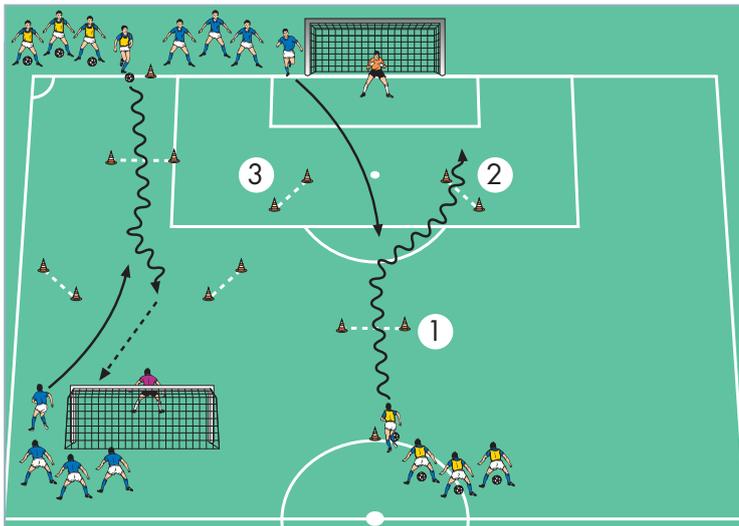


HAUPTTEIL 1: 1 gegen 1 auf 3 Tore

von Horst Hrubesch (28.02.2014)



Organisation

- Die Startpositionen und Standorte der Tore aus Aufwärmen 2 beibehalten
- Vor jeder Startposition 3 Hütchentore errichten (siehe Abbildung)
- 2 Mannschaften einteilen und auf die Positionen verteilen

Ablauf

- Auf ein Trainerkommando starten die ersten Spieler ins Feld.
- Die Angreifer durchdribbeln das erste Hütchentor (1) und spielen anschließend 1 gegen 1 auf die Hütchentore 2 und 3 bzw. auf das Tor mit Torhüter.
- Die Hütchentore müssen durchdribbelt werden.
- Erobern die Verteidiger den Ball, kontern sie auf Hütchentor 1.
- Anschließend startet die nächste Aktion. Aufgabenwechsel nach 5 bis 10 Minuten.

Variationen

- Einen Mannschaftswettbewerb durchführen: Welche Mannschaft erzielt mehr Treffer?
- Gleicher Ablauf mit Punktwertung: Die seitlichen Hütchentore ergeben 1 Punkt, das Großtor 2 Punkte und das Kontertor 3 Punkte.

Tipps und Korrekturen

- Die Verteidiger sollen die Angreifer möglichst früh stellen, eine seitliche Position einnehmen und den Ball ablaufen.
- Die Stürmer sollen mit hohem Tempo auf die Verteidiger zudribbeln, einfache Finten einsetzen und zielstrebig auf eines der 3 Tore angreifen.