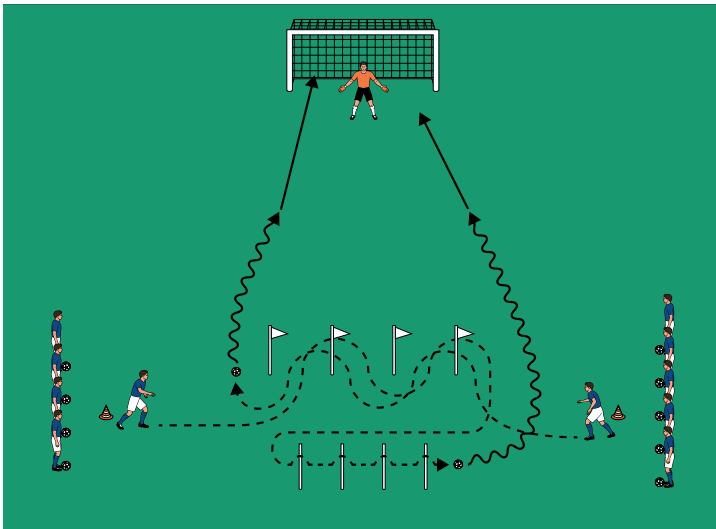


THEMA: KOORDINATION BEDEUTET VARIATION



HAUPTTEIL 1:

KOORDINATION-TORSCHUSS

ORGANISATION

- ▶ Etwa 20 Meter vor einem Tor mit Torhüter 2 Starthütchen aufstellen.
- ▶ Zwischen den Starthütchen mit 4 Stangen einen Slalom und mit 4 weiteren liegenden Stangen einen Stangenparcours errichten.
- ▶ Die Spieler mit Bällen an den Starthütchen verteilen.
- ▶ Die jeweils ersten Spieler legen ihren Ball vor dem Slalom bzw. dem Parcours bereit.

ABLAUF

- ▶ Ein Spieler durchläuft den Slalom und nimmt den anderen Ball zum Torschuss mit.
- ▶ Der andere Spieler durchläuft den Slalom, überläuft die Stangen und nimmt den anderen Ball zum Torschuss mit.
- ▶ Positions- und Aufgabenwechsel nach jedem Durchgang durchführen.

VARIATIONEN

- ▶ Den Slalom rückwärts/seitwärts durchlaufen.
- ▶ Im Slalom zwischen der 2. und 3. Stange einmal drehen.
- ▶ Die Stangen mit 2 Kontakten überlaufen.
- ▶ Die Stangen seitwärts mit 2 Kontakten überlaufen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler legen den Ball jeweils für den Partner vor ihrem Starthütchen bereit.
- ▶ Im Stangenslalom dem entgegenkommenden Spieler ausweichen.