



2:2 / 3:3 in der Defensive



Grundsätzliches zum 2:2 od. 3:3 in der Defensive

Eine alte Fussballweisheit: Zweikämpfe gewinnen bedeutet, das Spiel zu gewinnen. Das Zweikampfverhalten wurde im Laufe der Jahre immer wichtiger. In der Defensive, um eine Spielentfaltung der gegnerischen Mannschaft frühzeitig zu verhindern, oder den Stürmer am Torschuss zu hindern. Jeder gewonnene oder verlorene Zweikampf kann nicht nur unmittelbar Sieg oder Niederlage des gesamten Teams bedeuten, auch die Auswirkung auf das Selbstvertrauen der beteiligten Spieler ist beachtlich.

Jedem Fussballtrainer sollte klar sein, ein Zweikampf hat nichts mit Brutalität oder verbalen Auseinandersetzungen zu tun.

Zu einem erfolgreichen Zweikampf gehören Beweglichkeit, Koordination, Mut, Timing und Taktik.

Zweikampfttraining ist sehr intensiv und benötigt dadurch die nötigen Pausen zur Erholung, nötigenfalls den Zweikampf durch den Trainer abbrechen. Bei den Zweikämpfen soll das Training einen Wettkampfcharakter haben um so auch die nötigen mentalen Aspekte beizusteuern.

Der Trainer soll die Spieler immer wieder anfeuern und loben um so den Trainingsreiz „Salz in der Suppe“ zu erreichen.

Dabei ist aber zu beachten, dass dieses anfeuern nicht in eine „Schlacht“ verfällt. Bei den Zweikämpfen sollte es immer eine Spielfeldbegrenzung haben, damit diese nicht auf einem X-beliebigen Feld ausgeführt werden.

Alle diese Tugenden braucht es auch beim Verhalten 2:2/3:3. Speziell hinzu kommt die Zusammenarbeit mit meinem Partner. **Druck** auf den Ballführenden Spieler **absichern** und miteinander **reden** sind die zusätzlichen Komponenten, die ein erfolgreiches Verteidigen ermöglichen.

Diverse Unterlagen;

KIFU Buch 1020

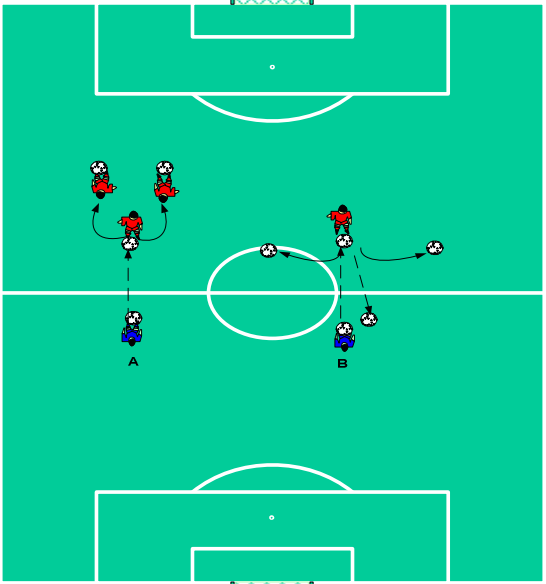
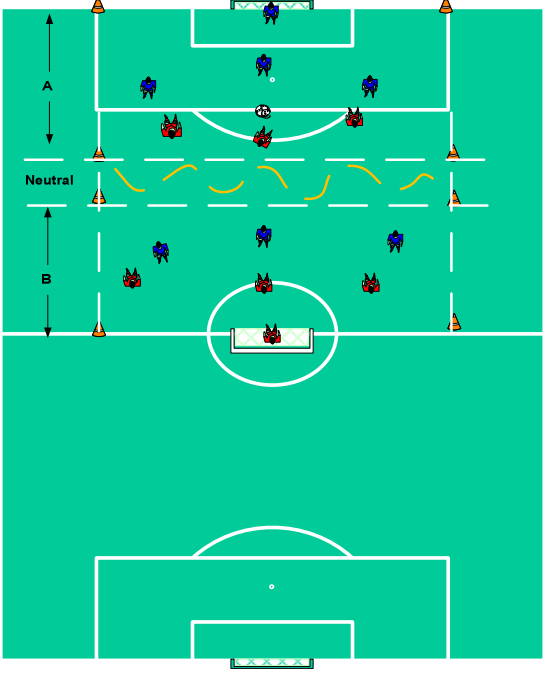
www.soccerdrills.de

www.fussball21.de

Karl-Heinz Born Technischer Leiter AFV

2:2 / 3:3 in der Defensive

EINLEITUNG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
10'	<p>Einlaufen Ballbesitzer gibt Kommando</p> <p>Ballbesitzer A spielt den Ball zu seinem Partner mit einem Flachpass. gibt ihm das Kommando alleine, Zeit, drehen, etc. Der Partner erfährt somit, dass er keinen Gegenspieler im Rücken hat und kann den Ball in die Spielrichtung an –und mitnehmen.</p> <p>Variante:</p> <p>Ballbesitzer B spielt den Ball zu seinem Partner mit einem Flachpass. Gibt ihm das Kommando hinten Achtung Rücken. Der Partner weiss somit, dass er einen Gegenspieler im Rücken hat und setzt seine Aktion wie folgt fort; Ball prallen lassen auf Spieler B, oder die Ballan- und Mitnahme Seitlich vollziehen, damit er nicht in den Gegenspieler hinein läuft.</p> <p>Danach die Aufgaben der Spieler wechseln.</p> <p>Immer der Passgeber gibt laut und deutliche die Information ab.</p>	<p>Zuspiele mit reden, alleine, Rücken etc.</p> 	
10'	<p>Spiel 3:3 mit neutraler Zone:</p> <p>Spiel 3:3 mit der Absicht das Defensivverhalten der Mannschaft zu erkennen. Schwerpunkte sind auf den Druck des Ballbesitzers und die Absicherung der anderen Spieler zu richten. Bei Balleroberung kann man in die neutrale Zone mit dem Ball laufen und von dort aus das 3:3 auf der anderen Seite beginnen. Bei einem Tor beginnt der Angriff immer mit einem Pass aus der VT Zone auf die ST. Dabei werden die VT nicht angegriffen.</p> <p>Als Variation kann je 1 Spieler pro Team in der neutralen Zone als Anspielstationen figurieren.</p> <p>Dieses Spiel kann auch mit 2:2 durchgeführt werden.</p>	<p>Spiel 3:3 mit neutraler Zone</p> 	

10

2:2 Angreifen, absichern

Spieler A spielt den Ball zu Spieler B, dieser stoppt den Ball. Spieler C macht auf den Ballbesitzer **Druck** und Spieler D **sichert** ihn **ab**. Spieler B spielt zu A, D macht Druck und C sichert ab, etc.

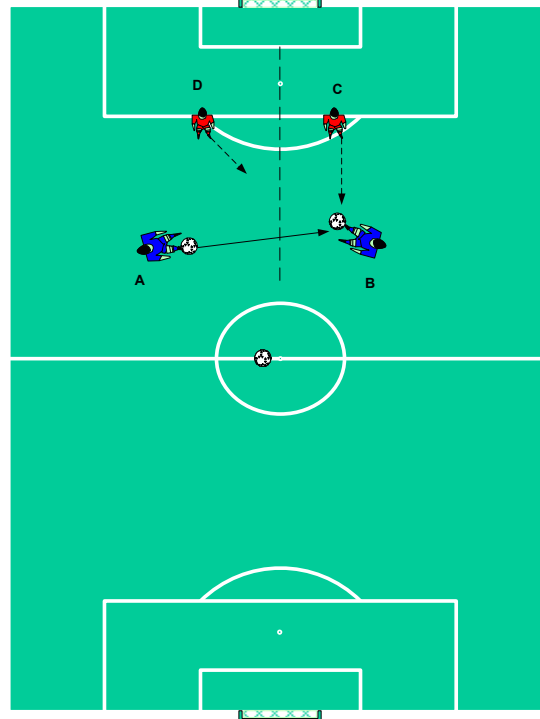
Angreifer müssen den Ball stoppen und warten bis die VT ihre Positionen eingenommen haben. Danach erst weiterspielen lassen.
Nach 10 Aktionen aufgaben tauschen.

Wichtig für VT:

Druck machen auf Ballführer
Absichern vom Mitspieler
VT miteinander **reden**, unterstützen

Hilfsmittel; VT sollen in der ersten Phase die gestrichelte Linie nicht überschreiten

2:2 Defensiv, analytisch (angreifen, absichern)



10

3:3 Angreifen, absichern (Zentrum)

Spieler A passt zu Spieler B, dieser stoppt den Ball. Der Spieler E macht **Druck** auf den Ballbesitzer, gleichzeitig **sichern** Spieler F und D den Spieler E **ab**, indem sie sich leicht nach innen verschieben.
Sind die Spieler in den Endpositionen So korrigiert der Trainer wenn nötig die Positionen.

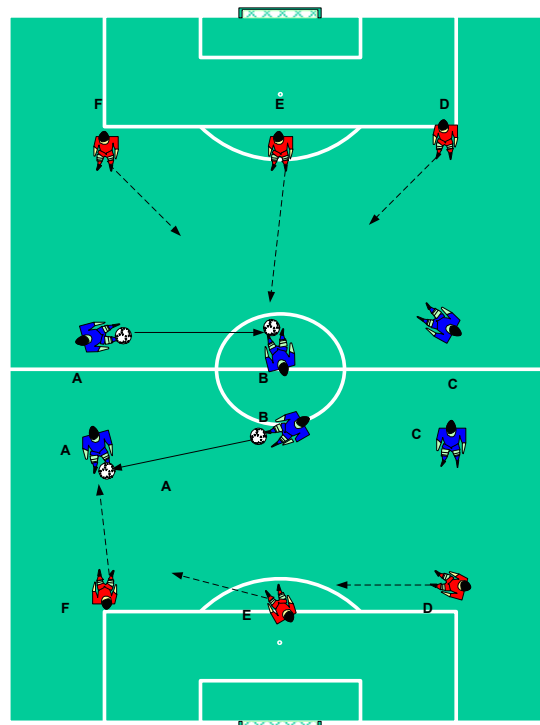
3:3 Angreifen, absichern (Aussen)

Spieler B passt zu Spieler A, dieser stoppt den Ball. Der Spieler F macht **Druck** auf den Ballbesitzer, gleichzeitig **sichern** Spieler F und D den Spieler E **ab**, indem sie sich leicht nach innen verschieben.
Sind die Spieler in den Endpositionen So korrigiert der Trainer wenn nötig die Positionen.

Wichtig: Der Angreifer der am weitesten vom Ball entfernt ist, wird zum ungefährlichsten Spieler der drei Angreifer.

Abschlussspiel wie Oben

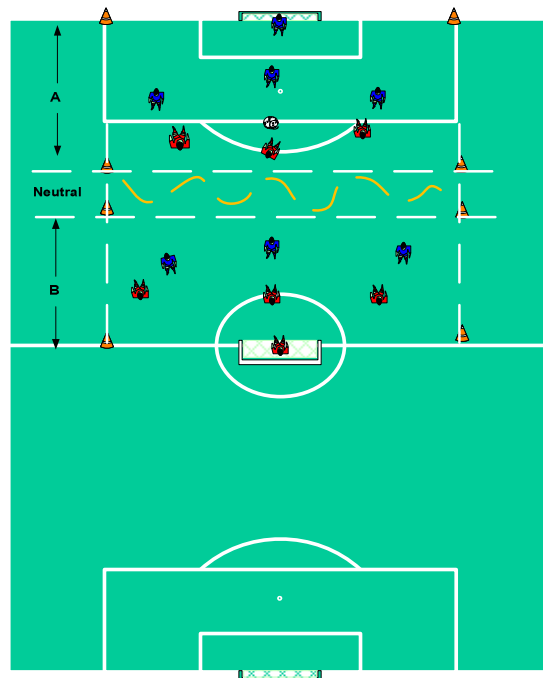
3:3 defensiv (angreifen, absichern)





- 30** Dieses Spiel dient als Kontrolle des gelernten. Daher bei Korrekturen stoppen und verbessern.

Spiel 3:3 mit neutraler Zone



Penalty-Schiessen

- 10** Da es sich um ein taktisches Training handelt als Lockerung zum Abschluss geeignet.