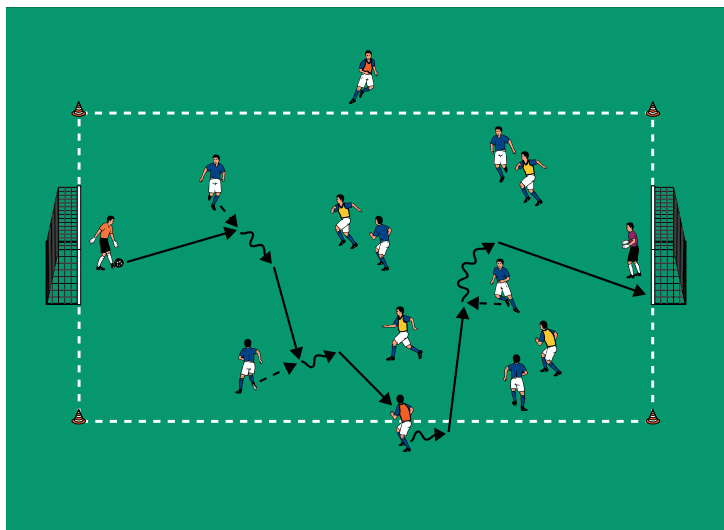


THEMA: DAS UMSCHALTSPIEL VERBESSERN



HAUPTTEIL 1:

6 GEGEN 4 PLUS 2 I

ORGANISATION

- ▶ 1 Spielfeld mit 2 Toren aufbauen
- ▶ 2 Mannschaften bilden
- ▶ 2 Spieler der Verteidiger an den Seitenlinien postieren

ABLAUF

- ▶ Der Torhüter des Angriffsteams startet jede Aktion.
- ▶ Die Angreifer versuchen, im 6 gegen 4 zum Torabschluss zu kommen.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, so kontern sie auf das gegenüberliegende Tor.
- ▶ Dabei können sie die beiden Spieler an den Seitenlinien in die Aktion einbeziehen.
- ▶ Die Spielzeit beträgt pro Durchgang 5 Minuten.

VARIATIONEN

- ▶ Die Anspieler spielen mit höchstens 2 Kontakten.
- ▶ Konter Tore zählen doppelt.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Anspieler wechseln selbstständig.
- ▶ Nach jedem Durchgang tauschen die Mannschaften die Aufgaben.
- ▶ Die Angreifer müssen nach einem möglichen Ballverlust schnellstmöglich umschalten und Druck auf den Ball erzeugen.
- ▶ Sie sollen möglichst ein Zuspiel auf die Außen verhindern, um auch in der Defensive in Überzahl agieren zu können.