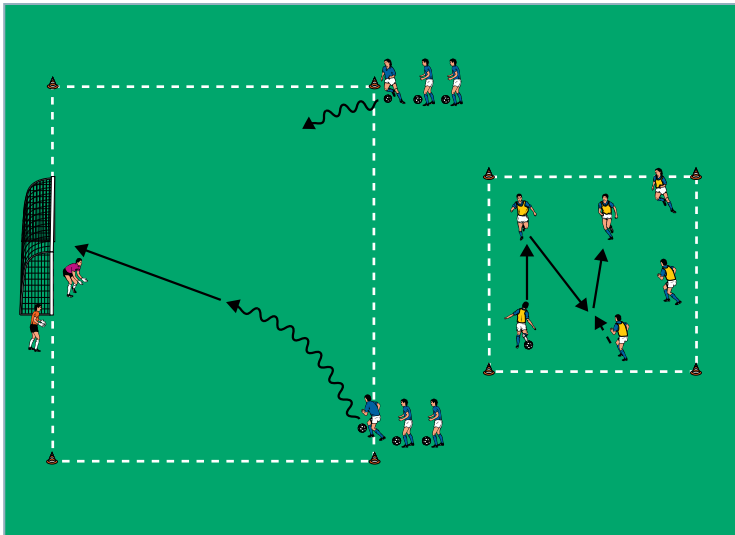


HAUPTTEIL 1: Zeit-Torschuss

von Frank Engel (23.09.2014)



Organisation

- 1 großes Tor mit Torhüter und Positionshütchen errichten
- 1 Bewegungsfeld markieren
- 2 Mannschaften bilden
- 1 Team postiert sich mit Bällen an den Positionshütchen, die jeweils andere Mannschaft stellt sich mit 1 Ball im Bewegungsfeld auf

Ablauf

- Die Spieler im Bewegungsfeld müssen 40 Pässe in den eigenen Reihen spielen.
- In der Zwischenzeit versucht die Torschuss-Mannschaft, möglichst viele Treffer zu erzielen.
- Die Spieler an den Starthütchen dribbeln im Wechsel ins Feld und schließen auf das Tor mit Torhüter ab.
- Der jeweils nächste Spieler startet, sobald sein Vordermann geschossen hat.
- Die Zeit wird gestoppt, wenn die Pass-Mannschaft 40 Pässe gespielt hat.
- Anschließend die Aufgaben wechseln.
- Welche Mannschaft erzielt die meisten Treffer?

Variationen

- Auf dem Weg zum Tor müssen die Spieler eine Finte ins Dribbling einbauen.
- Die Pass-Spieler müssen sich mit maximal 3 Kontakten zupassen.
- Eine Torschusslinie markieren, ab der spätestens geschossen werden muss.

Tipps und Korrekturen

- Der Trainer kann die vorgegebene Passzahl variieren und so die Zeit, die die Torschuss-Mannschaft zur Verfügung hat, dem Leistungsstand der Spieler anpassen.
- Die Passempfänger im Passspiel-Feld dürfen nicht sofort zum Passgeber zurückspielen, sondern müssen zu einem anderen Mitspieler weiterleiten.
- Die Torhüter wechseln sich nach jeweils 2 bis 3 Schüssen ab.