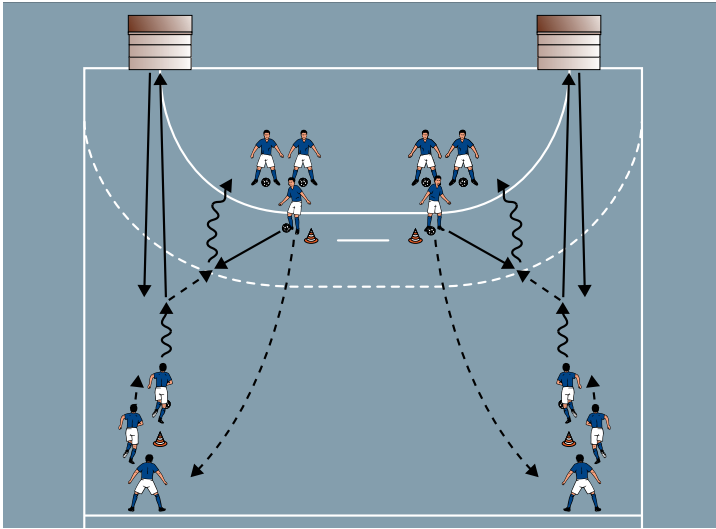


## THEMA: TORSCHUSSTRAING UNTERM HALLENDACH



### AUFWÄRMEN 1:

#### KASTEN-PASSEN

##### ORGANISATION

- ▶ 2 große Kästen nebeneinander aufstellen
- ▶ 10 Meter davor zwischen den beiden Kästen zwei Hütchen postieren
- ▶ Auf Höhe jedes Kasten im Abstand von 15 Metern ein weiteres Hütchen platzieren
- ▶ Die Spieler an den zentralen Hütchen haben Bälle, an den anderen beiden Starthütchen hat nur der erste Spieler einen Ball.

##### ABLAUF

- ▶ Die ersten Spieler passen gegen den Kasten und fordern ein Zuspiel vom ersten Spieler am seitlichen Starthütchen.
- ▶ Das Zuspiel nimmt der Spieler zum seitlichen Starthütchen an und mit.
- ▶ Der nächste Spieler spielt den Abpraller direkt wieder gegen den Kasten.

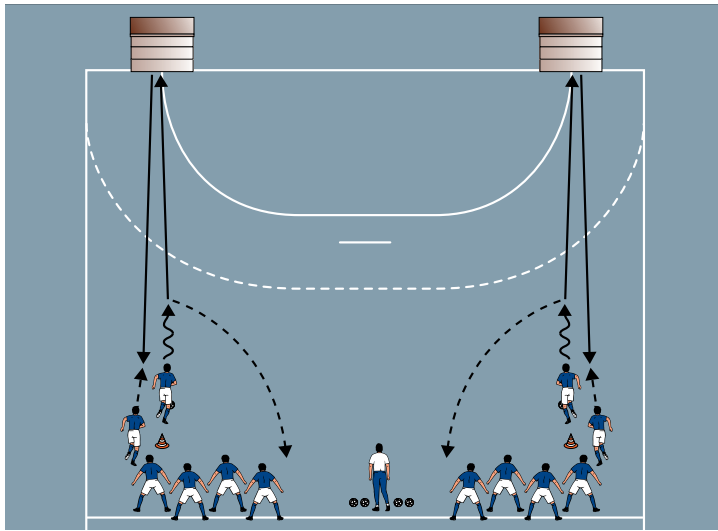
##### VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links gegen den Kasten passen.
- ▶ Mit 2 Ballkontakten spielen.
- ▶ Jeweils zwei Pässe gegen den Kasten spielen.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Zunächst mit der Innenseite später mit dem Spann spielen.
- ▶ Zielgenaies Passspiel einfordern.

## THEMA: TORSCHUSSTRAING UNTERM HALLENDACH



### AUFWÄRMEN 2:

#### KASTEN-WETT-PASSEN

##### ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau übernehmen, lediglich die beiden zentralen Starthütchen entfernen

##### ABLAUF

- ▶ Die jeweils ersten Spieler starten gleichzeitig, dribbeln kurz an, passen gegen den Kasten und stellen sich am Starthütchen wieder an.
- ▶ Der nächste Spieler passt den Abpraller direkt wieder gegen den Kasten.

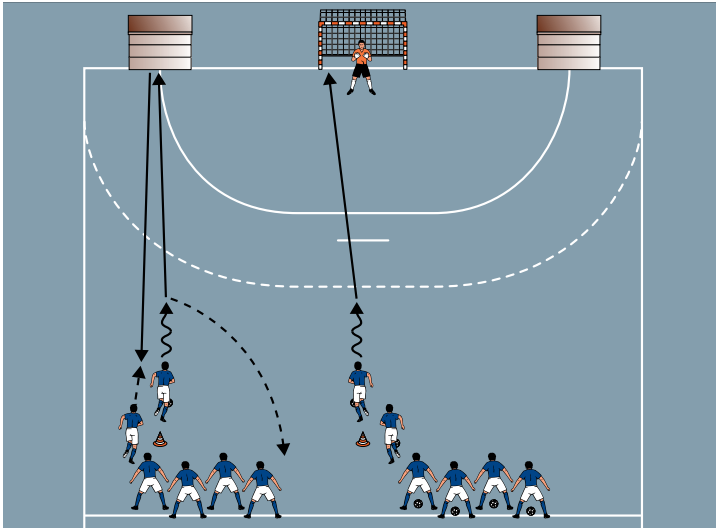
##### VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links spielen.
- ▶ Mit 2 Ballkontakten spielen.
- ▶ Jeder Spieler spielt 2 Pässe gegen den Kasten.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Zunächst mit der Innenseite, später auch mit dem Spann spielen.
- ▶ Nach jedem Pass sofort zur Seite weichen und zum Starthütchen zurücklaufen, so dass der nächste Spieler nicht behindert wird.

## THEMA: TORSCHUSSTRAING UNTERM HALLENDACH



### HAUPTTEIL 1:

#### PASS-TORSCHUSS-WETTKAMPF

##### ORGANISATION

- ▶ Die Kästen übernehmen
- ▶ Das eine Starthütchen auf die Höhe des Tores einrücken
- ▶ Die Spieler besetzen die Starthütchen

##### ABLAUF

- ▶ Ein Spieler passt gegen den Turnkasten, der andere schießt auf das Tor.
- ▶ Positions- und Aufgabenwechsel beider Teams nach jedem Treffer beim Tor.

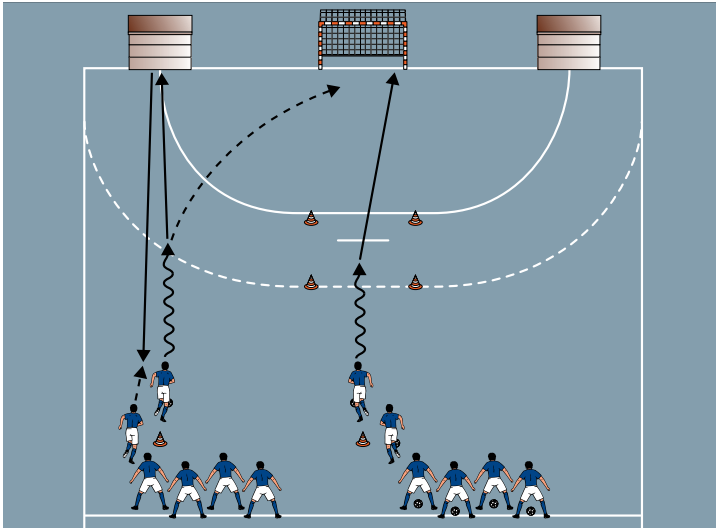
##### VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links gegen den Kasten passen, bzw. auf das Tor schießen.
- ▶ Positions- und Aufgabenwechsel der Teams nach 2 bis 5 Treffern ins Tor.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Gegebenenfalls eine Pass-/Schusszone markieren, aus der die Spieler passen/schießen müssen.
- ▶ Der nächste Spieler darf erst zum Torschuss andribbeln, wenn der Vordermann geschossen hat.
- ▶ Den Torhüter regelmäßig wechseln

## THEMA: TORSCHUSSTRAING UNTERM HALLENDACH



### HAUPTTEIL 2:

### TORWART-TORSCHUSS-WETT-KAMPF

#### ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Mit 4 Hütchen 10 Meter vor dem Tor eine vier-eckige Schusszone markieren
- ▶ Jedes Team mit Bällen an einem Starthütchen postieren

#### ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando startet der Spieler vor dem Kasten.
- ▶ Der Spieler passt gegen den Kasten und läuft als Torhüter ins Tor.
- ▶ Mit der Passabgabe dribbelt der Spieler des anderen Starthütchens los und versucht aus der Schusszone heraus einen Treffer zu erzielen.
- ▶ Positions- und Aufgabenwechsel der Teams nach jedem kompletten Durchgang.

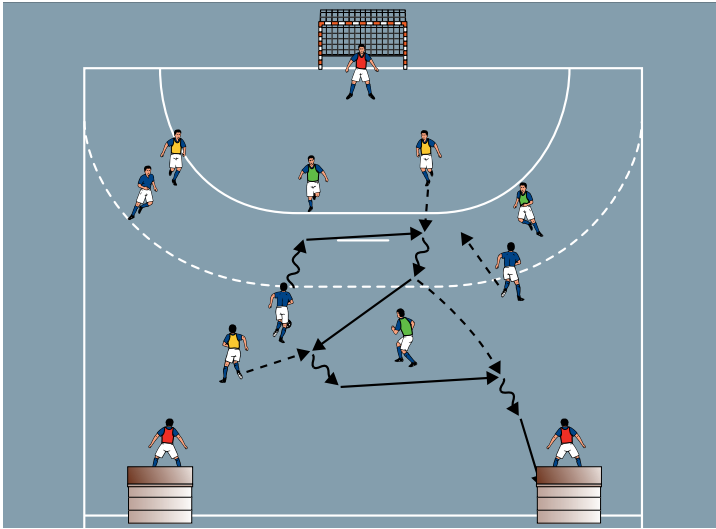
#### VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links passen.
- ▶ 2 Pässe gegen den Kasten spielen und dann als Torhüter ins Tor laufen.
- ▶ Erzielte Treffer beim Tor mit dem schwächeren Fuß doppelt werten.
- ▶ Verfehlt der Spieler den Kasten mit seinem Pass, darf er nicht als Torhüter agieren und der Spieler des anderen Teams kann ins leere Tor schießen.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler starten nach einiger Zeit selbstständig
- ▶ Sind die Zeitabstände zu kurz, darf der zweite Spieler erst starten, wenn der Ball gegen den Kasten geprallt ist.

## THEMA: TORSCHUSSTRAING UNTERM HALLENDACH



### SCHLUSSTEIL:

#### 4-TEAM-SPIEL

##### ORGANISATION

- ▶ Die gesamte Halle als Spielfeld nutzen
- ▶ Auf einer Grundlinie ein Tor und auf der anderen Grundlinie 2 Kästen aufstellen
- ▶ 4 Teams einteilen

##### ABLAUF

- ▶ 3 Teams spielen gleichzeitig gegeneinander
- ▶ Das vierte Team stellt die Torhüter.
- ▶ Die Ballbesitzer spielen auf alle Tore.

##### VARIATIONEN

- ▶ Jedes Team verteidigt ein Tor und greift auf die anderen beiden Tore an.
- ▶ Die Torhüter der Kästen spielen nur mit den Füßen.
- ▶ Wettbewerb: Welches Team erzielt zuerst bei allen drei Toren einen Treffer?

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Nach jedem erzielten Treffer spielt der Torhüter neutral wieder ein.
- ▶ Torhüterwechsel nach 5 Minuten.