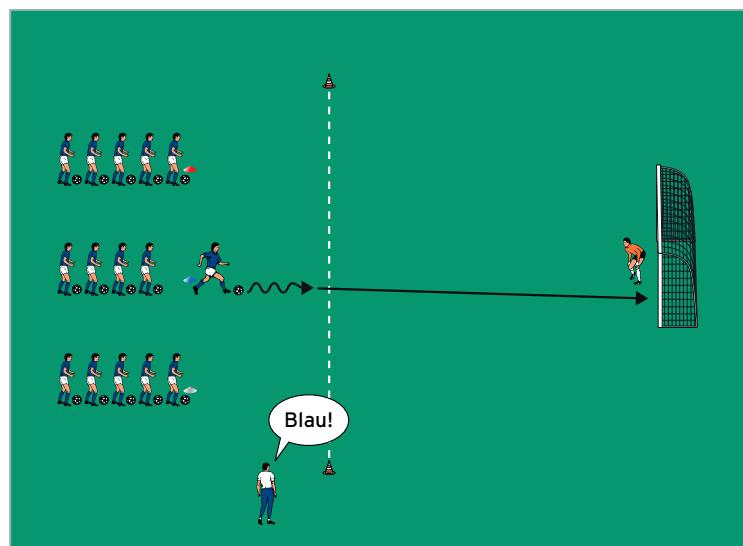


HAUPTTEIL 1: 3-Farben-Torschuss I

von Paul Schomann (21.04.2015)



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.