

Streethockey – Trainingsformen: Sich als Goalie dynamisch verschieben und den Angriff kontrolliert abwehren: Torumrundung

Goalies bringen sich aktiv ins Spiel ein und verschieben sich einwandfrei.

Lies nach, was du in dieser Erscheinungsform beobachten kannst

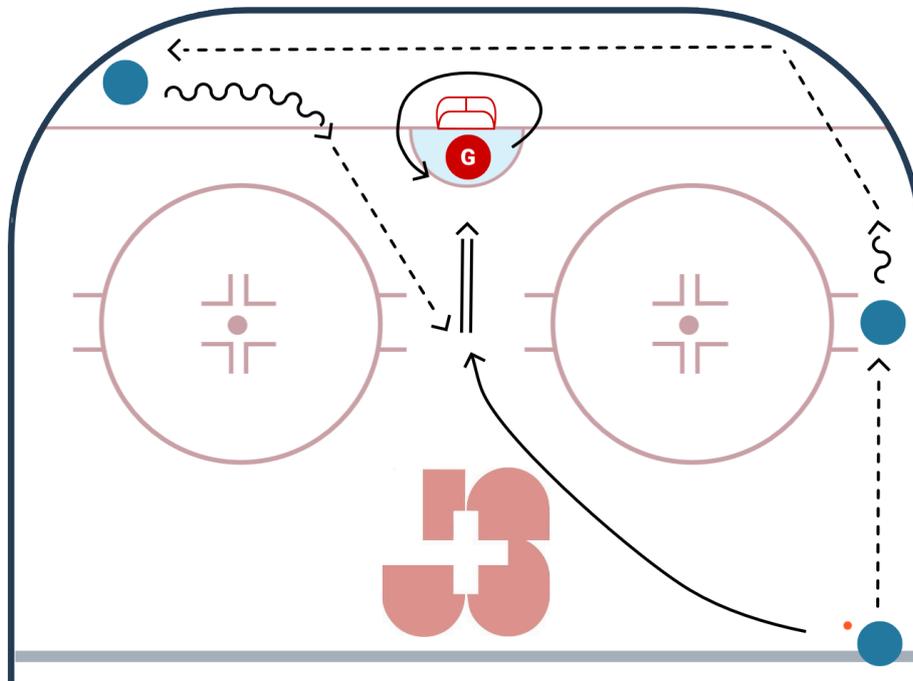
Die Grundposition, das Winkelspiel und die Verschiebungen haben grossen Einfluss darauf, wie viele Bälle eine Goalie abwehren kann. Dazu richtet sie sich laufend anhand einer imaginären Linie zwischen Ball und Tormitte aus. Sie bleibt dank einer dynamischen Verschiebetechnik optimal zum Ball ausgerichtet. Durch den Abstand zur eigenen Grundlinie sowie die Position der Fang- und Deckhand variiert die abzudeckende Fläche. Goalies wehren die Bälle kontrolliert ab, indem sie diese fangen oder so ablenken, dass es zu keinem gefährlichen Nachschuss kommt. Mithilfe ihres Stocks nehmen sie aktiv am Spielgeschehen teil und steuern das Abwehrverhalten des Teams mit klaren Anweisungen.

Keypoints

- Festige deine Grundposition: Die Hände sind neben dem Oberkörper etwas nach vorne geschoben, der Stock am Boden.
- Wende die Verschiebetechnik korrekt an: Zuerst bewegst du ein Bein zum Ball, erst dann ziehst du das andere nach.
- Fixiere den Ball mit den Augen und verfolge diesen bis zum Schluss.
- Verkleinere den Winkel zur Schussabgabe gezielt.
- Wehre den Ball kontrolliert zur Seite ab.

Entwicklungsfragen

- Wie deckst du möglichst viel Fläche ab?
- Wie kannst du dich flink und flüssig in alle Richtungen bewegen?
- Wie gewinnst du Zeit, um dich auf den Abschluss vorzubereiten?
- Wie stellst du sicher, dass abzuwehrende Bälle da landen, wo du es willst?



Bedeutung der Symbole

Eine Dreiergruppe lanciert ein Passspiel der Bande entlang hinter dem Tor durch. Der Goalie versucht, den Ball hinter dem Tor abzufangen (= Neustart der Übung). Gelingt es ihr nicht, gelangt der Ball in den Slot, worauf ein Abschluss auf das Tor erfolgt. Der Goalie umrundet das Tor nach ihrer Abwehraktion und ist rechtzeitig für den Angriff des nächsten Trios bereit.

einfacher

- Goalie: im Tor bleiben und mittels Winkelspiel verschieben

schwieriger

- Nach Abschluss weiteren Angriff aus der Passecke starten

Streethockey: Trainingsformen zu den Erscheinungsformen

Von der Trainerbank oder den Publikumsplätzen kannst du verschiedene Dinge beobachten. Die Erscheinungsformen beschreiben das von aussen Sichtbare des Spiels. Für dich als Trainerin oder Trainer sind sie wegweisend und bilden die Grundlage, auf der du deine Trainings planst und durchführst. Hier findest du eine Übersicht zu den Erscheinungsformen im Streethockey mit Verlinkung zu den entsprechenden Trainingsformen.

Mehr



Alle Trainingsformen zu dieser Erscheinungsform

Mehr



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO