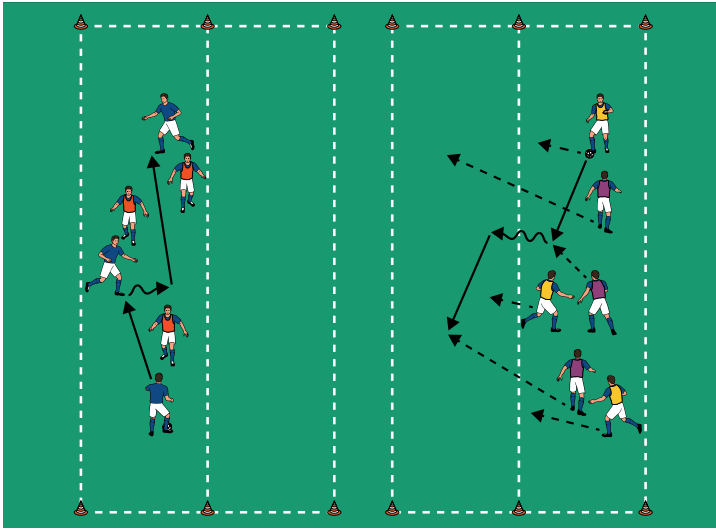


THEMA: BALLORIENTIERTES VERTEIDIGEN



AUFWÄRMEN 2:

3 GEGEN 3

ORGANISATION

- ▶ Die 3er-Gruppen beibehalten.
- ▶ Für je 2 Teams jeweils aneinandergrenzend zwei 8 x 30 Meter große Zonen errichten.

ABLAUF

- ▶ Das Spiel beginnt jeweils mit einem 3 gegen 3 in einer Zone.
- ▶ Die Ballbesitzer sollen jeweils so oft wie möglich miteinander kombinieren, ohne dass ein Gegner an den Ball kommt.
- ▶ 5 erfolgreiche Zuspiele in Folge ergeben 1 Punkt.
- ▶ Erobert die verteidigende Mannschaft den Ball, muss sie sofort in die andere Zone kombinieren, denn nur dort zählen ihre weiteren Zuspiele.
- ▶ Welche Mannschaft erzielt die meisten Punkte?

VARIATIONEN

- ▶ Gleicher Ablauf, jetzt werfen sich die Spieler untereinander zu (mit Ball in der Hand sind höchstens 3 Schritte erlaubt).
- ▶ Mit maximal 3 Kontakten spielen.
- ▶ Ein Spieler der Verteidiger bleibt in der jeweils anderen Zone zurück, sodass die Angreifer in einer 3-gegen-2-Überzahl agieren.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler sollen im Raum und ballorientiert agieren, keine festen Gegenspieler!
- ▶ Kommt kein Spielfluss zustande, das Spielfeld vergrößern.
- ▶ Darauf achten, dass die Verteidiger zusammenarbeiten, in Ballnähe möglichst eine Überzahl herstellen und den Gegner geschlossen unter Druck setzen.