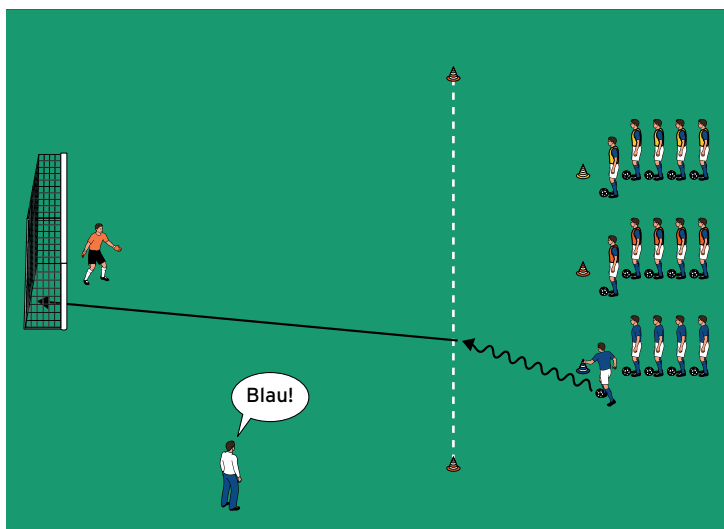


THEMA: TORSCHUSSTRAINING IN DER GROSSEN GRUPPE



HAUPTTEIL 1:

3-FARBEN-TORSCHUSS I

ORGANISATION

- ▶ 20 Meter vor einem Tor mit Torhüter 3 verschiedenfarbige Starthütchen aufstellen.
- ▶ 15 Meter vor dem Tor eine Schusslinie markieren.
- ▶ Die Spieler mit Bällen in gleich großen Gruppen an den Starthütchen verteilen.

ABLAUF

- ▶ Der Trainer ruft ein Hütchen durch Farbzuruf auf.
- ▶ Der erste Spieler vom aufgerufenen Hütchen dribbelt in Richtung Tor und schließt spätestens von der Schusslinie ab.
- ▶ Bereits kurz vor dem Torschuss ruft der Trainer das nächste Hütchen auf und der jeweilige Spieler startet ebenfalls usw.
- ▶ Die Spieler stellen sich nach jedem Torschuss an einem anderen Hütchen wieder an.

VARIATIONEN

- ▶ Den Ball in der Hand tragen und per Volleyschuss mit dem Vollspann abschließen.
- ▶ Die Spieler werfen sich den Ball aus der Hand hoch vor und schießen nach dem ersten Bodenkontakt volley.
- ▶ Den Ball mit dem ersten Kontakt flach vorlegen und mit dem zweiten Kontakt auf das Tor abschließen.
- ▶ Nur mit rechts/links schießen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Hütchen je nach Leistungsvermögen der Spieler schneller oder langsamer nacheinander aufrufen.
- ▶ Die Torhüter regelmäßig wechseln. Gegebenenfalls entweder den Spieler, der getroffen hat, oder den Spieler, der verschossen hat, zum neuen Torhüter bestimmen.
- ▶ Nach jedem Torschuss sofort zur Seite laufen, um nicht vom nachfolgenden Spieler getroffen zu werden.
- ▶ Darauf achten, dass die Spieler konzentriert auf die Tore abschließen.