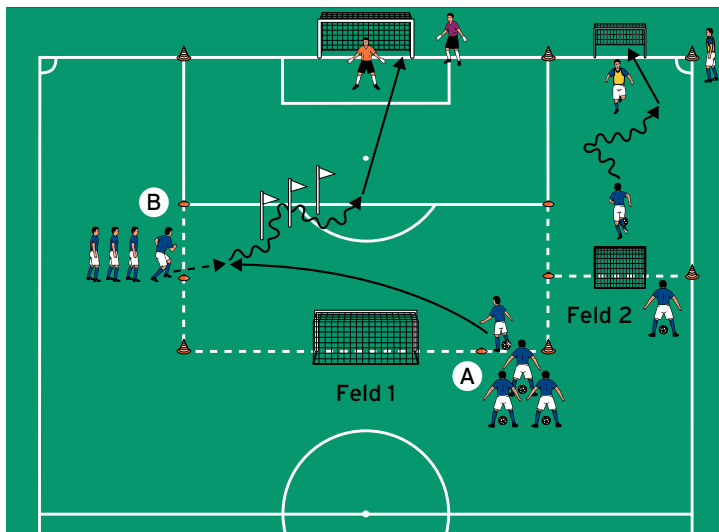


THEMA: DIE TECHNIK-GRUNDLAGEN TRAINIEREN



HAUPTTEIL 1

TORSCHUSS UND 1 GEGEN 1

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau und die Gruppen weiter verwenden
- ▶ Auf einer Grundlinie von Feld 1 ein Tor mit Torhüter sowie auf den Grundlinien von Feld 2 je 1 Minitor aufstellen
- ▶ In Feld 2 Angreifer und Verteidiger bestimmen

FELD 1

- ▶ A passt auf B, der in die Vorwärtsbewegung mitnimmt, im Slalom um die Stangen dribbelt und auf das Tor mit Torhüter abschließt.
- ▶ Anschließend tauschen die beiden Spieler jeweils die Positionen und Aufgaben.

FELD 2

- ▶ Ein Angreifer dribbelt auf einen Verteidiger zu und versucht, im 1 gegen 1 auf das gegenüberliegende Minitor abzuschließen.
- ▶ Erobert der Verteidiger den Ball, so kontert er sofort auf das andere Minitor.

VARIATIONEN

- ▶ Feld 1: Den Ablauf über die andere Seite durchführen.
- ▶ Feld 2: Der Ballbesitzer muss jeweils innerhalb von 10 Sekunden abgeschlossen haben.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ In Feld 1 präzise Zuspiele in den Fuß des Mitspielers fordern.
- ▶ Die Dribblings und Finten mit höchstmöglichem Tempo durchführen.
- ▶ In Feld 2 auf eine angemessene Anzahl an Wiederholungen im 1 gegen 1 achten.
- ▶ Ausreichend Pausen einplanen.