

Individualtaktisches Verhalten im Unihockey

Dauer: ca. 90 min - Theorie und Praxis

Material: Karton-Kärtchen, Stifte, Tesafilm

Ablauf:

1. Gemeinsames Warmmachen (10 min)	[P]	[10']
2. Sammeln von Definitionen für "Individualtaktik" [-15']		[T]
3. Vorstellen einer möglichen Definition/Diskussion [-18]		[T]
4. Betonung von "zielgerichtet", "aufeinander abgestimmte", "erfolgreich" [-20']		[T]
5. Beispiel: Zweikampf; Kurze Erklärung	[T]	[-22']
6. Übung zum 1:1 Spiel	[P]	[-30']
7. Wie muss sich ein Angreifer verhalten ? Kärtchen	[T]	[-37']
8. Wie muss sich ein Verteidiger verhalten ? Kärtchen	[T]	[-44']
9. Vorstellen der wichtigsten Verhaltensregeln (s.u.)	[T]	[-48']
10. Praktisches Üben dieser Verhaltensregeln	[P]	[-55']
11. Gemeinsame Fehlerkorrektur/Analyse der Ausführungen	[P]	[-65']

Warmmachen

Unihockey auf kleine Kästen 4:4

Vorstellung einer möglichen Definition: Was ist "Individualtaktik" ???

Zielgerichtete und planvoll aufeinander abgestimmte Angriffs- und Abwehrhandlungen eines Spielers zur erfolgreichen Lösung einer Spielsituation

Beispiel: Zweikampf; Kurze Erklärung

- Situation: 1:1 aus hohem Tempo
- Kontersituation
- Achten auf Verhalten des Verteidigers und Angreifers

Übung zum 1:1 Spiel

Zwei Gruppen von Spielern (eine in der Ecke am eigenen Tor und die andere an der Bande auf Höhe der Mittellinie); Bälle in der Ecke; Spieler passt zum Spieler an der Mittellinie, der parallel an der ML läuft und dann mit hohem Tempo versucht den in die Mitte gelaufenen Passeur zu umspielen.

Situation: Zweikampf

Ballführender Spieler

- Versucht den Zweikampf zu vermeiden
- Sucht mit Tempo den direkten Weg zum Tor (will Tor erzielen!!)
- Lässt sich nicht abdrängen
- Versucht den Gegner mit einer Täuschung zu einem Stellungsfehler zu zwingen
- Schiesst am Gegner vorbei aufs Tor, wenn dieser eine Lücke bietet
- Versucht den Gegner zu umspielen, wobei der Körper immer zwischen Ball und Gegner ist

Verteidigender Spieler

- Stört möglichst früh, um den direkten Weg zum Tor bzw. den Torschuss zu verhindern
- Stellt sich seitlich, um das Überlaufen zu verhindern
- Achtet nur auf den Ball (Täuschung!)
- Blockt den Schuss, wenn der Gegner schießt
- Versucht in ca. 2 m Distanz das Tempo des Gegners aufzunehmen und ihn in eine "ungefährliche Zone" abzudrängen
- Aktionsradius des eigenen Stockes möglichst spät zu erkennen geben
- Direkt vor dem Tor Zweikampf suchen; Hauptaugenmerk auf Vorhandseite legen

Individualtaktik

**Zielgerichtete und planvoll
aufeinander abgestimmte
Angriffs- und Abwehrhandlungen
eines Spielers zur erfolgreichen Lösung
einer Spielsituation**

Ballführender Spieler

- Versucht den Zweikampf zu vermeiden
- Sucht mit Tempo den direkten Weg zum Tor (will Tor erzielen!!)
- Lässt sich nicht abdrängen
- Versucht den Gegner mit einer Täuschung zu einem Stellungsfehler zu zwingen
- Schiesst am Gegner vorbei aufs Tor, wenn dieser eine Lücke bietet
- Versucht den Gegner zu umspielen, wobei der Körper immer zwischen Ball und Gegner ist

Verteidigender Spieler

- Stört möglichst früh, um den direkten Weg zum Tor bzw. den Torschuss zu verhindern
- Stellt sich seitlich, um das Überlaufen zu verhindern
- Achtet nur auf den Ball (Täuschung!)
- Blockt den Schuss, wenn der Gegner schießt
- Versucht in ca. 2 m Distanz das Tempo des Gegners aufzunehmen und ihn in eine "ungefährliche Zone" abzudrängen
- Aktionsradius des eigenen Stockes möglichst spät zu erkennen geben
- Direkt vor dem Tor Zweikampf suchen; Hauptaugenmerk auf Vorhandseite legen