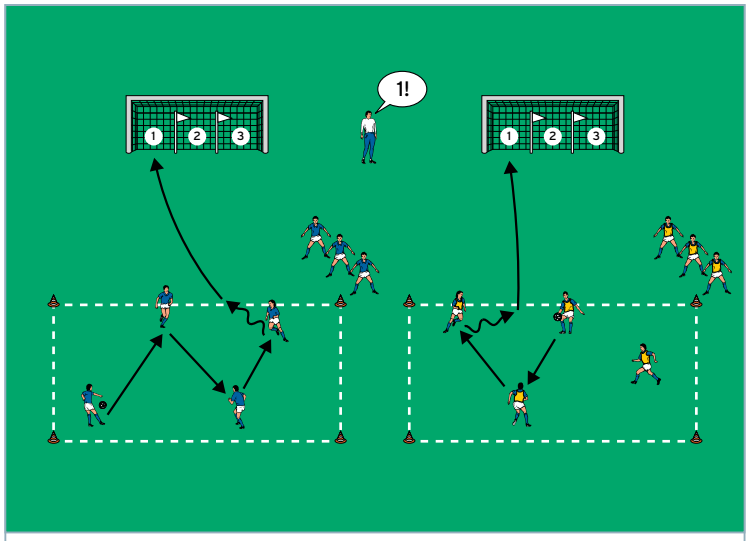
HAUPTTEIL 1: Ziel-Volleys

von Mario Vossen (29.07.2014)



Organisation

- 2 Tore nebeneinander aufstellen
- Die Tore mit Stangen in 3 Zonen einteilen und jeweils durchnummerieren
- Vor jedem Tor 1 Hütchenfeld errichten
- 2 Mannschaften bilden
- Je 4 Spieler im Feld postieren

Ablauf

- Die Spieler passen sich per Volleyschuss aus der Hand zu.
- Der Trainer ruft eine Torzone auf.
- Die jeweiligen Ballbesitzer müssen nun sofort aus der Hand in die aufgerufene Zone schießen, ohne dass der Ball zuvor den Boden berührt.
- Gelingt dies, so erhält das jeweilige Team 1 Punkt.

Variationen

- Die Spieler passen sich flach zu.
- Die Spieler passen sich hoch zu. Dabei darf der Ball jeweils einmal auf dem Boden aufspringen.
- Nur die Mannschaft, die zuerst einen Treffer erzielt, erhält 1 Punkt.

Tipps und Korrekturen

- Die Passempfänger sollen die Volley-Zuspiele jeweils auffangen und dann weiterspielen.
- Der Spieler, der auf das Tor abgeschlossen hat, tauscht mit einem wartenden Mitspieler die Positionen und Aufgaben.
- Den Abstand des Feldes zu den Toren dem Leistungsstand der Spieler anpassen.