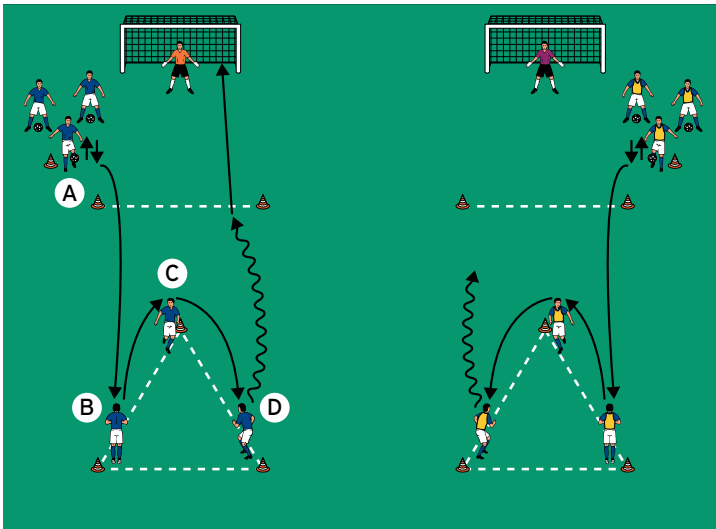


## THEMA: SPIELERISCHES KOPFBALLTRAINING



### HAUPTTEIL 2:

### KOPFBALL-WETTKAMPF II

#### ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau weiter verwenden
- ▶ Die Bewegungsfelder durch Hütchendreiecke ersetzen
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Die Anspieler A haben Bälle

#### ABLAUF

- ▶ In beiden Feldern gleichzeitig starten: A jongliert den Ball und passt per Flugball zu B.
- ▶ B köpft zu C, der ebenfalls per Kopf zu D weiterleitet.
- ▶ D nimmt in die Bewegung mit und kommt von der Hütchenlinie aus zum Torabschluss.
- ▶ Im Anschluss an die Aktion rücken alle Spieler eine Position weiter.

#### VARIATIONEN

- ▶ A passt aus der Hand per Drop-Kick zu B.
- ▶ A wirft per Einwurf zu B.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welcher Mannschaft gelingt es zuerst, einen Treffer zu erzielen?

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der Kopfball wird in dieser Übungsform spielerisch mittrainiert.
- ▶ Die Größe der Dreiecke dem Leistungsstand der Spieler anpassen.