

7.2.2 Spielaufbau über 3 Ballberührungen

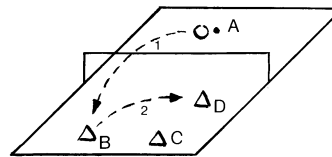
Der Spielaufbau erfolgt im Idealfall über 3 Ballberührungen. Ziel ist es, den Ball aus einer günstigen Position ins gegnerische Feld zu spielen, damit er dort zu Boden fällt. Bei allen Übungen kann die 1. Ballberührung mit *Pass* (einfachere Form) oder *Manchette* (schwierigere Form) erfolgen.

Wir lernen den Spielaufbau über 3 Ballberührungen und wenden dies im Spiel an.

Den Ball hoch nach vorne zur Leine abnehmen:

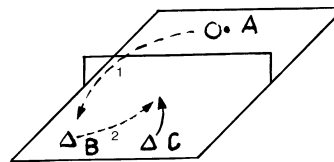
Viergruppen. A spielt den Ball mit einem Pass über die Leine. B oder C nimmt den Ball mit Pass oder Manchette nach vorne zur Mitte des Spielfeldes ab, wo D steht und versucht, den Ball oberhalb des Kopfes zu fangen. Anschliessend Ball zurück zu A.

Wichtig: Wer den Ball abnehmen will, ruft so früh wie möglich «ja», orientiert die Körperfront zu D und versucht, den Ball genau und hoch zu spielen.



Wer nicht verteidigt, läuft zur Leine vor: Dreiergruppen. A wirft den Ball über die Leine. Nimmt B den Ball, ruft C «zu mir», läuft schnell Richtung Leinenmitte vor, dreht sich zu B, beobachtet die Abnahme von B und verschiebt sich so zum Ball, dass er ihn oberhalb des Kopfes fangen kann. Führt C die Abnahme aus, fängt B den Ball vorne am Netz.

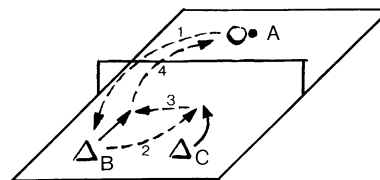
- Der S an der Leine spielt den Ball mit einem Pass senkrecht in die Höhe, bevor er ihn fängt.



⚠ Wer den Ball nicht abnimmt, ruft «Zu mir!» und läuft zur Leinenmitte vor.

Spielaufbau 2 mit 2: Dreiergruppen. A wirft den Ball über die Leine. Wenn B mit einem Pass abwehrt, verschiebt sich C zum Ball, orientiert sich mit der Körperfront in Abspielrichtung und spielt den Ball parallel zur Leine. Ziel ist es, dass B den Ball knapp vor dem Netz ohne Schwierigkeiten mit einem Pass ins Spielfeld von A spielen kann.

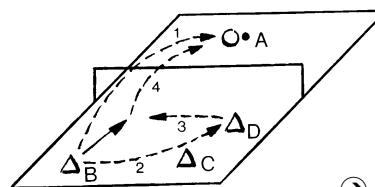
- Wie oft gelingt dies B und C bei 10 Pässen von A?
- Spiel 2 mit 2: 2 S bilden ein Team und spielen mit einer anderen Zweiergruppe. Welcher Vierergruppe gelingt der Spielaufbau über 3 Ballberührungen zuerst 3-mal hintereinander ohne Fehler?



➡ Spiel 2 gegen 2:
Vgl. Bro 5/4, S. 48;
Spielregeln:
Vgl. Bro 5/4, S. 66

Spielaufbau 3 mit 3: Vierergruppen. 2 S stehen hinten (B, C), einer vorne an der Leine (D), einer ist Zuwerfer (A). A beginnt und spielt den Ball mit einem Pass über die Leine. B (oder C) nimmt mit Pass oder Manchette ab und spielt den Ball nach vorne zu D. Dieser spielt ihn parallel zur Leine entweder auf B oder C weiter. B (oder C) läuft zum Netz und spielt den Ball mit Pass oder Sprungpass zu A.

- Erschwerung: B, C und D bilden für die Abwehr eine Linie. Wehrt B (oder C) mit Pass oder Manchette ab, ruft D «zu mir», läuft zur rechten Seite der Leine vor und spielt den Ball parallel zur Leine entweder auf B oder C. B (oder C) läuft zur Leine und spielt den Ball zu A. Nimmt D ab, läuft B nach vorne zur Leine und spielt den Pass.
- Spiel 3 mit 3: Spielaufbau über 3 Ballberührungen.
- Spiel 3 gegen 3: Direkte Rückpässe nicht erlaubt.



➡ Spiel 3 gegen 3:
Vgl. Bro 5/4, S. 48;
Spielregeln: Vgl. Bro 5/4, S. 66

Ⓣ **Spiel 3 mit 3:** Spielaufbau mit 3 Ballberührungen. Der Ball wechselt das Team 5-mal hintereinander ohne Fehler. Zufällige Gruppenzusammensetzung.