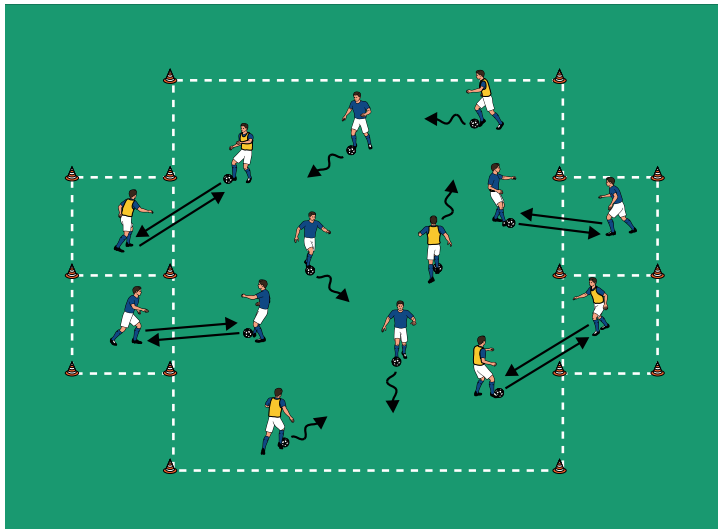


THEMA: TORSCHUSS-WETTKÄMPFE MIT GEGNERDRUCK



AUFWÄRMEN 1

ANSPIEL-PUNKTE

ORGANISATION

- ▶ 1 großes und 4 kleine Felder markieren.
- ▶ 2 Gruppen bilden.
- ▶ Pro Gruppe 2 Anspieler benennen.

ABLAUF

- ▶ Die Anspieler positionieren sich in den kleinen Feldern.
- ▶ Alle anderen bewegen sich frei mit Bällen im großen Feld.
- ▶ Auf ein Trainerkommando müssen die Spieler möglichst viele Pässe mit den Anspielern der eigenen Gruppe spielen.
- ▶ Für jeden Pass wird 1 Punkt vergeben.
- ▶ Welche Gruppe hat nach 1 Minute mehr Punkte?
- ▶ Nach jedem Durchgang die Anspieler tauschen.

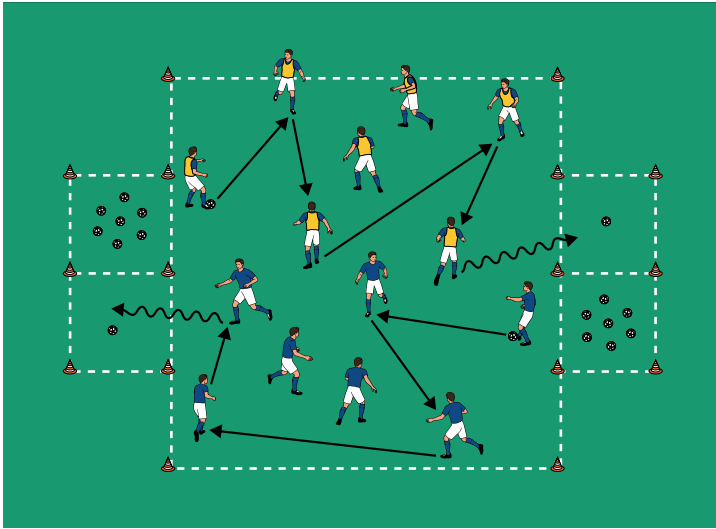
VARIATIONEN

- ▶ Die Anspielen haben 2 Pflichtkontakte.
- ▶ Nach jedem Anspielerspiel müssen die Spieler im Feld 1 Finte ausführen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler müssen sich selbst organisieren, da jeder Anspieler immer nur 1 Ball zurückspielen kann.
- ▶ Die Anspieler müssen abwechselnd angepasst werden.

THEMA: TORSCHUSS-WETTKÄMPFE MIT GEGNERDRUCK



AUFWÄRMEN 2

SCHNELLER-BALLTRANSPORT

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten.
- ▶ Für beide Teams in je einem der kleinen Felder 7 Bälle bereitlegen.

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando müssen die Spieler mit jeweils 4 Pässen im großen Feld die Bälle ins gegenüberliegende Feld transportieren.
- ▶ Nach 4 Pässen kann der Passemphänger ins kleine Feld dribbeln und den Ball ablegen.
- ▶ Anschließend muss dieser Spieler ins Ballfeld sprinten und hier die nächste Aktion starten.
- ▶ Welche Gruppe ist zuerst fertig?

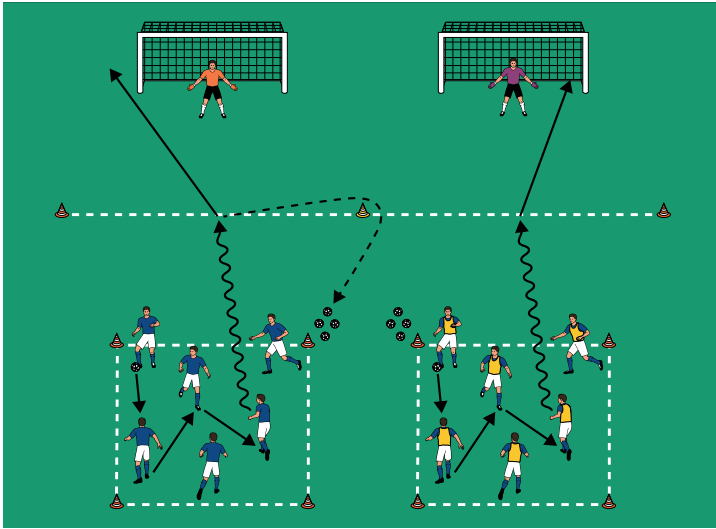
VARIATIONEN

- ▶ Der Schlusspieler muss jeweils eine Finte ins Dribbling einbauen.
- ▶ Die Zahl der Pässe im großen Feld variieren.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Jeder Spieler muss als Schlusspieler 1 Ball ins Zielfeld bringen.
- ▶ Durch den Sprint des Schlusspielers ins Ballfeld wird die Intensität des Aufwärmens erhöht.

THEMA: TORSCHUSS-WETTKÄMPFE MIT GEGNERDRUCK



HAUPTTEIL 1

TORSCHUSS-STAFFEL I

ORGANISATION

- ▶ 2 Tore nebeneinander aufstellen.
- ▶ Vor jedem Tor 1 Hütchenfeld und 1 Hütchenlinie markieren.
- ▶ Das mittleren Hütchen der Hütchenlinien als Strafhütchen für beide Mannschaften farblich unterscheiden.
- ▶ 2 Mannschaften bilden.

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando muss jede Mannschaft 3 Pässe in der Gruppe spielen.
- ▶ Der Empfänger des dritten Passes kann daraufhin von der Hütchenlinie abschließen.
- ▶ Bei einem Torerfolg darf ein Mitspieler sofort den nächsten Durchgang starten.
- ▶ Anderfalls muss der Torschütze um das Strafhütchen laufen und anschließend selbst den nächsten Durchgang starten.
- ▶ Welches Team hat nach 2 Minuten die meisten Punkte?

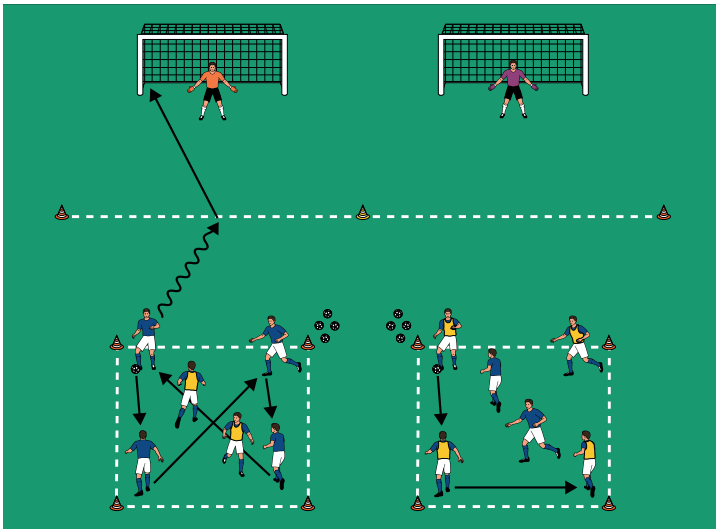
VARIATIONEN

- ▶ Die Zahl der erforderlichen Pässe variieren.
- ▶ Vor dem Torabschluss muss jeweils 1 Finte ins Dribbling eingebaut werden.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Kein Spieler darf 2-mal hintereinander auf das Tor schießen.
- ▶ An jeweils einem Eckhütchen des Feldes sollten ausreichend Bälle bereitgelegt werden.

THEMA: TORSCHUSS-WETTKÄMPFE MIT GEGNERDRUCK



HAUPTTEIL 2

TORSCHUSS-STAFFEL II

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten.
- ▶ Pro Mannschaft 2 Störspieler benennen.

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando müssen die Mannschaften je 4 Pässe im 4 gegen 2 spielen.
- ▶ Der Empfänger des vierten Passes kann nun von der Hütchenlinie abschließen.
- ▶ Bei einem Torerfolg kann ein Mitspieler sofort den nächsten Durchgang starten.
- ▶ Anderfalls muss der Torschütze wie gehabt um das Strafhütchen laufen und anschließend selbst den nächsten Durchgang starten.
- ▶ Die Störspieler nach jedem Durchgang tauschen.
- ▶ Welches Team hat nach 2 Minuten die meisten Punkte?

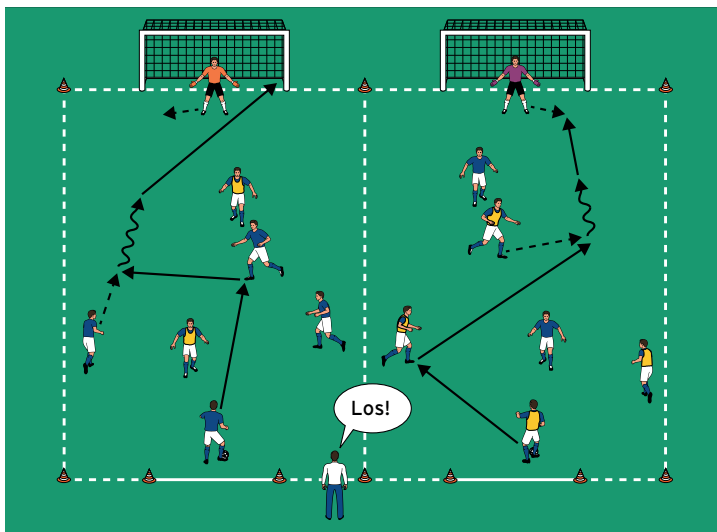
VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler dürfen mit maximal 2 Kontakten spielen.
- ▶ Gelingt es einer Mannschaft, dass alle Spieler treffen, werden 2 Sonderpunkte vergeben.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Berühren die Verteidiger den Ball oder geht ein Ball ins Aus, so muss die Passaktion neu gestartet werden.

THEMA: TORSCHUSS-WETTKÄMPFE MIT GEGNERDRUCK



SCHLUSSTEIL

TORSCHUSS-WETTKAMPF

ORGANISATION

- ▶ 2 Felder mit jeweils 1 Tor und 1 Hütchenlinie errichten.
- ▶ 2 Mannschaften bilden.
- ▶ Pro Mannschaft 2 Störspieler benennen.

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando müssen die Angreifer so viele Tore wie möglich im 4 gegen 2 erzielen.
- ▶ Jede Aktion wird von den Angreifern von der Hütchenlinie aus gestartet.
- ▶ Die Spielzeit pro Durchgang beträgt 2 Minuten.
- ▶ Die Störspieler nach jedem Durchgang tauschen.

VARIATIONEN

- ▶ Die Angreifer dürfen mit maximal 3 Kontakten spielen.
- ▶ Direkt erzielte Tore zählen doppelt.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Durch den Wettkampfcharakter kommt auch in einer 4-gegen-2-Situation Stress auf.
- ▶ Die Angreifer sollen dennoch die Angriffe konzentriert zu Ende spielen.