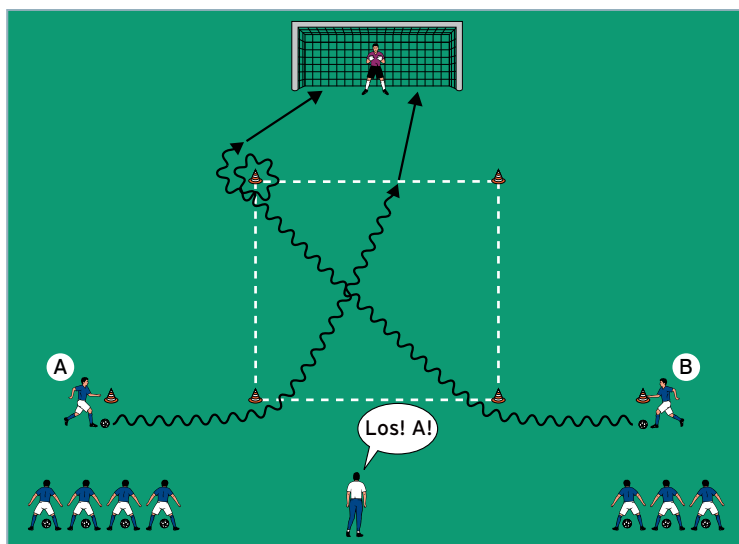


HAUPTTEIL 1: Torschuss aus dem Dribbling

von Jens Prawitt (06.09.2016)



Organisation

- Vor einem Tor mit Torhüter ein 10 x 10 Meter großes Feld markieren
- 10 Meter seitlich neben dem Feld je 1 Starthütchen markieren
- 2 Gruppen A und B bilden und die Spieler mit Ball an den Starthütchen aufstellen
- Der Trainer postiert sich zwischen den Starthütchen

Ablauf

- Auf ein Trainerkommando dribbeln die jeweils ersten Spieler A und B in das Feld.
- Derjenige, der das Feld zuerst erreicht hat, dribbelt auf das Tor zu und schießt innerhalb des Feldes ab.
- Der zweite Spieler dribbelt zunächst um das diagonale Hütchen und schießt zeitversetzt.
- Nach 4 Minuten die Seiten tauschen.

Variationen

- Wettbewerb: Welches Team erzielt in 4 Minuten die meisten Treffer?
- Den Ball in der Hand tragen, in das Feld laufen, ihn dort fallenlassen und nach dem ersten Bodenkontakt abschließen.
- Den Ball in der Hand tragen, in das Feld laufen und per Volley aus der Hand auf das Tor schießen.

Tipps und Korrekturen

- Den Torhüter regelmäßig wechseln.
- Darauf achten, dass die Spieler nur per Vollspannstoß abschließen.
- Den Spieler laut aufrufen, der zuerst ins Feld gedribbelt ist.
- Die erzielten Treffer jeweils laut mitzählen.
- A schießt nur mit rechts, B nur mit links ab.