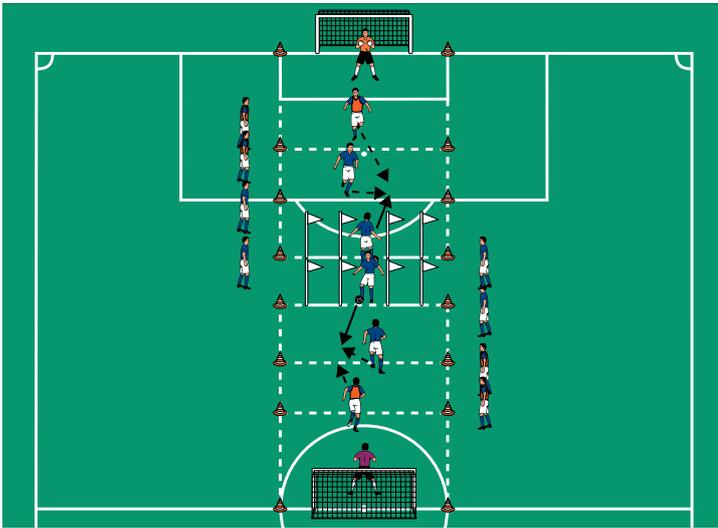


THEMA: VORWÄRTS VERTEIDIGEN



HAUPTTEIL 1:

VORWÄRTS VERTEIDIGEN IM 1 GEGEN 1

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Jetzt jeweils 10 Meter vor den Toren je eine weitere Linie markieren
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Die Anspieler haben Bälle

ABLAUF

- ▶ Die jeweils ersten Anspieler passen zu den Angreifern in den Feldern, die versuchen, im 1 gegen 1 auf die Tore mit Torhütern abzuschließen.
- ▶ Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so kontern sie sofort auf eines der Stangentore.
- ▶ Die Positionen und Aufgaben regelmäßig wechseln.

VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler im Feld starten von der gleichen Linie.
- ▶ Den Abstand zwischen Angreifer und Verteidiger verringern oder vergrößern.
- ▶ Der Anspieler darf nach 5 Sekunden zum 2 gegen 1 nachrücken.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Erst mit dem Anspiel darf der Verteidiger seine Linie verlassen.
- ▶ Er muss versuchen, den Passempfänger schnellstmöglich zu erreichen, um dessen Aufdrehen zum Tor zu verhindern.
- ▶ Bestenfalls kann er sogar versuchen, das Zuspiel bereits vor dem Passempfänger abzufangen und den Ball zu erobern.
- ▶ Darauf achten, dass der Verteidiger leicht versetzt zum Passempfänger agiert, damit er vor dem Passempfänger an den Ball kommen kann.
- ▶ Den Abstand der Linien dem Leistungsstand der Spieler anpassen: Der Verteidiger muss eine realistische Chance haben, das Zuspiel vor dem Passempfänger abzufangen.