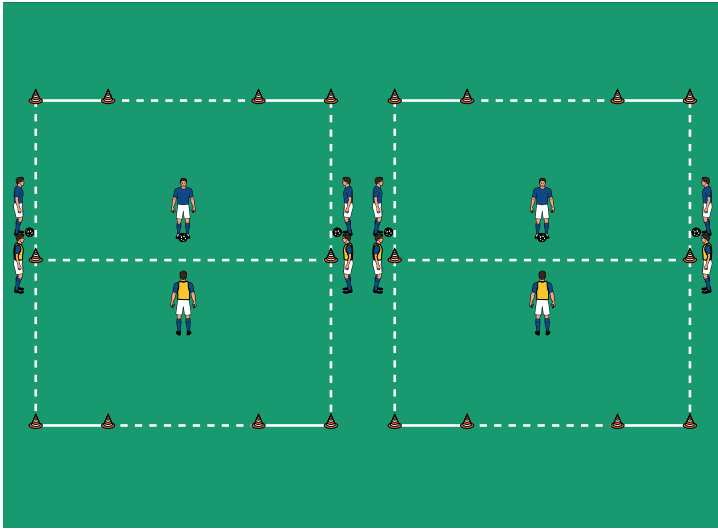
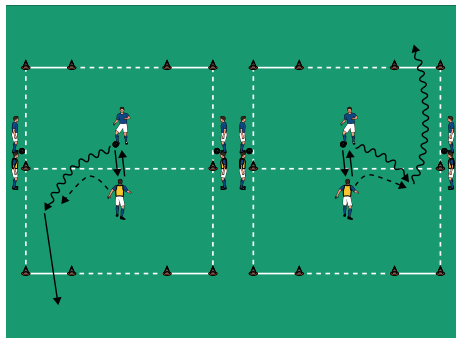


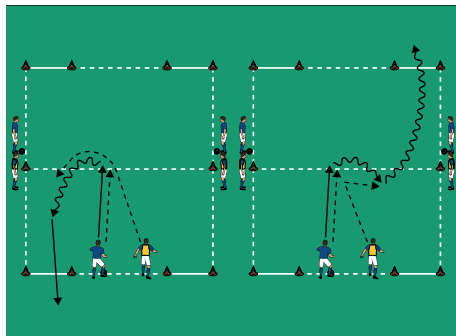
## THEMA: INDIVIDUALTAKTISCHE GRUNDLAGEN IN DER VERTEIDIGUNG



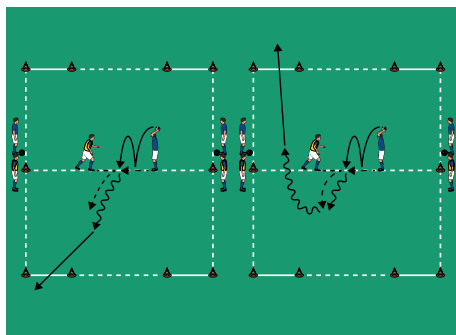
Übung 1



Übung 2



Übung 3



### HAUPTTEIL 1

#### 1 GEGEN 1 IM FELD

##### ORGANISATION

- ▶ Zwei 10 x 10 Meter große Felder mit jeweils 4 Hütchentoren errichten.
- ▶ Zusätzlich in beiden Feldern die Mittellinie markieren.
- ▶ Jedem Feld 6 Spieler zuweisen.
- ▶ Jeweils Angreifer und Verteidiger bestimmen und Paare bilden.
- ▶ Die Angreifer haben Bälle.
- ▶ Je 1 Spielerpaar in den Feldern postieren und einander gegenüber aufstellen.

##### ABLAUF ÜBUNG 1

- ▶ Die Spieler passen sich per Direktspiel zu.
- ▶ In einem geeigneten Moment nimmt der Angreifer plötzlich in die Bewegung mit und versucht, im 1 gegen 1 durch eines der beiden Hütchentore zu passen.
- ▶ Gelingt es dem Verteidiger, den Ball zu erobern, so versucht er durch eines der gegenüberliegenden Hütchentore zu dribbeln.
- ▶ Jeder Treffer zählt für die Mannschaftswertung.
- ▶ Nach jedem Durchgang die Positionen und Aufgaben wechseln.

##### ABLAUF ÜBUNG 2

- ▶ Grundablauf wie zuvor.
- ▶ Jetzt stellen sich die Paare jeweils auf einer Grundlinie zwischen den Hütchentoren auf.
- ▶ Der Ballbesitzer eröffnet die Aktion mit einem Pass ins Feld.
- ▶ Beide Spieler starten anschließend zum Ball.
- ▶ Der Angreifer soll eines der beiden Hütchentore in seinem Rücken durchspielen.
- ▶ Erobert der Verteidiger den Ball, so versucht er, durch eines der gegenüberliegenden Hütchentore zu dribbeln.

##### ABLAUF ÜBUNG 3

- ▶ Den Grundablauf beibehalten.
- ▶ Jetzt stellen sich die Spieler der Paare wieder einander gegenüber auf der Mittellinie auf.
- ▶ Der Angreifer prellt den Ball auf dem Boden auf und startet so die Aktion.
- ▶ 1 gegen 1 auf die Hütchentore.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Alle Punkte laut mitzählen.
- ▶ Pro Übung 4 Durchgänge spielen: Jeder Spieler agiert jeweils zweimal als Angreifer und Verteidiger.
- ▶ Die Zweikämpfe engagiert, aber fair führen.