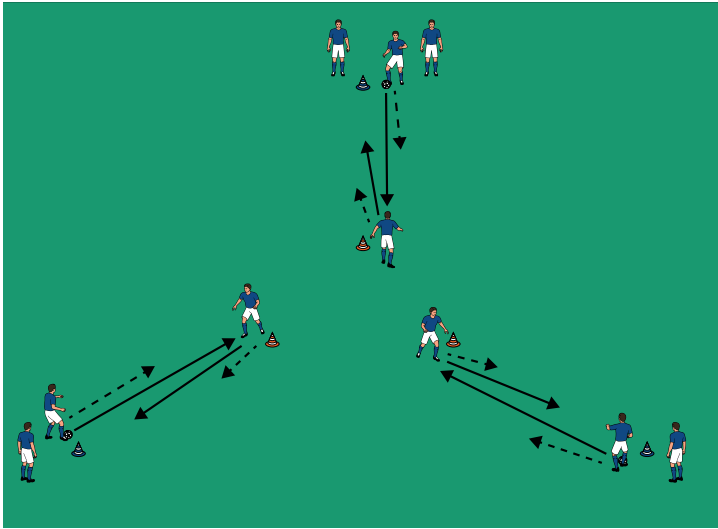


THEMA: ZWEI TORE BEDEUTEN DOPPELTE TORSCHÜSSE



AUFWÄRMEN 1:

EINFACHES DOPPEL-DREIECK

ORGANISATION

- ▶ Mit 3 Hütchen ein großes Dreieck von etwa 20 Metern aufstellen.
- ▶ Innerhalb des Dreiecks ein kleines Dreieck von etwa 10 Metern errichten.
- ▶ Die Spieler an den Hütchen der Dreiecke verteilen.
- ▶ Die ersten Spieler an den Hütchen des großen Dreiecks haben Bälle.

ABLAUF

- ▶ Die Spieler spielen sich zwischen den Hütchen des großen und kleinen Dreiecks zu und laufen dem Pass jeweils nach.

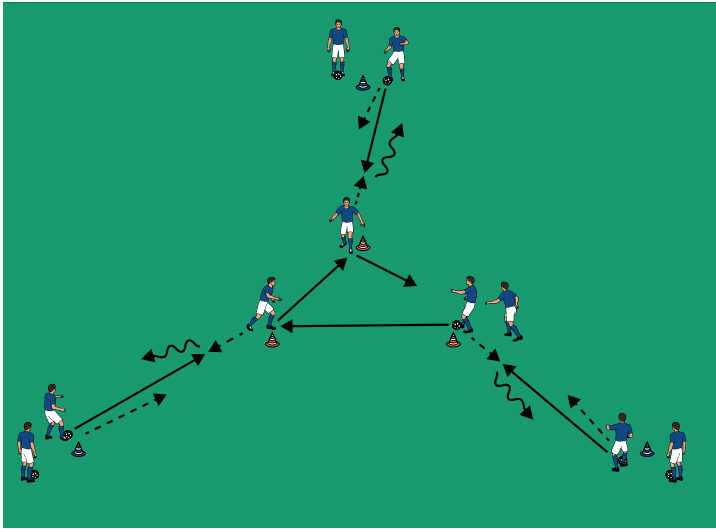
VARIATIONEN

- ▶ Per Volleyschuss aus der Hand zuspielen.
- ▶ Nur mit rechts/links spielen.
- ▶ Nach dem Zuspiel im/gegen den Uhrzeigersinn zum nächsten Hütchen laufen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Im Passspiel zunächst mit 2 Kontakten, später direkt spielen.
- ▶ Nur so hart zuspielen, dass der Mitspieler den Ball kontrollieren kann.

THEMA: ZWEI TORE BEDEUTEN DOPPELTE TORSCHÜSSE



AUFWÄRMEN 2:

KOMPLEXES DOPPEL-DREIECK

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten.
- ▶ Ein Spieler im kleinen Dreieck und alle Spieler im großen Dreieck haben Bälle.

ABLAUF

- ▶ Die Spieler im kleinen Dreieck passen im/gegen den Uhrzeigersinn und fordern dann ein Zuspiel vom Spieler am nahen Hütchen des großen Dreiecks.
- ▶ Den Pass nehmen die Spieler zum Hütchen des großen Dreiecks mit.
- ▶ Die Zuspieler laufen zum Hütchen des kleinen Dreiecks.

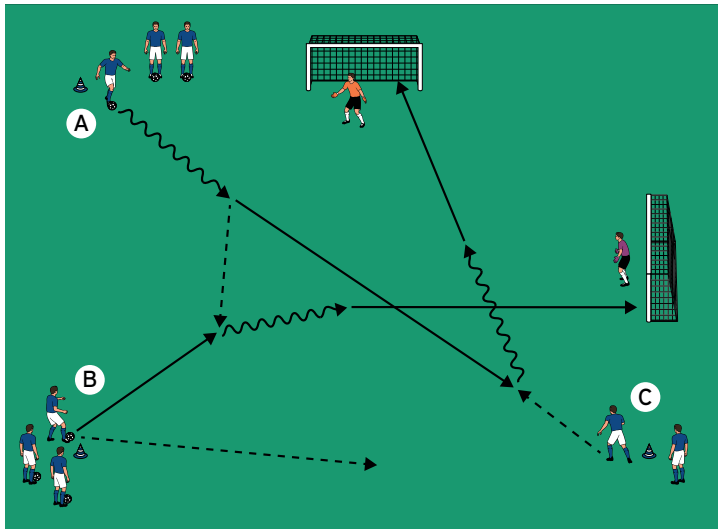
VARIATIONEN

- ▶ Am großen Dreieck per Volleyschuss aus der Hand zuspielen.
- ▶ Im kleinen Dreieck per Volleyschuss aus der Hand zuspielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Zur Erleichterung des Ablaufs die Bälle zunächst zuwerfen.
- ▶ Im Uhrzeigersinn mit links, gegen den Uhrzeigersinn mit rechts spielen.

THEMA: ZWEI TORE BEDEUTEN DOPPELTE TORSCHÜSSE



HAUPTTEIL 1:

ZUSPIEL-TORECK

ORGANISATION

- ▶ 2 Tore mit Torhütern sowie 3 Positionshütchen A, B und C gemäß Abbildung errichten.
- ▶ Die Spieler an den Positionshütchen verteilen, wobei die Spieler an A und B Bälle haben.

ABLAUF

- ▶ A passt aus dem Dribbling zu C, der den Ball zum Torschuss mitnimmt.
- ▶ Anschließend fordert A den Ball von B und schießt auf das andere Tor.
- ▶ Nach jedem Durchgang wechselt A zu B, B zu C und C zu A.

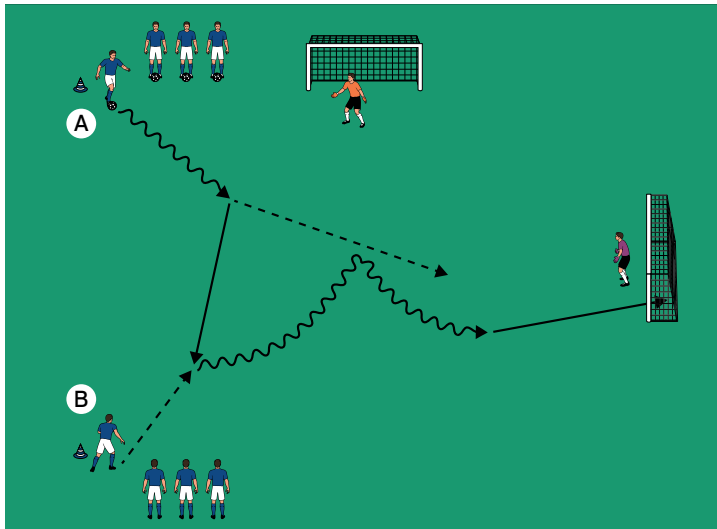
VARIATIONEN

- ▶ A passt per Volleyschuss aus der Hand hoch zu C.
- ▶ B passt per Volleyschuss aus der Hand hoch zu A.
- ▶ Mit dem dritten (zweiten) Ballkontakt schießen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf freie Pass- und Schusswege achten.
- ▶ Gegebenenfalls Schusszonen markieren, in denen die Spieler schießen sollen.

THEMA: ZWEI TORE BEDEUTEN DOPPELTE TORSCHÜSSE



HAUPTTEIL 2:

DRIBBEL-TORECK

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten.
- ▶ Das Positionshütchen C entfernen.
- ▶ Die Spieler an A haben Bälle.

ABLAUF

- ▶ A passt aus dem Dribbling zu B und wird Verteidiger.
- ▶ B greift gegen A auf beide Tore an.
- ▶ Erobert A den Ball greift er ebenfalls auf beide Tore an.

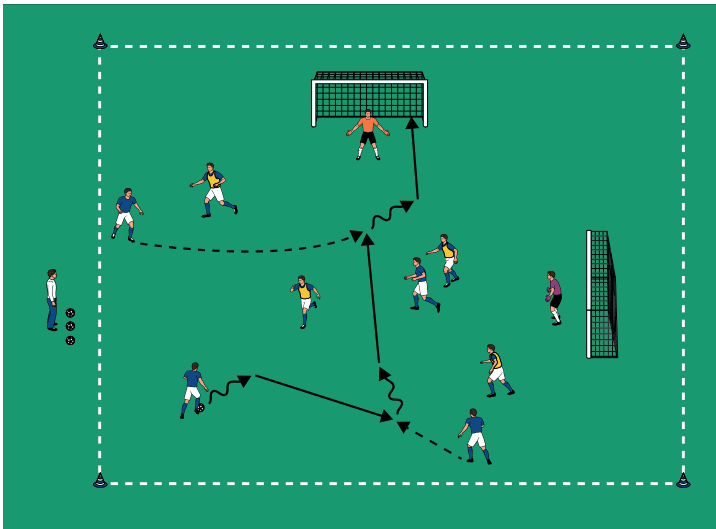
VARIATIONEN

- ▶ 2 Spieler von A verteidigen im 2 gegen 1.
- ▶ 2 Spieler von A und B spielen im 2 gegen 2.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Jeder Durchgang endet, wenn ein Treffer erzielt oder der Ball vom Torhüter gehalten wurde.
- ▶ Wird der Ball zu schnell verspielt, als Trainer einen weiteren Ball einspielen.
- ▶ Gegebenenfalls ein Feld markieren.

THEMA: ZWEI TORE BEDEUTEN DOPPELTE TORSCHÜSSE



SCHLUSSTEIL:

SPIEL-TORECK

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten.
- ▶ Um die Tore herum ein 20 x 20 Meter großes Feld markieren.
- ▶ 2 Teams bilden.

ABLAUF

- ▶ Spiel im 4 gegen 4.
- ▶ Das jeweils ballbesitzende Team greift auf beide Tore an.

VARIATIONEN

- ▶ Jedes Team greift auf ein Tor an und verteidigt das andere Tor.
- ▶ Die Tore nummerieren und als Trainer das Tor ansagen, auf das die Teams angreifen können.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Tore stehen im Feld, sodass die Teams auch hinter den Toren weiterspielen können.
- ▶ Gehaltene Bälle passen die Torhüter zum Trainer, der einen neuen Ball einspielt.