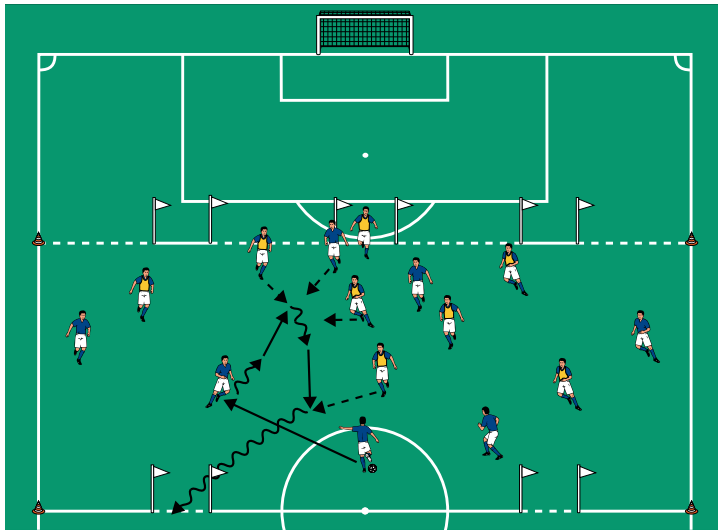


AKTIVE Ü20



SCHLUSSTEIL:

ABWEHRVERHALTEN IM 3-4-1-SYSTEM

ORGANISATION

- ▶ Ein 35 x 70 Meter großes Feld markieren
- ▶ Auf der Grundlinie am Strafraum 3 sowie gegenüber über 2 Stangentore markieren
- ▶ 7 Angreifer und 8 Verteidiger bestimmen
- ▶ Die Verteidiger stellen sich in einer 3-4-1-Formation auf

ABLAUF

- ▶ 7 gegen 8 auf die Stangentore.
- ▶ Jeder Angriff wird von den Angreifern von der Mittellinie aus gestartet.
- ▶ Die Angreifer versuchen, durch eines der drei Stangentore zu dribbeln.
- ▶ Bei Ballgewinn der Verteidiger kontern diese auf die beiden Stangentore auf der Mittellinie.

VARIATIONEN▶

- ▶ Das Spielfeld weiter vergrößern und die Stangentore auf die Strafraumlinie oder in den Strafraum zurückstellen.
- ▶ Längszonen abstecken, aus denen die Verteidiger seitlich heraus verschieben müssen, wenn sich der Ball auf der jeweils anderen Seite befindet.
- ▶ 2 Großtore aufstellen und je 1 Torhüter bestimmen.
- ▶ Zum Schluss frei spielen lassen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Jetzt agieren die Verteidiger erneut in Überzahl, allerdings auf deutlich größerem Feld und in einer deutlich komplexeren Spielsituation.
- ▶ Die Spieler zum Doppeln auffordern, um gezielt in Ballbesitz gelangen zu können.
- ▶ Die Verteidiger sollen die Passwege der Angreifer voraussehen und mit Tempo attackieren.
- ▶ Nach einem Ballgewinn zielstrebig kontern!