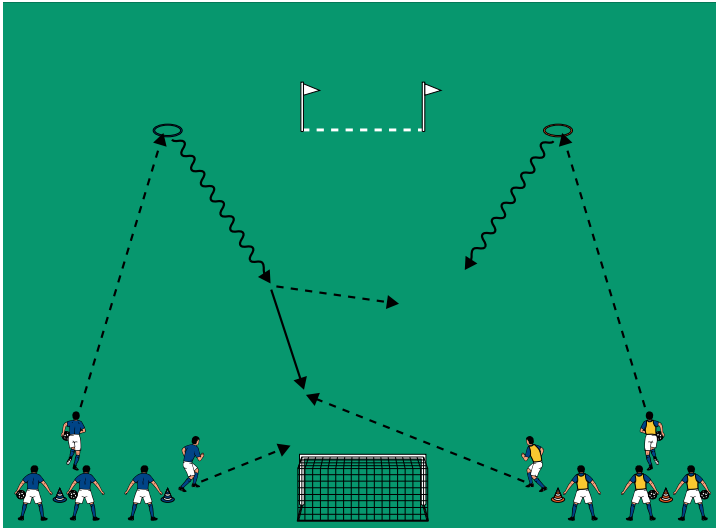


THEMA: KOORDINATION UND SCHNELLIGKEIT SCHULEN



HAUPTTEIL 2:

SPRINT-TORSCHUSS- ZWEIKAMPF

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau und die Organisation beibehalten
- ▶ Das Stangentor quer aufstellen

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando sprinten die ersten Spieler mit Bällen in den Händen zum Reifen vor sich.
- ▶ Der Spieler, der den Ball zuerst in den Reifen legt, dribbelt zum Tor und schießt ab.
- ▶ Dabei hütet der erste Spieler des anderen Teams das Tor.
- ▶ Anschließend nimmt der Schütze die Rolle des Verteidigers ein und spielt im 1 gegen 1 gegen den anderen Spieler.
- ▶ Dabei hütet ein Mitspieler des Verteidigers das Tor.
- ▶ Erobert der Verteidiger den Ball, so kontert er auf das Stangentor.
- ▶ Nach jedem Durchgang die Positionen und Aufgaben wechseln.

VARIATIONEN

- ▶ Rückwärts zum Reifen laufen.
- ▶ Zum Reifen dribbeln und im Reifen stoppen.
- ▶ Wettbewerb: Welches Team erzielt zuerst 10 Treffer?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Als Trainer den Spieler aufrufen, der als Erstes zum Tor dribbeln darf.
- ▶ Der zweite Spieler startet, sobald der andere Spieler geschossen hat.
- ▶ Am tornahen Starthütchen stets aufmerksam sein und gedankenschnell die Position des Torwarts übernehmen.