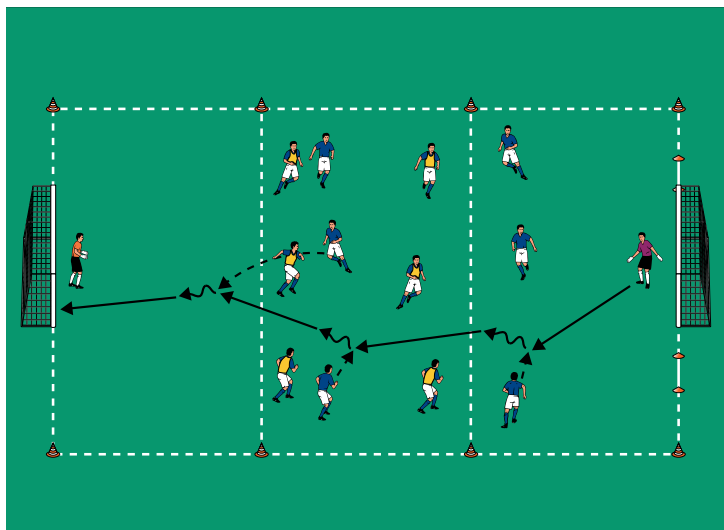


## THEMA: DAS UMSCHALTSPIEL FÖRDERN



### SCHLUSSTEIL:

### 3-TORE-KONTER

#### ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Neben dem Tor der Angreifer beidseitig 2 Hütchentore markieren
- ▶ 2 Mannschaften bilden

#### ABLAUF

- ▶ Jede Aktion startet beim Torhüter der Angreifer.
- ▶ Die Verteidiger dürfen das Aufbaudrittel der Angreifer zunächst nicht betreten.
- ▶ Sobald der Ball in der Mittelzone ist, beginnt das freie Spiel.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, so schließen sie auf das Tor ab oder dribbeln durch ein Hütchentor.
- ▶ Die Spielzeit beträgt jeweils 5 Minuten.

#### VARIATIONEN

- ▶ Treffer beim Tor zählen doppelt.
- ▶ Treffer, die innerhalb von 5 Sekunden nach einem Ballgewinn erzielt werden, zählen doppelt.
- ▶ Ohne Zonenregel spielen.

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der Schwerpunkt der Trainingseinheit wird auch im Schlussteil aufgegriffen.
- ▶ Das Coaching des Trainers sollte möglichst auf das schnelle Umschalten nach Ballgewinn ausgerichtet sein.
- ▶ Nach jedem Durchgang tauschen die Mannschaften die Seiten und Aufgaben.