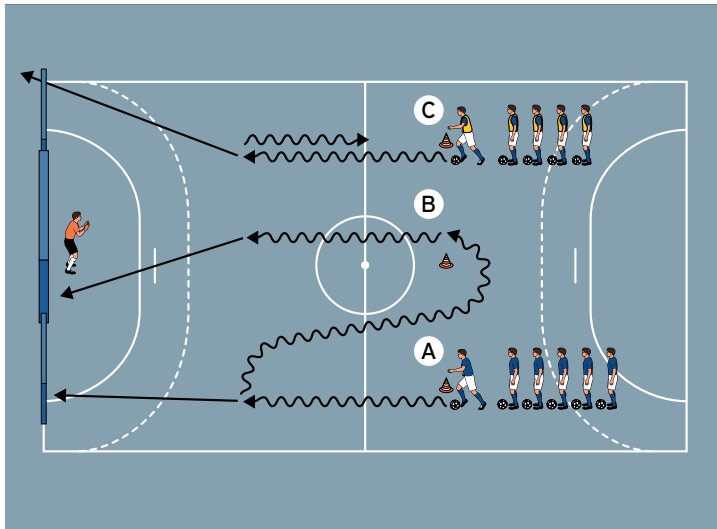


THEMA: DIE GENAUIGKEIT BEIM TORSCHUSS VERBESSERN



HAUPTTEIL 1:

MATTEN-SCHUSS

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten, jedoch mittig der Bodenturnmatten eine Weichbodenmatte als Tor mit Torhüter aufstellen.
- ▶ Zudem die Hütchenlinien entfernen und zwischen den Starthütchen 1 weiteres Starthütchen platzieren.
- ▶ Die Gruppen mit Bällen den seitlichen Starthütchen zuordnen.

ABLAUF

- ▶ A und C dribbeln ins Feld und schießen auf die Bodenturnmatten vor sich.
- ▶ Die erfolgreichen Schützen (hier: A) stellen sich am mittleren Starthütchen an und dürfen auf die Weichbodenmatte schießen.
- ▶ Treffen die Spieler die Bodenturnmatte nicht, stellen sie sich wieder am seitlichen Starthütchen an.
- ▶ Welcher Spieler erzielt die meisten Treffer bei der Weichbodenmatte?

VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links schießen.
- ▶ Den Ball mit dem ersten Kontakt vorlegen und mit dem zweiten Kontakt schießen.
- ▶ Den Ball in der Hand tragen und per Volleyschuss aus der Hand schießen.
- ▶ Den Ball aus der Hand hoch werfen und nach dem ersten Bodenkontakt volley schießen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Hallenlinien auf dem Boden als Schussgrenze nutzen, ab der die Spieler spätestens schießen müssen.
- ▶ Sowohl auf die Bodenturnmatten als auch auf die Weichbodenmatte immer mit dem Spann schießen.
- ▶ Den Torhüter regelmäßig wechseln.
- ▶ Möglichst zielstrebig abschließen.