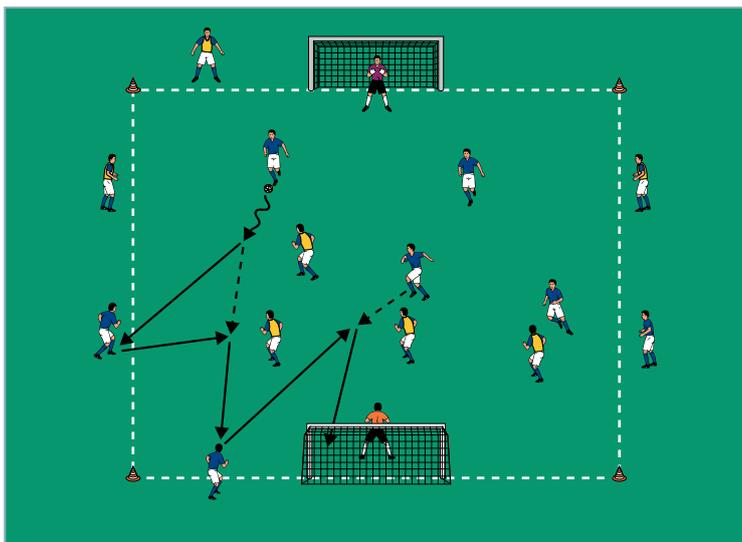


SCHLUSSTEIL: 4 gegen 4 mit Anspielern

von Klaus Pabst (06.09.2016)



Organisation

- Ein 30 x 30 Meter großes Spielfeld markieren und auf jeder Grundlinie ein Tor aufstellen
- 2 Teams einteilen
- 4 Spieler jedes Teams im Feld postieren und die anderen als Torhüter im Tor und als Anspieler an beide Seitenlinien und auf die Grundlinie verteilen

Ablauf

- 4 gegen 4 im Feld mit jeweils 3 Anspielern.
- Auf ein Trainerkommando wechseln die Spieler im Feld mit den Anspielern und dem Torhüter sofort Position und Aufgabe.
- Welches Team erzielt in 5 Minuten die meisten Treffer?

Variationen

- 2 Anspieler auf jeder Grundlinie und nur einen Anspieler auf den Seitenlinien postieren.
- Die Ballkontakte der Anspieler begrenzen (z. B. maximal 2 Kontakte, Direktspiel).
- Die Ballkontakte der Spieler im Feld begrenzen (z. B. maximal 2 Kontakte).

Tipps und Korrekturen

- Nach jedem Aufgabenwechsel immer wieder einen anderen Spieler als Torhüter im Tor postieren.
- Die Anspieler zum Überzahlspiel ins Spiel mit einbeziehen.
- Auf das Trainerkommando Positionen und Aufgaben schnell wechseln und das Spiel direkt fortsetzen.
- Werden die Bälle zu schnell verspielt, das Spielfeld vergrößern.