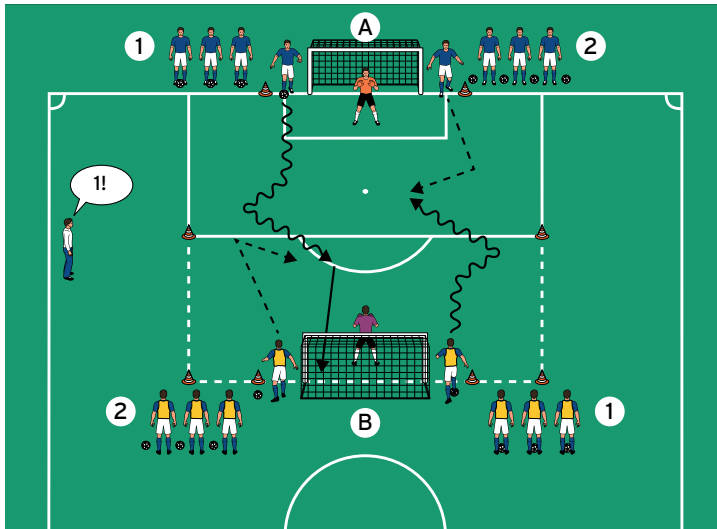


**THEMA: SICHERE BALLKONTROLLE ALS BASIS FÜR DAS 1 GEGEN 1**



**HAUPTTEIL 1:**

**SCHNELLES 1 GEGEN 1**

**ORGANISATION**

- ▶ Einen doppelten Strafraum mit Toren mit Torhütern markieren.
- ▶ 4 Starhütchen neben den Toren aufstellen.
- ▶ 2 Mannschaften einteilen und den Starhütchen zuweisen.
- ▶ Jeder Spieler hat 1 Ball.

**ABLAUF**

- ▶ Auf ein Trainerkommando ("1" oder "2") starten die aufgerufenen Spieler ins Feld.
- ▶ Gleichzeitig laufen die jeweils gegenüberstehenden Spieler als Verteidiger ins Feld.
- ▶ Die Ballbesitzer versuchen jeweils, beim gegenüberliegenden Tor mit Torhüter einen Treffer zu erzielen.
- ▶ Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so kontern sie auf das jeweils andere Tor.
- ▶ Jeder Treffer zählt für die Mannschaftswertung.
- ▶ Welches Team erzielt zuerst 10 Treffer?

**VARIATIONEN**

- ▶ Treffer der Verteidiger zählen doppelt.
- ▶ Ist der Ball eines Pärchens aus dem Spiel, können beide ihren jeweiligen Mitspieler im 2 gegen 2 unterstützen.
- ▶ Die Mittellinie markieren. Gültige Treffer können jeweils nur aus der Angriffshälfte erzielt werden.

**TIPPS UND KORREKTUREN**

- ▶ Die Verteidiger müssen den Angreifer möglichst schnell stellen.
- ▶ Mit Finten ausreichend Raum zum Schießen schaffen.
- ▶ Die Torhüter sollen parierte Bälle möglichst schnell wieder ins Spiel bringen und so einen Gegenangriff einleiten.