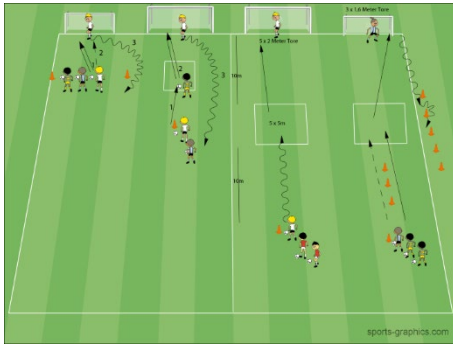






## TORSCHUSS - METHODISCH LERNEN UND AUSFÜHREN





 Altersgrupp(en)  
**U7 und U8**  
**U9 und U10**  
**U11 und U12**

 Basistechnik(en)  
**Torschuss**

 Trainingsform  
**Übungsform**

### Organisation:

 Feldgröße **20 x 20 Meter**

 Material **Kegel, Bälle, Hütchen, Tore**

 Anzahl Spieler **4 Spieler pro Mannschaft**

 Dauer **15 - 20 Minuten**

### Ablauf:

Übungsform 1:

Tore aus dem ruhenden Ball schießen. Bei jedem Durchgang wird der Tormann gewechselt.

Übungsform 2:

Der Spieler legt sich einmal den Ball in die Zone vor und versucht dann mit dem zweiten Kontakt zu schießen.

Übungsform 3:

Das Kind dribbelt in die Zone und schießt auf das Tor.

Übungsform 4:

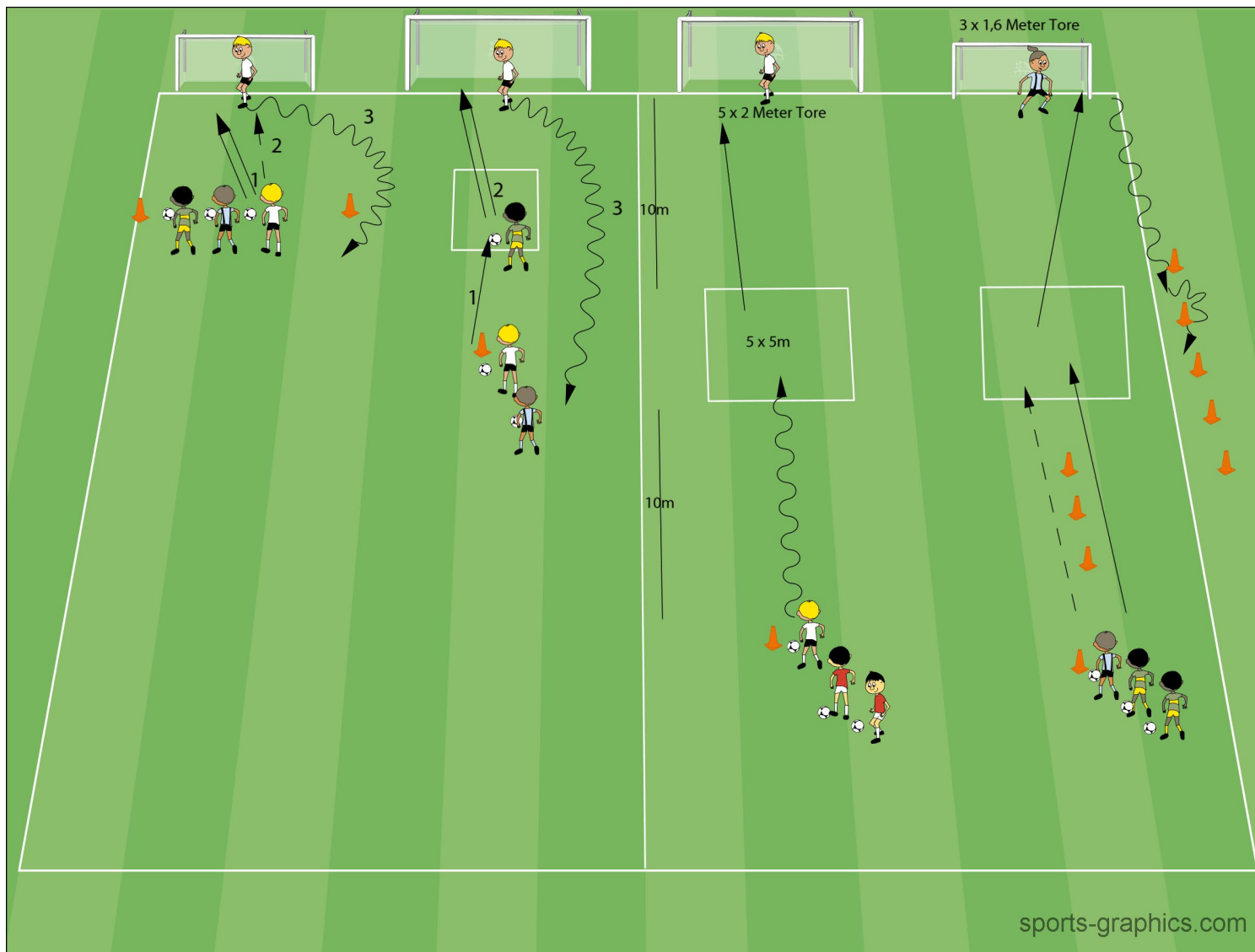
Das Kind dribbelt durch einen Slalomparcours und schießt anschließend innerhalb des Quadrates ab.

### Varianten:

- Die Distanz vergrößern/verkleinern
- Den Ball einmal vorpassen und dann beim 2. Kontakt auf das Tor schießen
- Verschiedene Eckpunkte im Quadrat andribbeln bzw. anspielen und dann schräg auf das Tor schießen
- Wettbewerb
- Neben dem und vor dem Quadrat einen Dribbelparcours aufbauen. Der Torhüter muss nach dem Torschuss durch diesen Parcours dribbeln

### Coachingtipps:

- Konzentration
- Blickkontakt zum Tor bzw. Tormann
- Genauer Schuss
- Körperhaltung - Schusstechnik coachen
- Kurz und klar - wie hat der Spieler anzulaufen
- Seitlich - Standbein neben dem Ball - mit Vollspann, Innenrist, Außenrist (Vorzeigen)



## TORSCHUSS - METHODISCH LERNEN UND AUSFÜHREN