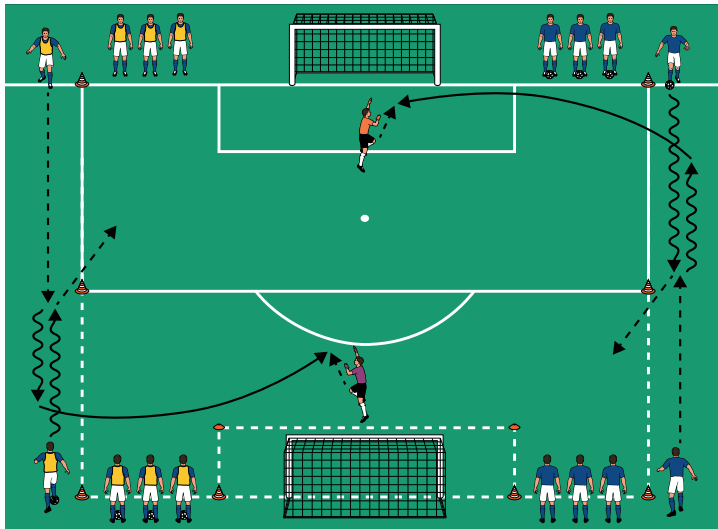


THEMA: DIE MANNSCHAFT TRAINIERT DEN TORHÜTER



HAUPTTEIL 1:

FLANKEN-WETTBEWERB

ORGANISATION

- ▶ Ein Spielfeld von der Größe eines doppelten Strafraums markieren.
- ▶ Die Mannschaften aus dem Aufwärmen beibehalten und den Positionen zuweisen.
- ▶ 2 diagonal gegenüber stehende Gruppen haben Bälle.

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando dribbelt der jeweils erste Spieler auf seinen Mitspieler zu und übergibt den Ball auf Höhe der Strafraumlinie.
- ▶ Der Mitspieler übernimmt den Ball, dribbelt zur Grundlinie und flankt vor das Tor.
- ▶ Der Torhüter fängt die Flanke ab und kehrt zurück auf die Torlinie.
- ▶ Sobald er diese erreicht hat, leitet der nachfolgende Spieler die jeweils nächste Aktion ein usw.
- ▶ Jede abgefangene Flanke ergibt 1 Punkt.
- ▶ Welche Mannschaft erzielt zuerst 5 Punkte?

VARIATION

- ▶ Die Spielrichtung wechseln, so dass die Spieler jeweils von der anderen Seite mit links flanken müssen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Zum Abfangen von Flanken mit kleinen Schritten anlaufen und einbeinig abspringen.
- ▶ Den Ball am höchstmöglichen Punkt vor dem Kopf fangen und sofort am Körper sichern.
- ▶ Die Ballübergabe sollte stets mit dem gegnerfernen (äußeren) Fuß erfolgen.