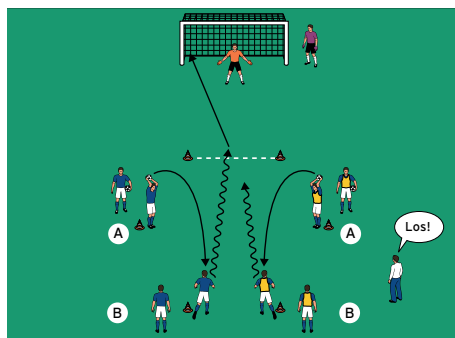
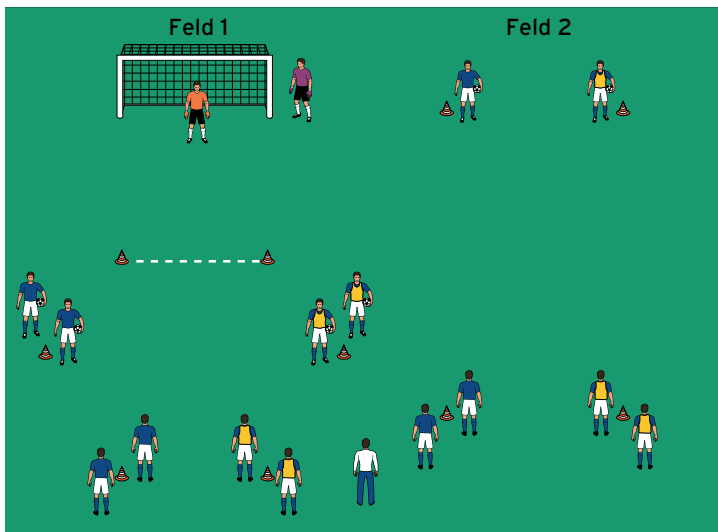
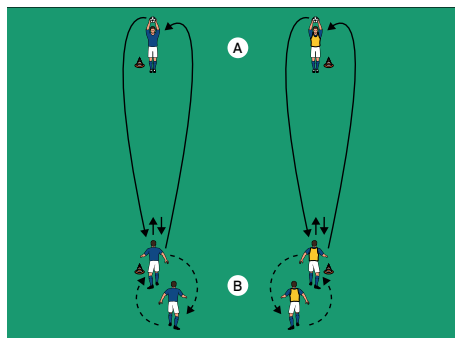


THEMA: HOHE ZUSPIELE SICHER KONTROLLIEREN



Feld 1



Feld 2

HAUPTTEIL 1:

HOHE ZUSPIELE I

ORGANISATION

- ▶ Feld 1: 1 großes Tor, 1 Hütchenlinie und Positionshütchen errichten.
- ▶ Feld 2: Positionshütchen aufstellen.
- ▶ 2 Gruppen bilden und auf die Felder verteilen.

ABLAUF FELD 1

- ▶ 2 Mannschaften einteilen.
- ▶ Auf ein Trainerkommando wirft A zu B, der das Zuspiel kontrolliert und anschließend schnellstmöglich über die Hütchenlinie dribbelt.
- ▶ Der Spieler, der die Hütchenlinie zuerst überdribbelt, darf ungestört auf das Tor abschließen.
- ▶ Jeder Treffer zählt 1 Punkt für die Mannschaftswertung.
- ▶ Im Anschluss an jede Aktion rücken alle Spieler eine Position weiter.

ABLAUF FELD 2

- ▶ 2 Mannschaften bilden.
- ▶ Jedes Team benennt 1 Anspieler, der sich am jeweils gegenüberliegenden Hütchen aufstellt.
- ▶ Beide Mannschaften üben gleichzeitig: Der Anspieler wirft per Einwurf auf den Oberschenkel seines gegenüberstehenden Mitspielers.
- ▶ Dieser kontrolliert das Zuspiel und passt mit dem zweiten Kontakt aus der Luft zurück zum Anspieler.
- ▶ Anschließend stellt er sich hinter dem nächsten Mitspieler wieder an.
- ▶ Welche Mannschaft schafft mehr Zuspiele, ohne dass der Ball zu Boden fällt?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Da in Feld 1 nur der Spieler, der zuerst die Hütchenlinie überdribbelt, zum Torabschluss kommen darf, ist die schnelle und präzise Kontrolle des hohen Zuspiels von großer Bedeutung.
- ▶ Auch bei hohen Zuspielen möglichst sofort mit dem ersten Kontakt in die Bewegungsrichtung mitnehmen.
- ▶ Gegebenenfalls kann der Trainer das Körperteil vorgeben, mit dem die Ballkontrolle erfolgen soll (z.B. Kopf, Brust, Oberschenkel).
- ▶ Gelingt es einem Spieler nicht, den Ball sauber zu kontrollieren, darf der jeweils andere Spieler sofort auf das Tor abschließen.