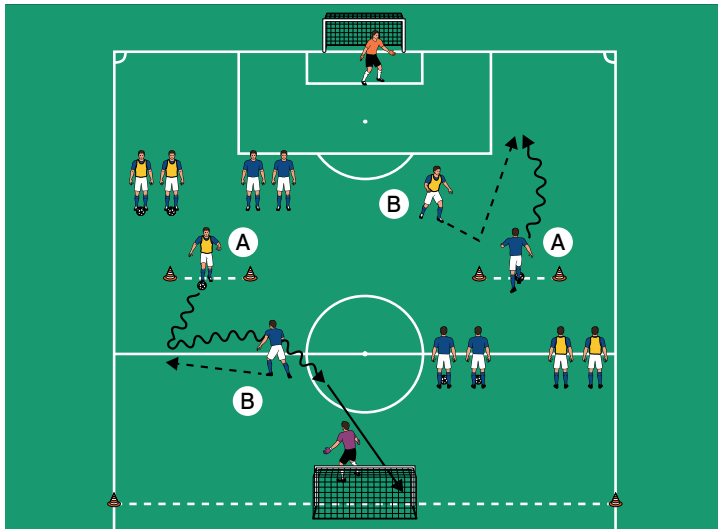


**THEMA: DIE INDIVIDUALTAKTISCHEN GRUNDLAGEN DES DEFENSIVEN 1 GEGEN 1**



**HAUPTTEIL 1:**

**FRONTALES 1 GEGEN 1**

**ORGANISATION**

- ▶ In einem 2/3 Spielfeld 2 Tore aufstellen und mit Torhütern besetzen.
- ▶ In der Mitte seitlich je ein 1 Hütchentor errichten.
- ▶ Die Spieler in Paare einteilen und gleichmäßig den Hütchentoren zuweisen.
- ▶ Pro Paar 1 Ball.

**ABLAUF**

- ▶ A soll zum Torabschluss im Rücken von B gelangen.
- ▶ B hat nach Balleroberung die Möglichkeit, durch das Hütchentor zu kontern.
- ▶ Anschließend stellt sich das Spielerpaar bei der anderen Gruppe an und tauscht dort die Rollen.
- ▶ Welcher Spieler erzielt die meisten Treffer?
- ▶ Nach einigen Durchgängen die Rotation umkehren! So trainieren die Spieler das Verteidigen auf beiden Abwehrseiten.

**HINWEISE FÜR DEN VERTEIDIGER**

- ▶ Die innere Linie – also den direkten Weg zum Tor – zustellen und die Außenbahn zum Durchbruch anbieten.
- ▶ Eine seitliche Stellung in kurzer Distanz (etwa 2 Meter) zum Angreifer einnehmen.
- ▶ Die Konzentration auf den Ball und nicht auf den Gegner richten!
- ▶ Sobald der Angreifer versucht durchzubrechen, heranrücken, den Gegenspieler weiter nach außen abdrängen und – wenn möglich – seinen Laufweg kreuzen (Ball ablaufen).