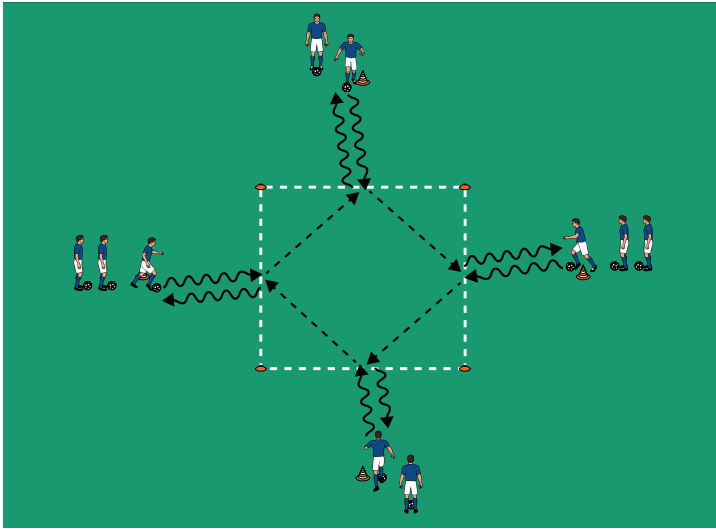


THEMA: TORORIENTIERT DENKEN UND AGIEREN!



AUFWÄRMEN 1:

MITNAHME-STERN I

ORGANISATION

- ▶ Mit 4 Starthütchen ein 'sternförmiges' Quadrat (Seitenlänge: etwa 11 Meter) errichten.
- ▶ Mittig zwischen den Starthütchen ein 5 x 5 Meter großes Feld markieren.
- ▶ Die Spieler mit Bällen an den Starthütchen verteilen.

ABLAUF

- ▶ Die ersten Ballbesitzer dribbeln gleichzeitig ins Feld und stoppen den Ball auf der Linie des inneren Feldes.
- ▶ Dann laufen die Spieler nach links und nehmen den dort liegenden Ball zum linken Starthütchen mit.

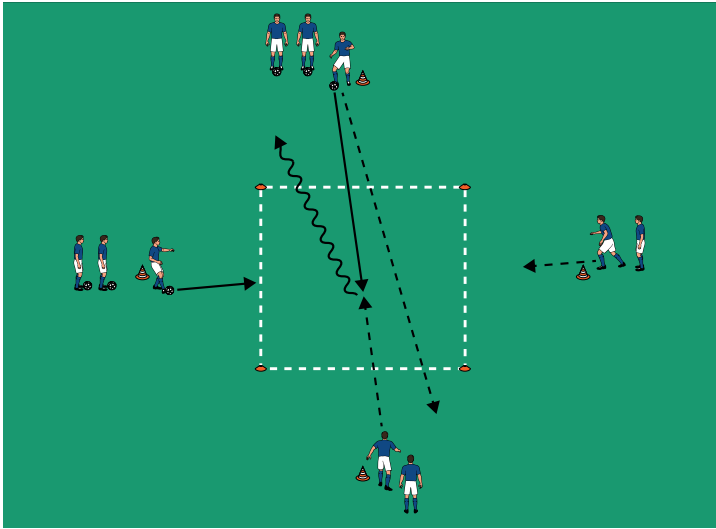
VARIATIONEN

- ▶ Die Dribbelwege ins Feld variieren.
- ▶ Die Laufwege variieren.
- ▶ Die Dribbelwege nach der Mitnahme variieren.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Den Ball mittig auf den Linien des Feldes stoppen, sodass er nicht mehr rollt.
- ▶ Die nächsten Spieler starten, sobald die Vordermänner aus dem Feld gedribbelt sind.

THEMA: TORORIENTIERT DENKEN UND AGIEREN!



AUFWÄRMEN 2:

MITNAHME-STERN II

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Grundorganisation beibehalten.
- ▶ Die Spieler an 2 benachbarten Starthütchen haben Bälle.

ABLAUF

- ▶ Die ersten Spieler ohne Ball laufen abwechselnd ins innere Feld und fordern ein Zuspiel vom Spieler gegenüber.
- ▶ Den Pass nehmen die Spieler zum gegenüberliegenden Starthütchen mit.
- ▶ Die Passgeber laufen ebenfalls zum Starthütchen gegenüber.

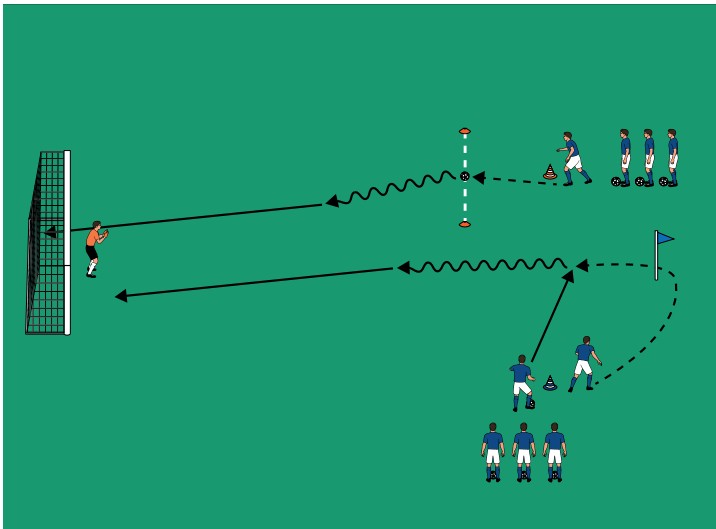
VARIATIONEN

- ▶ Den Pass zum seitlichen Starthütchen mitnehmen.
- ▶ Den Ball hoch zuwerfen.
- ▶ Per Volleyschuss aus der Hand hoch zuspielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Mitnahme soll stets im inneren Feld erfolgen.
- ▶ Die Spieler starten eigenständig.

THEMA: TORORIENTIERT DENKEN UND AGIEREN!



HAUPTTEIL 1:

DOPPEL-MITNAHME-TOR-SCHUSS I

ORGANISATION

- ▶ Etwa 15 Meter vor einem Tor mit Torhüter 2 Starthütchen aufstellen.
- ▶ Mittig hinter den Starthütchen eine Stange platzieren sowie vor einem Starthütchen ein Hütchentor mit Ball markieren.
- ▶ Die Spieler mit Bällen an den Starthütchen verteilen, wobei die jeweils ersten Spieler keinen Ball haben.

ABLAUF

- ▶ Die ersten Spieler starten gleichzeitig.
- ▶ Der Spieler vom Starthütchen hinter dem Hütchentor nimmt den Ball zum Torschuss mit.
- ▶ Der Spieler vom anderen Starthütchen umläuft die Stange, fordert ein Zuspiel vom nächsten Spieler und nimmt den Ball zum Torschuss mit.
- ▶ Nach jedem Durchgang die Aufgaben und Positionen wechseln.

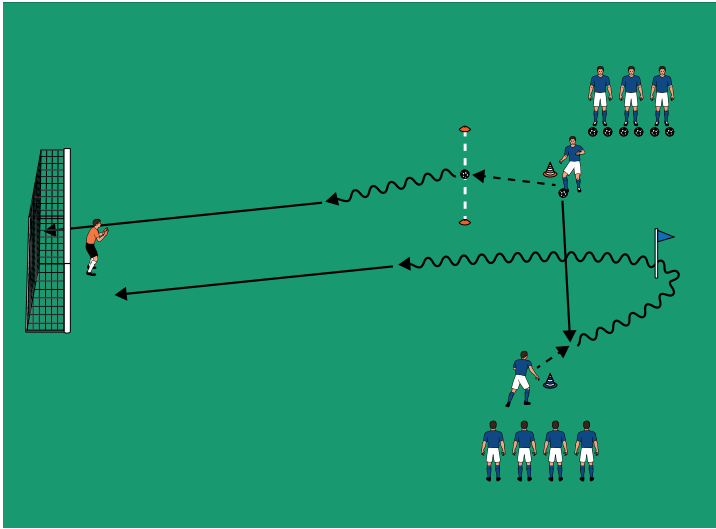
VARIATIONEN

- ▶ Dem Spieler nach Umlaufen der Stange hoch zuwerfen.
- ▶ Der Spieler, der zuerst geschossen hat, wird Verteidiger.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Stange so aufstellen, dass der Spieler nach Umlaufen zeitversetzt abschließt.
- ▶ Gegebenenfalls ein Schussgrenze markieren, ab der die Spieler spätestens schießen müssen.

THEMA: TORORIENTIERT DENKEN UND AGIEREN!



HAUPTTEIL 2:

DOPPEL-MITNAHME-TOR-SCHUSS II

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Grundorganisation beibehalten.
- ▶ Die Spieler am Starthütchen hinter dem Hütchentor haben jeweils 2 Bälle.

ABLAUF

- ▶ Der erste Ballbesitzer passt zum Spieler am anderen Starthütchen, nimmt dann den zweiten Ball mit einem Kontakt zum Tor mit und schießt.
- ▶ Der Passempfänger nimmt den Ball um die Stange mit und schießt auf das Tor ab.
- ▶ Nach jedem Durchgang die Aufgaben und Positionen wechseln.

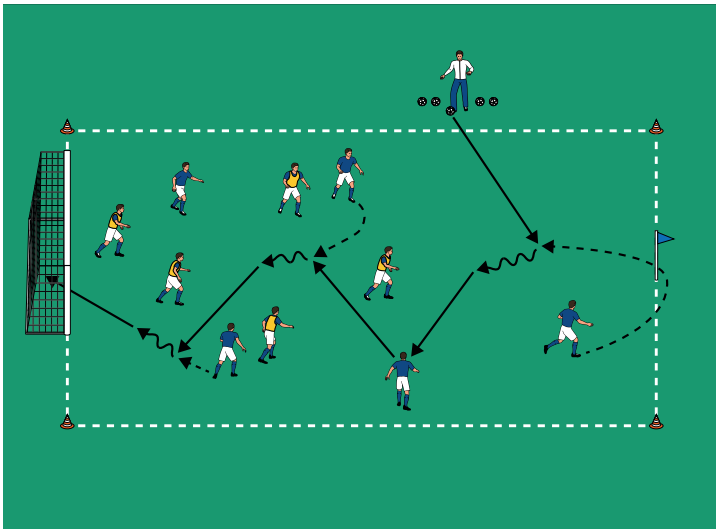
VARIATIONEN

- ▶ Den ersten Ball hoch einwerfen.
- ▶ Der Spieler, der zuerst geschossen hat, wird Verteidiger.
- ▶ Der Spieler, der zuerst schießt, bleibt Angreifer und fordert ein Zuspiel vom anderen Spieler, der als Verteidiger nachsetzt.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Den ersten Pass in den Lauf des Mitspielers spielen.
- ▶ Die Stange so aufstellen, dass der Spieler zeitversetzt schießt.

THEMA: TORORIENTIERT DENKEN UND AGIEREN!



SCHLUSSTEIL

5-BÄLLE-KONTROLLE

ORGANISATION

- ▶ Ein etwa 40 x 20 Meter großes Spielfeld markieren.
- ▶ Auf einer Grundlinie ein Tor und auf der anderen Grundlinie eine Stange aufstellen.
- ▶ 2 Teams bilden.
- ▶ Der Trainer steht mit Bällen außerhalb des Feldes.

ABLAUF

- ▶ Spiel im 5 gegen 5.
- ▶ Ein Team stellt einen Torhüter, verteidigt das Tor und passt bei Ballgewinn zum Trainer.
- ▶ Vom anderen Team umläuft ein Spieler die Stange, fordert ein Zuspiel vom Trainer und greift dann mit dem Team auf das Tor an.
- ▶ Wird ein Treffer erzielt oder der Ball ins Aus gespielt, umläuft erneut ein Angreifer die Stange und fordert den nächsten Ball vom Trainer.
- ▶ Nach 5 eingespielten Bällen die Aufgaben und Positionen wechseln.
- ▶ Welches Team erzielt insgesamt mehr Treffer/ Punkte?

VARIATION

- ▶ Mehr/Weniger Bälle einspielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Möglichst jeder Spieler sollte die Stange einmal umlaufen und das Zuspiel vom Trainer fordern.
- ▶ Spielen die Verteidiger den Trainer an, so erhalten sie jeweils 1 Punkt.