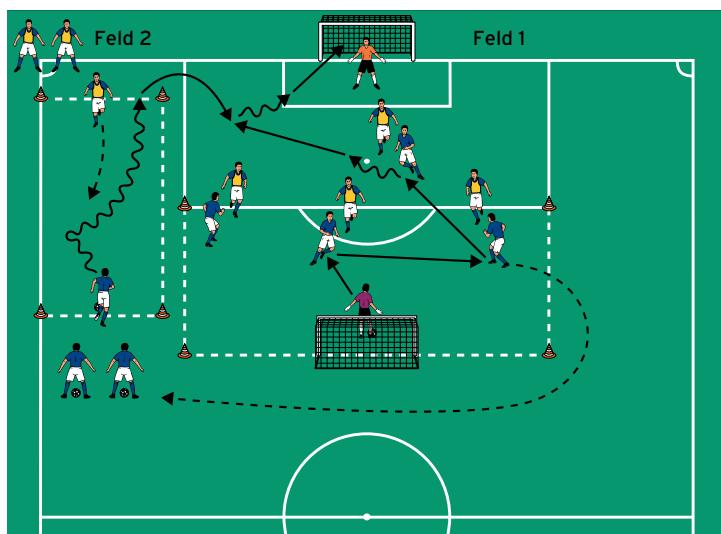


THEMA: MOTIVIERENDES TORSCHUSSTRAINING



SCHLUSSTEIL:

4 GEGEN 4 UND 1 GEGEN 1

ORGANISATION

- ▶ Einen doppelten Strafraum mit Toren mit Torhütern markieren (Feld 1)
- ▶ Zwischen der Außenlinie von Feld 1 und der Außenlinie des Großfeldes ein 20 x 10 Meter großes 1-gegen-1-Feld markieren (Feld 2)
- ▶ 2 Mannschaften einteilen und auf die beiden Felder verteilen

ABLAUF

- ▶ 4 gegen 4 in Feld 1.
- ▶ In Feld 2 wird 1 gegen 1 über die Ziellinien gespielt. Gelingt einem der Spieler der Durchbruch über die Linie, wechselt er sofort im laufenden Spiel mit einem Mitspieler aus Feld 1.
- ▶ Dieser stellt sich anschließend mit Ball wieder bei Feld 2 an.
- ▶ Gelangt der Ball beim 1 gegen 1 ins Seitenaus oder wird die Linie überdribbelt, starten sofort 2 neue Spieler zum 1 gegen 1 ins Feld.
- ▶ Welche Mannschaft hat zum Schluss mehr Treffer erzielt?

VARIATIONEN

- ▶ Tore in Feld 1 zählen 2 Punkte, das Überdribbeln der Ziellinie in Feld 2 ergibt 1 Punkt für die Mannschaftswertung.
- ▶ Zum Schluss das Spielfeld vergrößern und im 8 gegen 8 frei spielen lassen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ In beiden Feldern ausreichend Ersatzbälle bereitlegen.
- ▶ In Feld 1 mit '3 Ecken = 1 Elfmeter' spielen lassen.
- ▶ In Feld 2 startet immer der Spieler mit Ball ins Feld, dessen Mannschaft in Feld 1 in Ballbesitz ist.
- ▶ Sind gleichzeitig 5 Spieler einer Mannschaft auf dem Feld, gibt es Elfmeter für den Gegner.