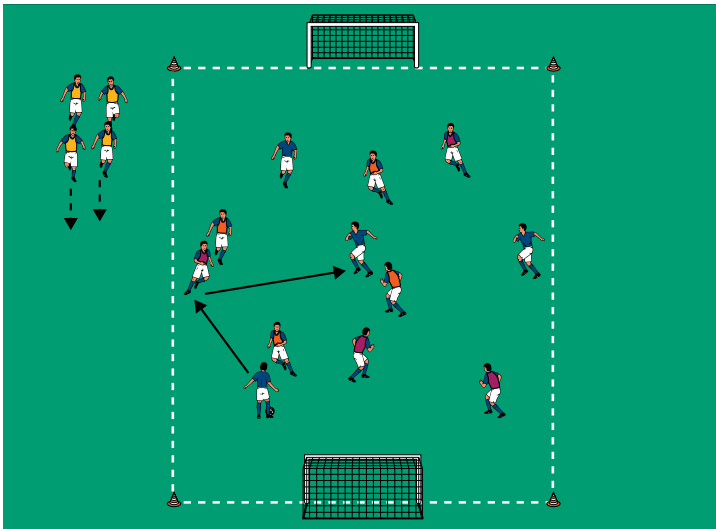


THEMA: SPIELERISCH DIE GRUNDLAGEN BILDEN



HAUPTTEIL 1:

8 GEGEN 4

ORGANISATION

- ▶ 1 Spielfeld mit 2 Toren errichten
- ▶ 4 Teams bilden

ABLAUF

- ▶ 8 gegen 4 auf Ballhalten.
- ▶ 2 Teams spielen zusammen als Überzahl-Mannschaft gegen ein anderes Team.
- ▶ Die Überzahl-Mannschaft versucht, in Ballbesitz zu bleiben.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, so kontern sie auf eines der beiden Tore.
- ▶ Das übrige Team läuft im lockeren Tempo um das Feld.
- ▶ Spielzeit jeweils 3 Minuten.
- ▶ Nach jedem Durchgang die Aufgaben und Positionen tauschen.

VARIATIONEN

- ▶ Die Angreifer spielen mit 3 Kontakten.
- ▶ Wettbewerb I: 10 Pässe ergeben 1 Punkt. Welches Team erzielt insgesamt die meisten Punkte?
- ▶ Wettbewerb II: Welches Team erzielt insgesamt die meisten Konter Tore?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Als Unterzahl-Team kompakt und organisiert zum Ball schieben.
- ▶ Die Intensität sollte mäßig sein.
- ▶ Wichtig ist, dass alle Spieler in Bewegung sind.