

THEMA: GESCHICKTES VERTEIDIGEN GEGEN SCHNELLE ANGREIFER

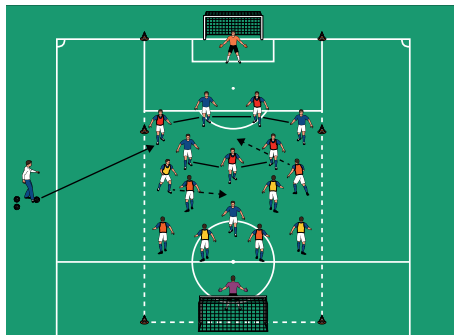
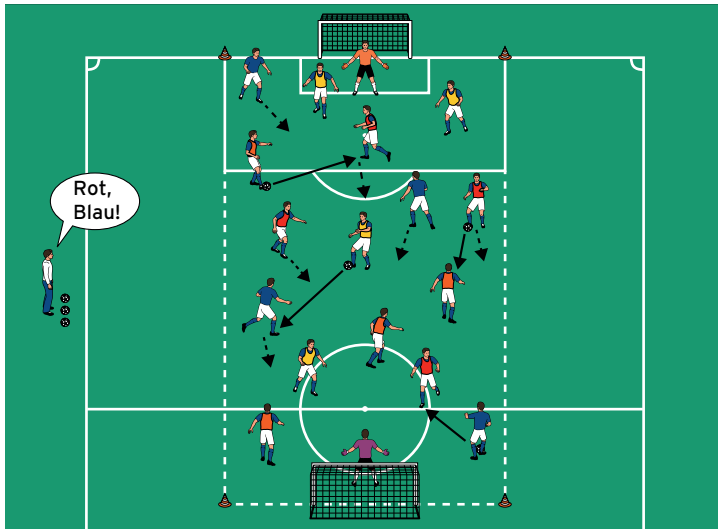


Bild 2

HAUPTTEIL 1:

4-FARBEN-GRUNDFORMATION

ORGANISATION

- ▶ Die Mannschaften beibehalten.
- ▶ Ein 60 x 40 Meter großes Feld mit Toren mit Torhütern markieren.
- ▶ Pro Team 1 Ball.

ABLAUF

- ▶ Die Spieler passen sich mannschaftsübergreifend zu.
- ▶ Plötzlich ruft der Trainer 2 Farben auf.
- ▶ Die aufgerufenen Teams spielen daraufhin sofort zusammen gegen die beiden anderen Teams.
- ▶ Auf das Trainerkommando müssen beide so gebildeten Mannschaften schnellstmöglich eine 4-3-1-Grundformation einnehmen.
- ▶ Die Mannschaft, der das zuerst gelingt, erhält ein Zuspiel vom Trainer zum 8 gegen 8 auf die Tore mit Torhütern (Bild 2).
- ▶ Nach jedem Treffer bzw. spätestens nach 2 Minuten beginnt der Ablauf von vorne, und die 4 Teams passen sich wieder untereinander zu.
- ▶ Welches Team hat zum Schluss die meisten Treffer erzielt?

VARIATIONEN

- ▶ Die Grundformationen variieren (z. B. 4-2-2 oder 3-3-2).
- ▶ Der Trainer ruft für beide Mannschaften jeweils verschiedene Grundformationen auf, die es einzunehmen gilt (z. B. "4-3-1 gegen 3-3-2" usw.).

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler sollen erkennen, dass jede Position wichtig ist und schnellstmöglich besetzt werden muss.
- ▶ Beim Einnehmen der Positionen immer den Spielball im Blick behalten.
- ▶ Auch Stürmer müssen lernen, defensiv zu agieren.
- ▶ Ist der Gegner unorganisiert, dies sofort und zielstrebig ausnutzen.