



Gruppentaktische Zusammenarbeit im Angriff

MODUL: Sperren, Sperren/Absetzen und Doppelpass

Kooperation in kleiner Gruppe

Systematik der Angriffsmittel



Individuelle Spielhandlungen

- ▶ Angriffsgrundbewegungen (z. B. Stoßen, Lauftäuschungen, seitliche Bewegungen, Gegenziehen)
- ▶ Techniken (z. B. Wurf-, Pass-, Täuschungsvarianten)
- ▶ Spielverhalten 1 gegen 1

Kooperative Angriffsmittel

Kooperatives Zusammenspiel

- ▶ in der Breite: z. B. Parallelstoß, Kreuzen
- ▶ in der Tiefe: z. B. Doppelpass, Sperren/Absetzen
- ▶ in Breite und Tiefe: z. B. Kreuzen **und** Sperren

Mannschafts- taktische Angriffsmittel

- ▶ Auslösehandlungen mit vier und mehr Spielern wie z. B.:
 - Übergänge
 - Kombinationen von Kooperationen

Kooperation in kleiner Gruppe

Kooperationen - allgemeine Grundprinzipien



Angriffs- vorbereitung

- ▶ Angriffsdruck erhöhen
- ▶ Gegenspieler binden, aus der Grundposition ziehen
- ▶ Abwehr zu ihren Grundbewegungen zwingen
- ▶ Spielverlagerung

Tempowechsel

- ▶ Angriffshandlungen mit einem deutlichen Tempowechsel beginnen

Torgefährlichkeit

- ▶ Stellungsvorteil nur durch torgefährliche Aktionen!
- ▶ Zunächst eigene Abschlusschance suchen!

Weiterspielen

- ▶ Weiterspielen, wenn sich keine direkte Abschlussmöglichkeit ergibt!
- ▶ Prinzip der Spielkontinuität

Kooperation in kleiner Gruppe

Sperren - Sperrtechniken



Frontalsperre

► Sperre mit der Brust



Rückensperre

► Sperre mit dem Rücken



Flankensperre

► Sperre mit einer Körperseite

- **Regeltechnischer Hinweis:**
- die Einnahme der Sperrstellung,
 - das Verhalten in der Sperre und
 - das Lösen aus der Sperre sind **passiv!**

Kooperation in kleiner Gruppe

Sperren - Beispiele taktischer Varianten (1)



Sperren/Absetzen



Schirmen



Kooperation in kleiner Gruppe

Sperren - Beispiele taktischer Varianten (2)



Scheinsperre



Kooperation in kleiner Gruppe

Sperren/Absetzen - Knotenpunkte (1)



- ▶ Kleinere Distanz zwischen sperrendem Kreisspieler und zu sperrendem Abwehrspieler in der Ausgangsposition
- ▶ Der Kreisspieler „gleitet“ in die Sperre **mit Abstand** zum Gegenspieler
- ▶ Täuschungsbewegung des Rückraumspielers verläuft in die Gegenrichtung der Sperre
- ▶ Torgefährliche Täuschung (eigene Durchbruchchance zu Gegenseite der Sperre)!

Timing: Die Sperre steht im Moment der Körpertäuschung des Ballhalters!

Kooperation in kleiner Gruppe

Sperren/Absetzen - Knotenpunkte (2)



- ▶ Raumgreifende Folgehandlung des Rückraumspielers (Bild 3)
- ▶ Der Kreispieler muss die Sperre lange halten, damit der Rückraumspieler Zeit für die Folgehandlung/den Durchbruch hat!
- ▶ Die Absetzbewegung des Kreispielers erfolgt parallel zur Laufrichtung des Rückraumspielers



Timing der Absetzbewegung: Der Kreispieler läuft in den nach vorn gespielten Pass hinein!

Kooperation in kleiner Gruppe

Doppelpass in der Tiefe - Knotenpunkte (1)

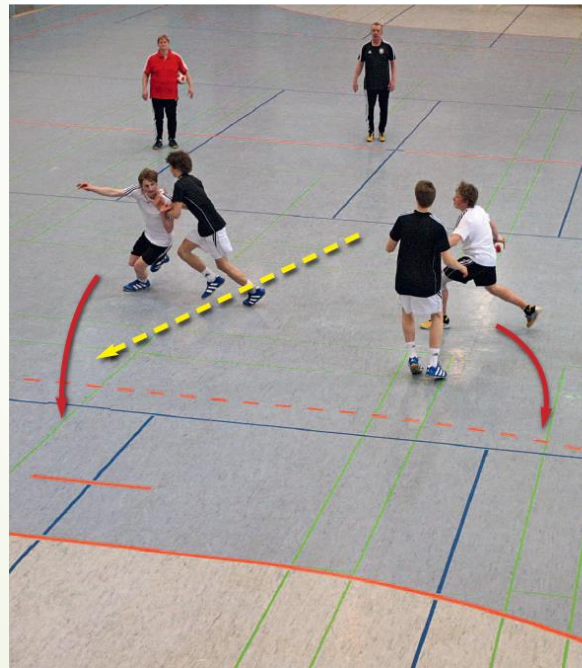


Anbietender Kreisspieler

- ▶ Lösen vom Gegenspieler mit einer Lauf-
täuschung ohne Ball in die entgegenge-
setzte Richtung.
- ▶ Nach vorn in den Tiefenraum laufen und
sich zum Anspiel anbieten.
- ▶ Aus dem „Schatten“ des Gegenspielers
des Ballhalters laufen:
diagonal anbieten!

Kooperation in kleiner Gruppe

Doppelpass in der Tiefe - Knotenpunkte (2)



Freilaufender Rückraumspieler

- ▶ **Abspielen** (= Give) und **freilaufen** (= and Go).
- ▶ Im Rücken des Gegenspielers „weg vom Ball“ freilaufen.

Verhalten des ballbesitzenden Kreisspielers

- ▶ Körperdrehung zum Tor
- ▶ Handlungsalternative: eigener überraschender Durchbruch!
- ▶ Nach dem Abspiel: sofort wieder situationsgerecht freilaufen!

Methodische Einführung des Sperren/Absetzen

ZUR PERSON



Kurt Reusch

38 Jahre Landestrainer in Württemberg, langjähriger DHB-Trainer bei der Junioren- und Männernationalmannschaft und einer der erfolgreichsten Vereinstrainer – erst jüngst schaffte er mit dem TV Neuhausen/Erms den Aufstieg in die 2. Liga. Keine Frage,

Kurt Reusch hat wie kein anderer nicht nur die Handballentwicklung und die Nachwuchsförderung im DHB geprägt, sondern auch viele Impulse für die methodische Weiterentwicklung im Handball gegeben. *handballtraining* freut sich darauf, dass er seinen großen Erfahrungsschatz auch im nun anstehenden Ruhestand weitergeben will.

Methodische Einführung des Sperren/Absetzen

Die Knotenpunkte

1 Wann startet der Kreisspieler?

Er muss den Pass im Rückraum antizipieren und sich an den zu sperrenden Spieler herannähern.

2 Wann muss er in der Sperre stehen?

Mit der Auftaktbewegung (=Täuschung) des Rückraumspielers muss er in der Sperre stehen.

3 Wie verhält er sich in der Sperre?

Er muss 2 Sekunden lang wie festgemauert in der Sperre stehen!

4 Wie setzt er sich ab?

Er muss sich nach vorn in den freien Raum absetzen, in den Bodenpass hineinlaufen und den Ball mit einem Schritt aufnehmen.

5 Wie wird er angespielt?

Der Rückraumspieler verzögert das Anspiel im letzten Moment eine Zehntelsekunde und 'steckt' dann einen Bodenpass diagonal nach vorn.





Methodik

SCHRITT 1: TECHNICSCHULUNG

Erarbeiten von **Passvarianten
in die Tiefe**

Erarbeiten von Passvarianten in die Tiefe

ORGANISATION

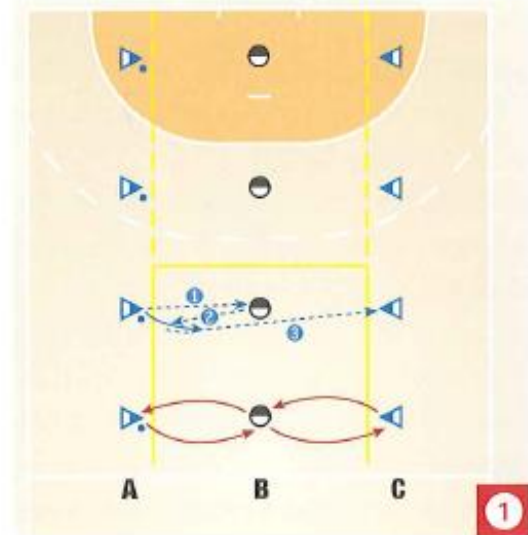
Passqualität in der 3er-Gruppe vorbereiten

3er-Gruppen mit 1 Ball bilden. Zwei Spieler jeder Gruppe stehen sich an den Seitenlinien des Volleyballfeldes gegenüber, der dritte nimmt eine Position in der Mitte ein.

Ablauf

A spielt mit B einen Pass-Rückpass, läuft auf den als Abwehrspieler agierenden B zu und spielt eine vorgegebene Passvariante zu C. Anschließend Positions- und Aufgabenwechsel von A und B in der Mitte. Dann spielen C und A den gleichen Ablauf usw.

In dieser einfachen Organisationsform können in kurzer Zeit viele Wiederholungen absolviert werden. Es können alle Varianten von Bodenpässen zur Wurfarm- und zur Wurfarmgegenseite, Dreher links und rechts am Gegner vorbei geschult werden. Der Trainer kann gezielt individuell korrigieren. Für mich ist hier besonders wichtig, dass die Spieler die Pässe mit hoher Konzentration spielen. Jeder Spieler muss 100-prozentig hinter seinen Bodenpass stehen und ihn mit großer Präzision spielen.



Organisationsform für viele Wiederholungen in kurzer Zeit

Erarbeiten von Passvarianten in die Tiefe

Spiel 4 gegen 4 im Streifen gegen eine 3:2:1-Abwehr

Organisation

In Erweiterung zum Grundspiel 2 gegen 2 in zwei Sektoren wird die mittlere Sektorenlinie aufgehoben. Beide Seiten werden jetzt zum Grundspiel 4 gegen 4 miteinander verbunden.

Auch hier sollen Sperren aus dem Passspiel im Rückraum heraus gestellt werden.

Neben dem Kreisenspiel im Streifen beim Sperren/Absetzen besteht auch hier die Möglichkeit, den diagonalen Kreisspieler anzuspielen.

Methodisches Vorgehen

1. Abwehrspieler agieren im Innenblock der 3:2:1-Abwehr (HL, HR, HM und VM).
2. Wettkampf Angriff gegen Abwehr mit vollaktiver Abwehr

Häufige Fehler bei Jugendlichen

1. Erzwingen von Abschlussaktionen

Häufig versuchen Rückraumspieler, beim Sperren/ Absetzen Abschlussaktionen regelrecht zu erzwingen. Dies führt oft zu einer hohen Fehlerquote. Wichtig ist, dass die Angreifer zunächst ruhig 5 bis 6 Pässe im Rückraum spielen, bevor sie eine Sperre nutzen.

Die Rückraumspieler sollten dabei genau beobachten, ob das Timing und die Position des sper-

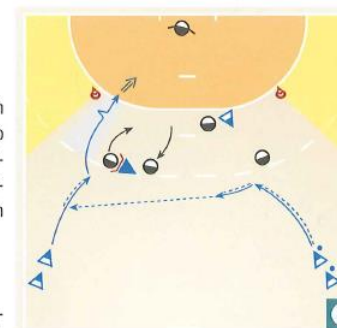
renden Kreisspielers richtig sind. Bei Fehlern muss auf jeden Fall weiterspielt werden, also der Ball im Spiel gehalten werden. Die beiden Bilder auf der linken Seite unten zeigen typische Timing-Probleme in der Kooperation zwischen dem sperrenden Kreis- und dem Rückraumspieler.

2. Programmierte Abspiele

Der Trainer sollte darauf achten, dass Rückraumspieler nicht „programmiert“ versuchen, den sich absetzenden Kreisspieler anzuspielen. Reagiert die Abwehr z. B. sehr früh mit Übergeben/Übernehmen, muss der Rückraumspieler immer auch die Option zum eigenen Durchbruch haben (siehe Bild auf dieser Seite unten rechts).

3. Auch Kleinigkeiten sind wichtig

Der Rückraumspieler muss in der Folgehandlung den Gegenspieler erst konsequent binden, bevor das Kreisenspiel erfolgt. Pässe zum Kreis müssen nach vorn und nicht, wie im Bild in der Mitte unten zu sehen, direkt „auf den Mann“ gespielt werden. Auch die Laufrichtung des absetzenden Kreisspielers ist wichtig. Im Bild unten links setzt er sich nach außen ab, so dass der ballorientiert umlaufende Abwehrspieler nun den Pass abfangen kann!



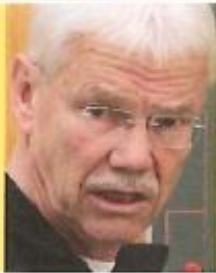
Spielt die Abwehr früh Übergeben/Übernehmen, kann RL auch selbst durchbrechen.

▲ Beachte

Wie wird gegen Sperren verteidigt?

In der 3:2:1-Abwehr arbeiten die Halbverteidiger nach vorn. Der defensive HM gibt die Information „Sperre“ an den jeweiligen Halbverteidiger. Der offensive Halbverteidiger versucht daraufhin, nach vorn aus der Sperre herauszugehen und den ballbesitzenden Rückraumspieler weiter offensiv zu bekämpfen. HM bleibt beim Kreisspieler. Kann der Rückraumspieler den Halbverteidiger allerdings überlaufen, muss er zurücksinken. HM kann defensiv blocken oder offensiv nach vorn herauslaufen.

Erarbeiten von Passvarianten in die Tiefe



„Jeder Spieler muss 100-prozentig hinter seinem Bodenpass stehen – er darf den Ball nicht wie eine heiße Kartoffel nur wegwerfen!“

Erarbeiten von Passvarianten in die Tiefe

1

PASSVARIANTE

Bodenpass durch die Beine

Aus dem Pass-Rückpass läuft der Angreifer gerade auf den Abwehrspieler zu. Als Hilfe grätscht der Abwehrspieler seine Beine. Aus dem geraden Anlauf spielt der Angreifer dann einen Bodenpass durch die Beine des Abwehrspielers zum Mitspieler.

Häufige Fehler bei Jugendlichen

- ▶ Der Passspieler bleibt zu aufrecht; er muss seinen Körperschwerpunkt vor dem Passen absenken (Bild 2).
- ▶ Wichtig ist auch, dass der Ball durchgesteckt und nicht geworfen wird

Diese Passvariante lebt vom Überraschungseffekt

Der Bodenpass durch die Beine wird (siehe Bild rechts) vor allem dann gespielt, wenn der Gegenspieler in frontaler Position (statt versetzt auf der Wurfarmseite) agiert. Rechts ist die besonders tiefe Körperhaltung von Balic beim Bodenpass durch die Beine zu sehen. Kreisspieler Vori sperrt den Raum im Abwehrzentrum zwischen den Innenverteidigern der schwedischen 6:0-Abwehr perfekt frei und kann so in den Bodenpass hineinlaufen und zum Torwurf ansetzen



Der Bodenpass durch die Beine bietet sich an, wenn der Abwehrspieler frontal agiert oder in Bewegung ist.

Erarbeiten von Passvarianten in die Tiefe



Erarbeiten von Passvarianten in die Tiefe

Bodenpass als Dreher gespielt

Aus einem geraden Anlauf wird der Ball etwa hüfthoch am Gegenspieler – in Bild 2 oben hat der Abwehrspieler seine Arme in Blockhaltung oben – vorbeigespielt.

Der Ball muss dabei so gespielt werden, dass er nur einmal aufspringt. Das verlangt natürlich viel Ballgefühl von den Spielern.

Häufiger Fehler bei Jugendlichen

Der Ball ist zu lange unterwegs. Er muss so schnell wie möglich beim Mitspieler ankommen!

Je nach Richtung, ob der Ball links oder rechts am Abwehrspieler vorbeigedreht wird, wird der Dreher nach innen (Bildreihe oben) oder nach außen gespielt (Bild rechts).



Variante: Dreher nach außen

Erarbeiten von Passvarianten in die Tiefe



Erarbeiten von Passvarianten in die Tiefe

3

PASSVARIANTE

No-Look-Pass

Sogenannte No-Look-Pässe leben ebenfalls vom Überraschungseffekt und werden oft dann gespielt, wenn der Abwehrspieler die Arme nicht oben hat und eher abwartend agiert.

Aus dem geraden Anlauf sollte der Angreifer zunächst einen Bodenpass vortäuschen und dabei – das ist besonders wichtig – auch nach unten schauen!

Der Pass wird nicht aus einer Wurfauslage gespielt, sondern vor dem Körper überraschend über den Kopf des Gegenspielers gedrückt. ▶



Gerade anlaufen, Bodenpass vortäuschen; beim Pass nach unten schauen!



Den Ball über den Kopf des Gegenspielers drücken.

Erarbeiten von Passvarianten in die Tiefe

Bodenpass „durchgesteckt“ zur Wurfarmgegenseite

Bei dieser Passvariante muss der Angreifer schräg von der Seite anlaufen.

Als Linkshänder setzt er vor dem Gegenspieler den linken Fuß in einer weiten Schrittstellung nach vorn. Diese weite Schrittstellung ist notwendig, damit er den Ball aus einer tiefen Körperhaltung am Gegenspieler vorbeispielen kann (Bildreihe oben, besonders die Bilder 4 bis 6). Mit gebeugten Knien und einer guten Körperspannung wird der Ball an der Hüfte des Gegenspielers vorbeigedrückt.

Der so um den Gegenspieler herumgespielte

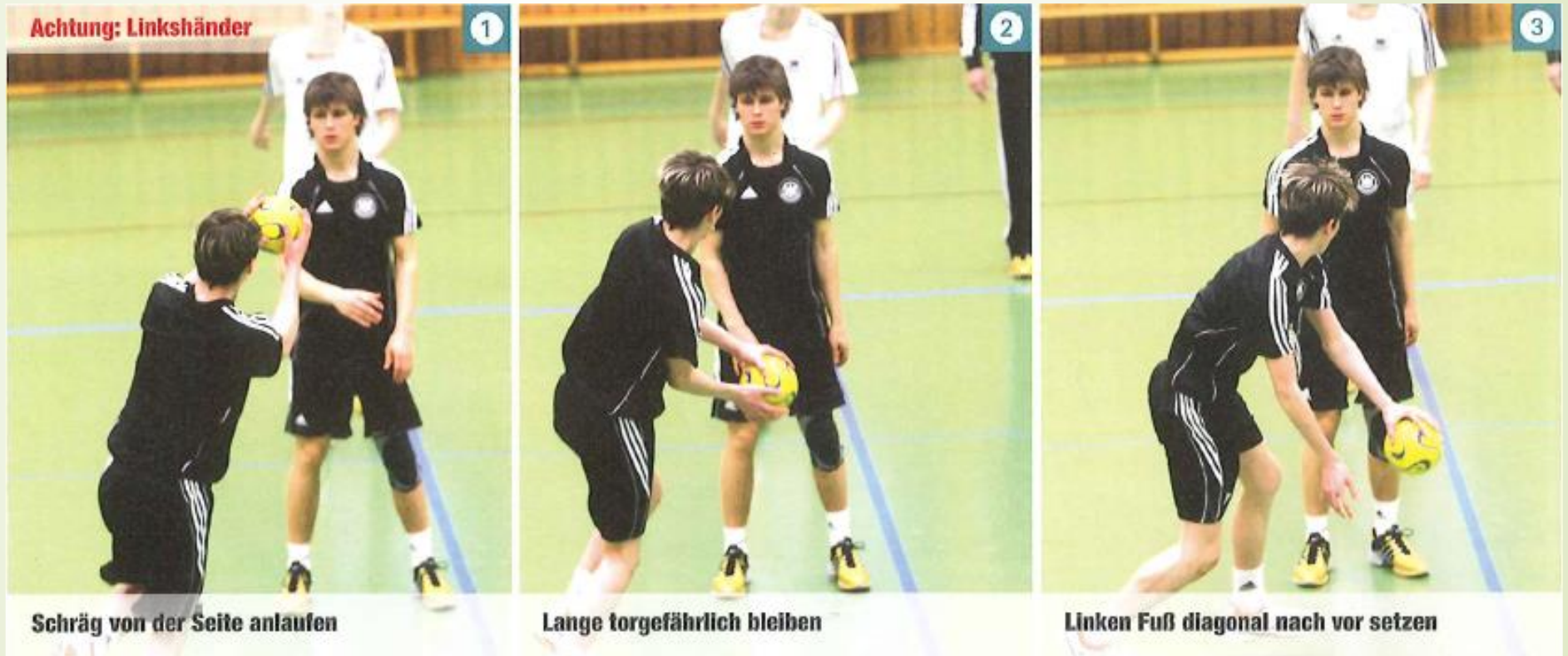
Bodenpass darf nur „wenige Zehntelsekunden“ unterwegs sein.

Ivano Balic (Kroatien) hat diese Passvariante zum Kreisspieler vor einigen Jahren kreiert. Er kann diesen Bodenpass aus extrem tiefer Körperhaltung quasi auf Kniehöhe am Abwehrspieler vorbeispielen. Er spielt diesen Pass oft ansatzlos aus einer 1 gegen 1-Aktion, ohne Blickverbindung zum Kreisspieler oder täuscht vorher z. B. ein Abspiel zu einem kreuzenden Rückraumspieler an.



Der Bodenpass wird aus zu aufrechter Position gespielt.

Erarbeiten von Passvarianten in die Tiefe



Erarbeiten von Passvarianten in die Tiefe



Den Ball um den Gegenspieler herum nach unten führen



Gebeugte Knie, Körperspannung und Druck auf den Ball



Bodenpass aus dem Handgelenk heraus nach vorn durchstoßen

Erarbeiten von Passvarianten in die Tiefe

Bei dieser Passvariante ist das Timing entscheidend

Beim Spielen dieses Bodenpasses zur Wurfarmgegenseite ist für mich eine scheinbare Kleinigkeit ganz wichtig, wenn nicht sogar entscheidend: Viele Spieler versuchen, diesen Pass aus einer runden Bewegung heraus zu spielen. Solche Pässe sind aber in der Praxis oft ungenau. Dieser Bodenpass wird in einzelnen Phasen hintereinander gespielt: Den Ball mit der Wurfhand nach unten führen, kurz abstoppen, dann Druck auf den Ball ausüben und den Pass aus dem Handgelenk „durchstecken“.

Wettkämpfe motivieren

Es kann auch ein Wettkampf z. B. über 60 Sekunden durchgeführt werden. Regeln:

- ▶ Abwehrspieler gewinnt den Ball oder provoziert einen Ballverlust = Punkt
- ▶ Ball aus der Zone = Punkt
- ▶ Fußabwehr = Abzug eines Punktes, der bereits gewonnen wurde
- ▶ Ball springt zweimal auf = Punkt für den Abwehrspieler

Jeder Abwehrspieler zählt seine Punkte, sie ermitteln untereinander ihr Ranking. Die Spieler auf Platz 2 und 3 müssen z. B. Zusatzaufgaben (2 = 6 beidbeinige Sprünge; 3 = 12 beidbeinige Sprünge) absolvieren. Wichtig ist, dass die Abwehrspieler voll aktiv sind und die Angreifer möglichst alle Passvarianten unter Druck anwenden müssen. ▶

▲ Beachte



Dieser Bodenpass ist keine runde Bewegung!

Der Bodenpass zur Wurfarmgegenseite ist keine runde Bewegung, sondern eine dreigeteilte:

1. Den Ball zur Wurfarmgegenseite nach unten führen.
2. Mit der Bewegung einen kurzen Moment innehalten.
3. Dann Druck auf den Ball aufbauen und den Pass aus dem Handgelenk spielen.

Wichtig: Der Ball darf nur wenige Zehntelsekunden zum Mitspieler unterwegs sein.

Erarbeiten von Passvarianten in die Tiefe

5

PASSVARIANTE

Rückhandpass über die Schulter

Dieser Pass wird vor allem zwischen Halb- und Außenangreifer gespielt, wenn der Außenverteidiger in Richtung des Halbspielers einrückt und ihn angreift.

Der Pass wird dabei aus der Wurfauslage mit Stemmschritt über die Schulter zum Partner als Bodenpass gespielt.

Wichtig ist dabei, dass der Wurfarm über Schulterhöhe gestreckt nach hinten gedreht wird. Der Bodenpass muss dabei schnell unterwegs sein, da in der Anwendung im Spiel auch nur kurzfristig eine Überzahl besteht.



Rechter Fuß vorn: torgefährlicher Stemmschritt



Wurfarm mit Ball nach hinten drehen

Erarbeiten von Passvarianten in die Tiefe



Mit gestrecktem Arm über die Schulter nach hinten drehen



Den Ball rückwärtig als Bodenpass zum Partner spielen.



Wichtig: Der Ball muss schnell unterwegs sein.



Methodik

SCHRITT 2: GRUNDÜBUNGEN

Spiel 2 gegen 1 mit Sperren

Spiel 2 gegen 1 mit Sperren

GRUNDÜBUNG 1

Der Kreisspieler gleitet in die Sperre gegen Halb-Links.



Die Sperre steht im Moment der Körpertäuschung des Rückraum-Links



Raumgreifende Folgehandlung des Rückraumspielers



Spiel 2 gegen 1 mit Sperren

Gutes Timing: Die Sperre steht immer noch!



Der Kreisspieler läuft in den nach vorn gespielten Bodenpass hinein.



Beidbeiniger Absprung zum Sprungwurf vom Kreis.



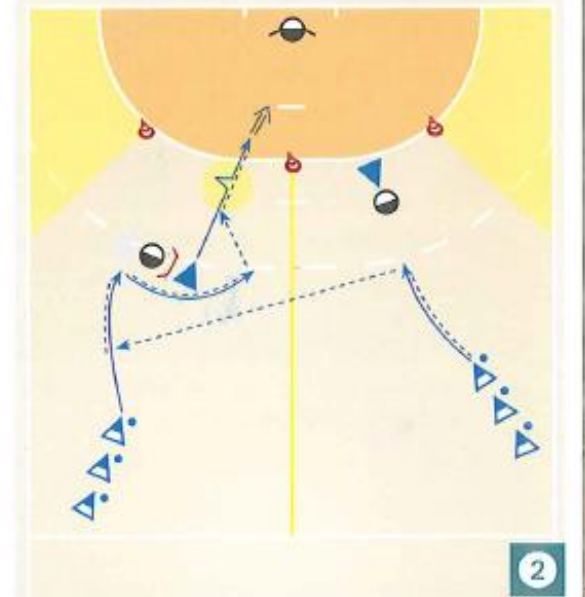
Spiel 2 gegen 1 mit Sperren

Organisation/Ablauf

In zwei Sektoren wird 2 gegen 1 mit einem halboffensiven Abwehrspieler gespielt. In der nebenstehenden Abbildung spielt RR aus einer leichten Stoßbewegung einen Auftaktpass zu RL. Ist die Ausholbewegung von RR beim Pass zu Ende, geht der Kreisspieler in die Sperre. Die Sperre steht, wenn RL die Auftaktbewegung (= Täuschung, siehe Bild 2 in der Bildreihe oben) durchführt. Jetzt folgt die raumgreifende Bewegung des linken Rückraumspielers in die Tiefe (Bilder 3 und 4). Im Folgenden spielt er einen Bodenpass nach vorn zum sich absetzenden Kreisspieler (Bilder 4 und 5), der beidbeinig hoch zum Sprungwurf in den Torraum abspringt (Bild 6).

Methodisches Vorgehen

1. Der Abwehrspieler agiert nur halboffensiv und ist „drei-Viertel-aktiv“.
2. Der Abwehrspieler bewegt sich im Raum bis zur 9 m-Linie, so dass das Timing für den Kreisspieler schwieriger wird.
3. Die Rückraumspieler spielen zwischen der RL- und der RR-Position Express-Pässe mit leichten Stoßbewegungen. In die Pässe hinein stellen die Kreisspieler die Sperren innen oder außen gegen den Abwehrspieler.



2 gegen 1 in Sektoren

Spiel 2 gegen 1 mit Sperren

Fehlerkorrektur: Timing ist entscheidend

1. Verhalten des Kreisspielers in der Sperre

Oft lösen sich Kreisspieler viel zu früh aus der Sperre, was der Abwehr natürlich entgegenkommt. Ganz wichtig für mich ist, dass der Kreisspieler etwa 2 Sekunden wie „festgemauert“ in der Sperre stehen, da der Gegenspieler versuchen wird, ihn wegzuschieben. Diese 2 Sekunden sind besonders wichtig, damit der ballbesitzende Rückraumspieler ausreichend Zeit für seine Folgehandlungen bzw. für seinen Durchbruch hat. Erst dann setzt er sich nach vorn ab, um den Bodenpass mit einem Schritt anzunehmen.

2. Rhythmus des Passgebers

In der Bildreihe unten springt RR in Bild 1 in die Täuschung. In der Folgehandlung geht der erste Schritt raumgreifend zur Seite (Bild 2), der zweite Schritt (Bild 3) in die Tiefe diagonal nach vorn. Dann ist das Timing des Bodenpasses wichtig: Den Körperschwerpunkt absenken, den Pass etwa eine „Zehntelsekunde“ verzögern, dann Druck auf den Ball ausüben und den Bodenpass nach vorn „stecken“. Bild 5 zeigt, wie der Bodenpass nicht auf den Mann, sondern nach vorn gespielt wird. Sonst kann der Abwehrspieler, der versucht die Sperre nach vorn zu umlaufen, den Ball herausspielen! ▶

▲ Beachte



Starke Auftaktbewegung ist gefragt!

Ganz wichtig ist hier eine starke Auftaktbewegung des Rückraum-Rechts gegen die Durchbruchseite, um seinen Gegenspieler auf eine falsche Fährte zu locken.

Der Kreisspieler stellt seine Sperre in die Durchbruchaktion des Rückraum-Rechts mit dem Ziel, den Gegenspieler des Rückraum-Rechts auflaufen zu lassen. Deshalb muss er die Sperre zwei Sekunden lang halten. Erst direkt nach dem Körperkontakt mit dem Abwehrspieler darf er sich aus der Sperre absetzen.

Spiel 2 gegen 1 mit Sperren

▲ Beachte



Wie läuft der Kreisspieler in die Sperre?

Häufig versuchen Nachwuchsspieler auf der Kreisposition, aus größerer Distanz in die Sperre zu sprinten. Dann sind Fehler (z. B. Timing, Angreiferfoul) vorprogrammiert. Der Kreisspieler muss die Bewegung des Passgebers im Rückraum antizipieren und sich an den zu sperrenden Gegenspieler quasi „heranmogeln“! Ist die Ausholbewegung des Passgebers zu Ende, gleitet er in die Sperre (siehe Bild rechts).

Ist die Ausholbewegung des Ballhalters – hier Rückraum-Rechts – zu Ende, läuft der Kreisspieler in die Sperre.



Spiel 2 gegen 1 mit Sperren

Der Kreisspieler steht zwei Sekunden lang fest in der Sperre.



Bewegungsrhythmus des Rückraum-Rechts: Einspringen, dann erster Schritt zur Seite ...



... dann zweiter Schritt diagonal nach vorn, runter gehen und den Bodenpass spielen.





Methodik

SCHRITT 3: GRUNDSPIELE

Spiel 2 gegen 2 und 4 gegen 4

Spiel 2 gegen 2 und 4 gegen 4

GRUNDSPIEL

1 Spiel 2 gegen 2 im Streifen

Organisation

Auf der linken und rechten Seite werden je zwei Sektoren markiert. In beiden Sektoren agieren jeweils ein Kreis- und ein Rückraumspieler gegen zwei Abwehrspieler. Alle Spieler dürfen dabei nur in ihrem Streifen agieren.

Mit dem zusätzlichen defensiven Abwehrspieler entsteht jetzt eine klassische 2 gegen 2-Situation: In der 3:2:1-Abwehr sind das die Halbverteidiger HL/HR und der HM. In der 3:2:1-Abwehr muss der Hinten-Mitte in der Regel hin- und her verschoben. In dieser Übungsorganisation haben wir als Erleichterung jeweils einen festen HM.

Ablauf

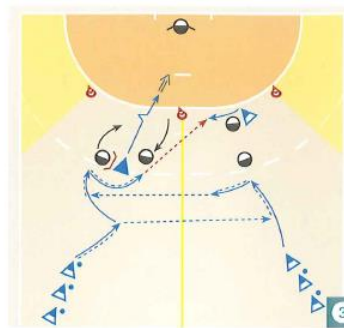
Die Rückraumspieler spielen sich mehrfach den Ball zu. Aus diesem Passspiel heraus läuft ein Kreisspieler in die Sperre. Die Halbverteidiger HL/HR gehen dabei etwas nach vorn, wenn der Ball auf ihre Seite zum Gegenspieler gepasst wird.

Wichtig ist für mich, dass die Angreifer jetzt den Abschluss nicht erzwingen. Stimmt das Timing der Sperre nicht oder reagiert die Abwehr richtig, muss im Rückraum weiterge-

spielt werden. Dann erfolgt die zweite Sperre. Ist die Abwehr zu passiv, müssen in der spielnahen Anwendung auch Würfe aus dem Rückraum erfolgen.

Methodisches Vorgehen

1. Wie in der nebenstehenden Abbildung zu sehen, hat der Rückraumspieler zusätzlich die Möglichkeit, einen diagonalen Pass zum zweiten Kreisspieler zu spielen. Diese Alternative ist später im Angriff gegen eine 3:2:1-Abwehr sehr wichtig.
2. Die Abwehrspieler agieren zunächst halbaktiv bis zur 9m-Linie.
3. Verschiedene Formen des Zusammenspiels miteinander kombinieren: Auf einer Seite wird z. B. Sperren/Absetzen gespielt, auf der anderen Seite agiert der Kreisspieler am Torraum, die betreffenden Rückraumspieler versuchen, ihn mit z. B. No-Look-Pässen anzuspielen.
4. Wettkampf mit vollaktiver Abwehr.



2 gegen 2 in Sektoren; der Diagonal-Kreisspieler darf angespielt werden.

▲ Beachte



Häufiger Fehler in der Auftaktbewegung

Beim Sperren/Absetzen muss der Trainer schon das räumlich-zeitliche Bewegungsverhalten der Auftaktbewegung der Rückraumspieler im Blickfeld haben.

In der Auftaktbewegung dürfen Vorwärtsbewegung und Täuschung des Rückraumspielers nicht weit nach außen gerichtet sein, da sonst

- der Weg für die Folgehandlung nach innen zu lang,
- der Raum für einen optimalen Durchbruch nach außen (als Alternative) zu eng wird.

Spiel 2 gegen 2 und 4 gegen 4

FEHLERBILDER



Der Kreisspieler ist zu spät. Die Sperre steht mit der Täuschung des Rückraumspielers nicht.



Der Kreisspieler setzt sich zu früh ab. Er muss 2 Sekunden in der Sperre stehenbleiben.

Spiel 2 gegen 2 und 4 gegen 4



Falsche Laufrichtung beim Absetzen. Diagonal nach vorn zum Ball laufen!



Nicht direkt zum Kreisspieler passen. Der Ball muss nach vorn in den Raum gespielt werden.



Falsche Entscheidung. Eigener Durchbruch wäre richtiger.

Spiel 2 gegen 2 und 4 gegen 4

Spiel 4 gegen 4 im Streifen gegen eine 3:2:1-Abwehr

Organisation

In Erweiterung zum Grundspiel 2 gegen 2 in zwei Sektoren wird die mittlere Sektorenlinie aufgehoben. Beide Seiten werden jetzt zum Grundspiel 4 gegen 4 miteinander verbunden.

Auch hier sollen Sperren aus dem Passspiel im Rückraum heraus gestellt werden.

Neben dem Kreisenspiel im Streifen beim Sperren/Absetzen besteht auch hier die Möglichkeit, den diagonalen Kreisspieler anzuspielen.

Methodisches Vorgehen

1. Abwehrspieler agieren im Innenblock der 3:2:1-Abwehr (HL, HR, HM und VM).
2. Wettkampf Angriff gegen Abwehr mit vollaktiver Abwehr

Häufige Fehler bei Jugendlichen

1. Erzwingen von Abschlussaktionen

Häufig versuchen Rückraumspieler, beim Sperren/ Absetzen Abschlussaktionen regelrecht zu erzwingen. Dies führt oft zu einer hohen Fehlerquote. Wichtig ist, dass die Angreifer zunächst ruhig 5 bis 6 Pässe im Rückraum spielen, bevor sie eine Sperre nutzen.

Die Rückraumspieler sollten dabei genau beobachten, ob das Timing und die Position des sper-

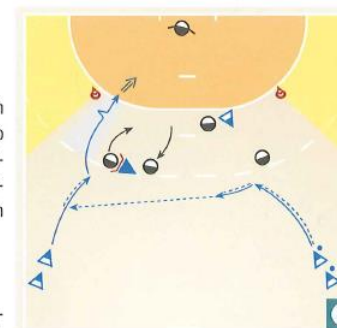
renden Kreisspielers richtig sind. Bei Fehlern muss auf jeden Fall weitergespielt werden, also der Ball im Spiel gehalten werden. Die beiden Bilder auf der linken Seite unten zeigen typische Timing-Probleme in der Kooperation zwischen dem sperrenden Kreis- und dem Rückraumspieler.

2. Programmierte Abspiele

Der Trainer sollte darauf achten, dass Rückraumspieler nicht „programmiert“ versuchen, den sich absetzenden Kreisspieler anzuspielen. Reagiert die Abwehr z. B. sehr früh mit Übergeben/Übernehmen, muss der Rückraumspieler immer auch die Option zum eigenen Durchbruch haben (siehe Bild auf dieser Seite unten rechts).

3. Auch Kleinigkeiten sind wichtig

Der Rückraumspieler muss in der Folgehandlung den Gegenspieler erst konsequent binden, bevor das Kreisenspiel erfolgt. Pässe zum Kreis müssen nach vorn und nicht, wie im Bild in der Mitte unten zu sehen, direkt „auf den Mann“ gespielt werden. Auch die Laufrichtung des absetzenden Kreisspielers ist wichtig. Im Bild unten links setzt er sich nach außen ab, so dass der ballorientiert umlaufende Abwehrspieler nun den Pass abfangen kann!



Spielt die Abwehr früh Übergeben/Übernehmen, kann RL auch selbst durchbrechen.

▲ Beachte



Wie wird gegen Sperren verteidigt?

In der 3:2:1-Abwehr arbeiten die Halbverteidiger nach vorn. Der defensive HM gibt die Information „Sperre“ an den jeweiligen Halbverteidiger. Der offensive Halbverteidiger versucht daraufhin, nach vorn aus der Sperre herauszugehen und den ballbesitzenden Rückraumspieler weiter offensiv zu bekämpfen. HM bleibt beim Kreisspieler. Kann der Rückraumspieler den Halbverteidiger allerdings überlaufen, muss er zurücksinken. HM kann defensiv blocken oder offensiv nach vorn herauslaufen.