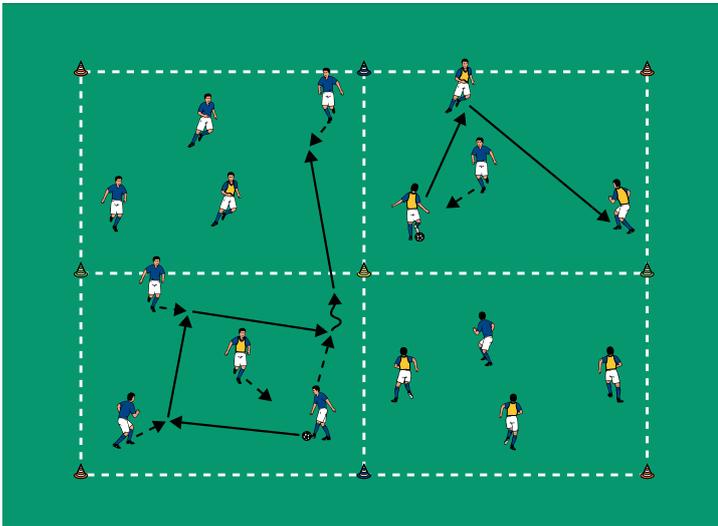


THEMA: INDIVIDUALTAKTISCHES ABWEHRVERHALTEN



AUFWÄRMEN 2:

3-GEGEN-1-DUELLE

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ 2 Mannschaften bilden
- ▶ Jede Mannschaft stellt 2 Angreiferteams zu je 3 Spielern und 2 Verteidiger
- ▶ In allen Feldern je 3 Angreifer und 1 Verteidiger postieren
- ▶ Je 1 Angreiferteam hat 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando versuchen die Ballbesitzer, sich jeweils untereinander zuzupassen, ohne dass der Verteidiger in Ballbesitz kommt.
- ▶ Nach jeweils 3 Zuspielen dürfen die Angreifer zu ihren Mitspielern ins andere Feld passen (= 1 Punkt für die Mannschaftswertung), die nun ebenfalls versuchen, 3 Pässe in den eigenen Reihen zu spielen usw.
- ▶ Welches Team erzielt die meisten Punkte?

VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler müssen mit 2 Pflichtkontakten agieren.
- ▶ Der Ball darf schon mit dem dritten Pass in die andere Hälfte gespielt werden.
- ▶ Jede Mannschaft hat nacheinander 3 Bälle zur Verfügung. Geht 1 Ball ins Aus oder wird vom Verteidiger berührt, so verliert die Mannschaft diesen Ball. Welches Team behält ihre Bälle am längsten?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Ziel ist es, den Ball so oft wie möglich zwischen den beiden Feldern hin- und herzuspielen.
- ▶ Auf eine ausreichende Breitenstaffelung achten, um das Passspiel zu erleichtern.
- ▶ Möglichst Dreiecke bilden, um dem Ballbesitzer mehrere Zuspielmöglichkeiten zu eröffnen.