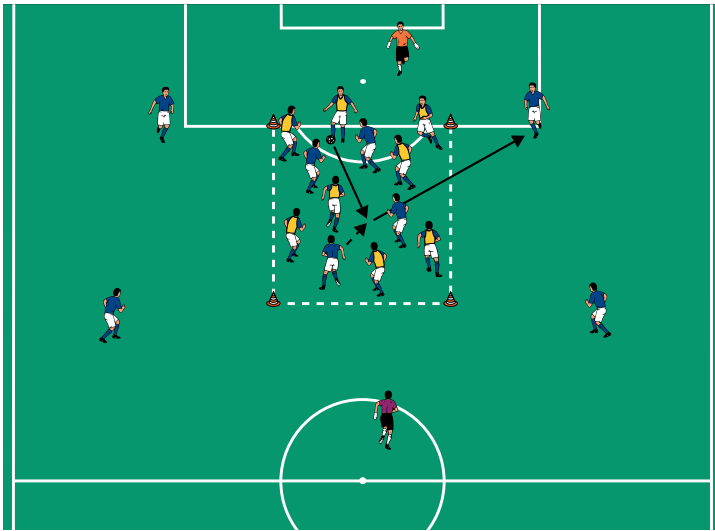


THEMA: DAS ZUSAMMENSPIEL VERBESSERN UND DEN GEGNER MÜDE SPIELEN



HAUPTTEIL 1:

BALLZIRKULATION I

ORGANISATION

- ▶ In einer Spielfeldhälfte ein 20 x 20 Meter großes Quadrat markieren.
- ▶ 2 Mannschaften einteilen.
- ▶ Die beiden Torhüter zusätzlich Blau zuweisen.

ABLAUF

- ▶ Gelb spielt im Quadrat 8 gegen 4 gegen Blau auf Ballhalten.
- ▶ Alle übrigen Spieler von Blau verteilen sich außerhalb des Feldes.
- ▶ Bei Ballgewinn von Blau erfolgt das Anspiel zu einem wartenden Mitspieler.
- ▶ Danach 10 gegen 8 auf Ballhalten auf der ganzen Spielfeldhälfte.
- ▶ Erobert Mannschaft Gelb den Ball zurück, startet das Spiel von vorn im 8 gegen 4 im Quadrat.
- ▶ Nach einigen Durchgängen die Aufgaben wechseln.

VARIATIONEN

- ▶ 5 Pässe in Folge innerhalb der eigenen Mannschaft im Quadrat oder in der Spielfeldhälfte ergeben 1 Punkt.
- ▶ Erobert eine Mannschaft im 8 gegen 10 den Ball, wechseln die Torhüter als Überzahl-Spieler zu den Ballbesitzern, und das Spiel wird im 10 gegen 8 fortgesetzt. Erst wenn der Ball aus dem Spiel ist, startet das Spiel erneut im 8 gegen 4.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Zweikämpfe vermeiden!
- ▶ Stets den "freien Mann" suchen und anspielen.
- ▶ Anspielstationen schaffen: Aus dem Deckungsschatten lösen und aktiv freilaufen.
- ▶ Vor der Ballannahme im Raum orientieren und bestenfalls gleich schon wieder neue Anspielmöglichkeiten erkennen.
- ▶ Die Größe des Rechtecks und die Anzahl der Pässe, die zum Punktgewinn führen, dem Leistungsstand der Spieler anpassen.
- ▶ Bei eigenem Ballbesitz auf eine ausreichende Breiten- und Tiefenstaffelung achten.