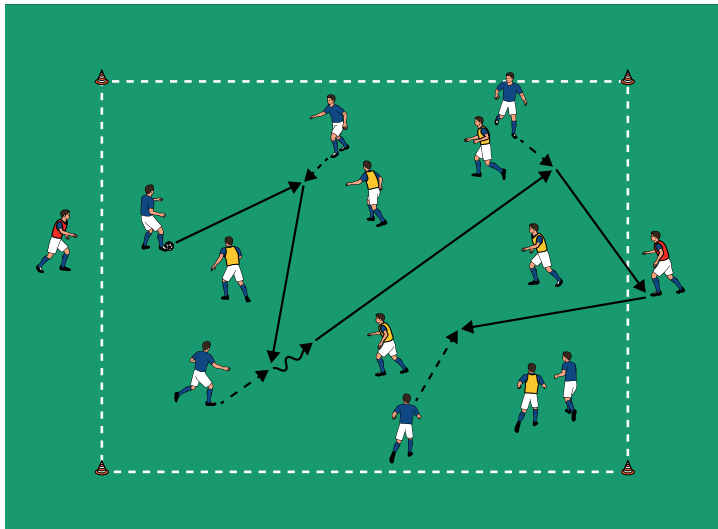


## THEMA: DEN BALL SICHER IN DEN EIGENEN REIHEN HALTEN



### HAUPTTEIL 1:

### VON ANSPIELER ZU ANSPIELER

#### ORGANISATION

- ▶ Ein 35 x 25 Meter großes Feld markieren.
- ▶ 2 Anspieler bestimmen und hinter den Grundlinien aufstellen.
- ▶ 2 Teams zu je 6 Spielern bilden.

#### ABLAUF

- ▶ 6 gegen 6 mit dem Ziel, von einem Anspieler zum anderen zu kombinieren (= 1 Punkt).
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, sofort die Aufgaben wechseln.

#### VARIATIONEN

- ▶ Die Ballbesitzer dürfen mit maximal 3 Kontakten spielen.
- ▶ 8 Zuspiele in den eigenen Reihen ergeben ebenfalls 1 Punkt für die Ballbesitzer.

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Je nach Leistungsstand der Spieler das Feld vergrößern bzw. verkleinern.
- ▶ 2 bis 3 Durchgänge zu je 5 Minuten spielen.
- ▶ Zwischen den Durchgängen jeweils eine aktive Erholung einplanen (z. B. Zuspielformen).
- ▶ Auf eine Tiefenstaffelung Wert legen: Bei einem Wechsel der Angriffsrichtung sollen sofort wieder Abspielmöglichkeiten nach vorne vorhanden sein.
- ▶ Nach dem Abspiel sofort wieder anbieten ("Spiel und geh!").