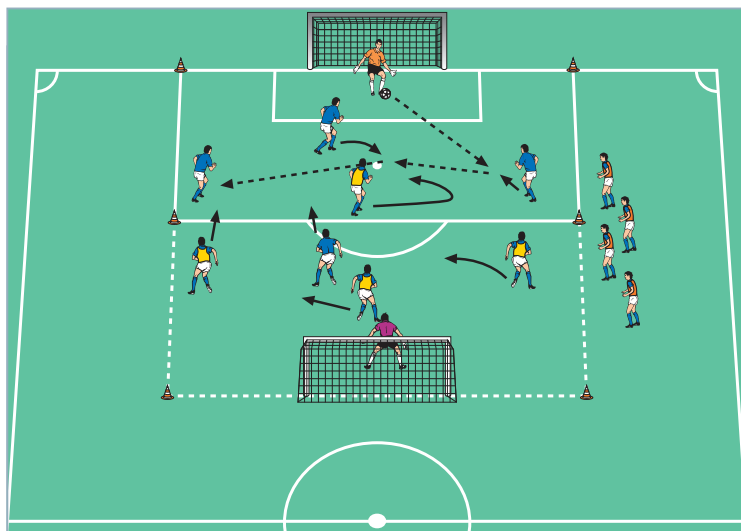


HAUPTTEIL 1: Anlaufen I

von Frank Engel (05.03.2014)



Organisation

- Einen doppelten Strafraum als Spielfeld markieren
- 2 Tore mit Torhütern auf den Grundlinien aufstellen
- 3 Mannschaften zu je 4 Spielern einteilen

Ablauf

- 4 gegen 4 im doppelten Strafraum. Blau spielt zunächst in der eigenen Hälfte im 3 gegen 1 auf Ballhalten.
- Der vorderste Angreifer von Gelb verschiebt ballorientiert, um den mittleren Spieler von Blau dann bei einem Pass nach außen abzuklemmen und das Spiel so auf eine Seite zu lenken.
- In diesem Moment rücken die anderen Spieler von Gelb nach und der Angriff wird im 4 gegen 4 ausgespielt.
- Anschließend startet Blau erneut im 3 gegen 1. Nach 3 Aktionen rückt Blau aus dem Feld, Gelb eröffnet das Spiel und Orange verteidigt.
- Welche Mannschaft erzielt die meisten Treffer?

Variationen

- Die Ballkontakte der Angreifer begrenzen.
- Das Spiel im 3 gegen 2 starten lassen.
- Treffer nach einer Balleroberung doppelt werten.

Tipps und Korrekturen

- Das Anlaufen durch ein deutliches Signal steuern.
- Den äußeren Spieler so anlaufen, dass der Passweg zum zentralen Abwehrspieler zugestellt ist.
- Die Verteidiger in der eigenen Spielfeldhälfte verschieben zunächst ballorientiert und werden mit dem Signal des vorderen Spielers aktiv.