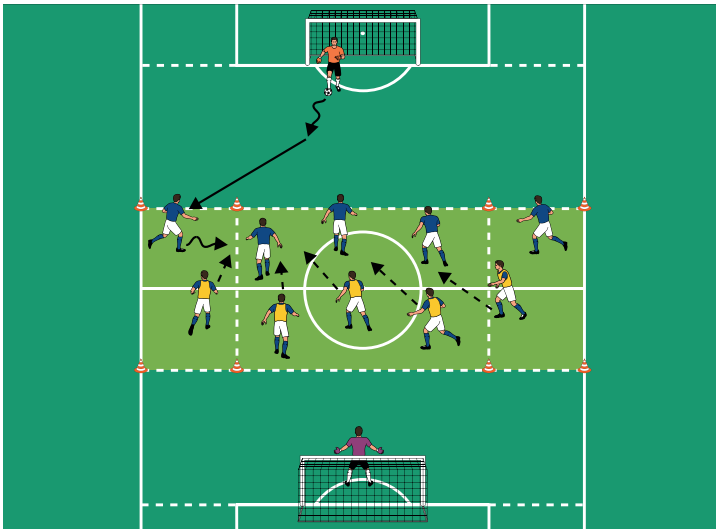


THEMA: BALLORIENTIERTES VERTEIDIGEN



HAUPTTEIL 1:

VERSCHIEBEN IN DER MITTELZONE I

ORGANISATION

- ▶ 2 Tore mit Torhütern auf den Strafraumlinien aufstellen.
- ▶ Im Bereich der Mittellinie eine etwa 25 Meter "tiefe" Mittelzone markieren.
- ▶ Innerhalb dieser Mittelzone mit Hütchen 2 Seitenräume abgrenzen.
- ▶ 2 Mannschaften einteilen.

ABLAUF

- ▶ 5 gegen 5 in der Mittelzone.
- ▶ Die Aktionen werden jeweils mit einem Torhüter-Zuspiel durch eine der beiden Seitenräume eingeleitet.
- ▶ Die jeweils andere Mannschaft muss zunächst hinter der Mittellinie warten.
- ▶ Sobald ein Angreifer das Zuspiel verarbeitet hat, dürfen die Verteidiger attackieren.
- ▶ Sie sollen versuchen, durch ein konsequentes und geschlossenes Verschieben zur Ballseite die gegnerische Mannschaft auf der Seite "festzumachen" und den Ball zu erobern.
- ▶ Ziel beider Teams ist es, die gegnerische Grundlinie der Mittelzone zu überdribbeln.
- ▶ Gelingt dies, darf der betreffende Spieler frei auf das Tor abschließen.

VARIATIONEN

- ▶ Die Ballbesitzer in der Mittelzone dürfen mit maximal 3 Kontakten agieren.
- ▶ Die Torabschlüsse nach einem Liniendribbling erfolgen als Alleingang gegen den Torhüter.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Verteidiger sollen geschlossen ballorientiert verschieben, um in Ballnähe Überzahl herstellen zu können.
- ▶ Die Laufwege möglichst nicht kreuzen.
- ▶ Gegenseitig coachen und helfen.
- ▶ Abwehrdreiecke bilden!
- ▶ Gelingt einem Angreifer der Durchbruch, entschlossen und mit Mut zum Risiko abschließen.