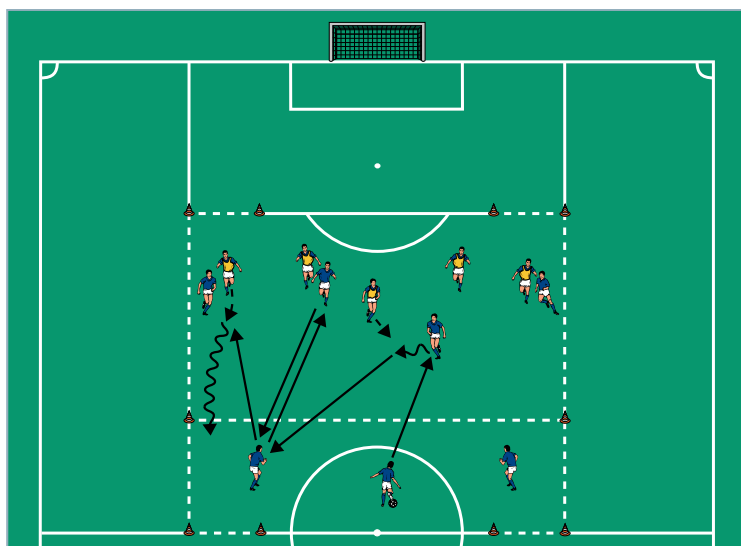


HAUPTTEIL 2: Abwehrverhalten im 5 gegen 4 plus 3

von Armin Friedrich (21.04.2015)



Organisation

- Zwischen Strafraum und Mittellinie ein Feld markieren
- An der Mittellinie eine 10 Meter tiefe Anspielzone markieren
- Auf der Strafraumlinie 2 breite Hütchentore errichten
- 5 Verteidiger, 4 Angreifer und 3 Anspieler bestimmen

Ablauf

- 5 gegen 4 plus 3 auf die gegenüberliegenden Hütchentore, die durchdribbelt werden müssen.
- Die Angreifer dürfen die Anspieler jederzeit in den Spielaufbau einbeziehen.
- Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so kontern sie in die Anspielzone (= 1 Punkt).

Variationen

- Das Spielfeld zu Beginn eventuell um einige Meter enger machen.
- Vorgabe: Jeder Angreifer muss den Ball dreimal berühren, bevor er passen darf.
- Wettbewerb: Wie oft schaffen die Angreifer, die Linien zu überdribbeln.
- Wettbewerb: Wie oft gelangen die Abwehrspieler in Ballbesitz bei zehn Angriffen?

Tipps und Korrekturen

- Nur Flachpässe erlauben!
- Die Verteidiger dürfen die Anspielzone nicht betreten.
- Die Verteidiger sollen versuchen, die Passempfänger zu doppeln und sie immer wieder zu Rückpässen zu zwingen.
- Darauf achten, die Ballbesitzer möglichst nie in Spielrichtung aufdrehen zu lassen.
- Die Anspieler bzw. die Positionen der Spieler regelmäßig wechseln.