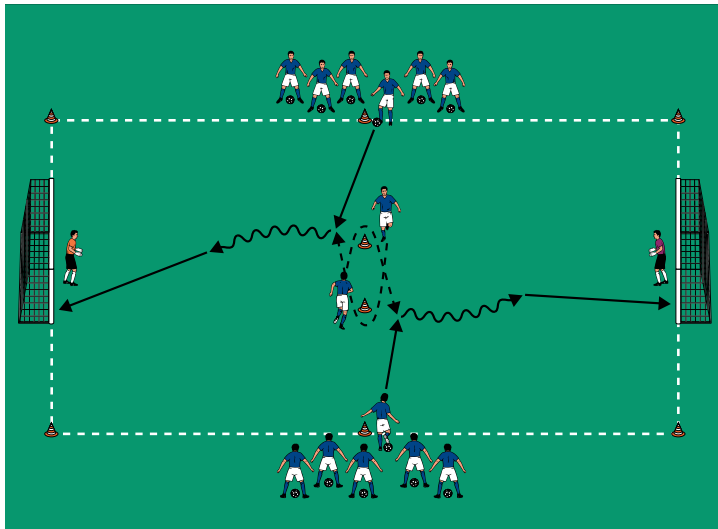


THEMA: DIE BALLKONTROLLE VERBESSERN



HAUPTTEIL 1:

BALLKONTROLL-TORSCHUSS

ORGANISATION

- ▶ Ein 35 x 20 Meter großes Feld aufbauen
- ▶ Auf jeder Seitenlinie ein Starthütchen und 2 weitere Hütchen in der Mitte des Feldes aufstellen
- ▶ Die Spieler mit Bällen an die Starthütchen und jeweils einen Spieler ohne Ball an die inneren Hütchen verteilen

ABLAUF

- ▶ Die Spieler an den inneren Hütchen umlaufen die inneren Hütchen im Uhrzeigersinn und fordern ein Zuspiel vom ersten Spieler am Starthütchen.
- ▶ Den Pass nehmen die Spieler zum Torschuss an und mit.
- ▶ Die Zuspieler laufen ihrem Ball zum inneren Hütchen nach und starten direkt den nächsten Durchgang.

VARIATIONEN

- ▶ Die inneren Hütchen gegen den Uhrzeigersinn umlaufen.
- ▶ Den Ball mit der Hand hoch zuwerfen.
- ▶ Den Ball aus der Hand per Volleyschuss hoch zuspelen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Den Ball schräg in den Lauf in Torrichtung anspielen.
- ▶ Direktschüsse nicht zulassen, sondern immer eine Ballmitnahme fordern.
- ▶ Gegebenenfalls die Kontakte bis zum Torschuss begrenzen oder eine Schusslinie markieren, ab der die Spieler spätestens schießen müssen.