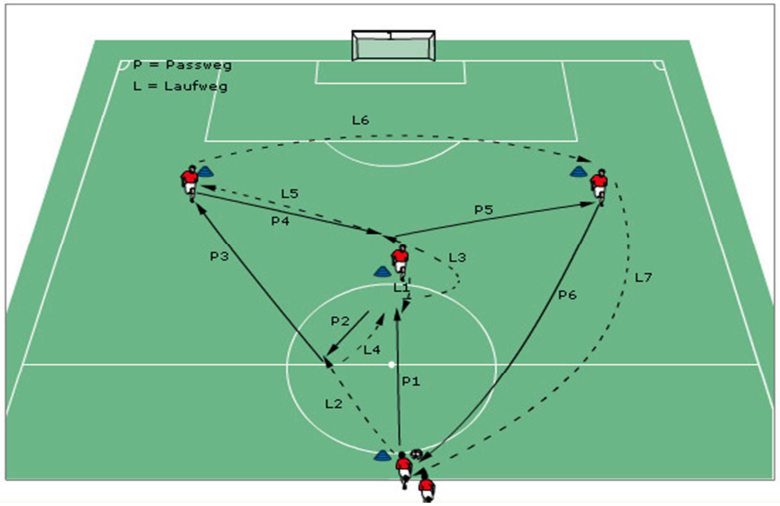
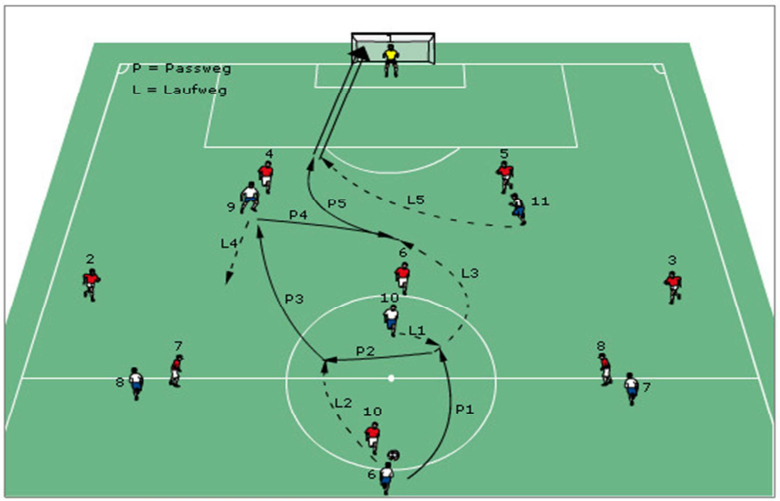
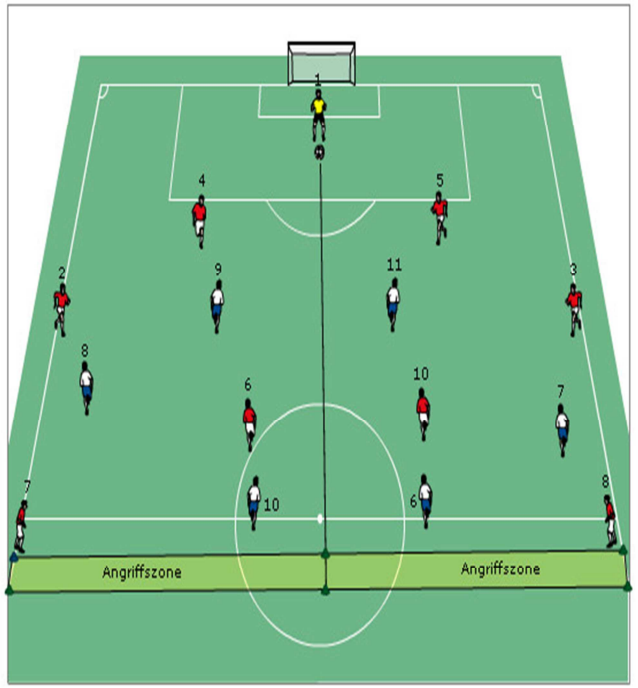
Thema	Spielaufbau aus der 4er-Abwehrkette gegen 2 Sturmspitzen 4 – 4 – 2 (Flach) gegen 4 – 4 – 2 (Mittelfeldpressing - Flach)
Material	8 Gelbe Leibchen mit Nummer von 2 bis 8 6 Rote Leibchen mit Nummern von 6 bis 11 1 Tor 6 Pylonen 10 Bälle

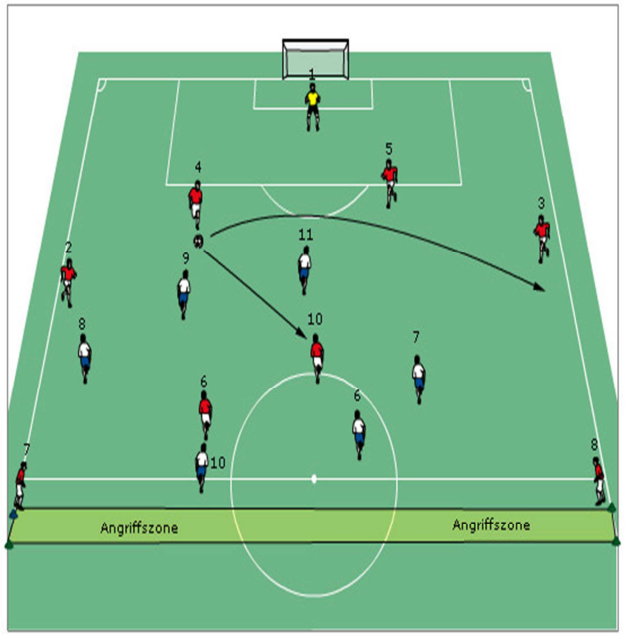
Rahmenziele **1**	**Erlernen des Spiels in die Tiefe aus dem Zentr. Abwehrbereich in das zentrale Mittelfeld**
Feinziele	✓ Aufbau der Abwehrkette und Mittelfeldreihe in Breite und Tiefe ✓ Erlernen des Staffelns der beiden zentralen Mittelfeldspieler ✓ Abstimmung der Äußeren Mittelfeldspieler ✓ Offene Stellung der Mittelfeldspieler zur fließenden Ballan- und Mitnahme ✓ Spielentwicklung von Zentralen Abwehrspieler nach vorne ⇨ Erster Blick nach vorne ✓ Kontrolliertes Passspiel in die Tiefe ⇨ Mut zum vertikalen Pass ✓ Erlernen des Lösens durch schnelle – kurze Laufbewegungen ⇨ „Kommen + Gehen“ sowie „Gehen + Kommen“ ✓ Zeitliche und Räumliche Abstimmungen zwischen Innenverteidiger und Mittfeldspieler ⇨ Einsatz von Signalwörtern ✓ Umsetzung scharfer Zuspiele in den Fuß ✓ Aufrücken eines 6er`s in die 10er Position ✓ Angriffsabschluss durch ein Dribbling oder einen Pass in die Angriffszone ✓ Aufbau eines erneuten Angriffs aus dem Rückraum (Torhüter)

Rahmenziele 2	**Erlernen des Spiels aus dem Zentralen Abwehrbereich über die Außenpositionen**
Feinziele *** Grundlagen aus Teil 1**	✓ *Aufbau der Abwehrkette und Mittelfeldreihe in Breite und Tiefe ** ✓ *Abstimmung der Äußeren Mittelfeldspieler ** ✓ **Erlernen des gezielten Staffelns der äußeren Spieler (Abwehrspieler/Mittelfeldspieler)** ✓ Spielentwicklung von Zentralen Abwehrspieler nach vorne * ⇨ Erster Blick nach vorne ✓ Erlernen des Lösens durch schnelle – kurze Laufbewegungen * ⇨ „Kommen + Gehen“ sowie „Gehen + Kommen“ ✓ **„Offene Stellung“ zur fließenden Ballan- und Mitnahme** ✓ **Zeitliche und räumliche Abstimmungen zwischen Innenverteidiger und äußeren Spielern** ⇨ **Einsatz von Signalwörtern** ✓ **Umsetzung scharfer Zuspiele in die Laufbewegung der äußeren Abwehrspieler** ✓ *Angriffsabschluss durch ein Dribbling oder einen Pass in die Angriffszone ** ✓ *Aufbau eines erneuten Angriffs aus dem Rückraum (Torhüter) **

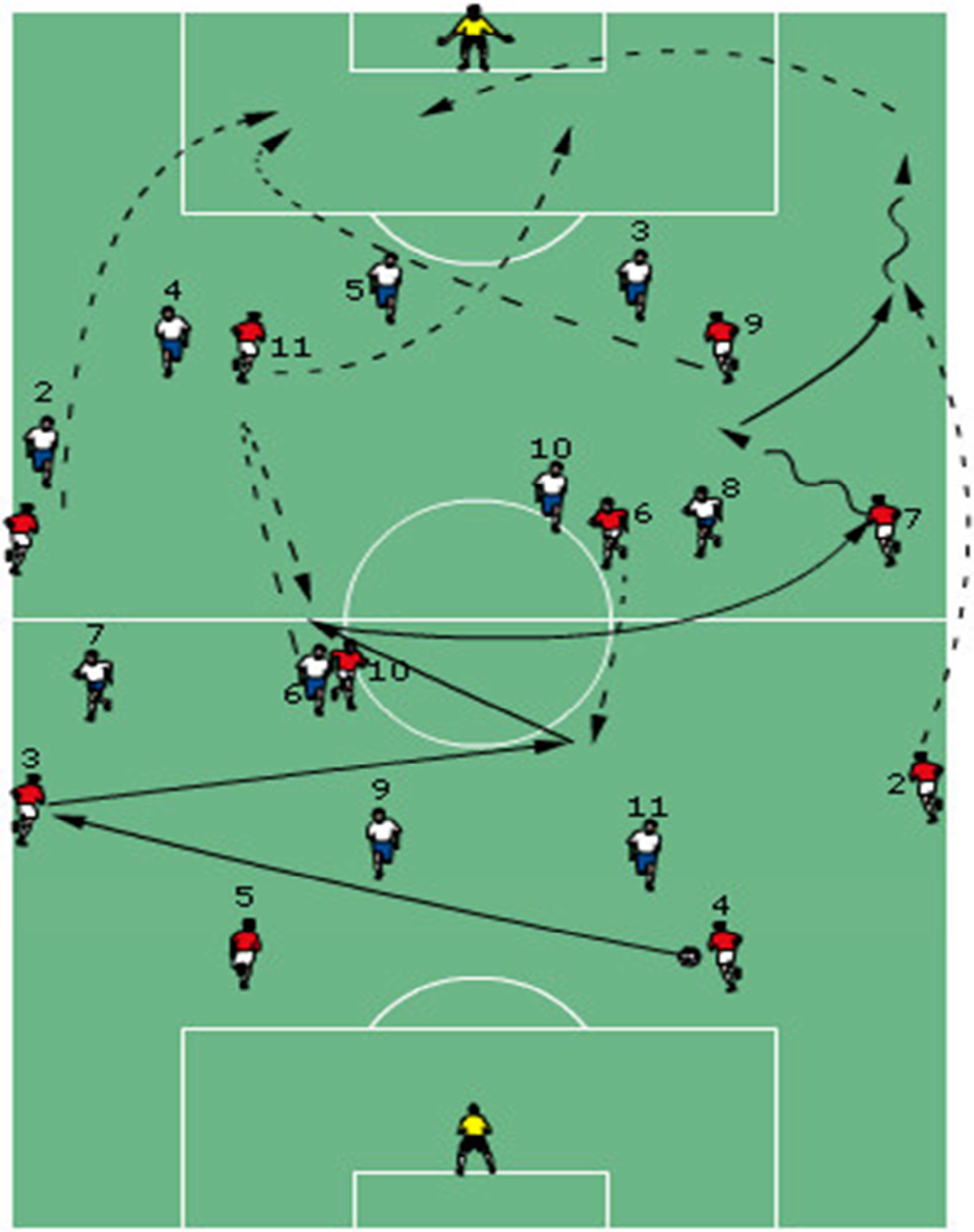
Methodik	➢ Ausprobieren und Entdeckendes Lernen zu Beginn des Hauptteiles ⇨ *Trainer hält sich verbal zurück* ➢ Erklärung und Demonstration der Aufgabenstellung ➢ Schwierigkeitsgrad am Können der Spieler orientieren ➢ Spieler aktiv in alle Prozesse einbinden ➢ Vom Einfachen zum Komplexen ➢ Vom Bekannten zum Unbekannten ➢ Spielgerechtes taktisches Verhalten der abwehrenden Mannschaft sicherstellen ➢ Angemessene Synchroninformationen ➢ Einfrieren von Spielsituationen – Standbilder erzeugen

Zeit	Lernziele Aufwärmen	Inhalt Aufwärmen	Methodische Steuerung/ Zeichnung 1
	<u>Vorbereitende Übung für den Hauptteil:</u> ➢ Pass-Schärfe ➢ Effektive Freilaufbewegungen ➢ Wann biete ich mich an ➢ Räume offen halten ➢ Ballan- und Mitnahme ➢ Kommen und Gehen ➢ Gehen und Kommen ➢ Spieloffene Stellung	<u>Mögliches Y-Spiel:</u> ➢ 6 spielt aus der Bewegung heraus auf 10 (Richtiger Fuß!) ➢ 10 (nach Freilaufbewegung) lässt den Ball auf nachrückende 6 prallen ➢ 6 spielt einen Pass auf 9 ➢ 10 bricht Vorwärtsbewegung (Kommen und Gehen) ab und bietet sich 9 an ➢ 9 (Gehen und Kommen) empfängt Ball von der 6 und passt auf 10 (Timing nicht zu früh!) ➢ 10 spielt direkt (ballnaher Fuß) weiter auf 11(Raum offen halten) ➢ 11 nimmt den Ball in die Vorwärtsbewegung an und mit und spielt mit dem 2 Kontakt zur 6	 

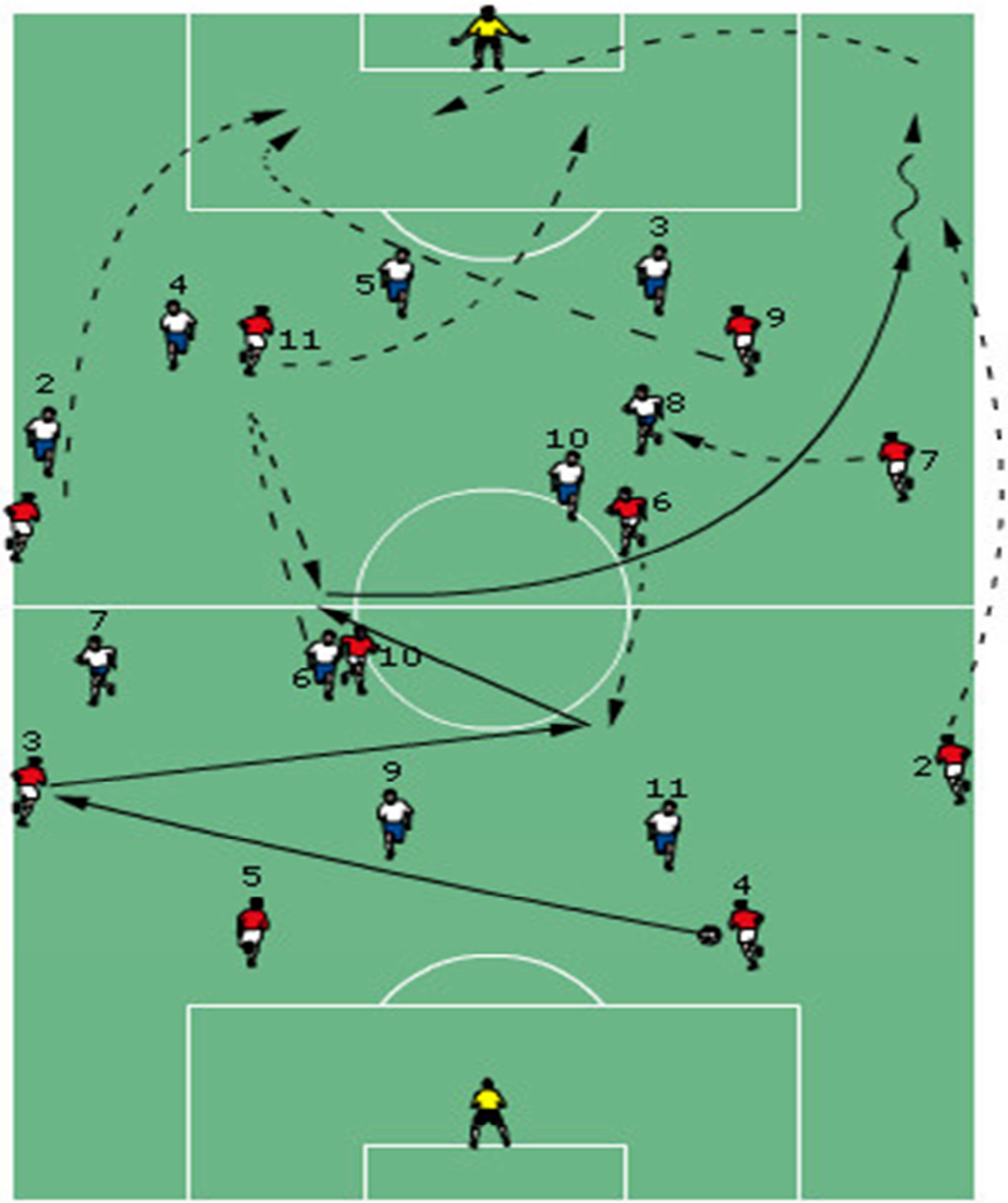
Zeit	Lernziele Hauptteil 1	Inhalt Hauptteil 1	Methodische Steuerung/ Zeichnung 1
	➢ Hinführende gruppentaktische Übung zum Spielaufbau aus der 4er-Abwehr-Kette gegen 2 Spitzen ➢ Abstimmung der IV und AV soll Erlernt/Verfestigt und automatisiert werden ➢ Beide Innenverteidiger stehen „strafraumbreit“ ➢ Beide Außenverteidiger positionieren sich „spieloffen“ an der Seitenauslinie ➢ Die 6er Position schafft Raum ➢ Die äußeren Mittelfeldspieler positionieren sich Außen ➢ Mitspielender Torhüter ➢ Klare Kommunikation (s. o.)	➢ Spielfeld wird in eine linke und rechte Hälfte unterteilt ➢ 1 - 4 gegen 3 auf jeder Spielhälfte *(TW + IV + AV + 6er + 7/8 <u>gegen</u> 1 ST + 2 MF-SP)* ➢ Torhüter kann jederzeit angespielt werden ➢ Tor kann erzielt werden durch ein Dribbling oder einen Pass in die Angriffszone ➢ Bei Ballverlust kann der Gegner über beide Spielhälften angreifen – 1. Blick nach vorne! (Schnelles Umschalten für beide Mannschaften) ➢ Spieleröffnung durch den TW auf 4/5 ➢ 4/5 dribbeln die Stürmer an um Druck auszuüben ➢ 4/5 spielt auf 6/10 der direkt weiter spielt auf 7/8 ➢ 4/5 spielt auf 2/3 der Druck ausübt auf Gegnerische 7/8, dann… 1. <u>Möglichkeit</u> Anschließend zu 6/10 um dann direkt weiter zu spielen auf unsere 7/8 2. <u>Möglichkeit</u> Anschließend zu 7/8 um dann zu 6/10 von uns zu spielen	 ➢ Kleinere Spielgruppen (links/rechts) ➢ Demonstration der Schwerpunkte ➢ Bei jeder Aktion höchste Konzentration sowie Dynamik fordern ➢ Die Lösungen nicht immer sofort vorgeben ➢ Zeit- und Gegnerdruck variieren ➢ Standbilder erzeugen (auch gelungene Aktionen!) ➢ Kurze und prägnante Erklärungen

Zeit	Lernziele Hauptteil 2	Inhalt Hauptteil 2	Methodische Steuerung/ Zeichnung 2
	➢ Weiterführende gruppentaktische Übung zur Verbesserung des Spielaufbaus aus der 4er-Abwehr-Kette gegen 2 Spitzen ➢ Übernahme und Verfestigen der Bekannten Inhalte aus HT 1 <u>Schwerpunkt:</u> ➢ Aufeinander abgestimmtes Verhalten der Mannschaftsteile Abwehr und Mittelfeld insgesamt ➢ Abstimmung der beiden 6er Positionen sowie der beiden äußeren MF-Spieler ➢ Aus dem Deckungsschatten auf Lücke anbieten ➢ Spielverlagerung entgegen der Verschiebebewegung des Gegners ➢ Richtiges Timing für die Freilaufbewegungen herausfinden	➢ 8 gegen 6 auf die Ganze Spielhälfte *(1 - 4 – 4 gegen 4 – 2)* ➢ Spieleröffnung durch den TW auf 4/5 ➢ Tor kann erzielt werden durch ein Dribbling oder einen Pass in die Angriffszone ➢ Bei Ballverlust kann der Gegner kontern (Schnelles Umschalten für beide Mannschaften) ➢ 4/5 dribbeln die Stürmer an um Druck Auszuüben, dann… 1. <u>Möglichkeit</u> • Beide 6er „versetzt“ zueinander Der Ballnahe 6er schafft Raum • Pass durch die Schnittstelle der gegnerischen Stürmer muss immer möglich sein • Doppelpass mit der tiefstehenden 10 (Y-Spiel!) 2. <u>Möglichkeit (siehe Anhang 1+2)</u> • 4/5 verlagert durch Überspielen des Zweiten IV, das Spiel auf die ballentfernte Seite zu 2/3 • Ballnaher 6er schafft Raum • Pass durch die Schnittstelle von 7/8 und 11/9 zu ballentfernter 6 • 6 legt ab auf 10 – dieser verlagert das Spiel entgegen Verschiebebewegung des Gegners auf 7/8 • Möglichkeit Hinterlaufen durch 2/3	 ➢ Spielgerechte Situation ➢ Kurze und prägnante Erklärungen ➢ Demonstration der Schwerpunkte ➢ Bei jeder Aktion höchste Konzentration sowie Dynamik fordern ➢ Präzision geht vor Schnelligkeit ➢ Die Lösungen nicht immer sofort vorgeben ➢ Zeit- und Gegnerdruck variieren ➢ Standbilder erzeugen ➢ Gelungene Aktionen verfestigen

Anhang 1:



Anhang 2:



Mit den Besten Wünschen nach Schwaben,

Euer Holger Seitz

Verbandssportlehrer

Bayerischer Fußball-Verband