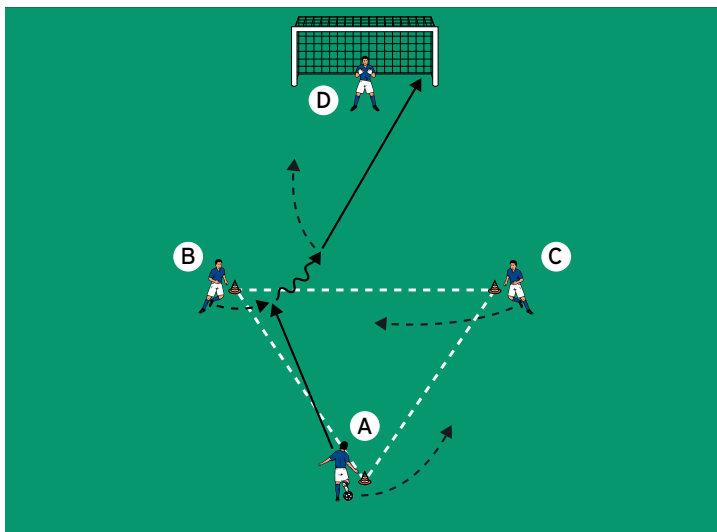


THEMA: TORSCHUSS



TRAININGSFORM 1:

TORSCHUSS-DREIECK

ORGANISATION

- ▶ Ein Jugendtor Tor aufstellen
- ▶ Vor dem Tor ein 15 Meter großes Dreieck markieren
- ▶ Die Spieler verteilen sich gemäß Abb. an den Hütchen und im Tor

ABLAUF

- ▶ Spieler A passt zu Spieler B.
- ▶ B nimmt an und mit und schließt auf das Tor ab.
- ▶ A rückt auf die Position von C, C auf die Position von B und B wird Torwart.
- ▶ D läuft zum Starthütchen und startet den nächsten Durchgang.
- ▶ Nach einigen Durchgängen den Spieler am anderen Hütchen des Dreiecks anspielen (C).

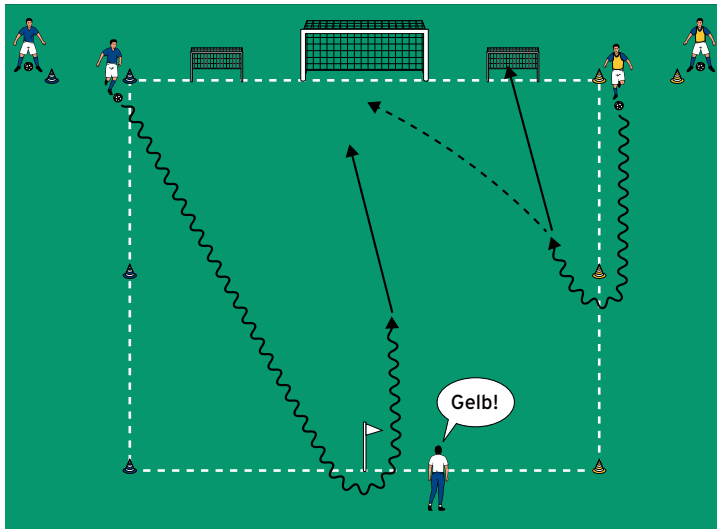
VARIATIONEN

- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welcher Spieler erzielt die meisten Treffer?
- ▶ Der Trainer geht ins Tor.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Gegebenenfalls die Ballkontakte bis zum Torschuss begrenzen.
- ▶ Die Spieler motivieren je nach Situation mit rechts und links zu schießen.

THEMA: TORSCHUSS



TRAININGSFORM 2:

STÜRMER GEGEN TORWART

ORGANISATION

- ▶ Auf jeder Seite neben einem Tor jeweils ein verschiedenfarbiges Starthütchen und ein Minitor aufstellen
- ▶ 10 Meter vor jedem Starthütchen ein weiteres gleichfarbiges Hütchen und 10 Meter mittig davor eine Stange aufstellen
- ▶ 2 Paare bilden und mit Bällen an den Starthütchen verteilen

ABLAUF

- ▶ Der Trainer ruft die Farbe eines Starthütchens.
- ▶ Der Spieler umdribbelt das Hütchen, schießt ins Minitor und läuft als Torhüter ins Tor.
- ▶ Gleichzeitig umdribbelt der Spieler des anderen Teams die Stange und versucht gegen den Torhüter einen Treffer zu erzielen.

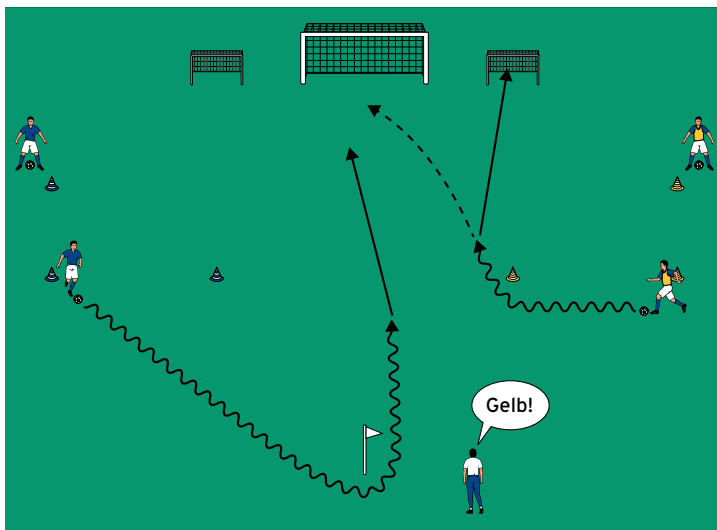
VARIATIONEN

- ▶ Die erlaubten Ballkontakte bis zum Torschuss begrenzen.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welches Team erzielt mehr Treffer?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auch auf das Minitor mit einem Torschuss abschließen. Danach sofort auf die Torhüter-Aufgabe umschalten.
- ▶ Sowohl beim Minitor als auch beim Tor ergeben Treffer Punkte für das jeweilige Team.

THEMA: TORSCHUSS



TRAININGSFORM 3:

STÜRMER GEGEN TORHÜTER II

ORGANISATION

- ▶ 15 Meter auf jeder Seite vor einem Tor jeweils ein verschiedenfarbiges Starthütchen und neben dem Tor jeweils ein Minitor aufstellen
- ▶ 10 Meter seitlich vor jedem Starthütchen ein weiteres gleichfarbiges Hütchen und 5 Meter zentral dahinter eine Stange aufstellen
- ▶ 2 Teams einteilen und die Spieler jedes Teams mit Bällen an einem Starthütchen postieren

ABLAUF

- ▶ Der Trainer ruft die Farbe eines Starthütchens
- ▶ Der Spieler umdribbelt das Hütchen, schießt ins Minitor und läuft als Torhüter ins Tor.
- ▶ Gleichzeitig startet der erste Spieler des anderen Teams, umdribbelt die Stange und versucht gegen den Torhüter einen Treffer zu erzielen.
- ▶ Welches Team erzielt mehr Treffer?

VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links schießen.
- ▶ Die erlaubten Ballkontakte bis zum Torschuss begrenzen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf eine gute Ballführung achten, um sich den Ball für den Schuss gut vorlegen zu können.
- ▶ Vielseitige Schusstechniken ausprobieren (Innenseite, Spann etc.)