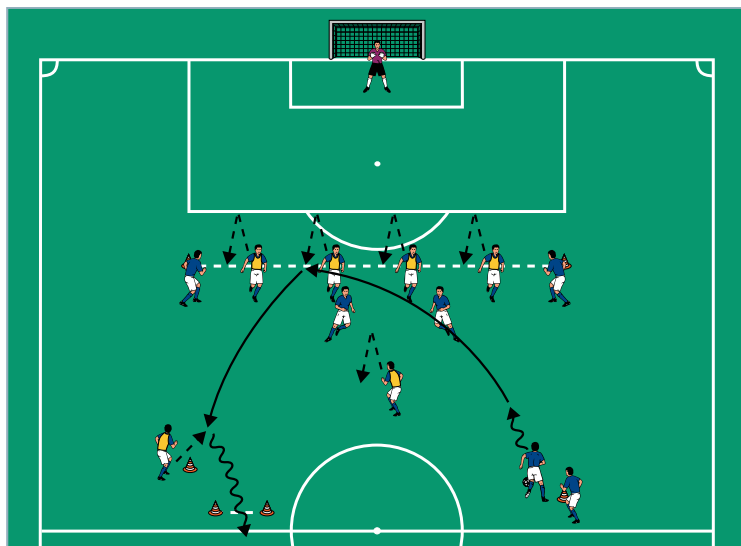


HAUPTTEIL 2: Frontaler Abwehrkopfball mit Gegenspielern

von Guido Streichsbier (15.11.2016)



Organisation

- Den Grundaufbau weiter verwenden
- Zusätzlich 1 Hütchentor an der Mittellinie markieren
- Das Tor mit Torhüter besetzen
- 2 Teams zu je 6 Spielern bilden
- Die Verteidiger stellen eine Viererkette, einen Sechser sowie einen Zielspieler
- Die Angreifer bilden 2 Angreiferpaare und stellen 2 Anspieler

Ablauf

- Den Grundablauf aus Hauptteil 1 beibehalten
- Jetzt versuchen die Angreifer, die Flanke des Zuspielers zu verwerten.
- Die Verteidiger versuchen, zu ihrem Zielspieler zu köpfen.
- Gelingt dies, so dribbelt dieser durch das Minitor.

Variationen

- Den Flugball von der jeweils anderen Seite zuspelen.
- Den Abwehrkopfball mit einer Dreierkette trainieren.
- Auf einen sich schnell zur Seitenlinie lösenden Außenverteidiger köpfen.
- Einen Wettbewerb: Welches Team erzielt die meisten Treffer?

Tipps und Korrekturen

- Entschlossen in die Kopfball-Duelle gehen.
- Als Zielspieler den Kopfbällen entgegenstarten und diese zielstrebig in Richtung Hütchentor an- und mitnehmen.
- Darauf achten, dass der jeweils ballentfernte Innenverteidiger leicht nach hinten versetzt absichert.