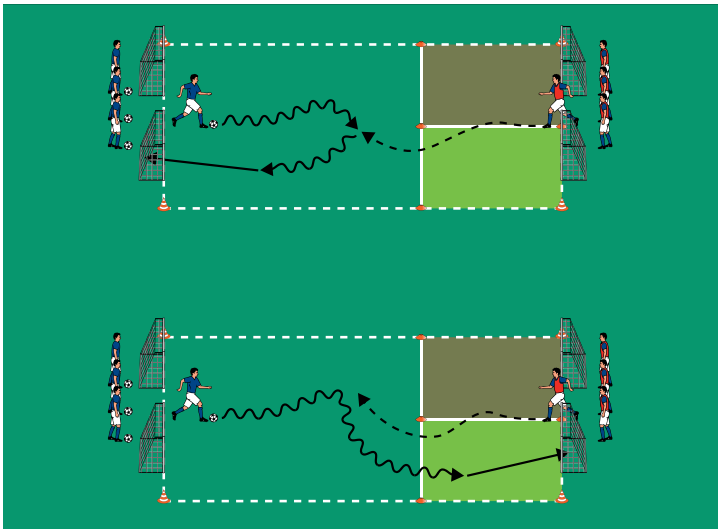


THEMA: DEN GEGNER LENKEN – AUCH OHNE BALL BESTIMMEN, WO ES LANG GEHT!



AUFWÄRMEN 2:

1 GEGEN 1 AUF FARBENTORE

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten.
- ▶ Auf den Grundlinien jeweils 2 Minitore aufstellen.
- ▶ In beiden Feldern 2 farbliche Zonen (5 Meter tief) vor den Toren einer Grundlinie markieren.
- ▶ Pro Feld 2 Teams bilden und je einer Grundlinie zuordnen.
- ▶ Die Teams an den Grundlinien gegenüber der farblichen Zonen haben Bälle.

ABLAUF

- ▶ Die ersten Ballbesitzer dribbeln ins Feld und versuchen, in der gelben Zone einen Treffer zu erzielen.
- ▶ Sobald der jeweilige Angreifer ins Feld dribbelt, startet der Verteidiger von der anderen Grundlinie ins Feld und versucht, den Ball zu erobern.
- ▶ Erobert der Verteidiger den Ball, so kontert er auf die Minitore gegenüber.
- ▶ Nach einige Durchgängen die Positionen und Aufgaben tauschen.

VARIATIONEN

- ▶ Als Angreifer auf das Tor der roten Zone angreifen.
- ▶ Der Angreifer sagt mit dem Andribbeln an, auf welches Tor gespielt wird.
- ▶ Der Verteidiger eröffnet durch einen Pass auf den Angreifer.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Als Verteidiger schnellstmöglich die Distanz zum Angreifer verkürzen.
- ▶ Rechtzeitig abstoppen und das Tempo sowie die Laufrichtung des Angreifers aufnehmen.
- ▶ Dem Angreifer bewusst eine Seite anbieten.
- ▶ Mit dem versuchten Durchbruch des Angreifers auf die angebotene Seite den Zweikampf suchen und aktiv den Ball erobern.