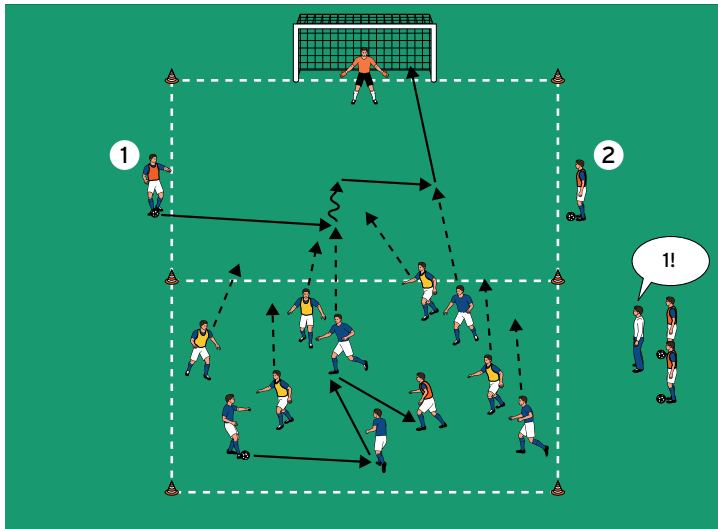


THEMA: SCHNELL UMSCHALTEN UND DEN ÜBERBLICK BEHALTEN



HAUPTTEIL 1:

BLITZ-SCHALTUNG I

ORGANISATION

- ▶ 1 Spielfeld mit 1 Tor errichten.
- ▶ Die Mittellinie markieren.
- ▶ 2 Mannschaften bilden und 3 Anspieler benennen.
- ▶ Die beiden Anspieler an den Seitenlinien nummerieren.

ABLAUF

- ▶ Die beiden Mannschaften spielen in der Aufbauzone im 5 gegen 5 mit dem Anspieler zusammen und versuchen, den Ball in den eigenen Reihen zu halten.
- ▶ Auf ein Trainerkommando starten beide Mannschaften ins Angriffsfeld.
- ▶ Der aufgerufenen Anspieler muss den Ball zu einem Spieler der Mannschaft spielen, die zuletzt im Ballbesitz war.
- ▶ Die Angreifer versuchen nun, schnellstmöglich zum Torabschluss zu kommen.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, so kontern sie über die Grundlinie des Aufbaufeldes.
- ▶ Nach je 3 Minuten die Anspieler tauschen.

VARIATIONEN

- ▶ Gelingt es der Angriffsmannschaft 1 Tor mit 2 Pässen im Angriffsfeld zu erzielen, so zählt dieser Treffer doppelt.
- ▶ Der Anspieler im Feld muss direkt spielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Angriffsmannschaft kann im Angriffsfeld mit allen 3 Anspielern zusammen spielen.
- ▶ Zur leichteren Orientierung kann der Trainer beim Kommando noch die Farbe der angriffsberechtigten Mannschaft ansagen.