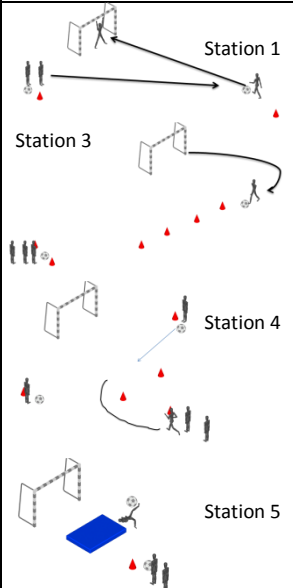
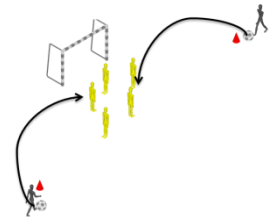


Thema: Fußball (Schusstechniken)

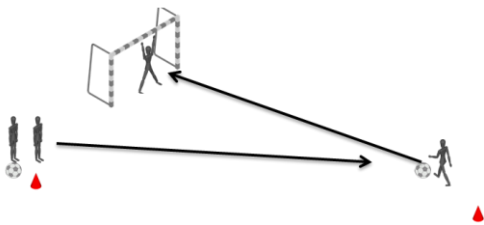
Stundenverlaufsplan – 2. Unterrichtseinheit

Nr.	Zeit [min]	Inhalt	Organisationsform	Übung/Spielform	Material	Bemerkung/Nachbereitung
1	3	Begrüßung	Plenum			
2	10	Aufwärmen	Alle	Alle dribbeln in einem Feld und versuchen den Anderen die Bälle wegzuschießen. Wer den Ball verliert, muss nach einer Strafrunde um das Feld mit einer Finte wieder einsteigen.	Fußbälle	
3	28	Schusstechniken	5 Gruppen	<p>1. Station: Vollspann Pass vom Pfosten Direktabnahme mit Vollspann ins Tor schießen. Wechsel: Torwart zu Passgeber zu Schütze</p> <p>2. Station: Innenriststoß Torwandschüsse</p> <p>3. Station: Außenriststoß Vom Hütchen mit dem Außenrist/Innenspannstoß in das leere Tor schießen</p> <p>4. Station: Volleyschuss Ball wird geworfen und muss volley ins Tor geschossen werden.</p> <p>5. Station: Seitfallzieher Ball wird dem Schützen zugeworfen oder selbst vorgelegt. Seitfallzieher auf Matte.</p> <p>Nach 5min wird die Stationen gewechselt, an den Stationen 4 und 5 wird selbstständig gewechselt.</p>	5 Tore Hütchen Matte Fußbälle	
4	10	Theorie: Magnuseffekt, Impulsübertragung, Teilimpulse	Plenum	<p>Impulsübertragung: Warum kann der entgegenkommende Ball schneller als der liegende geschossen werden?</p> <p>Wieso ist der Volleyschuss so stark?</p> <p>Koordination der Teilimpulse und Aktivierung der</p>		

				Hüft- und Rumpfmuskulatur. Erklärung des Magnuseffekts anhand des Schaubildes.		
5	10	Flanken	4 Gruppen	Bananenflanken von der Seite in den Torraum, dort wird der Ball ins Tor gespielt. Eine Mannschaft bringt die Bälle ins Tor, die andere schießt von links und rechts die Flanken. Wer am Ende die meisten Bälle ins Tor gebracht hat, ist der Sieger. Nach der Hälfte wird getauscht.	Fußball, Tore	
6	4	Lattentreffen	2 Teams	Zwei Gruppen spielen gegeneinander und versuchen die Latte des Tores zu treffen. Jeder Treffer gibt einen Punkt, wer am Ende die meisten Punkte hat, gewinnt.		Zeitdruck vs. Präzision
7	12	Abschlusspiel	2 Teams	Reguläres Fußballspiel.		
8	3	Abbauen/Aufräumen	Alle			

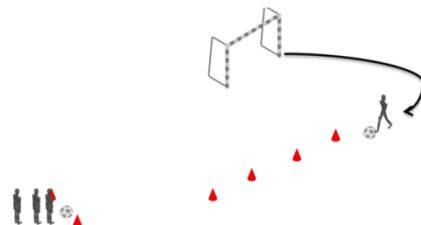
Anhang
Zu Nr.3

Station 1



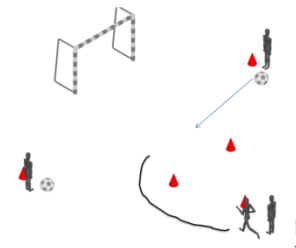
Die Wartenden Schüler üben mit den Bällen zu jonglieren.

Station 2



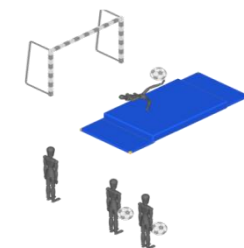
Die wartenden Schüler üben Finten.

Station 3



Die wartenden Schüler werfen Bälle zu.
Die anderen spielen Pässe an die Wand.

Station 4



Die wartenden Schüler werfen Bälle zu.