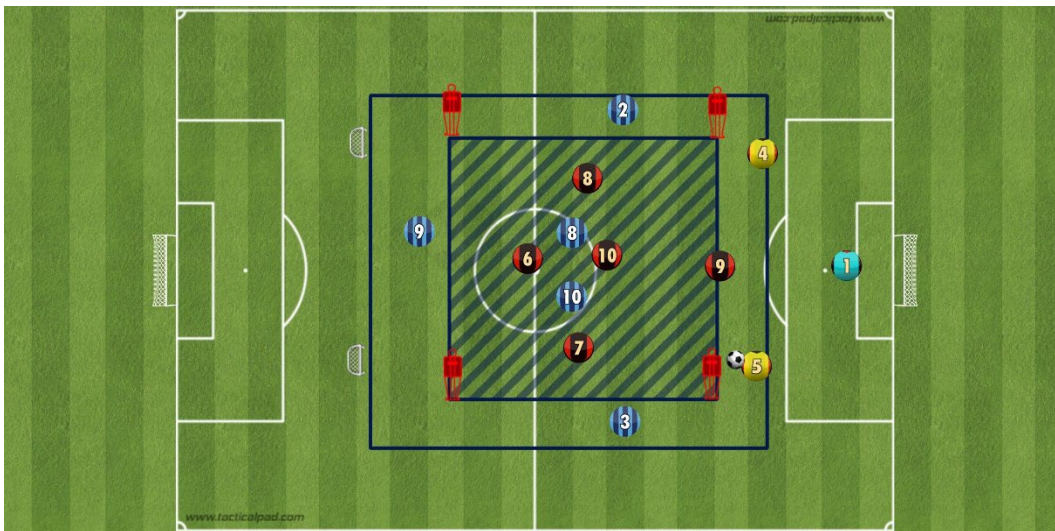


Spielform: 5 +2 gegen 5 auf Tore

Übungsablauf:

Die beiden gelben Spieler spielen zusammen mit dem blauen Team eine 7 gegen 5 Überzahl gegen die rote Mannschaft. Alle Pässe der Überzahlmannschaft (gelb + blau) müssen durch die Rote markierten Stangen gespielt werden. Die Überzahlmannschaft muss 8 Pässe untereinander spielen, um dann ein Tor auf eines der Minitore zu erzielen. Die rote Mannschaft darf sich zu Beginn nur in dem inneren, schraffierten Feld aufhalten. Erst wenn ein blauer Spieler der sich außerhalb des schraffierten Feldes aufhält den Ball bekommt, darf dieser angegriffen werden. Erobert rot den Ball, dürfen sie sofort auf das große Tor angreifen.



Schwerpunkt: Verbesserung sofortiges Umschalten nach Ballverlust + Verbesserung der Ballzirkulation

Regeln:

- Zwei Ballkontakte
- 8 Pässe untereinander dann Abschluss auf Minitore
- Ball darf nicht ruhen
- Tor der Unterzahlmannschaft zählt dreifach

Methodik:

- Spieleranzahl verändern
- Ballkontaktanzahl verändern
- Feldgröße verändern
- Torerzielungsregel verändern

Hilfsmittel:

- Leibchen (3Farben)
- 4 Markierungsdummys, 4 Hütchen
- Feldgröße: 12m- 25m