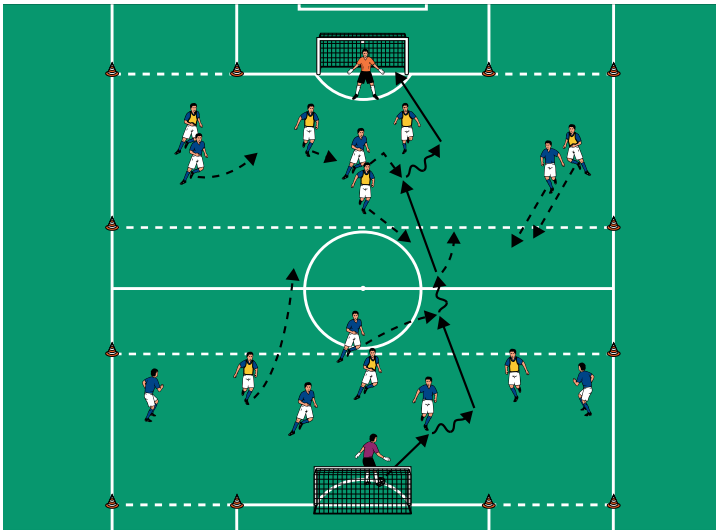


THEMA: TRAINING DES ZUSAMMENSPIELS



HAUPTTEIL 2:

SPIELAUFBAU II

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau aus Hauptteil 1 beibehalten
- ▶ Anstelle der 3 Zielzonen eine Mittelzone errichten
- ▶ 2 Mannschaften einteilen und im 4-1-3-System positionieren

ABLAUF

- ▶ 9 gegen 9.
- ▶ Ein Spieler der ballbesitzenden Mannschaft muss in der Mittelzone angespielt werden.
- ▶ Die Mittelzone darf zunächst nur von den Ballbesitzern betreten werden. Erst dann dürfen auch die Verteidiger in die Zone nachstarten.
- ▶ Welche Mannschaft hat nach 10 Minuten die meisten Tore erzielt?

VARIATIONEN

- ▶ Die Mittelzone darf überspielt werden.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Mittelzone soll den Ballbesitzern einen Vorteil verschaffen, da die Verteidiger sich dort nicht aufhalten dürfen.
- ▶ Das Spiel zunächst kontrolliert aufbauen und dann mit einem schnellen Tempowechsel zielstrebig in die Spitze spielen.
- ▶ Das Spiel mit der Mittelzone fördert kurzzeitige Positionswechsel.
- ▶ Zum Ende 10 Minuten freies Spiel.