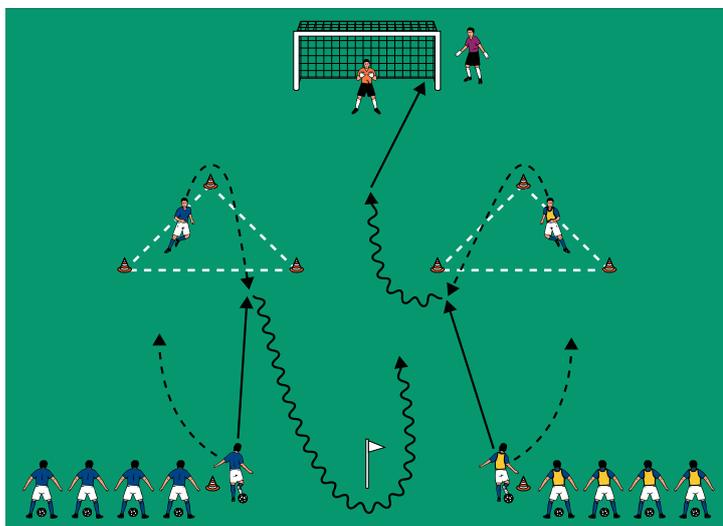


## THEMA: DIE AN- UND MITNAHME KONTINUIERLICH SCHULEN



### HAUPTTEIL 1:

## BALLKONTROLLE MIT TORSCHUSS

### ORGANISATION

- ▶ 20 Meter vor einem Tor beidseitig je 1 Starthütchen aufstellen
- ▶ 10 Meter vor jedem Starthütchen ein Hütchendreieck (Seitenlänge: 3 Meter) markieren
- ▶ Mittig zwischen den Starthütchen 1 Slalomstange aufstellen
- ▶ 2 Torhüter bestimmen
- ▶ Je 1 Spieler ohne Ball in den Hütchendreiecken postieren
- ▶ Alle übrigen Spieler mit Bällen an den Starthütchen verteilen

### ABLAUF

- ▶ Die Spieler in den Hütchendreieck laufen gleichzeitig um das hintere Hütchen und fordern ein Zuspiel von den jeweils ersten Spielern an den Starthütchen.
- ▶ Der erste Passempfänger nimmt sofort zum Torabschluss nach innen an und mit.
- ▶ Der jeweils andere Spieler dribbelt um die Slalomstange und schießt dann zeitverzögert ab.
- ▶ Jeder Zuspieler läuft seinen Abspielen ins Hütchendreieck nach.
- ▶ Nach jedem Durchgang die Positionen und Aufgaben wechseln.

### VARIATIONEN

- ▶ Von einem Starthütchen flach zuspielen, vom jeweils anderen hoch zuwerfen.
- ▶ Per Volleyschuss aus der Hand hoch zuspielen.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Torhüter wechseln sich nach jeweils zwei Torschüssen im Tor ab.
- ▶ Als Trainer zunächst ein Startsignal geben, so dass die Spieler in den Hütchendreiecken immer gleichzeitig starten. Später die Spieler sich gegenseitig abstimmen und selbstständig starten lassen.
- ▶ Die hinteren Hütchen der Hütchendreiecke auch als Schussgrenzen nutzen, ab denen die Spieler spätestens schießen müssen.
- ▶ Der zweite Spieler soll deutlich zeitversetzt schießen. Ist der Spieler zu schnell, die Slalomstange gegebenenfalls noch weiter zurückstellen.