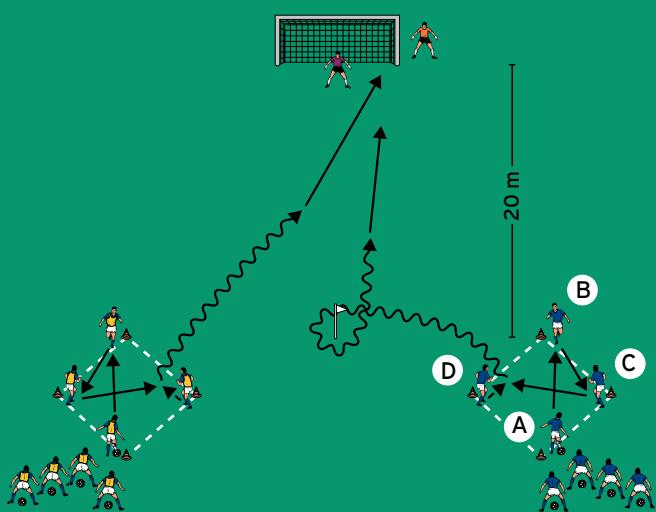


HAUPTTEIL 1: Hütchenraute und Torschuss

von Paul Schomann (24.03.2015)



Organisation

- 20 Meter vor einem Tor mit Torhüter beidseitig je 1 Hütchenraute markieren
- Mittig davor 1 Stange aufstellen
- 2 Mannschaften einteilen und jeweils an einer Hütchenraute aufstellen
- Die Spieler an den Eckhütchen verteilen
- Die Startspieler haben jeweils Bälle

Ablauf

- Auf ein Trainerkommando passt A zu B, der auf C prallen lässt.
- C spielt diagonal zu D, der aus der Hütchenraute dribbelt.
- Der Spieler D, der zuerst aus der Hütchenraute dribbelt, schließt sofort auf das Tor ab.
- Der Spieler der jeweils anderen Mannschaft muss zunächst die mittlere Stange umdribbeln.
- Anschließend schließt er zeitverzögert ab.
- Jeder Spieler läuft seinem Pass zur jeweils nächsten Position nach.
- Welche Mannschaft erzielt zuerst 10 Treffer?

Variationen

- Die Passkombination variieren: A passt zu B, der zu D prallen lässt. D spielt diagonal zu C, der abschließt.
- Die Spieler werfen sich den Ball zu, wobei sich D selbst hoch vorwirft und nach dem ersten Bodenkontakt per Volleyschuss abschließt.
- Die Spieler dürfen sich in beliebiger Reihenfolge zupassen. Allerdings muss jeder Spieler in der Raute mindestens einmal den Ball berühren!
- Der Spieler D, der zuerst aus der Hütchenraute dribbelt, umdribbelt zunächst die mittlere Stange und schießt dann zeitverzögert zuletzt.

Tipps und Korrekturen

- Wegen der hohen Belastung mit 2 Torhütern agieren, die sich nach jeweils 2 Schüssen abwechseln.
- Wenn möglich, innerhalb der Hütchenraute schnell und direkt spielen. Bei schlechten Zuspielen darf der Ball jedoch auch kurz angestoppt werden.
- Möglichst kontrolliert zuspielen, so dass der Mitspieler sofort weiterspielen kann.
- Gezielt abschließen: Die Spieler sollten versuchen, das Tor nie zu verfehlten.