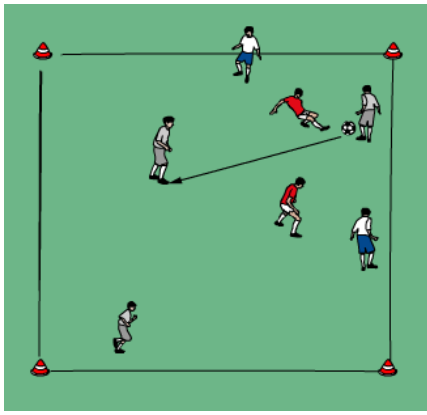
- Die Anzahl der Ballberührungen
- Die Fläche vergrößern oder verkleinern
- Die Form der Spielfläche



5 gegen 2 mit einem Feld in vier Teile geteilt. In der Zone des Balles sind 2 offensive Spieler und je ein Spieler ist in der anderen Zonen. Die verteidigenden Spieler sind frei aber man kann sie auf einen Spieler pro Feld wo der Ball ist limitieren.

Variation

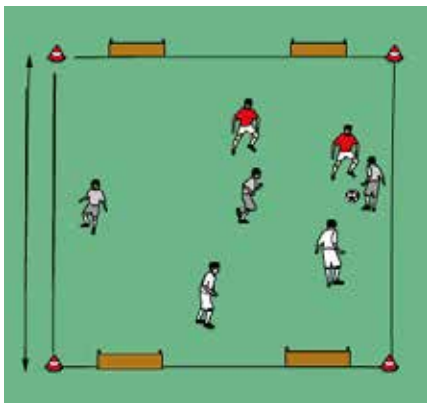
- Die Anzahl der Ballberührungen
- Die Fläche vergrößern oder verkleinern
- Die Zonen des Spiels
- Die offensiven und/oder defensiven Regeln



2 gegen 2 und 3 Joker. Die Joker spielen mit den Spielern in Ballbesitz. Bei Ballverlust, spielen die Joker mit der anderen Mannschaft.

Variation

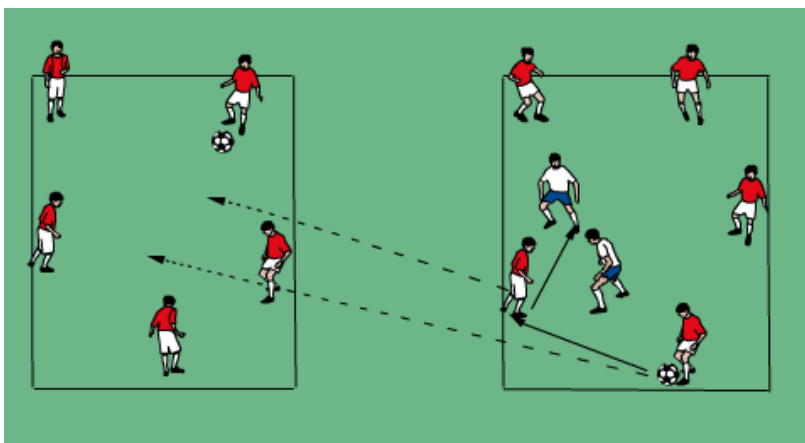
- Die Anzahl der Ballberührungen
- Die Fläche vergrößern oder verkleinern
- Die offensiven Joker
- Das Umschalten Verteidigung-Angriff und umgekehrt



2 gegen 2 und 3 Joker. In Spielform, die 2 Spieler, unterstützt von von 3 Jokern, versuchen ein Tor zu treffen (Bänke oder kleine Tore). Bei Ballverlust, spielen die Joker mit der anderen Mannschaft.

Variation

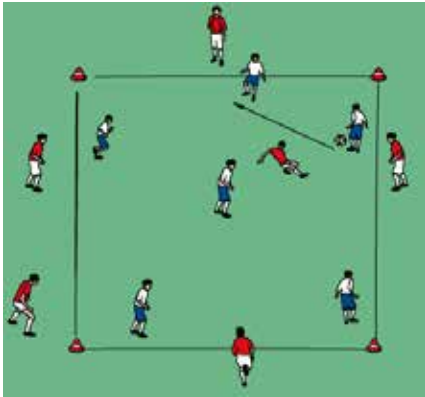
- Die Anzahl der Ballberührungen
- Die Fläche vergrößern oder verkleinern
- Die offensiven Joker
- Das Umschalten Verteidigung-Angriff oder Angriff-Verteidigung
- Die Spielorientierung (Tore)



2 Vierecke. 5 Spieler mit einem Ball im linken Feld, 5 Spieler und 2 Gegner im rechten Feld. Bei Ballverlust im rechten Viereck werden die zwei Spieler, die den Ball zuletzt berührt haben Verteidiger im rechten Feld. Im Viereck ohne Ball ist der Rhythmus tiefer. Im Viereck mit den Verteidigern wird unter Druck gespielt. Der Druck ändert sich bei jedem Ballverlust und die Spieler adaptieren sich an einen anderen Rhythmus.

Variation

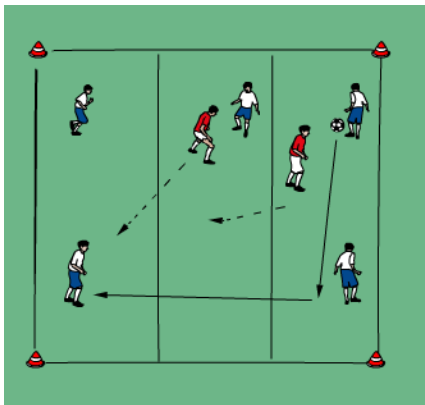
- Die Anzahl der Ballberührungen
- Die Fläche vergrößern oder verkleinern
- Das Spiel mit oder ohne Druck
- Das Umschalten Verteidigung-Angriff und/oder Angriff-Verteidigung



Spiel mit Anstieg. Man beginnt mit einem 6 gegen 1. Alle 5 Pässe oder auf das Signal des Trainers, kommt 1 zusätzlicher Verteidiger ins Spiel. Mann zählt die Anzahl Pässe, die die Angreifer ohne Ballverlust zu Stande bringen.

Variation

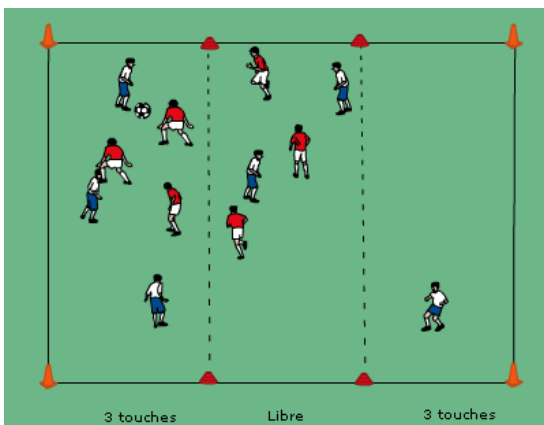
- Die Anzahl der Ballberührungen
- Die Fläche vergrößern oder verkleinern
- Ein ansteigender Druck



5 gegen 2 mit 3 Zonen. In den Zonen ausserhalb wird ein 2 gegen 1 gespielt. In der Mittelzone ein 1 gegen 1. Die offensiven Spieler versuchen sich den Ball zwischen den Zonen hin und her zu spielen.

Variation

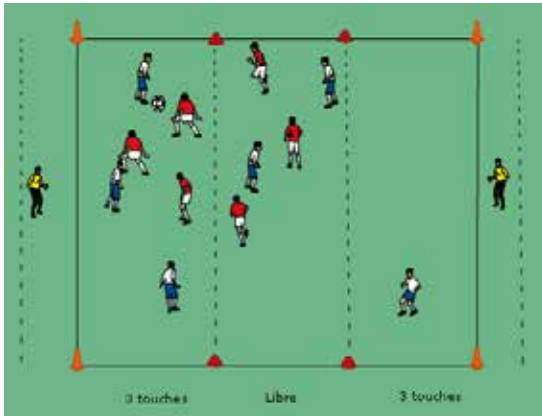
- Die Anzahl der Ballberührungen
- Die Fläche vergrößern oder verkleinern
- Den Pass über den offensiven Spieler in der Mittelzone zu spielen
- Überzahl schaffen in der Mittelzone



Spiel 6 gegen 6 in 3 Zonen. Die Spieler und der Ball verschieben sich frei in den drei Zonen in dem probiert wird den Ball zu halten. Die Anzahl Ballberührungen kann an die Funktion der Zonen oder die Qualität der Spieler angepasst werden.

Variation

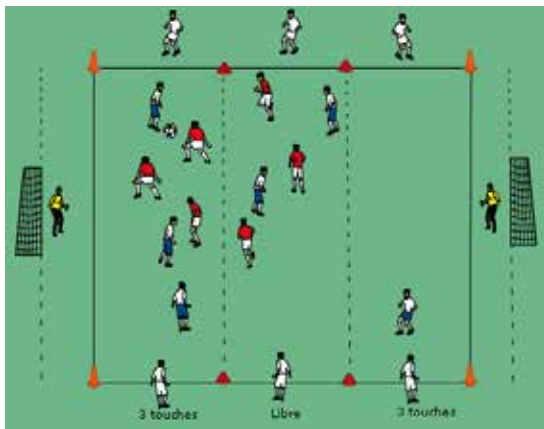
- Die Anzahl der Ballberührungen
- Die Fläche vergrößern oder verkleinern
- Offensive Joker hinzufügen
- Verschiedene Vorgaben für die Zonen



Spiel des Kapitäns. Das Spiel wird zuerst ohne Zone und dann in 3 Zonen gespielt. Das Ziel ist es, den Ball zum Torhüter zu spielen, der sich ausserhalb des Feldes, hinter der Linie befindet. Die Anzahl Ballberührungen kann an die Anzahl Zonen oder die Qualität der Spieler angepasst werden.

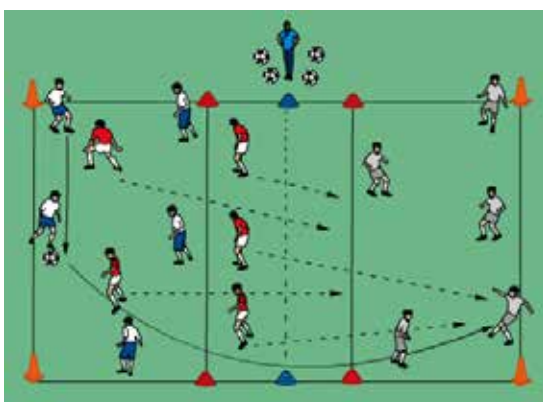
Variation

- Die Anzahl der Ballberührungen
- Die Fläche vergrössern oder verkleinern
- Offensive Joker im Spiel oder auf den Seiten hinzufügen
- Verschiedene Vorgaben in den Zonen



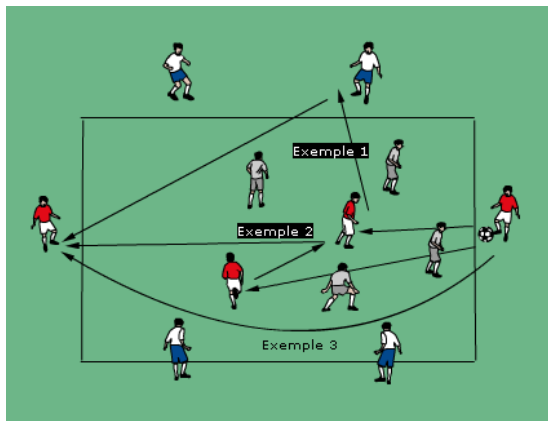
Variation

- Mit den Toren und den Spielern als Aussenstationen auf den Seiten



Spiel « **Hogdson** ». 3 Mannschaften von 5 Spielern. 5 Spieler in der Aussenzone gegen 2 Verteidiger. Die 3 anderen Verteidiger platzieren sich in der Mittelzone um den Ball nicht durchzulassen. Die Mannschaft in Ballbesitz versucht ein Seitenwechsel zur Mannschaft auf der anderen Seite. Die Verteidiger platzieren sich in der anderen Zone um zu verteidigen.

Variation nach dem « Das Rad des Spiels »

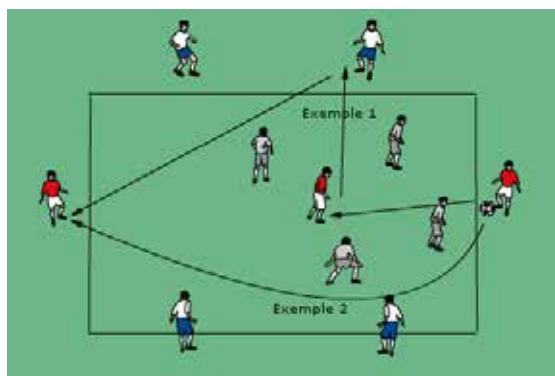


Spiel « Barça ».

3 Mannschaften mit 4 Spielern. 1 offensive Mannschaft auf den Seiten (2+2), 1 offensive Mannschaft auf den kleinen Seiten und im Feld (1+2+1) und 1 Mannschaft, die verteidigt im Feld, ohne die zwei Anspielspieler zu decken. Die Aussenspieler bleiben nahe der Linien und können von den Verteidigern attackiert werden, genau wie die Anspielspieler in der Mitte.

Vom Einfachen zum Schwierigen

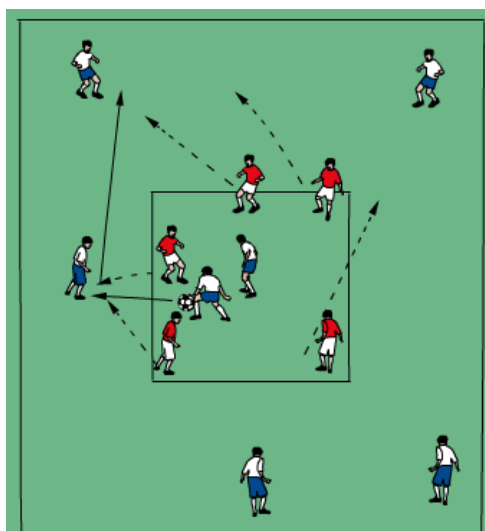
Variation nach « Rad des Spiels »



Spiel « Barça », Aufbau.

2 Mannschaften von 4 und 3 Anspielspielern (rot). Die Vorgaben bleiben dieselben.

Variation nach dem « Rad des Spiels »

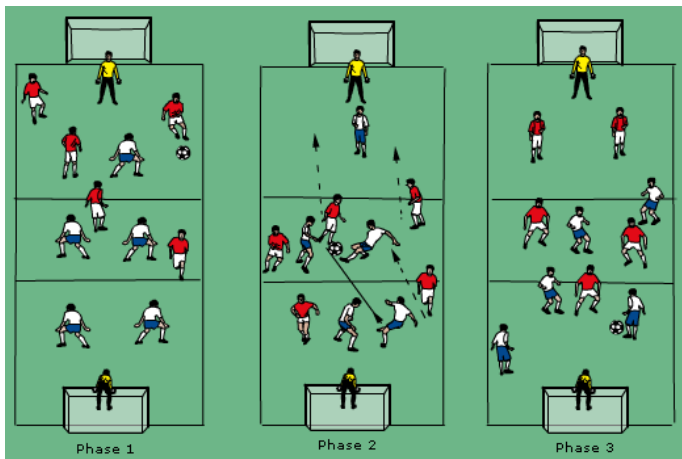


Spiel « Brésil »

Das Spiel beginnt mit einem 5 gegen 2 im zentralen Viereck. Bei Balleroberung versuchen die Weissen ausserhalb des Vierecks zu spielen und kreieren ein 7 gegen 5. Ein weisser Spieler kann im zentralen Viereck bleiben, während die defensiven Spieler aus dem Viereck hinaus gehen können und frei bleiben.

Bei Balleroberung versuchen die roten Spieler in das zentrale Viereck zurück zu kommen und spielen wieder ein 5 gegen 2, die defensiven Spieler können wechseln.

Variation nach dem « Rad des Spiels »



Spiel 5 gegen 5 und 2 Torhüter

Die Mannschaft, die verteidigt verteilt sich in den 3 Zonen. Zone 1 = 2 Spieler, Zone 2 = 2 Spieler, Zone 3 = 1 Spieler. Die offensive Mannschaft versucht ein Tor zu erzielen, in dem sie in jeder Zone numerische Überzahl zu schaffen probiert.

Bei Ballverlust ergeben sich zwei Lösungen:

- Freies Spiel bis zum nächsten Stopp.
- Die Mannschaft, die den Ball verloren hat, verschiebt sich schnell ins 2 – 2 – 1.

Variation nach dem « Rad des Spiels »



Spiel 4 gegen 4 mit Aussenspielern (3 gegen 3 oder 5 gegen 5 möglich)

Die Mannschaft in Ballbesitz kann mit allen Aussenspielern frei spielen. Die Regeln werden an die Qualität der Spieler angepasst.

Achtgeben auf die Spielzeiten (Ausdauer, Effort)

Variation nach dem « Rad des Spiels »

Spiel 5 gegen 5 (möglich vom 4 gegen 4 zum 7 gegen 7)

Eine Mannschaft greift auf 2 Tore an auf einem breiten Spielfeld. Die andere Mannschaft greift auf ein Tor an, mit dem 16 er als finale Zone. Alle Regeln können angewendet werden.



Variation nach dem « Rad des Spiels »