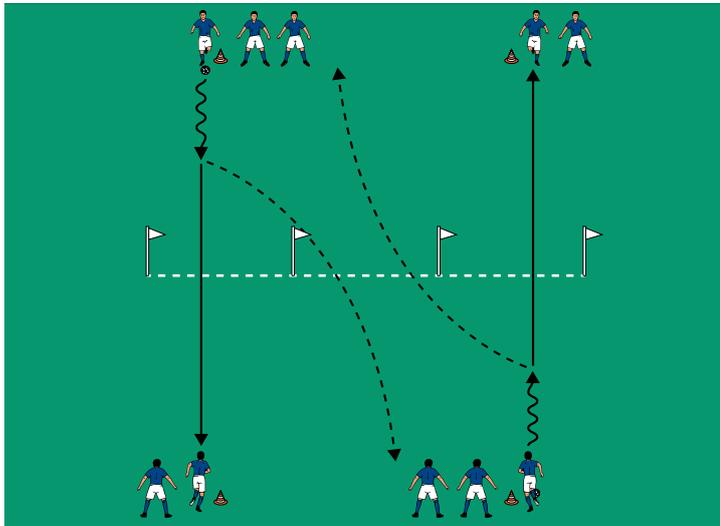


THEMA: TORE ERZIELEN – DARAUF KOMMT ES LETZTLICH AN



AUFWÄRMEN 1

TORSCHUSS-ZUSPIELE

ORGANISATION

- ▶ Mit 4 Stangen nebeneinander 3 Stangentore errichten.
- ▶ 10 Meter vor bzw. hinter den äußeren Stangentoren je 1 Starthütchen aufstellen.
- ▶ Die Spieler an den Starthütchen verteilen.
- ▶ Pro Stangentor 1 Ball.

ABLAUF

- ▶ Die Ballbesitzer dribbeln an und passen durch das Stangentor zum Spieler gegenüber.
- ▶ Nach dem Zuspiel laufen die Spieler durch das mittlere Stangentor zum Starthütchen diagonal gegenüber.

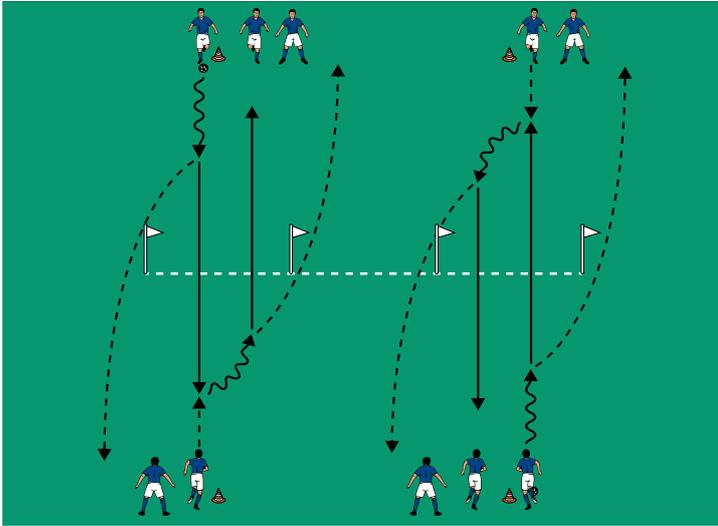
VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links spielen.
- ▶ Per Volleyschuss aus der Hand mit der Innenseite zuspieren.
- ▶ Per Volleyschuss aus der Hand mit dem Spann zuspieren.
- ▶ Nach jedem Zuspiel zu einem anderen Starthütchen laufen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Nicht aus dem Stand, sondern stets aus der Bewegung passen.
- ▶ Die Stangentore vergrößern (Erleichterung) oder verkleinern (Erschwernis).

THEMA: TORE ERZIELEN – DARAUF KOMMT ES LETZTLICH AN



AUFWÄRMEN 2

ZUSPIEL-WETTKAMPF

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten.
- ▶ 2 Teams bilden.
- ▶ Pro Team 1 Ball.

ABLAUF

- ▶ Die Spieler jedes Teams passen sich durch das jeweilige Stangentor zu.
- ▶ Nach jedem Zuspiel laufen die Spieler um das Stangentor zum Starthütchen gegenüber.
- ▶ Einen Wettbewerb: Welchem Team gelingen zuerst 20 Zuspiele?

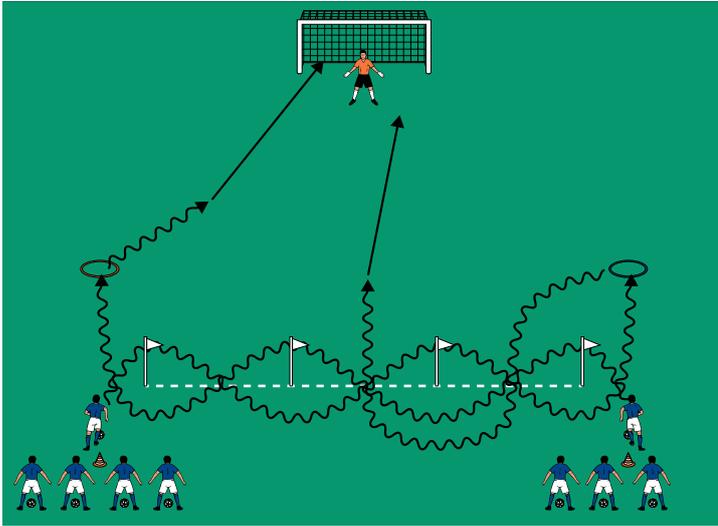
VARIATIONEN

- ▶ Jedes Team spielt mit 2 Bällen.
- ▶ Per Volleyschuss aus der Hand mit der Innenseite zuspelen.
- ▶ Per Volleyschuss aus der Hand mit dem Spann zuspelen.
- ▶ Durch das mittlere Stangentor diagonal zuspelen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Pässe durch die Stangentore laut mitzählen.
- ▶ Die Stangentore vergrößern (Erleichterung) oder verkleinern (Erschwernis).

THEMA: TORE ERZIELEN – DARAUF KOMMT ES LETZTLICH AN



HAUPTTEIL 1

ZEITDRUCK-TORSCHUSS

ORGANISATION

- ▶ Vor einem Tor mit Torhüter einen Slalom aus 4 Stangen errichten.
- ▶ Auf beiden Seiten hinter dem Slalom je 1 Starthütchen aufstellen.
- ▶ Auf den Seiten vor dem Slalom je 1 Reifen auslegen.
- ▶ Die Spieler mit Bällen an den Starthütchen verteilen.

ABLAUF

- ▶ Die jeweils ersten Spieler durchdribbeln den Slalom und stoppen den Ball im Reifen.
- ▶ Der Spieler, der den Ball zuerst im Reifen stoppt, dribbelt zum Tor und schießt.
- ▶ Der andere Spieler durchdribbelt die mittleren Stangen von hinten und schießt dann auf das Tor mit Torhüter ab.

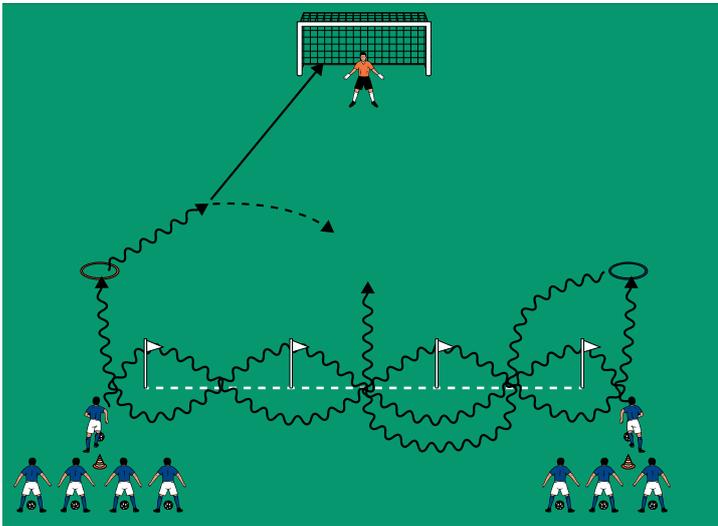
VARIATIONEN

- ▶ Nur die äußeren beiden Stangentore durchdribbeln.
- ▶ Nur das mittlere Stangentor durchdribbeln.
- ▶ Im Reifen den Ball in die Hände nehmen und per Volleyschuss abschließen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Stets von der Torseite aus in den Slalom starten.
- ▶ Im Slalom zu freien Räumen orientieren und dem anderen Spieler ausweichen.
- ▶ Als Trainer den Spieler aufrufen, der zuerst schießen darf.

THEMA: TORE ERZIELEN – DARAUF KOMMT ES LETZTLICH AN



HAUPTTEIL 2

GEGNERDRUCK-TORSCHUSS

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten.

ABLAUF

- ▶ Die jeweils ersten Spieler durchdribbeln den Slalom und stoppen den Ball im Reifen.
- ▶ Der Spieler, der den Ball zuerst im Reifen stoppt, dribbelt zum Tor, schließt ab und wird Verteidiger.
- ▶ Der andere Spieler durchdribbelt die mittleren Stangen von hinten und greift gegen den Verteidiger auf das Tor an.
- ▶ Erobert der Verteidiger den Ball, so schließt er ebenfalls auf das Tor mit Torhüter ab.

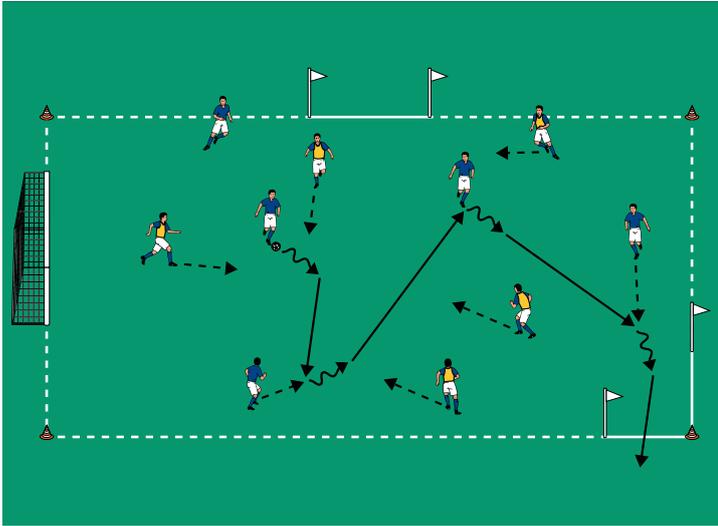
VARIATIONEN

- ▶ Das mittlere Stangentor in Form einer 'Acht' umdribbeln.
- ▶ Drei Stangen vollständig umdribbeln.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Das 1 gegen 1 auf ein Tor bringt die Spieler in viele spieltypische Abschlusspositionen.
- ▶ Gegebenenfalls vor dem Tor ein Feld für das 1 gegen 1 markieren.

THEMA: TORE ERZIELEN – DARAUF KOMMT ES LETZTLICH AN



SCHLUSSTEIL

3-TORE-TREFFER

ORGANISATION

- ▶ Ein 40 x 20 Meter großes Feld mit 1 Tor und 2 Stangentoren gemäß Abbildung errichten.
- ▶ 2 Teams bilden und jeweils 1 Torhüter benennen.

ABLAUF

- ▶ Spiel im 5 gegen 5.
- ▶ Die Teams können bei allen Toren Treffer erzielen.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welches Team trifft zuerst bei jedem Tor?
- ▶ Mehrere Durchgänge spielen.

VARIATIONEN

- ▶ Die Positionen der Tore verändern.
- ▶ Die Stangentore vergrößern/verkleinern.
- ▶ Torschussvorgaben machen (z. B. rechter/linker Fuß oder Direkt-/Volleyschuss).

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die jeweiligen Torhüter müssen schnell reagieren und die Tore verteidigen, auf die der Gegner jeweils angreift.
- ▶ Die Torhüter regelmäßig wechseln.