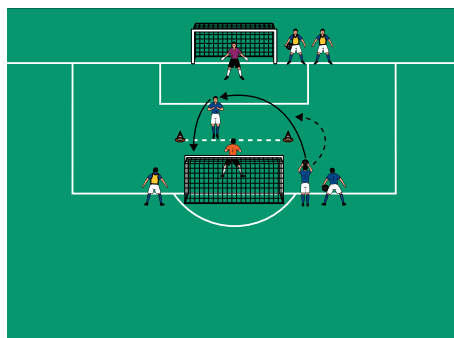
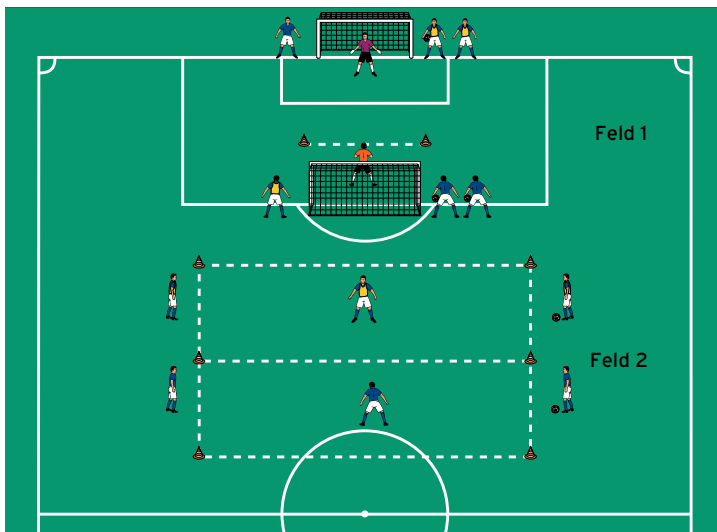
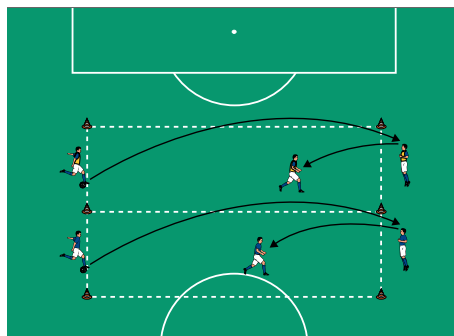


## THEMA: DIE TECHNIK DES KOPFBALLS SCHULEN



Feld 1



Feld 2

### HAUPTTEIL 1:

#### KOPFBALLTREFFER

##### ORGANISATION

- ▶ Feld 1: Auf der Grundlinie und auf dem Strafraum je 1 Tor mit Torhüter errichten und dazwischen eine Linie markieren
- ▶ Feld 2: Zwei 30 x 10 Meter große Felder markieren
- ▶ Die Spieler in vier 3er-Teams einteilen und den Feldern zuweisen (siehe Abbildung)

##### ABLAUF FELD 1

- ▶ 2 Teams treten zu einem Kopfballwettbewerb an.
- ▶ Dabei wirft der erste Spieler von Blau seinem Mitspieler so zu, dass dieser dem Ball entgegenläuft und aus dem Sprung aufs Tor köpfen kann.
- ▶ Anschließend tauschen beide Spieler die Positionen, und Gelb führt die jeweils nächste Aktion aus.
- ▶ Nach 4 Minuten wechseln Blau und Gelb die Seiten.
- ▶ Welches Team erzielt die meisten Kopfballtreffer?

##### ABLAUF FELD 2

- ▶ Auf ein Trainerkommando treten 2 Teams zu einem Flug- und Kopfballwettbewerb an.
- ▶ Dabei muss das Feld mit einem Flugball überbrückt, der Ball geköpft und vom Mitspieler in der Mitte gefangen werden.
- ▶ Jede erfolgreiche Aktion ergibt 1 Punkt.
- ▶ Welches Team erzielt zuerst 10 Punkte?

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf einen einbeinigen Absprung achten.
- ▶ In die Höhe, nicht nach vorne springen!
- ▶ Den Ball an- und nachschauen!
- ▶ Aus einer Bogenspannung nach vorne schnellen!
- ▶ Nach jeder Aktion die Positionen selbstständig wechseln.