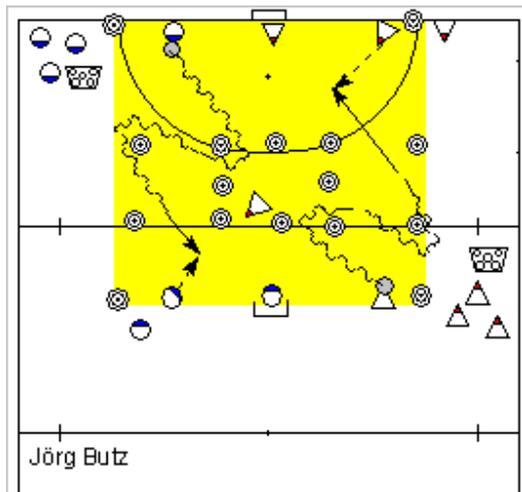


Technik - Training Torschuss



Organisation

- Einen doppelten Schusskreis mit 2 Toren mit Torhütern markieren
- Seitlich vor den Toren je ein Viereck mit 8 Metern Seitenlänge kennzeichnen. Jedes Hüchchen hat eine andere Farbe
- 2 gleich große Gruppen bilden, je 6 Spieler hinter dem Hüchenviereck und 2 Spieler auf der gegenüberliegenden Grundlinie postieren
- Die 2 Spieler auf den Grundlinien jeweils mit Ball
- Am Schusskreisrand zusätzlich eine Raute markieren
- Je einen Abwehrspieler der gegnerischen Mannschaft vor der jeweiligen Seitenlinie der Raute postieren

Schnelligkeitsquadrat II

Ablauf

- Der Trainer ruft eine Farbenkombination auf, und die Gruppenersten umdribbeln die betreffenden Hüchchen und passen zum Mitspieler auf der jeweils gegenüberliegenden Seite.
- Der Passempfänger soll sich daraufhin im 1 gegen 1 durchsetzen und einen Treffer erzielen.
- Erobert der Verteidiger den Ball, kontert er auf das andere Tor.
- Jeder erzielte Treffer gibt einen Punkt für die Mannschaftswertung. Welches Team erzielt die meisten Treffer?

Variationen

- Nur die Hüchchen umdribbeln, die nicht aufgerufen wurden.
- Der Spieler am Ball passt durch die Gasse zum Mitspieler auf der gegenüberliegenden Grundlinie und umläuft die aufgerufene Farbenkombination. Anschließend bekommt er den Ball von der Anspielstation zurückgespielt und versucht, sich im 1 gegen 1 durchzusetzen und ein Tor zu erzielen.

Tipps und Korrekturen

- Die Hüchchen dürfen beim Dribbling nicht berührt werden.
- Ein Zeitlimit von 10 bis 15 Sekunden für die Angriffsaktion vorgeben.
- Umspieltechniken im 1 gegen 1 einsetzen.
- Ein schnelles Umschalten nach Ballverlust fordern.
- Die Verteidiger regelmäßig wechseln.