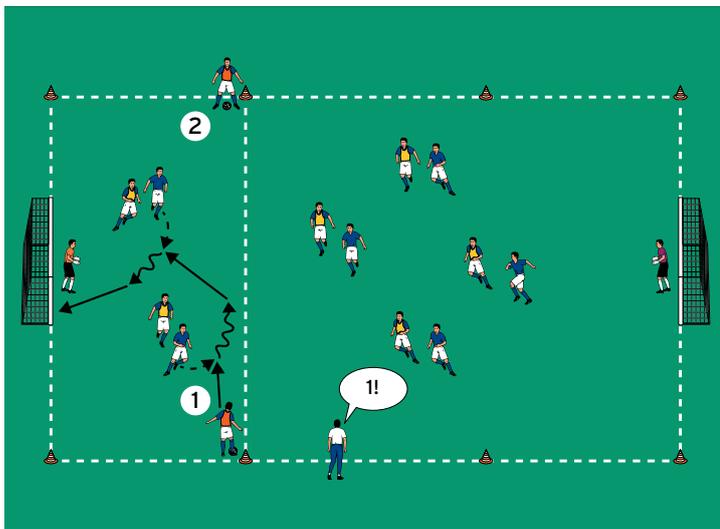


THEMA: 1 GEGEN 1 IM ANGRIFF



SCHLUSSTEIL:

ZWEIKAMPF-ERÖFFNUNG

ORGANISATION

- ▶ 1 Feld mit 2 Toren errichten
- ▶ 1 Angriffszone markieren
- ▶ 2 Mannschaften bilden
- ▶ Blau erhält zunächst das Angriffsrecht
- ▶ 2 Anspieler benennen und diese durchnummerieren
- ▶ Außerdem 2 Angreifer und 2 Verteidiger in der Angriffszone postieren

ABLAUF

- ▶ Der Trainer bestimmt durch Zuruf den Anspieler, der den Ball ins Spiel bringt.
- ▶ Die Angreifer haben nun 5 Sekunden Zeit, im 2 gegen 2 auf das Tor mit Torhüter abzuschließen.
- ▶ Nach 5 Sekunden startet das freie Spiel, und alle Spieler können in die Angriffszone nachrücken.
- ▶ Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so kontern sie auf das gegenüberliegende Tor.

VARIATIONEN

- ▶ In der Angriffszone zunächst im 1 gegen 1 spielen. Nach 3 Sekunden können die anderen Spieler nachstarten.
- ▶ Die Angriffszonen entfernen und zum Schluss freispielen lassen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Durch den Auftakt des Spiels kommt der Schwerpunkt der Trainingseinheit auch im Schlussteil noch einmal zur Anwendung.
- ▶ Die Anspieler regelmäßig wechseln.
- ▶ Nach einer Weile das Angriffsrecht tauschen.
- ▶ Als Angreifer in den 2-gegen-2-Situationen möglichst zielstrebig abschließen!
- ▶ Gelingt dies nicht, kurz abkappen und mit einem gezielten Pass zu einem nachrückenden Mitspieler den Ballbesitz sichern.