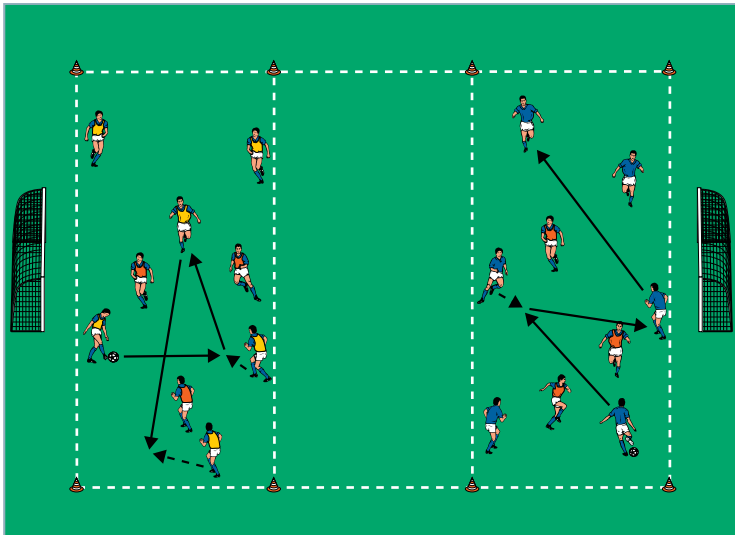


HAUPTTEIL 1: Ballsicherung im 6 gegen 3

von Jörg Daniel (18.11.2014)



Organisation

- Den Grundaufbau weiter verwenden
- 2 Teams als Angreifer und 1 Team als Verteidiger benennen
- Die angreifenden Teams stellen sich jeweils in einer Außenzone auf
- Die Verteidiger teilen sich zu 2-mal 3 Spielern auf beide Außenzonen auf
- Die angreifenden Teams haben je 1 Ball

Ablauf

- Die angreifenden Teams versuchen, den Ball möglichst lange in den eigenen Reihen zu sichern.
- Gelingt den Verteidigern die Balleroberung, spielen sie diesen direkt zurück und die Angreifer starten erneut.
- Aufgabenwechsel nach 2 Minuten Spielzeit.

Variationen

- Als Angreifer mit maximal 3 Kontakten agieren.
- Mit 2 Bällen pro Gruppe spielen.
- Mit 2 Pflichtkontakten agieren.

Tipps und Korrekturen

- Als Angreifer Anspielpunkte sowohl seitlich als auch im Zentrum schaffen.
- Stets "auf Lücke" postieren und aus dem Deckungsschatten des Gegners laufen.
- Auch kurz Anbieten, aber den Ballbesitzer dabei nicht zulaufen.
- Bereits vor dem möglichen Ballbesitz orientieren und Abspielmöglichkeiten im Blick haben.