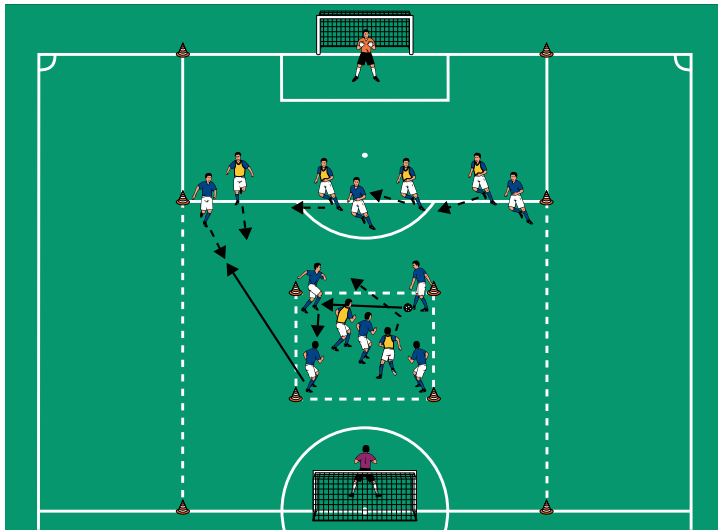


THEMA: VORWÄRTS VERTEIDIGEN



HAUPTTEIL 2:

5 GEGEN 2 AUF 4 GEGEN 5

ORGANISATION

- ▶ Auf Strafraumbreite ein Feld mit Toren mit Torhütern markieren
- ▶ Mittig 10 Meter vor dem Tor an der Mittellinie ein 12 x 12 Meter großes Quadrat errichten
- ▶ 8 Angreifer und 6 Verteidiger bestimmen
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Die Angreifer im Quadrat haben 1 Ball

ABLAUF

- ▶ 5 gegen 2 im Quadrat auf Ballhalten.
- ▶ Die Ballbesitzer versuchen, 5 Pässe in den eigenen Reihen zu spielen und danach auf einen Mitspieler in die Tiefe zu passen.
- ▶ Je 1 Angreifer und 1 Verteidiger aus dem Quadrat rücken zum 4 gegen 5 nach.
- ▶ Die Ballbesitzer versuchen, auf das Tor mit Torhüter abzuschließen.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, so kontern sie auf das gegenüberliegende Tor.
- ▶ Anschließend startet die nächste Aktion im 5 gegen 2 im Quadrat usw.

VARIATIONEN

- ▶ Alle Spieler aus dem Quadrat dürfen nachrücken.
- ▶ Die Angreifer müssen innerhalb von 10 Sekunden auf das Tor abschließen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Mit Abseits spielen!
- ▶ Die Spieler an der Strafraumgrenze dürfen erst mit dem Pass in die Tiefe eingreifen.
- ▶ Durch die Überzahl der Verteidiger in der letzten Abwehrreihe kann ein Verteidiger immer mutig nach vorne attackieren.
- ▶ Pass ins Zentrum: Der jeweils ballnahe Innenverteidiger attackiert nach vorne. Die übrigen Verteidiger sichern ab, indem sie ein Abwehrdreieck bilden.
- ▶ Pass nach außen: Der jeweils ballnahe Außenverteidiger attackiert nach vorne. Die übrigen Verteidiger sichern ab, indem sie eine Abwehrsichel bilden.
- ▶ Darauf achten, dass die Verteidiger immer auf der 'inneren Linie' agieren.