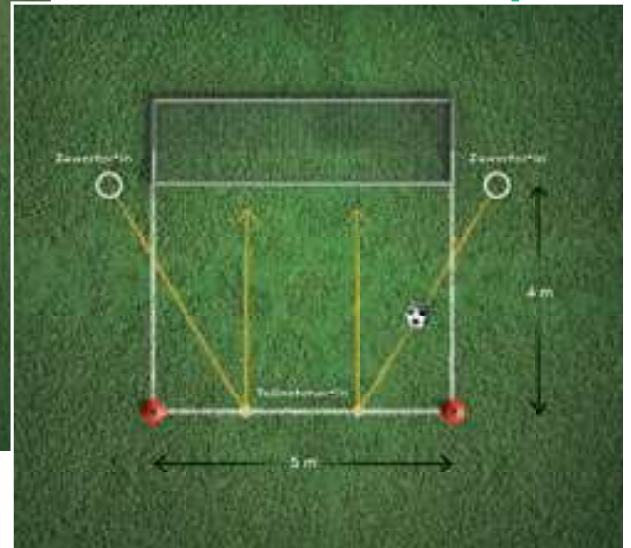
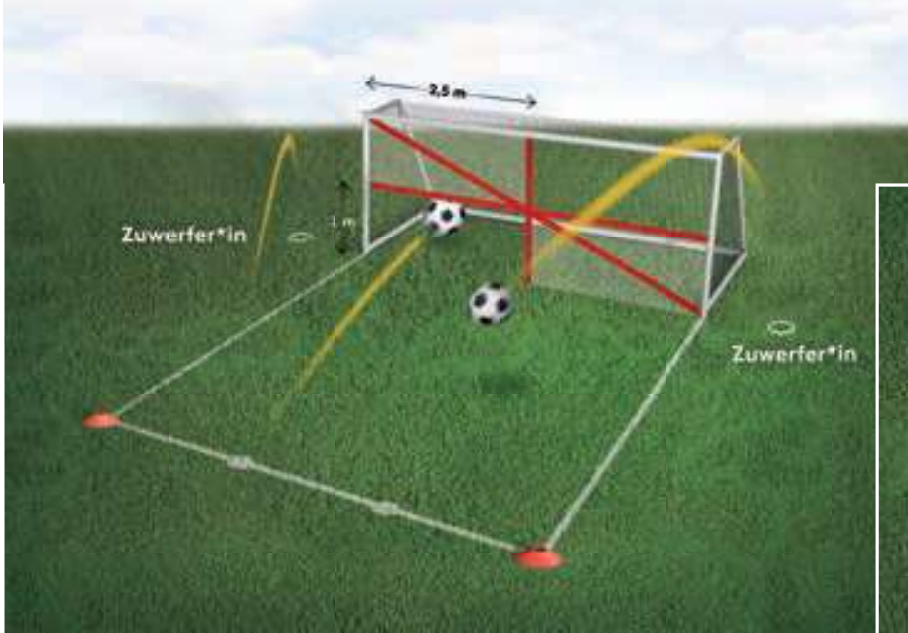




Station 3

KOPFBALLKÖNIG



AUFGABE

Der Kopfstoß erfolgt aus der Bewegung in ein gevierteltes Kleinfeldtor. Der Abstand zum Tor beträgt vier Meter. In das untere Rechteck kann der Ball als Aufsetzer geköpft werden. Ein Treffer ist auch dann gültig, wenn es zu einer Berührung der Bänder kommt und der Ball anschließend durch das korrekte Zielrechteck ins Tor fliegt.

DURCHFÜHRUNG

- Der*Die Zuwerfer*in steht seitlich neben dem Tor (immer auf Seite des Zielrechtecks). Von dort wird der Ball je zweimal von links und rechts angeworfen. Dabei soll der Ball beidhändig als Bogenwurf (von unten nach oben) gespielt werden.
- Gute Zuwürfe sind für das Gelingen der Übung entscheidend.
- Bei einem schlecht zugeworfenen Ball wird der Versuch wiederholt.
- Wird der Ball innerhalb der Viermeterzone geköpft, ist der Treffer nicht zu werten.
- Sollte ein geköpfter Ball von den Bändern zurückprallen, wird der Versuch wiederholt.
- Bälle, die gegen den Pfosten oder die Latte geköpft werden und nicht ins Tor (Zielrechteck) gehen, werden als Fehlversuch gewertet (keine Wiederholung).

WERTUNG

Ziel ist es, mit je zwei Versuchen, aus vier Metern Entfernung in das untere und obere Zielrechteck zu treffen.

PUNKTZAHL

Jeder korrekte Treffer wird mit 15 Punkten gewertet. Die Punktzahl ergibt sich aus allen vier Versuchen.

Maximal erreichbare Punktzahl: 60

MATERIALIEN

- 2 Markierungsteller
- 2 Bälle
- 2 Zuwerfer
- 1 Kleinfeldtor
- 3 Spannbänder
- Kreide, Farbe oder Spray zur Markierung

AUFBAU

- In einem Kleinfeldtor (2 x 5 m) wird ein Band in der Mitte der Latte senkrecht zum Boden gespannt. Ein zweites wird mittig zwischen den Pfosten horizontal befestigt und ein drittes vom oberen linken Toreck diagonal an das untere rechte Toreck angebracht.
- Unbedingt auf straffe Bänder achten und die Heringe fest im Boden verankern. **(Unfallgefahr!)**
- Die Viermeterlinie mit Markierungskreide oder Markierungstellern/Hütchen abgrenzen.