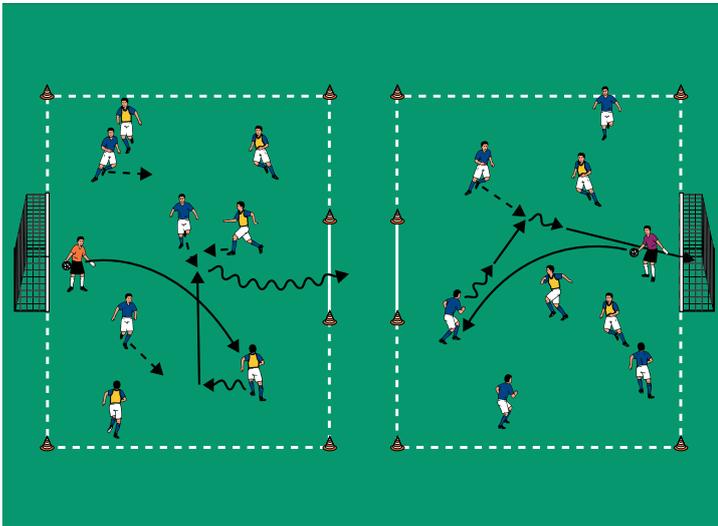


THEMA: NACH BALLVERLUST SOFORT INS GEGENPRESSING GEHEN



HAUPTTEIL 1:

SCHNELLES UMSCHALTEN I

ORGANISATION

- ▶ 2 Felder mit je 1 Tor und 1 Hütchenlinie errichten
- ▶ 2 Mannschaften einteilen
- ▶ Jedes Team stellt 1 Torhüter und 3 Verteidiger, die sich jeweils im gegnerischen Feld aufstellen

ABLAUF

- ▶ Jede Aktion wird vom Torhüter durch einen Zuwurf auf einen Angreifer gestartet.
- ▶ Die Angreifer versuchen, im 5 gegen 3 auf das Tor mit Torhüter abzuschließen.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, so versuchen sie, über die Hütchenlinie zu dribbeln.
- ▶ Für jedes Kontertor wird den Angreifern 1 Punkt abgezogen.
- ▶ Welche Mannschaft gewinnt insgesamt die meisten Punkte?

VARIATIONEN

- ▶ Kontertore zählen doppelt.
- ▶ Die Angreifer müssen innerhalb von 15 Sekunden zum Torabschluss kommen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Nach einem möglichen Ballverlust müssen die Angreifer schnell auf Defensive umschalten und sofort einen Ballrückgewinn in Überzahl anstreben.
- ▶ Jeder komplette Durchgang sollte 3 bis 4 Minuten dauern.
- ▶ Nach jeweils 2 Durchgängen die Verteidiger wechseln.