

Hinweise Torschusstraining

zum

- Der [Trainer](#) muss seinen Spielern stets Mut machen, aus unterschiedlichsten Spielsituationen heraus und aus verschiedenen Entfernungen entschlossen auf das Tor zu schießen. Das gilt insbesondere für Situationen innerhalb des Strafraums, in denen Spieler oft inkonsequent sind und wegen der scheinbaren Einfachheit nicht den Torabschluss suchen. Gerade in den vermeintlich einfachen Spielsituationen müssen die Spieler angehalten werden, konsequent und zielstrebig Tore zu erzielen, damit sie für vergleichbare Situationen im Wettkampf Routine bekommen.
- Vor einer Spiel- oder Übungsform sollte der [Trainer](#) seine Spieler über das jeweilige [Trainingsziel](#) aufklären, das dann konsequent zu verfolgen ist. Damit weckt er das Bewusstsein seiner Mannschaft für den [Trainingsablauf](#) und steigert die [Motivation](#) seiner Spieler.
- Der [Trainer](#) muss auch beim Torschusstraining stets die Leistungsentwicklung jedes einzelnen Spielers aufmerksam beobachten. Nur so kann er bei der [Trainingsgestaltung](#) die individuellen Besonderheiten berücksichtigen und die Anforderungen an das jeweilige Leistungsvermögen und an die jeweilige Leistungsbereitschaft systematisch anpassen! Gegebenenfalls muss er auch für das Torschusstraining Einzel-, Gruppen- und Mannschaftspläne erstellen. Ansonsten kommt es leicht vor, dass er bestimmte Spieler permanent über- bzw. unterfordert.
- Wenn bei einer Übungsform ein aktiver Gegenspieler einbezogen ist, dann muss für den Angreifer neben dem eigentlichen Übungsschwerpunkt (z. B. Doppelpass mit einem Mitspieler zur Torschussvorbereitung) zumindest eine Alternativmöglichkeit vorhanden sein (hier etwa

Alleingang nach einem angetäuschten Doppelpass).

- Bei der Gestaltung des Torschusstrainings sollten vorhandene Organisationshilfen wie Markierungsstangen und -kegel geschickt eingesetzt werden. Sie können beispielsweise dazu verwendet werden, Gegner zu simulieren, Spielfeldabmessungen zu verdeutlichen oder Zielfelder für das Flanken zu markieren. Außerdem können sie den Spielern als Orientierungshilfe für Ausgangspositionen oder Spielräume bei bestimmten Angriffsübungen dienen.
- Auch alle Spiele (mannschaftsinterne [Trainingsspiele](#) mit größeren Gruppen, Freundschaftsspiele, Punktspiele) müssen als wichtige Bausteine des Trainingsprozesses verstanden werden. Denn sie geben dem [Trainer](#) wichtige Hinweise für seine [Training](#)sarbeit. Aus seinen Erkenntnissen über bestimmte Stärken und Schwächen muss er bestimmte Rückschlüsse für seine kurzfristige und perspektivische [Training](#)sarbeit ziehen.