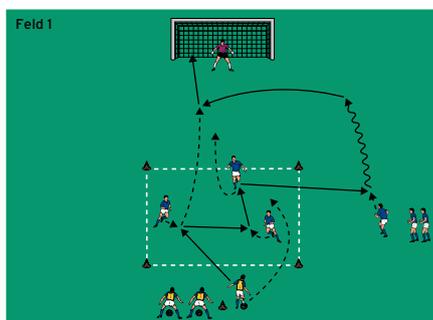


HAUPTTEIL 2: Kopfball-Spiel II

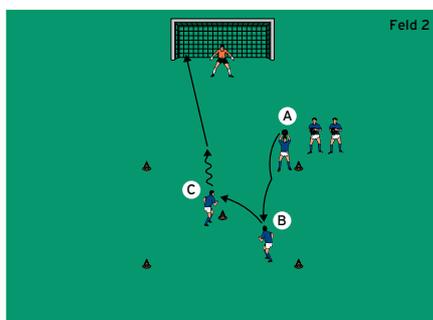
von Ralf Peter (08.03.2016)



Feld 1



Feld 2



Organisation

- Den Aufbau und die Gruppen aus Hauptteil 1 weiter verwenden

Ablauf

Feld 1

- Grundablauf wie in Hauptteil 1.
- Jetzt startet der Läufer seinem Abspiel ins Feld nach und versucht, den Pass der Angreifer auf die Außenposition zu verhindern.
- Die Angreifer müssen vor ihrem Zuspiel nach außen mindestens 2 Pässe im Feld gespielt haben.
- Auch am Torabschluss nach Flanke dürfen die Angreifer vom Läufer gehindert werden.

Feld 2

- A prellt per Aufsetzer hoch zu B, der aus dem Sprung weiter zu C köpft (möglichst in Brusthöhe).
- Dieser kontrolliert das Zuspiel, dreht sich und schließt nach einem kurzen Dribbling auf das Tor ab.
- Nach jeder Aktion 1 Position weiterrücken.
- Seitenwechsel nach 2 bis 3 Durchgängen.

Tipps und Korrekturen

- In Feld 1 erfolgt eine spielerische Heranführung an das Kopfballspiel. In Feld 2 arbeiten die Spieler hingegen im Kleingruppenttraining intensiv an der Kopfballtechnik. Der Kopfball wird hier jedoch als Möglichkeit zur Vorlage anstatt zum Torabschluss eingesetzt.
- Je nach Leistungsstand der Spieler können die Kopfbälle aus dem Stand, nach beidbeinigem Absprung oder auch aus dem Lauf bzw. nach einbeinigem Absprung erfolgen.