

Schwerpunkt An und Mitnahme:

Übung 1: Ball an und Mitnahme zum Torschuss

Organisation:

- Um den Sechzehner 3-4 Positionen per Hütchen markieren
- Zwei Mannschaften einteilen

Ablauf:

- Mannschaft 1 steht seitlich neben dem Tor und spielt Pässe per Flugball zu den Positionen
- Mannschaft 2 steht verteilt an den Positionen, nimmt die Zuspiele an und mit und geht direkt in den Torabschluss über
- Nachdem jeder Spieler einmal pro Position geschossen hat werden die Aufgaben gewechselt

Variationen:

- Wettkampf einbauen
- Zuspiele erfolgen per Flachpass
- Doppelpass mit einem Mitspieler vor dem Abschluss einbauen

Korrekturen:

- Auf saubere Zuspiele achten
- Kopf hoch nehmen bevor dem Abschluss (Torhüter ausgucken)
- Mit dem ersten Kontakt den Schuss sauber vorbereiten

Übung 2: Torschuss nach finalem Pass

Organisation:

- Vor dem Sechzehner zwei Stangentore aufbauen
- Zwei Spieler an den Stangentore positionieren (Spieler C und D), ebenfalls einen auf der Grundlinie (Spieler E) neben dem Tor
- Die Restlichen Spieler positionieren sich ca. 5-6 m vor beiden Stangentoren (Spieler A und B)

Ablauf:

- Spieler A spielt einen diagonalen Doppelpass mit Spieler D, Spieler A spielt einen tiefen Pass auf Spieler E welcher mit ein bis zwei Kontakten in den Sechzehner klatschen lässt
- Spieler C und Spieler D laufen in den Sechzehner zum Abschluss
- Danach wechseln die Spieler ihrem Pass hinterher, der Spieler der nicht zum Abschluss gekommen ist geht auf seine Position zurück

Variationen:

- Den Steckpass als Flugball spielen
- Einen weiteren Spieler als „Absicherung“ im Rückraum positionieren
- Spieler E auf außen positionieren und mit einer Flanke spielen

Korrekturen:

- Zielstrebigiger Abschluss
- Saubere Ablage von Spieler E
- Den Zuspielen mit Tempo entgegenstarten.

Übung 3:

Organisation:

-