

Streethockey – Trainingsformen: Spiel mit Ball Offensiv – Den Ball variantenreich und an die Spielsituation angepasst führen: Drachenball

Die Spielerinnen führen den Ball am Stock und sehen gleichzeitig das Spiel.

Lies nach, was du in dieser Erscheinungsform beobachten kannst

Die Spielerinnen führen den Ball gekonnt am Stock und nehmen gleichzeitig das Spielgeschehen wahr. Sie kontrollieren den Ball am Boden oder in der Luft. Um ihn optimal von den Gegnerinnen abzuschirmen, können sie ihn vorwärts, seitwärts und rückwärts führen. Zielstrebig, mutig und mit Finten sind sie für die Gegnerinnen unberechenbar und behaupten sich im Zweikampf. Dadurch schaffen sie Zeit und Raum für Folgeaktionen und zwingen das gegnerische Team zu Defensivarbeit.

Keypoints

- Halte deinen Stock hinten kräftig wie einen Hammer und vorne locker, so dass der Stock durch deine Hand gleiten kann.
- Öffne und schliess die Schaufel, um deinen Ball in den Kurven zu führen.
- Halte die Arme vom Körper entfernt, damit du den Stock vielseitig bewegen kannst.
- Halte den Ball nur im unteren Blickfeld. Richte den Blick nach vorne, damit du Hindernisse

Entwicklungsfragen

- Wie kannst du den Ball kontrolliert führen und sehen, wohin du läufst?
- Wie gelingt es dir, dass der Ball auch beim Kurvenlaufen immer am Stock «klebt»?
- Welche Bewegungen mit dem Stock helfen dir, um die Gegenspielerinnen zu umspielen?



Alle Trainingsformen zu dieser Erscheinungsform

Mehr



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO