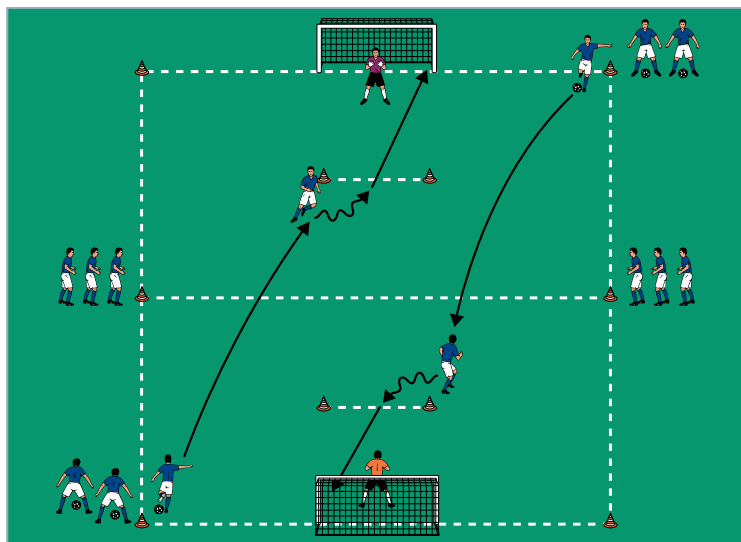


HAUPTTEIL 1: Schnelle Ballkontrolle I

von Michael Feichtenbeiner (15.11.2016)



Organisation

- 2 Tore gegenüber aufstellen
- Vor jedem Tor eine Hütchenlinie errichten
- 2 Gruppen bilden
- Die Spieler auf den Positionen verteilen
- Die Flugballspieler haben Bälle

Ablauf

- Die jeweils ersten Spieler in den Ecken des Feldes spielen einen Flugball auf ihre Mitspieler vor dem gegenüberliegenden Tor.
- Diese nehmen zur Schusslinie an und mit und schließen auf die Tore mit Torhütern ab.
- Anschließend wechseln sie im Uhrzeigersinn zur jeweils nächsten Position und stellen sich dort wieder an.

Variationen

- Nur innerhalb der Gruppen wechseln und einen Wettbewerb durchführen: Welche Mannschaft erzielt die meisten Treffer?
- Der Spieler, der zuerst einen Treffer erzielt, erhält 1 Zusatzpunkt.

Tipps und Korrekturen

- Auch in dieser Übung müssen die Spieler schnellstmöglich hohe Zuspiele verarbeiten.
- Je nach Höhe des Zuspiels gibt es verschiedene Möglichkeiten, den Ball schnell in die entsprechende Spielrichtung mitzunehmen.
- Wichtig ist jeweils, dass der Ball nicht weit vom Körper wegspringt.