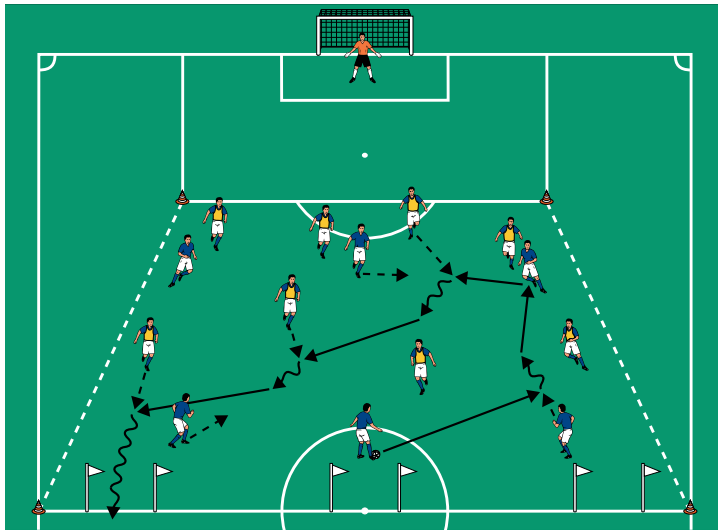


THEMA: VOR DEM EIGENEN TOR DIE RÄUME VERENGEN



HAUPTTEIL 1:

KOMPAKTES VERTEIDIGEN IM 4-4-SYSTEM

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau weiter verwenden
- ▶ Das Stangentor auf der Strafraumlinie entfernen
- ▶ Das trapezförmige Feld von den beiden Strafraumecken bis zur Mittellinie vergrößern
- ▶ Auf der Grundlinie 1 Tor mit Torhüter sowie auf der Mittellinie 3 Stangentore aufbauen
- ▶ 6 Angreifer und 8 Verteidiger einteilen
- ▶ Die Verteidiger im 4-4-System aufstellen

ABLAUF

- ▶ 6 gegen 8 auf das Tor mit Torhüter.
- ▶ Jede Aktion wird von den Angreifern vom Mittelkreis aus gestartet.
- ▶ Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so versuchen sie durch eines der Stangentore auf der Mittellinie zu dribbeln.

VARIATIONEN

- ▶ Das trapezförmige Feld variieren (verengen oder verbreitern).
- ▶ Gelingt es den Angreifern, in den Strafraum zu dribbeln, so erhalten sie 1 Zusatzpunkt.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Verteidiger sollen langsam und kompakt im Verbund zurückweichen, um im richtigen Moment wieder gezielt nach vorne rücken und den Ball erobern zu können.
- ▶ Ein gegenseitiges Absichern fordern: Die Spieler sollen gezielt Überzahl am Ball schaffen und den Ball konsequent erobern.
- ▶ Nach einem Ballgewinn sofort umschalten und zielstrebig kontern!