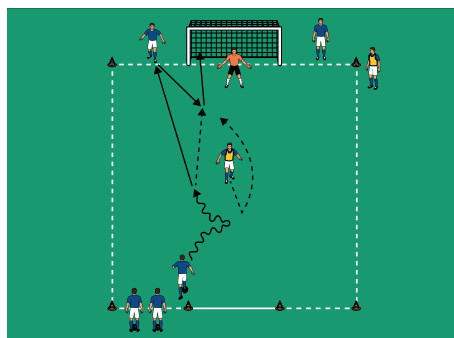
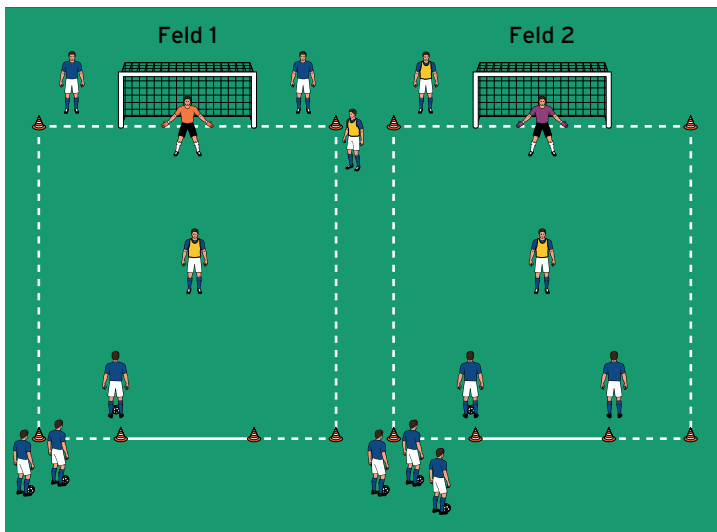
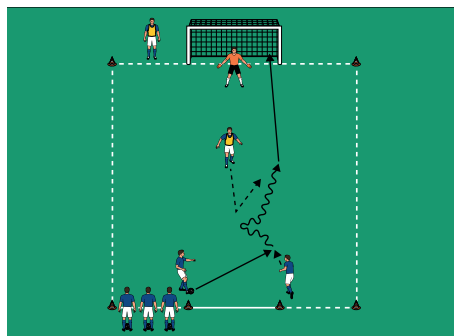


THEMA: DAS OFFENSIVE 1 GEGEN 1 TRAINIEREN



Feld 1



Feld 2

HAUPTTEIL 1:

1 GEGEN 1 MIT ANSPIELER I

ORGANISATION

- ▶ 2 Felder mit jeweils 1 großen Tor mit Torhüter und 1 Hütchenlinie errichten.
- ▶ 2 Gruppen bilden und auf die Felder verteilen.
- ▶ In beiden Feldern Angreifer und Verteidiger benennen.

ABLAUF FELD 1

- ▶ 2 Angreifer als Anspieler seitlich vom Tor postieren. 1 Verteidiger im Feld.
- ▶ Der Angreifer dribbelt ins Feld und versucht, sich im 1 gegen 1 gegen den Verteidiger durchzusetzen.
- ▶ Dabei darf er die beiden Anspieler einbeziehen.
- ▶ Allerdings zählen Treffer, die ohne Hilfe der Anspieler erzielt werden, doppelt.
- ▶ Erobert der Verteidiger den Ball, kontert er über die Hütchenlinie.
- ▶ Die Verteidiger nach jeweils 2 Aktionen wechseln.

ABLAUF FELD 2

- ▶ 1 Angreifer mit und 1 ohne Ball nebeneinander am Hütchentor postieren.
- ▶ Der Angreifer mit Ball passt zu seinem Mitspieler, der ins Feld zum 1 gegen 1 gegen den Verteidiger an- und mitnimmt.
- ▶ Erobert der Verteidiger den Ball, kontert er über die Hütchenlinie.
- ▶ Die Verteidiger nach jeweils 2 Aktionen wechseln.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ In Feld 1 startet der Angreifer aus einem frontalen 1 gegen 1 im Zentrum mit relativ großem Abstand zum Verteidiger.
- ▶ Möglichst hohes Tempo aufnehmen!
- ▶ Den Verteidiger möglichst seitlich anlaufen, um ihn auf eine Seite zu ziehen. Hier kann er ihn gegebenenfalls mit einer geschickten Körpertäuschung auf dem falschen Fuß erwischen.
- ▶ Sollte der zielstrebige Weg zum Tor jedoch versperrt sein, kann der Angreifer mit einem Pass auf einen Anspieler neben dem Tor eine neue Situation herstellen.