

**Zweikampfverhalten – U12/13**  
**Schwerpunkt: Abwehrverhalten**

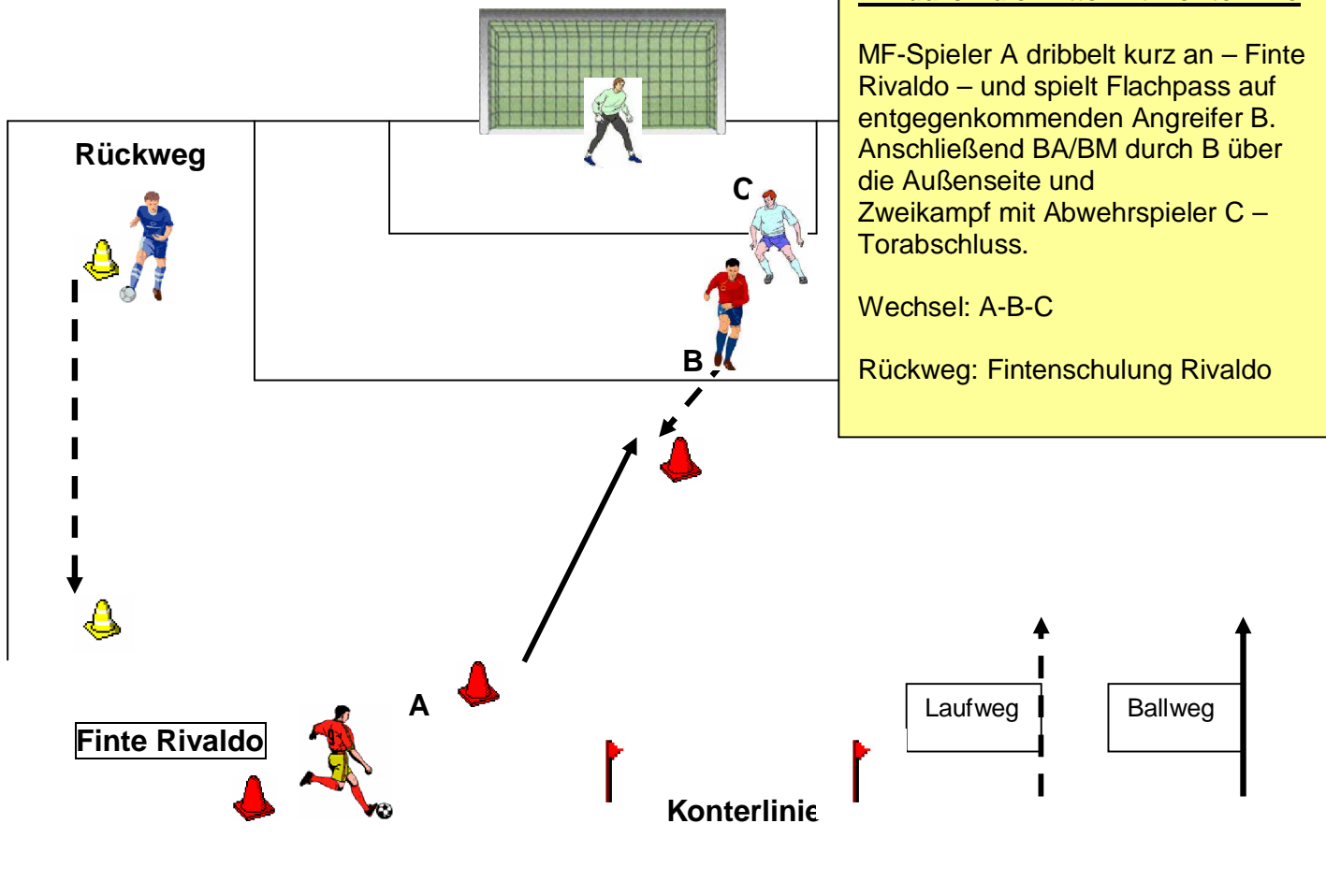
**ÜF 1: Abwehr durch die Mitte**

**1:1 durch die Mitte mit Konterlinie**

MF-Spieler A dribbelt kurz an – Finte Rivaldo – und spielt Flachpass auf entgegenkommenden Angreifer B. Anschließend BA/BM durch B über die Außenseite und Zweikampf mit Abwehrspieler C – Torabschluss.

Wechsel: A-B-C

Rückweg: Fintenschulung Rivaldo



**ÜF 2: Abwehr am Flügel**

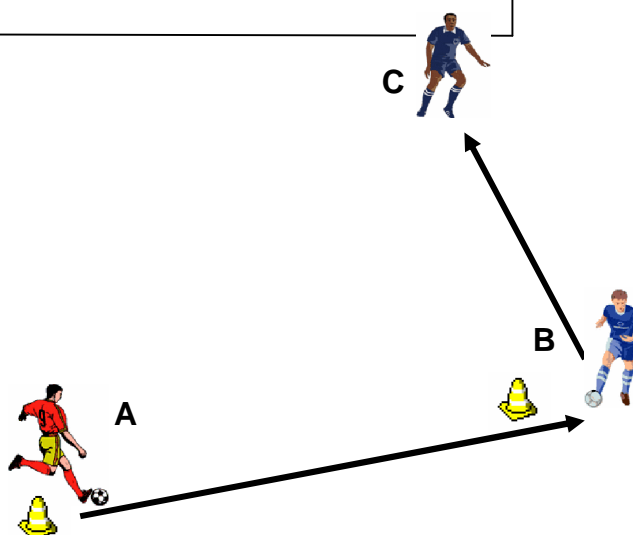
**Abwechselnd rechte/  
linke Seite**

**Ablauf 1:1 über die Außen:**

Zentraler MF-Spieler A spielt Flachpass auf entgegenkommenden Außenstürmer B, BA/BM mit der Innenseite über das Spielbein – Zweikampf mit Abwehrspieler C – Torabschluss.

Wechsel: A-B-C

Rückweg: Fintenschulung  
Schussfinte



**Folgende Punkte sind im Abwehrverhalten besonders zu beachten:**

- **nicht frontal sondern seitlich stehen - starke Seite anbieten**
- **Angreifer nach außen abdrängen/Zeit gewinnen – „innere Linie“ verteidigen**
- **Abstand/Distanz halten aber: je näher zum Tor – je enger am Gegner**
- **Nicht zu schnell angreifen/Körper mit einsetzen**
- **Körper zwischen Ball und Gegner bringen, nicht nur nebenher laufen, auf Ballgewinn gehen**
- **Schnellstmöglich rausrücken - weg vom Tor!**