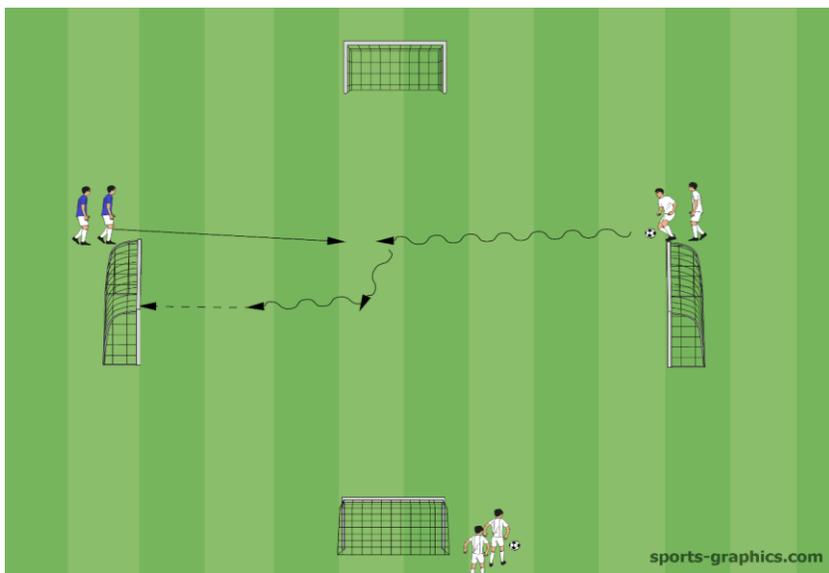


UMSCHALTEN

VOM 1 GEGEN 1 INS 2 GEGEN 1



Organisation:

- 20x20 Meter großes Feld
- Vier Minitorer nach Abbildung aufstellen
- Drei Teams einteilen und nach Abbildung aufstellen

Ablauf:

- Der erste weiße Spieler startet mit Ball am Fuß in ein 1 gegen 1 mit dem blauen Verteidiger auf die horizontalen Tore
- Wenn der Verteidiger den Ball erobert, darf er auf das gegenüberliegende Tor kontern
- Die Aktion ist vorbei, sobald der Ball im Tor oder im Aus ist
- Anschließend dribbelt der weiße Spieler vom unteren Tor in das Feld und spielt mit dem weißen Spieler aus der Aktion zuvor ein zwei gegen eins gegen den blauen Verteidiger auf die vertikalen Tore
- Der Verteidiger darf nach Balleroberung wieder kontern

Variation:

- Rollentausch: im 2 gegen 1 spielt der neue Spieler mit dem Verteidiger. Der vorige Angreifer muss zum Verteidiger umschalten
- Der neue Spieler spielt im 2 gegen 1 mit dem Spieler der im 1 gegen 1 zuvor das Tor erzielt hat
- Trainer entscheidet durch Trainersignal (Leibchenfarbe hochzeigen oder rufen) wer nach dem 1 gegen 1 Verteidiger und Angreifer im 2 gegen 1 wird



UMSCHALTEN

ZWEI GEGEN ZWEI



Organisation:

- Ein 25x15m großes Feld aufbauen
- Zwei Kleinfeldtore mit zwei Torhütern besetzen
- Zwei Teams á 4 Spieler bilden
- Diese teilen sich untereinander ins Zweierteams auf

Ablauf:

- Gespielt wird im zwei gegen zwei
- Das Paar, das ein Tor schießt darf auf dem Feld bleiben
- Das Team, das ein Gegentor bekommt verlässt das Feld und stellt sich neben dem eigenen Tor wieder auf
- Das andere Paar dribbelt sofort mit Ball am Fuß ins Feld
- Der Gegner muss schnell umschalten

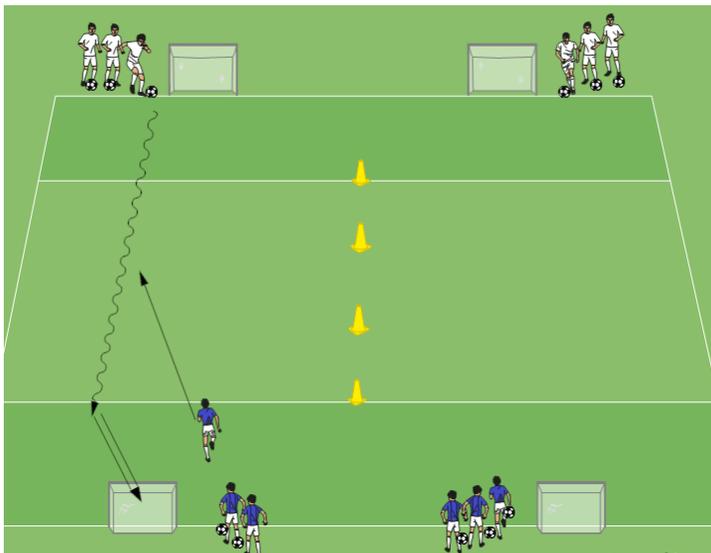
Variation:

- Startformation der reinstartenden Pärchen verändern (näher zum gegnerischen Tor)
- 4 unterschiedliche Zweierteams bilden und auf Trainersignal bestimmen, welche Farbe neu ins Spiel kommt
- Torschützen bleiben in Ballbesitz und spielen dann in die andere Richtung



UMSCHALTEN

VOM 1 GEGEN 1 INS 3 GEGEN 3



Organisation:

- Zwei Minitorre gegenüberstellen
- 2 Teams einteilen und hinter die Tore verteilen
- Jeder Spieler hat einen Ball
- Funinofeld eignet sich gut, um den Ablauf doppelt durchzuführen

Ablauf:

- Erster Spieler dribbelt mit Ball ins Feld und spielt ein 1 gegen 1
- Die Mannschaft die ein Gegentor bekommt, startet sofort mit einem neuen Spieler mit Ball am Fuß in das Feld
- Dann ein kurzes drei gegen drei laufen lassen
- Anschließend startet die andere Mannschaft zuerst mit Ball

Variation:

- Auf Kleinfeldtore mit jeweils einen Torhüter spielen

Coaching:

- Schnelles Umschalten
- Enges andribbeln
- Finten anwenden
- Tempowechsel nach der Finte
- Zug zum Tor

