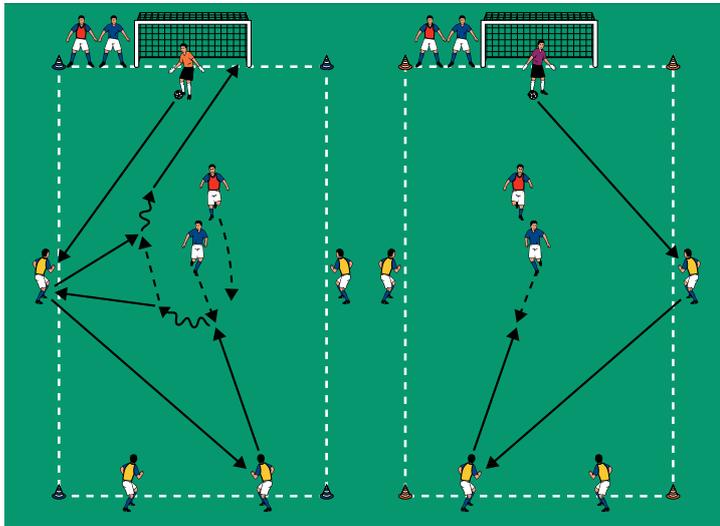


THEMA: MIT INTENSIVEN SPIELFORMEN AN DER AUSDAUER ARBEITEN



HAUPTTEIL 1:

1 PLUS 4 GEGEN 1 I

ORGANISATION

- ▶ Die Felder beibehalten
- ▶ In jedem Feld 1 Tor mit Torhüter aufstellen
- ▶ Pro Feld 2 Angreifer (Blau), 2 Verteidiger (Rot) und 4 Anspieler (Gelb) benennen
- ▶ 1 Angreifer und 1 Verteidiger im Feld postieren
- ▶ Die 4 Anspieler verteilen sich außerhalb des Feldes
- ▶ Je 1 Angreifer und 1 Verteidiger pausieren

ABLAUF

- ▶ Der Torhüter startet die Aktion mit einem Pass auf einen der Anspieler.
- ▶ Die Anspieler versuchen, zum Angreifer zu passen, der im 1 gegen 1 gegen den Verteidiger auf das Tor mit Torhüter abschließt.
- ▶ Dabei dürfen sie sich beliebig in den eigenen Reihen zuspieren, ehe sie zum Angreifer passen.
- ▶ Nach dem Zuspiel darf der Angreifer die Anspieler auch weiterhin einbeziehen.
- ▶ Erobert der Verteidiger den Ball, so ist die Aktion beendet.
- ▶ Nach jeweils 2 Aktionen wechseln der Angreifer und der Verteidiger die Positionen und Aufgaben.

VARIATIONEN

- ▶ Die Anspieler müssen im Direktspiel agieren.
- ▶ Pro Aktion dürfen maximal 3 Anspieler angespielt werden.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der Angreifer muss sich geschickt im Feld freilaufen, damit er das Zuspiel von einem der Anspieler erhalten kann.
- ▶ Als Trainer darauf achten, dass die Anspieler nur dann zum Angreifer passen, wenn dieser das Zuspiel aktiv nach Blickkontakt durch Entgegenstarten gefordert hat.
- ▶ Nach einem Zuspiel muss der Angreifer schnell entscheiden, ob er selbst den Torabschluss suchen kann oder noch einmal abspielen muss.
- ▶ Jede Aktion sollte eine Dauer von 15 Sekunden nicht überschreiten.
- ▶ Die Anspieler regelmäßig wechseln.