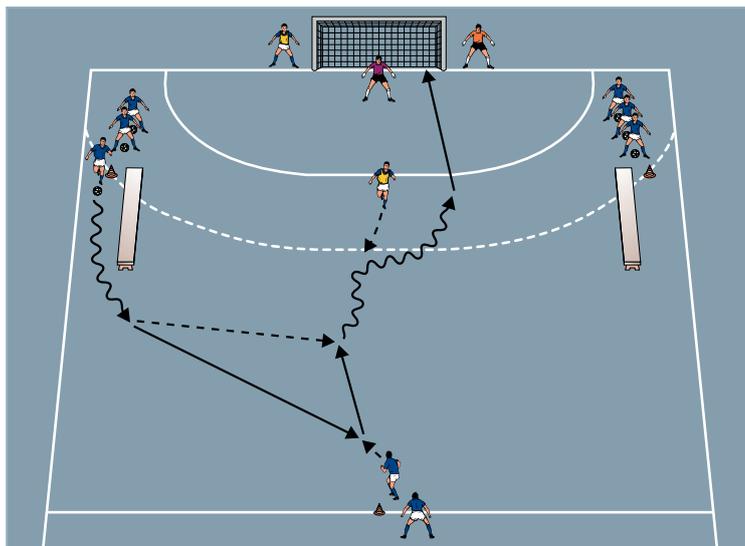


HAUPTTEIL 2: 'Doppelpass' und 1 gegen 1

von Ralf Peter (30.12.2014)



Organisation

- An den Seiten einer Spielfeldhälfte je 1 Langbank aufstellen
- Auf der Grundlinie des Feldes 1 Tor mit Torhüter besetzen
- Start- und Positionshütchen aufstellen
- 2 Verteidiger und 2 Anspieler bestimmen
- Die Spieler an den Positionshütchen aufstellen
- Die Spieler an den Langbänken haben Bälle

Ablauf

- Der jeweils erste Ballbesitzer von einer Seite dribbelt um die Langbank herum und spielt einen 'Doppelpass' mit dem ersten Anspieler an der Mittellinie.
- Anschließend nimmt er zum 1 gegen 1 gegen den Verteidiger vor das Tor mit und versucht, beim Tor mit Torhüter einen Treffer zu erzielen.
- Danach holt er seinen Ball und stellt sich auf der jeweils anderen Seite wieder an.

Variationen

- Die Anspieler weiter seitlich postieren, so dass das 1 gegen 1 aus einem diagonalen Dribbling in Richtung Tor heraus erfolgt.
- Den Raum vor dem Tor durch Verschieben der Langbänke weiter verengen.

Tipps und Korrekturen

- Bei der Ballkontrolle nach dem 'Doppelpass' möglichst schnell zum Tor aufdrehen.
- Im 1 gegen 1 mit möglichst hohem Tempo agieren und zielstrebig abschließen!
- Die Verteidiger und Anspieler regelmäßig wechseln.