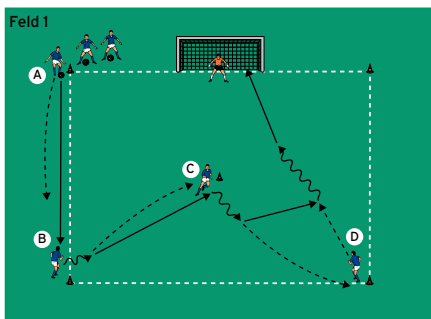


# HAUPTTEIL 1: Kontroll-Stafette I

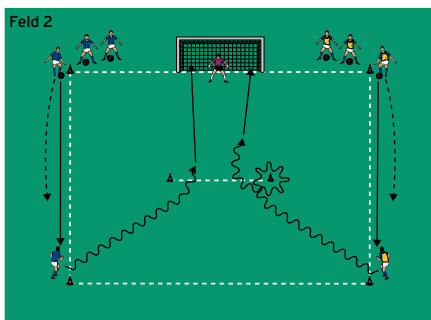
von Horst Hrubesch (06.10.2015)



## Feld 1



## Feld 2



## Organisation

- Feld 1: Ein Spielfeld mit großem Tor mit Torhüter und 1 zentralen Positionshütchen errichten
- Feld 2: Ein Spielfeld mit großem Tor mit Torhüter und 2 Positionshütchen markieren
- 2 Gruppen bilden und auf die Felder verteilen

## Ablauf

### Feld 1

- A passt zu B, der ins Feld mitnimmt und anschließend zu C spielt.
- C kontrolliert das Zuspiel und passt mit mindestens 3 Kontakten zum ins Feld startenden D weiter.
- D nimmt in Richtung Tor an und mit und schließt nach einem kurzen Dribbling ab.
- Nach jeder Aktion rücken alle Spieler eine Position weiter.

### Feld 2

- 2 Mannschaften bilden und vorgegebene Positionen besetzen.
- Auf ein Trainerkommando passen die Startspieler beider Teams zu ihren Mitspielern.
- Diese nehmen ins Feld an und mit und versuchen, schnellstmöglich über die Hütchenlinie zu dribbeln.
- Der Spieler, der zuerst über die Linie dribbelt, erhält 1 Punkt für die Mannschaftswertung und darf anschließend auf das Tor abschließen.
- Für jedes erzielte Tor erhält er zusätzlich 1 Punkt für die Teamwertung.
- Der im Dribbling unterlegene Spieler muss das seitliche Hütchen der Hütchenlinie umdribbeln und darf dann ebenfalls auf das Tor abschließen.
- Für jeden Treffer erhält auch er 1 Punkt für die Mannschaftswertung.
- Nach jeder Aktion rücken die beteiligten Spieler eine Position weiter.

## Tipps und Korrekturen

- Da die Ballkontrolle im Mittelpunkt der Trainingseinheit steht, eine Mindestkontaktzahl vorgeben, um ein direktes Passspiel auszuschließen.
- Die Spieler sollen lernen, flache Zuspiele ohne Gegnerdruck sicher in die Bewegung mitzunehmen. Dabei kann der erste Kontakt sowohl mit der Innen- als auch mit der Außenseite erfolgen.
- Nach einigen Durchgängen die Seiten tauschen.