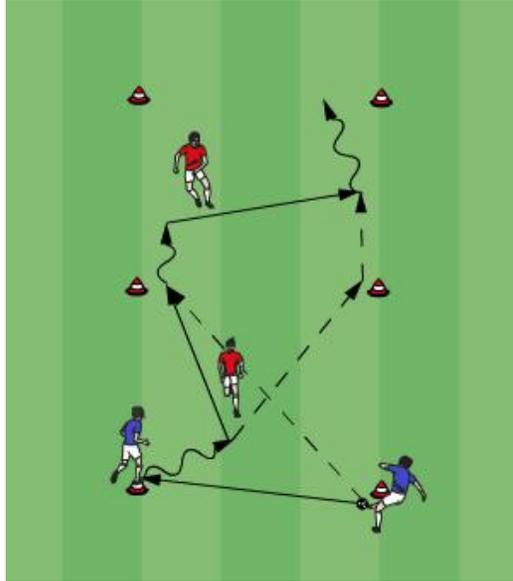


BEST-PRACTICE-ÜBUNGEN.

ENTSCHEIDUNGSTRAINING.



Ablauf:

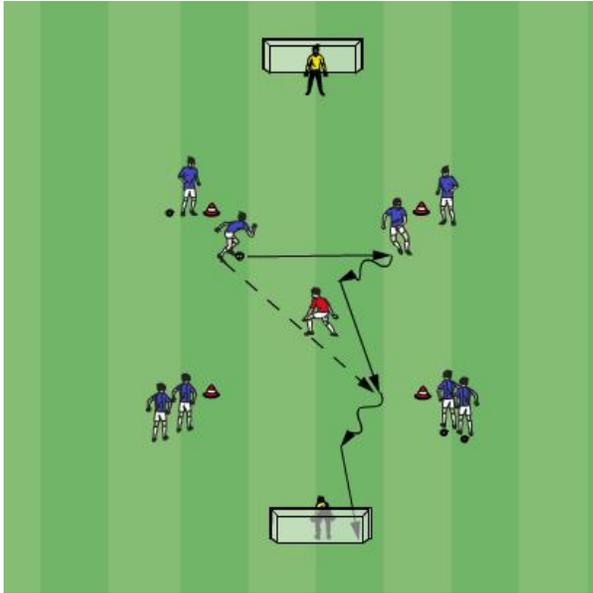
- ♦ In beiden Feldern werden teilaktive bis vollaktive Gegenspieler positioniert
- ♦ Nun werden die situativen Entscheidungen trainiert
- ♦ Je nach Gegner und Mitspielerverhalten ergeben sich neue Lösungsmöglichkeiten
- ♦ Nach dem Zuspiel kann sich der Spieler entscheiden, nimmt er den Ball nach vorne zum Doppelpass oder ins Zentrum mit. Der Passgeber muss auf seine Ballmitnahme reagieren
- ♦ Werden die Passwege zugestellt kann der Angreifer jetzt auch im 1 gegen 1 vorbei gehen
- ♦ Der Passgeber kann nach seinem Zuspiel auch die Entscheidung treffen und gibt durch seinen Laufweg die Ballmitnahme seines Teamkollegen vor

Organisation:

- ♦ Zwei aneinander liegende Quadrate je ca. 8x8m
- ♦ Die Spieler gemäß Abbildung auf die Hütchen verteilen (zwei Teams pro Seite)
- ♦ Ein Spieler eines jeden paares mit Ball
- ♦ In beiden Feldern wird ein Verteidiger eingeteilt

BEST-PRACTICE-ÜBUNGEN.

2 GEGEN 1 ENTSCHEIDUNGSTRAINING AUF 5M TORE.



Ablauf:

- ♦ Es wird immer abwechselnd auf die Tore gespielt
- ♦ Zwei Spieler starten ins Feld und versuchen sich gegen den Verteidiger durchzusetzen
- ♦ Im Anschluss tauschen die beiden ihre Positionen
- ♦ Der Verteidiger bleibt für einige Durchgänge und tauscht dann mit einem Angreifer
- ♦ Hier wären auch zwei Verteidiger möglich die sich abwechseln (wer hat nach 5 Durchgängen die meisten Bälle gewonnen?)

Organisation:

- ♦ Ein Quadrat errichten
- ♦ Die Spieler gemäß Abbildung auf die Hütchen verteilen
- ♦ Zwei gegenüberliegende Tore ca. 10m hinter dem Feld aufstellen
- ♦ Zwei Torhüter und einen Verteidiger einteilen

Variation:

- ♦ Von verschiedenen Positionen starten
(nebeneinander, diagonal, gegenüberstehend)

