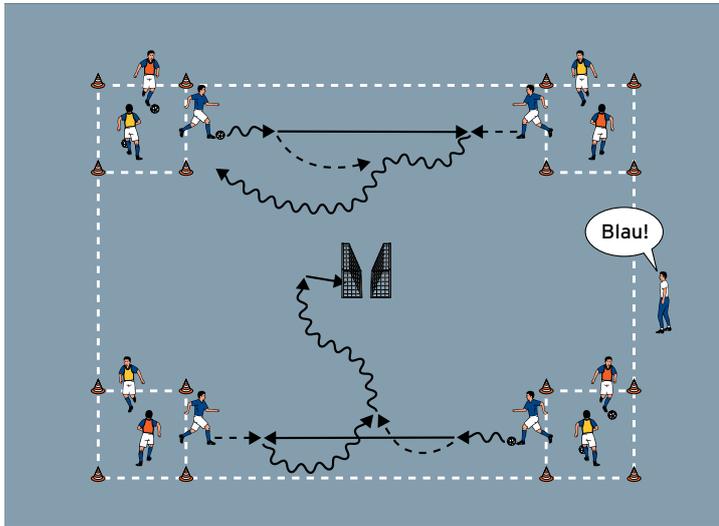


THEMA: VERTEIDIGEN IM 1 GEGEN 1



AUFWÄRMEN 2:

1 GEGEN 1 AUF LANGE DISTANZ

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Mittig des Feldes zwei Minitore rückseitig zueinander aufstellen
- ▶ 3 Teams einteilen
- ▶ In jedem Kleinfeld 1 Spieler einer Mannschaft postieren
- ▶ 2 diagonal gegenüberliegende Felder mit je 3 Bällen ausstatten
- ▶ Die an den Seitenlinien gegenüberliegenden Felder spielen gegeneinander

ABLAUF

- ▶ Die Spieler bewegen sich in den Feldern.
- ▶ Auf Zuruf einer Leibchenfarbe, passen die Ballbesitzer zum Spieler auf die andere Seite.
- ▶ Die Passempfänger versuchen, aus dem 1 gegen 1 ins gegenüberliegende Feld zu dribbeln.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, kontern sie auf die Minitore.
- ▶ Nach jedem Zweikampf die Aufgaben wechseln.

VARIATIONEN

- ▶ Den Spielern Bewegungsaufgaben stellen.
- ▶ Einen Flugball auf den Angreifer spielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ In den Feldern regelmäßig Leibchen tauschen, damit sich neue Zweikämpfe ergeben.
- ▶ Seitlich versetzt zum Angreifer stehen.