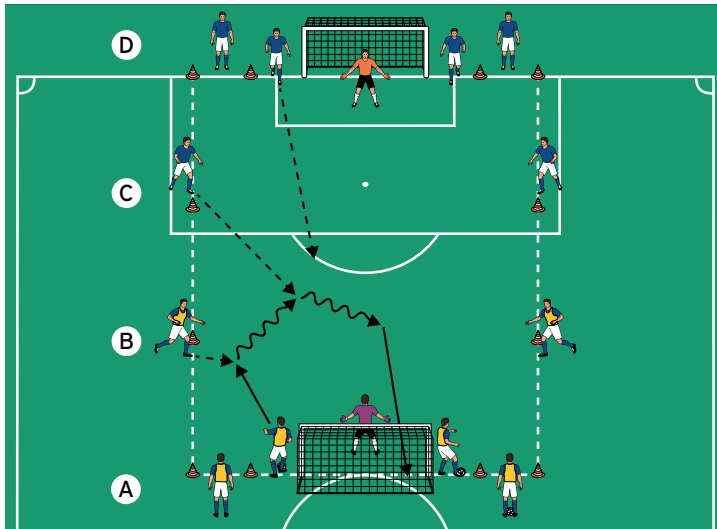


THEMA: AKTIVES VERTEIDIGEN IN ÜBERZAHL



HAUPTTEIL 1:

AKTIVES VERTEIDIGEN I

ORGANISATION

- ▶ Ein 40 x 30 Meter großes Spielfeld mit Toren mit Torhütern errichten.
- ▶ 2 Teams einteilen und den vorgegebenen Positionen A bis D zuweisen.
- ▶ Team Gelb hat Bälle.
- ▶ Blau agiert als Verteidiger.

ABLAUF

- ▶ Der erste Spieler bei A passt zu B und rückt auf dessen Position vor.
- ▶ B nimmt in Richtung Tor an und mit.
- ▶ Gleichzeitig rücken die jeweils ersten Spieler bei C und D ins Feld und versuchen, den Torabschluss von B zu verhindern und den Ball im 2 gegen 1 zu erobern.
- ▶ Anschließend startet die nächste Aktion von der jeweils anderen Seite.
- ▶ Nach einigen Durchgängen die Aufgaben wechseln.

VARIATIONEN

- ▶ B lässt auf A prallen, der anschließend aus zentraler Position auf das Tor zudribbelt.
- ▶ A spielt einen Flugball auf den seitlichen Angreifer auf der anderen Spielfeldseite.
- ▶ Gleicher Ablauf im 2 gegen 2: A startet nach dem Pass zu B ins Feld.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Mit dem Pass von A zu B sofort herausrücken und den Angreifer stellen.
- ▶ Gegebenenfalls den Angreifer so lange verzögern, bis D herangerückt ist, um den Ball in Überzahl zu erobern.
- ▶ Der hintere Verteidiger coacht den Vorderen.
- ▶ Nach einer Balleroberung schnell umschalten.
- ▶ Nach jeder Aktion die Positionen innerhalb der Mannschaft tauschen.