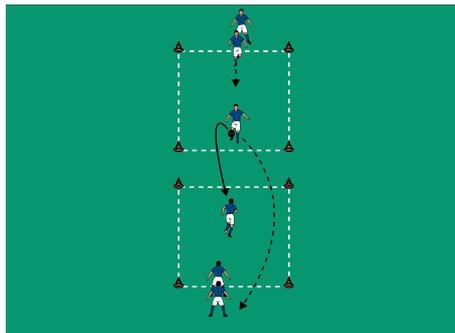
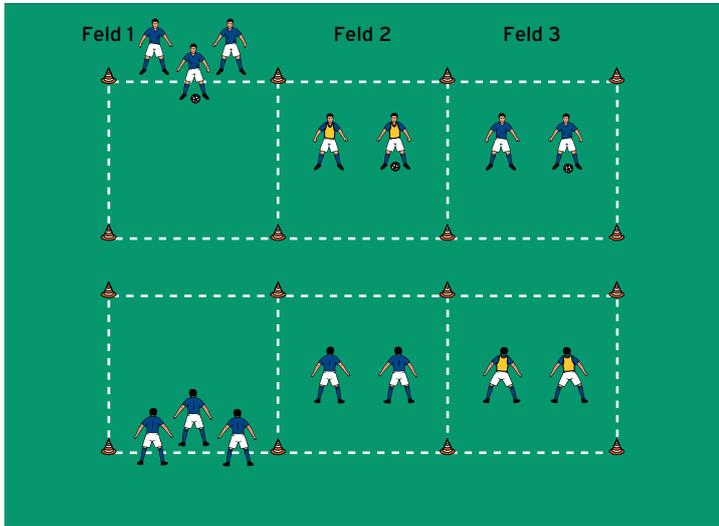
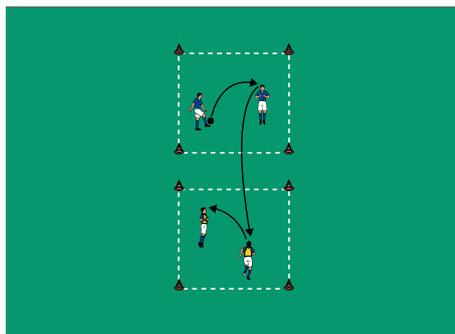


THEMA: DIE TECHNIK DES KOPFBALLS SCHULEN



Feld 1



Felder 2 und 3

AUFWÄRMEN 1:

FUSSBALLTENNIS

ORGANISATION

- ▶ Ein Feld in 3 Fußballtennisfelder mit jeweils 2 Endzonen und einer Mittelzone als Netz unterteilen (siehe Abbildung)
- ▶ 6 Spieler Feld 1 und jeweils 4 Spieler Felder 2 und 3 zuweisen
- ▶ Pro Feld 1 Ball

ABLAUF FELD 1

- ▶ Fußballtennis mit Nachlaufen: Die Spieler passen aus dem Jonglieren über das Netz in die gegenüberliegende Endzone, laufen ihren Zuspielen nach und schließen sich der anderen Gruppe an.
- ▶ Dabei darf der Ball höchstens einmal aufspringen und muss spätestens mit dem dritten Kontakt über das Netz gespielt werden.
- ▶ Wie viele Zuspiele in Folge schafft die Gruppe?
- ▶ Nach 5 Minuten Felderwechsel.

ABLAUF FELDER 2 UND 3

- ▶ Fußballtennis im 2 gegen 2: Der Ball darf nur per Kopf und nachdem beide Spieler zumindest einmal den Ball berührt haben über das Netz gespielt werden. Er darf einmal den Boden berühren.
- ▶ Kommt der Ball häufiger auf oder geht er ins Aus, erhält der Gegner 1 Punkt.
- ▶ Welche Mannschaft erzielt in 5 Minuten die meisten Punkte?
- ▶ Anschließend Felderwechsel.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Anforderungen je nach Leistungsstärke durch Kontaktvorgaben variieren.
- ▶ In Feld 1 steht das Zusammenspiel, in Feld 2 der Wettkampf im Vordergrund.
- ▶ Beim Kopfball in Feld 2 den ganzen Oberkörper in die Richtung drehen, in die geköpft werden soll.