

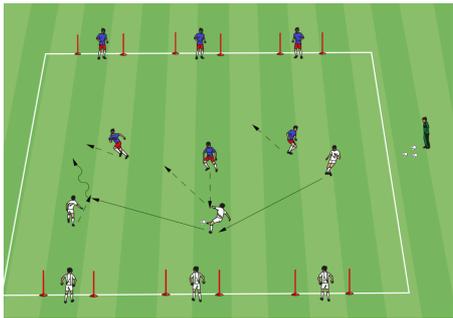
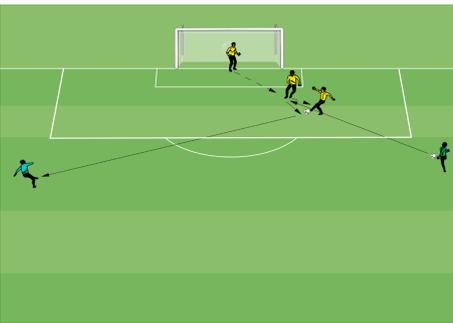
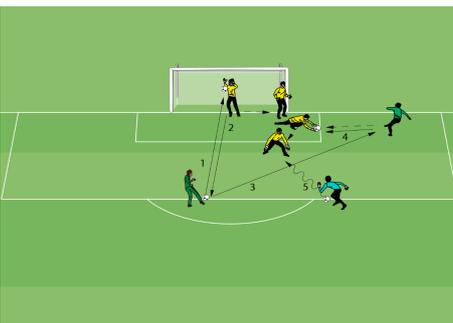
# FE13 Training (Schaan)

FE13 Team Liechtenstein U13



Trainingseinheit		Übungen	Zeit
Datum	15.03.2021	Einlaufen	15m 00s
Ort	Halbes Spielfeld	Spielformen	20m 00s
Zeit	17:45 - 19:15	Analytischer Teil	20m 00s
Schwerpunkte	3) Def: Wir haben den Ball nicht	Spielformen oder Spiel	20m 00s
Anwesenheit	13 Teilgenommen / 4 Abwesend	Torhütertraining	15m 00s
		Totale Trainingszeit	90m 00s

Zeichnung	Information
	<p><b>Technik Passübung (Einlaufen)</b> <span style="float: right;">15m 00s</span></p> <p>A spielt auf B, B lässt zu A zurückprallen, A spielt auf C, C lässt auf B prallen, B spielt auf D, D spielt mit C eins-zwei und D führt den Ball zurück auf Position von A.</p> <p>Variante(n):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- einfachere Schemata mit vier Positionen</li> <li>+ komplexere Schemata mit zwei Hütchen für den Doppelpass</li> <li>+ Übung ohne Stangen</li> </ul> <p>***Vorgaben Basisvariante***</p> <p>Spielfeldgrösse: 15x20m Belastungsdauer: 4'-5' Gesamtvolumen: 15'-20'</p> <p>Lernziele</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· TE Ballan- und mitnahme</li> <li>· TE Pässe</li> </ul>
	<p><b>Spielform</b> <span style="float: right;">20m 00s</span></p> <p>1:4 - Die Offensivspieler versuchen mit 2 Ballkontakten das Tor zu erzielen. Der Verteidiger versucht mit optimalem Verschieben das Tor zu verhindern.</p> <p>Variante(n):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 1:3 ohne zentralen Stürmer</li> <li>- 2:4 mit zusätzlichem Verteidiger (auf zwei Stangentore)</li> <li>- 2:4 und bei Ballgewinn versuchen die Verteidiger die 2 Zielspieler anzuspielen (2:4+2ZS)</li> </ul> <p>+/- Spielfeld anpassen +/- Anzahl Ballkontakte vorgeben</p> <p>***Vorgaben Basisvariante***</p> <p>Spielfeldgrösse: 15x8m Belastungsdauer: 20" Gesamtvolumen: 15'</p> <p>***Schwerpunktauswahl***</p> <p>Spiel ohne Ballbesitz:</p> <p>Individuell - Passlinien zustellen (Tor verhindern)</p> <p>Lernziele</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· TA Def Individuell</li> </ul>

Zeichnung	Information
	<p><b>Spielform (Analytisch)</b> <span style="float: right;">20m 00s</span></p> <p>3:3+6ZS in den Stangentoren - Das defensive Team verhindert den Pass oder das Dribbling durch die kleinen Stangentore.</p> <p>Variante(n):  + nach Ballgewinn spielt das blaue Team einen weissen Spieler hinter den kleinen Toren an und das Spiel geht weiter im 3:4  - nur 2 Stangentore  +/- Spielfeld anpassen  +/- Anzahl Ballkontakte vorgeben  ***Vorgaben Basisvariante***  Spielfeldgrösse: 30x25m  Belastungsdauer: 30"-40"  Gesamtvolumen: 15'  ***Schwerpunktauswahl***  Spiel nach Ballgewinn/Ballverlust  ***</p> <p>Spiel ohne Ballbesitz:  <b>Kollektiv</b> - Raum schliessen/halten, Absicherung, Distanzen, Verschieben  Lernziele  · TA Def Kollektiv</p>
	<p><b>Spiel</b> <span style="float: right;">20m 00s</span></p> <p>5:5+4AS+2TH - Vertikale Anspiele auf die Aussenspieler sind nur flach und aus der eigenen Platzhälfte möglich.</p> <p>Variante(n):  - zusätzlich 1-2 Joker im Spielfeld  +/- Spieleranzahl anpassen (4:4+4AS+2TH oder ohne Aussenspieler/Joker 5:5+2TH/6:6+2TH/7:7+2TH)  +/- Spielfeld anpassen  +/- Anzahl Ballkontakte vorgeben  ***Vorgaben Basisvariante***  Spielfeldgrösse: 40x40m  Belastungsdauer: 3'-4'  Gesamtvolumen: 15'-20'  ***Schwerpunktauswahl***</p> <p>Spiel ohne Ballbesitz:  <b>Individuell</b> - Passlinien zustellen, unter Druck stellen, attackieren (Zweikampf suchen und gewinnen)  <b>Kollektiv</b> - Raum schliessen/halten, Absicherung, Distanzen, Verschieben  Lernziele  · TA Def Kollektiv</p>
	<p><b>Torhüterübung 1</b> <span style="float: right;">15m 00s</span></p> <p>Flache Rückpässe von beiden Seiten mit anschliessender Spielverlagerung.</p> <p>Variante(n):  + Flugbälle  ***Vorgaben***  Gesamtvolumen: 10'  ***</p> <p>Torhütertechnik:  <b>Grundstellung, Fangtechniken, Abwurftechnik,</b>  Lernziele  · TE Pässe  · TÜ-gehobene Zuspiele</p>
	<p><b>Torhüterübung 2</b> <span style="float: right;">20m 00s</span></p> <p>Der Trainer schiesst aufs Tor. Der Torhüter verarbeitet den Ball und wirft ihn zum Trainer zurück. Dann spielt der Trainer den Ball zum grünen Torhüter der die 1:1 Situation sucht oder flach in den 5er spielt. Danach sucht der blaue Torhüter die 1:1 Situation.</p> <p>***Vorgaben***  Gesamtvolumen: 20'  ***Schwerpunktauswahl***</p> <p>Gefahrenzone/direkte Gefahrenzone:  1:1 Situationen - Ballangriff, Stellen, Einschussfläche verkleinern  ***</p> <p>Torhütertechnik:  <b>Grundstellung, Fangtechniken, Abwurftechnik</b>  Lernziele  · TÜ-1:1</p>