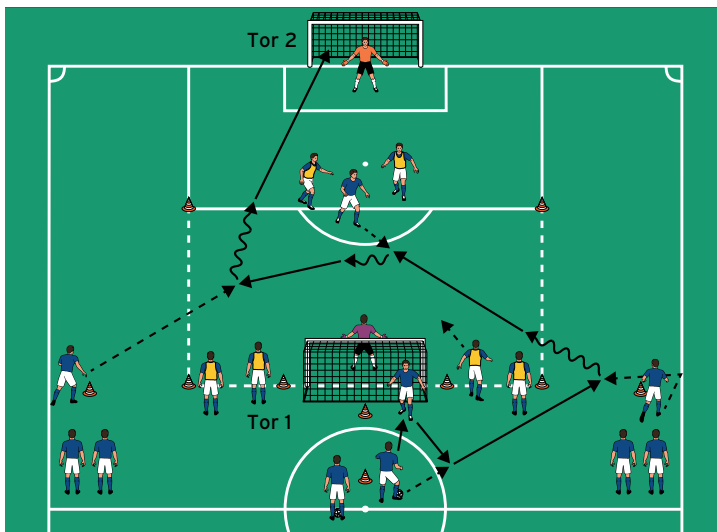


THEMA: ZIELSTREBIG IN DIE TIEFE SPIELEN



HAUPTTEIL 1:

SPIEL IN DIE TIEFE I

ORGANISATION

- ▶ Einen doppelten Strafraum als Übungsraum markieren.
- ▶ Auf den Grundlinien 2 Tore mit Torhütern aufstellen.
- ▶ 2 Mannschaften einteilen (Abwehr und Angriff).
- ▶ Außerhalb des doppelten Strafraums Positionsmarkierungen vornehmen und diese mit Spielern besetzen.
- ▶ 2 weitere Verteidiger und 1 weiteren Angreifer im Feld aufstellen.
- ▶ Alle übrigen Spieler warten außerhalb.

ABLAUF

- ▶ Die Aktion startet mit einem Doppelpass zwischen den beiden Angreifern am Mittelkreis.
- ▶ Anschließend passt der Ballbesitzer auf den entgegengestartenden Spieler auf der rechten Außenposition, der ins Feld an- und mitnimmt.
- ▶ Gleichzeitig starten der linke Außenspieler sowie der ballnahe Verteidiger zum 3 gegen 3 ins Feld.
- ▶ Bei Ballgewinn der Verteidiger kontern diese auf Tor 1.
- ▶ Sobald der Ball aus dem Spiel ist, starten die jeweils nächsten Spieler die nächste Aktion wieder per Doppelpass am Mittelkreis usw.
- ▶ Welche Mannschaft erzielt mehr Treffer?

VARIATIONEN

- ▶ Die Aktion auf ein 4 gegen 4 erweitern, indem ein zentraler Angreifer sowie der ballferne Verteidiger ebenfalls ins Feld nachrücken.
- ▶ Ist der Ball aus dem Spiel, starten die Torhüter einen erneuten Angriff.
- ▶ Die Aufgaben der Angreifer und Verteidiger wechseln.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Das Training des schnellen Spiels in die Spitze nach einem Ballgewinn steht in dieser Trainingsform im Mittelpunkt.
- ▶ Bei plötzlichem Ballgewinn sollen die Spieler dabei die ungeordnete Abwehr des Gegners bestmöglich ausnutzen.
- ▶ Der Doppelpass zu Beginn bereitet das Spiel in die Spitze vor.
- ▶ Die äußeren Spieler lösen sich mit einer Auftaktbewegung nach außen, um mit Tempo in den Pass auf den Flügel zu starten.
- ▶ Die Positionen der Spieler ständig wechseln.