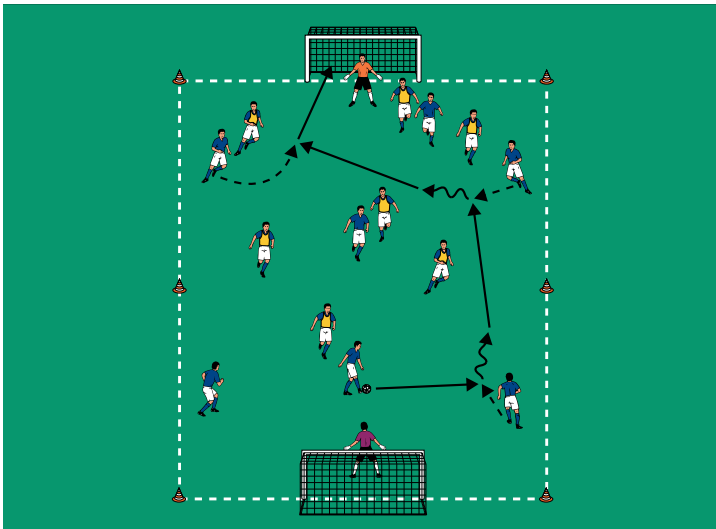


THEMA: INDIVIDUALTAKTISCHES ABWEHRVERHALTEN



SCHLUSSTEIL:

REGEL-MIX

ORGANISATION

- ▶ 1 Spielfeld mit 2 großen Toren mit Torhütern errichten
- ▶ Die Mittellinie markieren
- ▶ 2 Mannschaften zu je 7 Spielern bilden

ABLAUF

- ▶ 7 gegen 7, zunächst im freien Spiel, auf die beiden Tore.
- ▶ Der Trainer sagt per Zuruf immer neue Regeln an, die es zu befolgen gilt (siehe Variationen).
- ▶ Welche Mannschaft erzielt insgesamt die meisten Treffer?

VARIATIONEN

- ▶ Mit 2 Pflichtkontakten agieren.
- ▶ 1 Angreifer muss jeweils in der eigenen Hälfte verbleiben, damit die Ballbesitzer vor dem gegnerischen Tor in Unterzahl agieren.
- ▶ Gelingt es einer Mannschaft, den Ball in der gegnerischen Hälfte zu erobern und sofort 1 Tor zu erzielen, so zählt dieser Treffer doppelt.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die schnellen Regeländerungen des Trainers dienen einer gesteigerten Konzentration der Spieler.
- ▶ Die 'Regelphasen' und das 'freie Spiel' möglichst zu gleichen Teilen abwechseln.
- ▶ Maximal 2 bis 3 'Regeln' zur Anwendung kommen lassen.