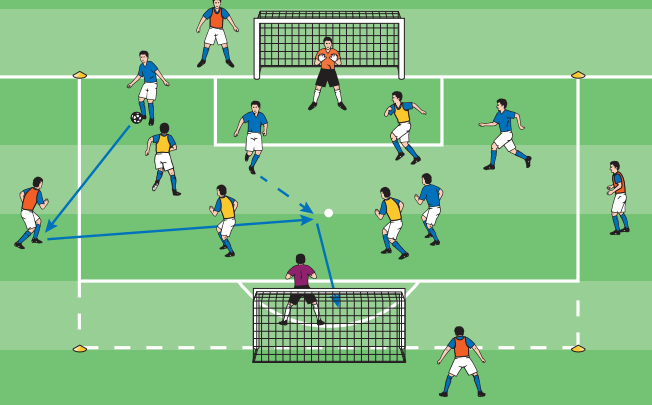
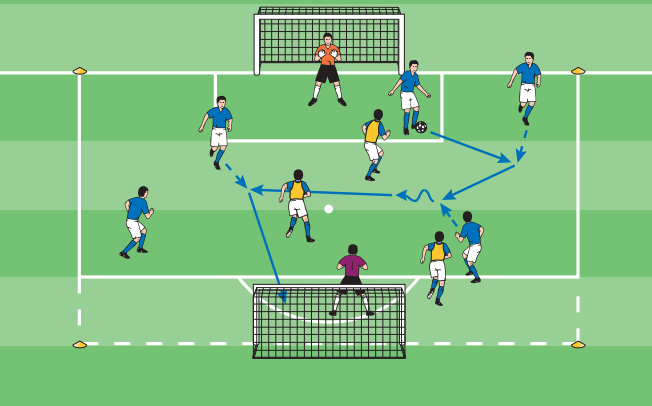
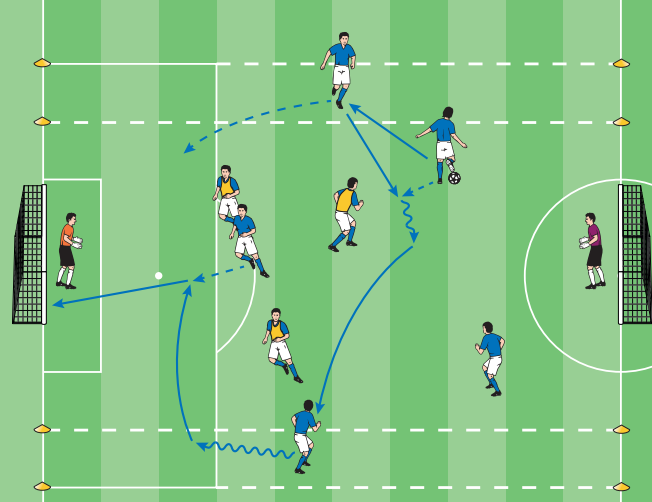


PRAXISKATALOG: SCHIESSEN

PRAXIS

SPIEL-/ÜBUNGSFORMEN				
ZIELE UND LEITLINIEN	ORGANISATION	ABLAUF	COACHING POINTS	VARIATIONEN
<p>NEUTRALE ANSPIELER</p> <p>Ziele</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Gezieltes Herausspielen von Torchancen durch seitliche sowie tiefe Anspiele ▶ Verwerten von Torschuss-Auflagen ▶ Verbesserung der Schusstechniken unter Gegnerdruck <p>Leitlinien</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Offensiv: Über die Ballsicherheit konsequent Tore erzielen! ▶ Raum so tief wie möglich und so breit wie nötig aufteilen! ▶ Räume im Rücken des Gegners erkennen und nutzen! 		<ul style="list-style-type: none"> ▶ Ein 25 x 40 Meter großes Feld mit Toren mit Torhütern markieren. ▶ 3 Teams zu je 4 Spielern bilden. ▶ Die Spieler einer Mannschaft als neutrale Anspieler an den Linien des Feldes aufstellen. ▶ 4 gegen 4 auf die Tore mit Torhütern. ▶ Die Ballbesitzer dürfen die neutralen Anspieler jederzeit in den Spielaufbau einbeziehen. <p>→ Hinweis</p> <p>Stehen im Training mehr Spieler zur Verfügung, das Feld gegebenenfalls vergrößern und im 5 gegen 5 oder 6 gegen 6 agieren</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Den Torschützen gezielt zum Abschluss auflegen. ▶ Zielstrebig abschließen. ▶ Auf eine korrekte Fuß- und Körperhaltung der Spieler achten und die Abschlusstechniken im Detail korrigieren. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Gültige Treffer können nur nach einem direkten Zuspiel eines Anspielers oder nach einem Spiel über den Dritten erzielt werden. ▶ An den Seiten Flügelzonen markieren und die seitlichen Anspieler als Flügelspieler agieren lassen. ▶ Im Zentrum einen zusätzlichen Neutralen bestimmen und die Ballbesitzer in Überzahl spielen lassen.
<p>ÜBERZAHL-ANGRIFFE</p> <p>Ziele</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Verbesserung des Herausspielens und Verwertens von Torchancen (Überzahl) ▶ Schnelles Umschalten auf Angriff ▶ Verbesserung des Anbietens und Freilaufens ▶ Zielstrebig Torabschluss mit dem Fuß <p>Leitlinien</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Offensiv: So präzise wie möglich, so scharf wie nötig passen! ▶ Über die Ballsicherheit konsequent Tore erzielen! ▶ Raum so tief wie möglich und so breit wie nötig aufteilen! ▶ Räume im Rücken des Gegners erkennen und nutzen! ▶ Defensiv: Konsequent aus einer kompakten Organisation verteidigen! 		<ul style="list-style-type: none"> ▶ Den Aufbau weiter verwenden. ▶ 5 Angreifer und 3 Verteidiger bestimmen. ▶ Das Überzahlteam versucht, gezielt Abschlusssituationen herauszuspielen und auf das gegenüberliegende Tor mit Torhüter zu verwerten. ▶ Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so kontern sie auf das andere Tor. <p>→ Hinweis</p> <p>Je nach Spielerzahl gegebenenfalls ein zweites Feld markieren</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Darauf achten, dass die Angreifer ihre Überzahlsituation gezielt ausspielen, um gute Abschlussmöglichkeiten zu schaffen. ▶ Nach einem Ballgewinn schnellstmöglich umschalten und raumgreifend in Richtung Gegner-Tor dribbeln. ▶ Zielstrebig abschließen! 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Die Überzahlmannschaft darf mit maximal 3 Kontakten agieren. ▶ Die Überzahlmannschaft muss innerhalb von 15 Sekunden abgeschlossen haben. ▶ Das Feld vergrößern und im 6 gegen 4 oder im 7 gegen 5 agieren.
<p>SPIEL MIT FLÜGELZONEN</p> <p>Ziele</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Herausspielen von Torchancen über die Seiten und durch das Zentrum ▶ Verwerten von seitlichen Hereingaben ▶ Zielstrebig Torabschluss mit dem Fuß oder dem Kopf <p>Leitlinien</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Offensiv: Über die Ballsicherheit konsequent Tore erzielen! ▶ Räume im Rücken des Gegners erkennen und nutzen! 		<ul style="list-style-type: none"> ▶ Ein 55 x 40 Meter breites Feld mit Toren mit Torhütern markieren. ▶ An den Seiten Außenzonen abstecken. ▶ 5 Angreifer und 3 Verteidiger bestimmen. ▶ Die Außenzonen dürfen nur von jeweils einem Angreifer betreten werden. ▶ Treffer direkt im Anschluss an ein Zuspiel aus einer der Außenzonen zählen doppelt. ▶ Die Verteidiger dürfen die Außenzonen nicht betreten. <p>→ Hinweis</p> <p>Je nach Spielerzahl entweder das Feld verbreitern und mit weiteren Spielern spielen (z. B. 6 gegen 4, 7 gegen 5 usw.) oder in der anderen Hälfte ein zweites Feld aufbauen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Die Angreifer sollen gezielt über den Flügel kombinieren, um vor das gegnerische Tor zu gelangen. ▶ Auf ein korrektes Timing beim Lauf vor das Tor achten: Die Spieler sollen explosiv in die Hereingaben starten. ▶ Je nach Situation per Kopf oder Fuß abschließen. ▶ Die Techniken jeweils im Detail korrigieren. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Mit festen Außenspielern agieren: Die Angreifer dürfen die Außenspieler jederzeit einbeziehen. ▶ Die Außenspieler sind neutral und dürfen von beiden Teams einbezogen werden. ▶ Das Überzahlteam spielt mit maximal 3 Kontakten. ▶ Gültige Treffer können nur nach einer Spielverlagerung von einer zur anderen Außenzone erzielt werden.