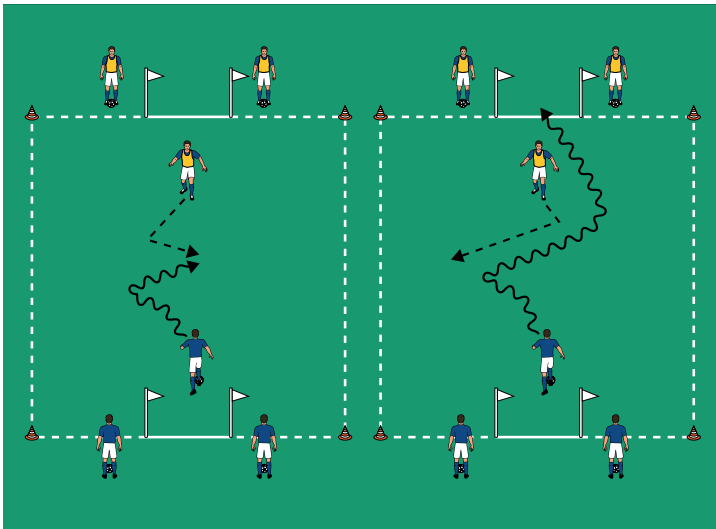


THEMA: INDIVIDUALTAKTISCHE GRUNDLAGEN IN DER DEFENSIVE



HAUPTTEIL 1

1 GEGEN 1 IM VIERECK II

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten.
- ▶ An den Seitenlinien jeweils 1 Stangentor errichten.
- ▶ Die Spieler in vier 3er-Gruppen einteilen und 2 davon in jedes Feld schicken.

ABLAUF

- ▶ 1 gegen 1 auf die Stangentore.
- ▶ Ein Treffer zählt nur, wenn das Tor durchdribbelt wird.
- ▶ Nach einer Minute wechseln jeweils 2 neue Spieler ins Feld.

VARIATIONEN

- ▶ Der Spieler im Feld wechselt mit einem Spieler seiner Mannschaft die Aufgaben, wenn er ein Tor erzielt bzw. kassiert hat.
- ▶ Zweimal 1 gegen 1 gleichzeitig im Feld.
- ▶ Tore zählen auch, wenn der Ball durchs Hütchentor geschossen wird.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Tore jedes einzelnen Spielers und der Mannschaft mitzählen lassen.
- ▶ Fallen wenige Treffer, die Hütchentore vergrößern.
- ▶ Intensive Übung, von daher aktive Erholungsphasen einplanen und nicht zu viele Wiederholungen spielen lassen.