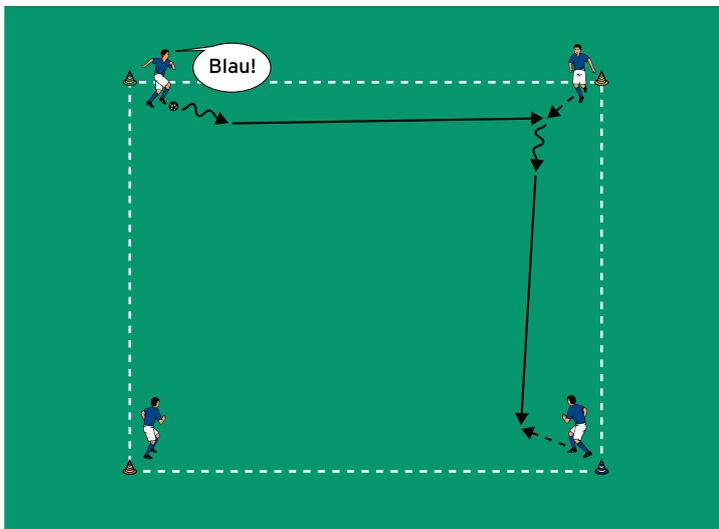


THEMA: TORSCHUSS



TRAININGSFORM 1:

4-FARBEN-PASSEN

ORGANISATION

- ▶ Mit 4 verschiedenfarbigen Hütchen ein Feld markieren
- ▶ Die Spieler an den Hütchen verteilen
- ▶ Ein Spieler hat 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Die Ballbesitzer dribbeln ins Feld, passen zu einem Spieler und rufen eine Hütchenfarbe zu.
- ▶ Der Passempfänger dribbelt ins Feld, passt zum Spieler am entsprechenden Hütchen und ruft eine Farbe auf.
- ▶ Die Spieler verbleiben auf ihren Positionen.

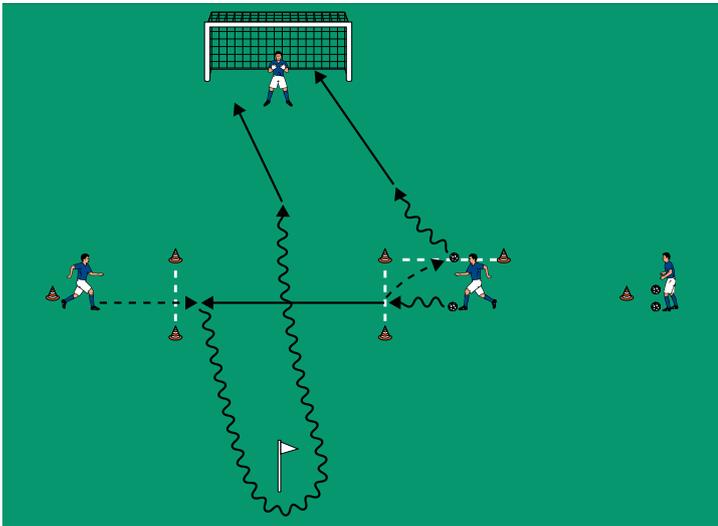
VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links passen.
- ▶ Aus der Hand per Volleyschuss zuspielen.
- ▶ Der Passempfänger spielt zunächst einen Doppelpass mit dem vorherigen Passgeber, ehe er den nächsten anspielt.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Das Zuspiel in den Vorlauf des Passempfängers spielen.
- ▶ Als Passempfänger mit dem ersten Kontakt in die entsprechende Spielrichtung mitnehmen.
- ▶ Möglichst mit dem dritten Kontakt passen.

THEMA: TORSCHUSS



TRAININGSFORM 2:

DOPPEL-AKTION

ORGANISATION

- ▶ 1 Tor mit Torhüter errichten
- ▶ Vor dem Tor 3 Hütchentore, 2 Starhütchen und 1 Stange aufbauen
- ▶ Die Spieler an den Positionen aufstellen
- ▶ Die Spieler am doppelten Hütchentor haben jeweils 2 Bälle

ABLAUF

- ▶ Der erste Ballbesitzer legt einen Ball in das seitliche Hütchentor und dribbelt mit dem anderen Ball kurz an, den er zum Spieler am Starhütchen gegenüber zuspielt.
- ▶ Dann nimmt er den Ball im anderen Hütchentor zum Tor ins Dribbling an und mit und schließt auf das Tor mit Torhüter ab.
- ▶ Der Passempfänger nimmt vor dem Hütchentor an, um die Slalomstange mit und schließt ebenfalls auf das Tor mit Torhüter ab.
- ▶ Nach jedem Durchgang wechseln die Spieler die Positionen und Aufgaben.

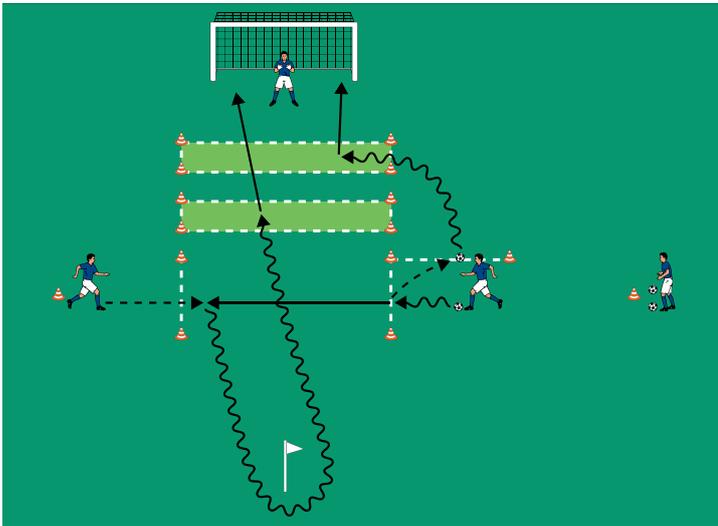
VARIATIONEN

- ▶ Wettbewerb I: Welcher Spieler erzielt die meisten Treffer?
- ▶ Wettbewerb II: 4 Durchgänge, wobei jeder Spieler 1-mal als Torhüter agiert. Welcher Torhüter kassiert die wenigsten Treffer?
- ▶ Der Ballbesitzer spielt einen Flugball zum Spieler gegenüber.
- ▶ Vor dem Tor stoppen und aus der Hand per Volleyschuss auf das Tor abschließen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der Torhüter wechselt ebenfalls die Position.
- ▶ Die Starhütchen stets einfach besetzen!
- ▶ Aus der Distanz schießen und kein 1 gegen 1 gegen Torhüter bestreiten.

THEMA: TORSCHUSS



TRAININGSFORM 3:

DOPPEL-AKTION MIT GEGNER

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau und die Organisation beibehalten
- ▶ Vor dem Tor 2 Zonen errichten

ABLAUF

- ▶ Der erste Ballbesitzer legt einen Ball in das seitliche Hütchentor und dribbelt mit dem anderen Ball kurz an, den er zum Spieler am Starthütchen gegenüber zuspielt.
- ▶ Dann nimmt er den Ball im anderen Hütchentor in die tornahe Zone an und mit, schließt von dort auf das Tor mit Torhüter ab und wird Verteidiger.
- ▶ Der Passempfänger nimmt vor dem Hütchentor an, um die Slalomstange mit und schließt aus der torfernen Zone auf das Tor mit Torhüter ab.
- ▶ Der Verteidiger versucht, den Schuss innerhalb seiner Zone zu stören bzw. blocken.
- ▶ Nach jedem Durchgang wechseln die Spieler die Positionen und Aufgaben.

VARIATIONEN

- ▶ Wettbewerb I: Welcher Spieler erzielt die meisten Treffer?
- ▶ Wettbewerb II: Welcher Verteidiger kassiert die wenigsten Treffer?
- ▶ Tore nach einer Finte zählen doppelt.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Als Verteidiger stets zwischen Ball und Tor agieren.
- ▶ Als Angreifer mithilfe von Finten 'Schussfenster' öffnen und zielstrebig nutzen.
- ▶ Der Torhüter wechselt ebenfalls die Position.
- ▶ In den jeweiligen Zonen agieren und kein 1 gegen 1 suchen.