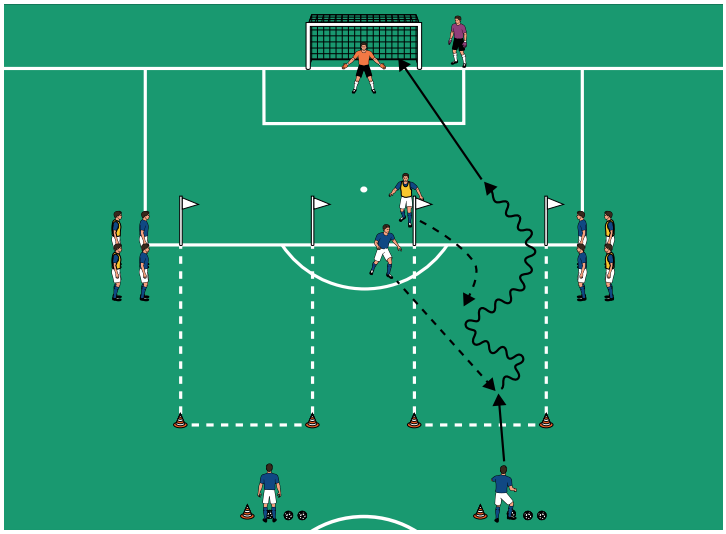
THEMA: 1 GEGEN 1 MIT DEM GEGNER IM RÜCKEN



HAUPTTEIL 1:

DIAGONALES ENTGEGEN-STARTEN

ORGANISATION

- Den Grundaufbau weiter verwenden.
- Auf der Grundlinie 1 Tor mit Torhüter errichten.
- Zusätzlich 2 Hütchen neben dem Mittelkreis aufstellen.
- 2 Anspieler bestimmen und an den Positionshütchen aufstellen.
- Angreifer und Verteidiger bestimmen.
- Je 1 Angreifer und 1 Verteidiger paarweise zuteilen.
- Die Spielerpaare starten jeweils von zwischen den Feldern.

ABLAUF

- Der erste Anspieler passt auf einen Angreifer in das vor ihm gelegene Feld.
- Der Verteidiger startet im Rücken des Angreifers in das Feld nach.
- 1 gegen 1 mit dem Ziel, in den Strafraum zu dribbeln und auf das Tor mit Torhüter abzuschließen.
- Erobern die Verteidiger den Ball, so versuchen sie über die gegenüberliegende Grundlinie aus dem Feld zu dribbeln.
- Anschließend passt der jeweils andere Anspieler ins andere Feld usw.
- Nach einer Weile wechseln die Angreifer und die Verteidiger die Positionen und Aufgaben.

VARIATIONEN

- Nach einigen Durchgängen die Paarzuordnung wechseln.
- Die Positionshütchen verändern, um von einer anderen Position in die Felder an der Strafraumgrenze zu passen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- Darauf achten, dass die Spielerpaare nicht immer in das gleiche Feld starten.
- Die Zuspiele jeweils in offener Stellung in die Vorwärtsbewegung an- und mitnehmen.
- Die Finten mit höchstem Tempo durchführen.
- Zielstrebig in den Strafraum dribbeln und präzise abschließen.
- Die Anspieler regelmäßig wechseln.