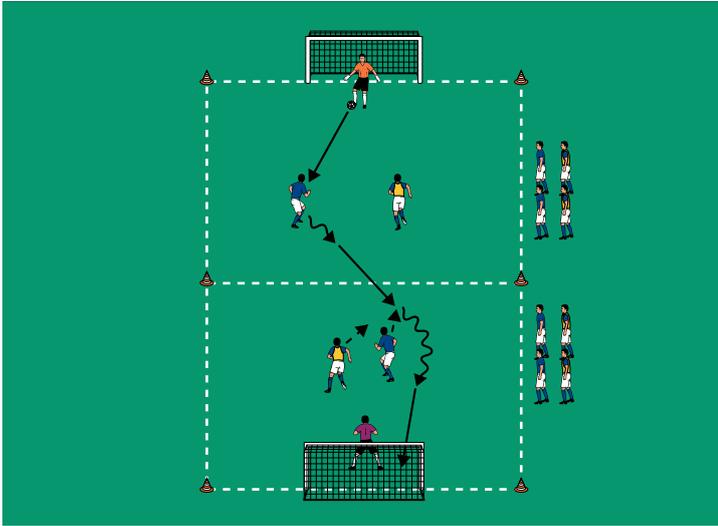


THEMA: ZWEIKÄMPFE GEWINNEN UND SOFORT UMSCHALTEN



HAUPTTEIL 1:

DOPPELTES 1 GEGEN 1

ORGANISATION

- ▶ 1 Feld mit 2 Toren mit Torhütern errichten
- ▶ Die Mittellinie markieren
- ▶ Angreifer und Verteidiger benennen
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen

ABLAUF

- ▶ Die Aktion startet durch ein Zuspiel des Torhüters auf einen Angreifer.
- ▶ Der Passempfänger kann ohne Gegnerdruck zu einem Mitspieler im anderen Feld passen.
- ▶ Der Ballbesitzer versucht, im 1 gegen 1 auf das Tor mit Torhüter abzuschließen.
- ▶ Erobert der Verteidiger den Ball, kann er zum Mitspieler im jeweils anderen Feld passen, der ebenfalls versucht, im 1 gegen 1 einen Treffer zu erzielen usw.

VARIATIONEN

- ▶ Tore nach Ballgewinn und Umschalten auf Angriff zählen doppelt.
- ▶ Beim Umschalten nach Ballgewinn darf der Passgeber zum 2 gegen 1 in die gegnerische Hälfte nachrücken.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Nach jeder Aktion rücken neue Spieler ins Feld.
- ▶ Die 1-gegen-1-Aktionen zeitlich begrenzen: Die Ballbesitzer müssen innerhalb von 10 bis 15 Sekunden auf das Tor mit Torhüter abgeschlossen haben.
- ▶ Als Trainer die erlaubte Dauer bis zum Torabschluss in diesem Rahmen dem Leistungsstand der Spieler anpassen.