

Touchrugby: Defence Active

In dieser Übungen trainieren die Schüler die aktive Verteidigung, die Gleitverteidigung und die Kommunikation untereinander. Ziel ist es, Lücken in der Verteidigung zu verhindern.



Auf dem Feld werden zwei Mannschaften à je sechs Spieler auf zwei parallelen Linien aufgestellt (20 m lang und 5 m auseinander).

Die offensive (balltragende) Mannschaft bewegt sich nach links und rechts auf ihrer Linie (die Spieler bleiben auf der Linie) und gibt dabei den Ball nach Belieben links/ rechts weiter.

Die defensive Mannschaft (ohne Ball) muss der offensiven Mannschaft folgen, indem sie nach links/ rechts auf der defensiven Linie gleitet. Die Defensive teilt das Feld in unsichtbare Bahnen, um jeden offensiven Spieler zu decken.

Variation

schwieriger

Die Verteidiger können beauftragt werden, während der Gleitverteidigung zwei Schritte nach vorne zu treten, sobald der Ballträger vor ihnen ist – der Ball wird auf der anderen Linie nach links/rechts weitergegeben. Sobald der Ball an einen anderen Spieler weitergereicht wird, fällt der Verteidiger wieder auf seine Linie zurück.

Korrekte Ausführung

– **Kommunikation:** Der Flügelspieler (am weitesten weg vom Ballträger) hat die wichtige Rolle seine Mannschaft darauf aufmerksam zu machen, wenn Lücken in der Defensive entstehen bzw. die Verteidiger nicht gleichmässig auf der defensiven Linie verteilt sind.

– **Gleitverteidigung:** Die Defensive verteilt das Feld in unsichtbare Bahnen (indem jeweils gegenüber ein Spieler der Offensive ist) und je nach Bedarf (wie eine Ziehharmonika) bewegen sich die Spieler der Defensive auf einer Linie nach links/ rechts. Im Spiel läuft der Verteidiger dem Ballträger nicht hinterher, sondern gibt ihn dem Spieler in der nächsten Bahn weiter. Auch hier ist die Kommunikation zwischen den Spielern wichtig.

– **Aktive Verteidigung:** Das Vorwärtsbewegen des zuständigen Verteidigers gegen den Ballträger verringert Gebietsverluste der Defensive. Die anderen Spieler der Defensive können die 5 Meter vom Punkt des Touches zurückbleiben und damit Kräfte sparen.

Häufige Fehler:

- Der defensive Flügel vergisst, seine Mannschaft über Löcher in der Defensive zu informieren (die Defensive ist nicht gleichmässig über das Feld verteilt).
- Der Verteidiger gegenüber dem Ballträger vergisst nach vorne zu rennen.
- Der Verteidiger gegenüber dem Ballträger lässt sich dazu verleiten, hinter dem Ballträger hinterherzurennen (dadurch entsteht ein Loch in der Defensive).

Quelle: mobilepraxis 66/2010, Werni Grünenfelder, Roger Scharpf



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO