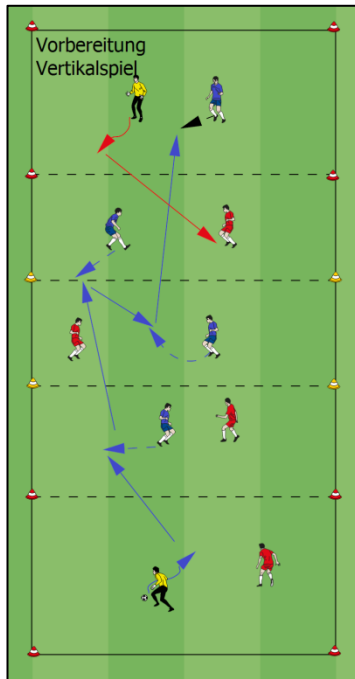


Anmerkung: Nachfolgend werden verschiedene Variation im 4-4 + 2 Torhüter aufgezeigt, die sich an den Bereichen Offensivspiel, Defensivspiel und Umschaltspiel orientieren. Jede dieser Formen, weißt einen mannschafts-/gruppentaktischen Bezug auf, der in der Theoriephase erläutert wird. Da die Übungsformen in der Praxis dargestellt und erläutert werden, wird der Ablauf nur grob umrissen.

Offensiv

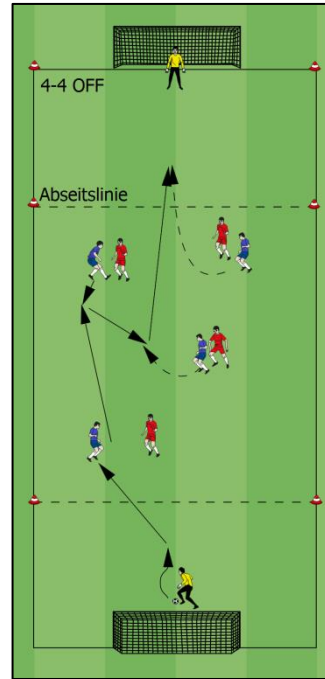
Schwerpunkt: Hinführung zum Vertikalspiel -
 Passform „diagonal offen – steil klatsch“



Spielfeld: 15m breit x 44m tief aufgeteilt in:
 - Endzone (rot-rot) jeweils 10m
 - Positionsräume (rot-gelb-gelb-rot) je 8m

Ablauf:
 Jede Mannschaft besetzt jeweils einfach die Zonen. Ein Spieler der Endzone eröffnet durch diagonales Andribbeln. In Abhängigkeit der Richtung bilden nun die Spieler in den nachfolgenden Zonen Dreiecke, so dass entweder in die nächste Zone diagonal oder in die übernächste Zone steil gespielt werden kann. Nach dem Prinzip „diagonal offen – steil klatsch“ kombinieren sich die Spieler nun von der einen auf die andere Seite.

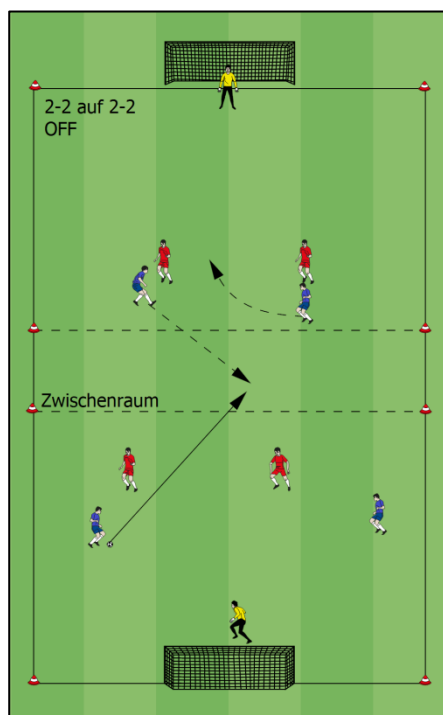
Schwerpunkt: Vertikalspiel –
 Spielform „diagonal offen – steil klatsch“



Spielfeld:
 15m breit x 54m tief; Endzone (rot-rot) jeweils 15m

Ablauf:
 Freies Spiel. Eröffnung beim aktiv mitspielenden Torwart. Abseits erst in der Endzone.

Schwerpunkt: Spiel in die Spitze –
 Gegenläufiges Anbieten



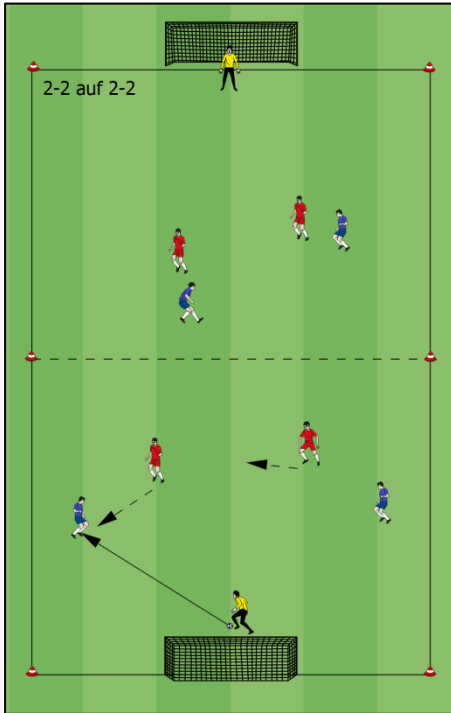
Spielfeld: 20m breit x 40m tief (Zwischenraum 10 m)

Ablauf:
 Der Torwart und zwei Aufbauspieler, versuchen im 3-2 ihre beiden Spitzen ins Spiel zu bringen. Einer von ihnen darf sich für jeweils 3 Sekunden im Zwischenraum lösen, der nicht verteidigt werden darf. Kommt in der Zeit kein Zuspil seiner Aufbauspieler, muss der Zwischenraum verlassen werden, um anschließend wieder belaufen werden zu können. Kommt das Zuspil, versuchen sich die Spitzen im 2-2 durchzusetzen.

Variation: Der Zwischenraum darf mit dem Zuspil verteidigt werden.

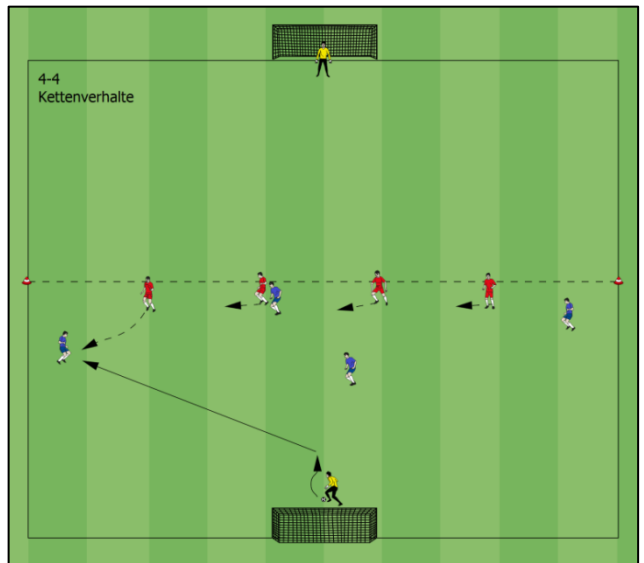
Defensiv

Schwerpunkt: Basis Training – Druck- und Absicherungsspieler



Spielfeld:
 20m breit x 40 m tief

Ablauf:
 Gespielt wird jeweils 2-2 in der Aufbau- und Angriffszone. Die Defensive hat die Aufgabe über das Kleingruppentaktische Element „Druck- und Absicherungsspieler“ die aufbauende Mannschaft zu hindern in die Angriffszone zu passen und bei Ballgewinn ein Tor zu erzielen.

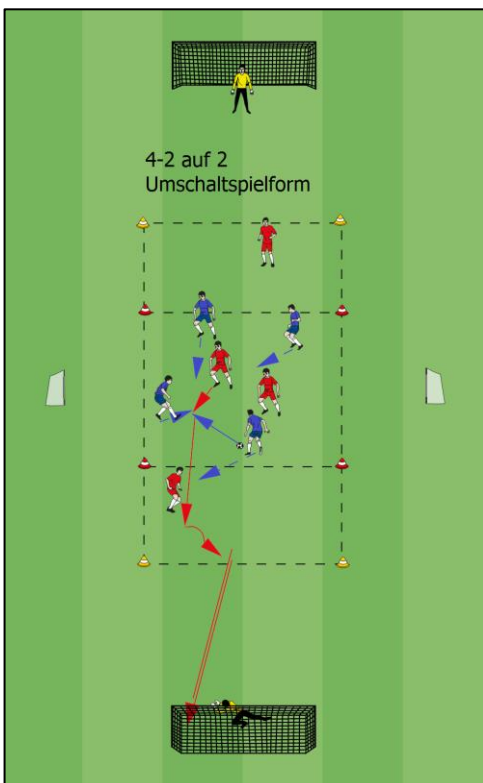


Spielfeld: 45m breit x 40m tief

Ablauf: Der aktiv mitspielende Torwart eröffnet das Spiel. Die Offensivmannschaft versucht sich im 5-4 gegen das Defensivteam, welches eine Viererkette bildet durchzusetzen. Gewinnt die Viererkette den Ball in der vorderen Hälfte, dürfen sie kontern. Bei einem Ballgewinn in der eigenen Hälfte muss zunächst auf den TW zurück gespielt werden, so dass die blaue Mannschaft sich als Viererkette organisieren kann.

Umschaltspiel

Schwerpunkt: Basis Training – Umschaltspiel in beide Richtungen



Spielfeld:
 Das innere Viereck (rote Hütchen): 10m x 10m
 Die Endzonen (gelb-rote Hütchen): 10m x 8m
 Distanz zwischen Tor und Endzone: je nach Alter frei wählbar
 Distanz zwischen Hockeytor und inneres Viereck: s.o.

Ablauf: Im inneren Viereck spielt die blaue Mannschaft 4-2 auf Ballbesitz. Schaffen sie eine vorgegebene Anzahl an Pässen ohne Ballverlust, dürfen sie auf eines der Hockeytore abschließen und einen Punkt erzielen. Die beiden defensiven Spieler der roten Mannschaft wechseln mit den beiden Spielern in der Endzone und das Spiel startet von vorne. Erobert die rote Mannschaft den Ball und kann sich aus dem Gegenpressing der blauen Mannschaft befreien, spielt sie auf einen der beiden Spieler in der Endzone, der dann versucht ein Tor zu erzielen. Die blaue Mannschaft darf diesen innerhalb der Endzone verteidigen. Im Anschluss daran erfolgt der Aufgabenwechsel. Die rote Mannschaft spielt nun 4-2 im inneren Viereck und die blaue Mannschaft stellt zwei Spieler in die Endzonen.