

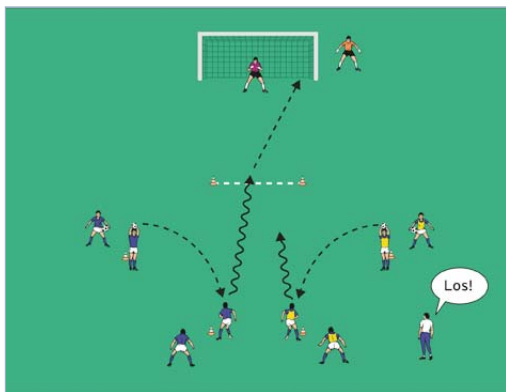
# D- UND C-JUNIOREN

## HAUPTTEIL 1: Hohe Zuspiele I

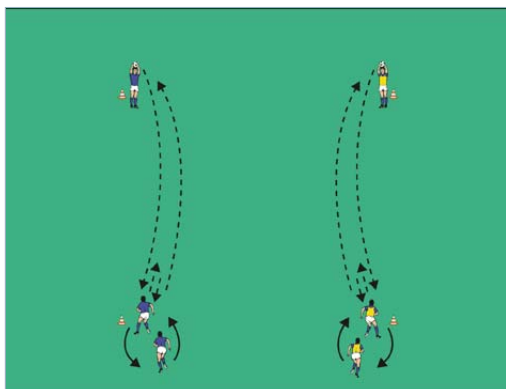
von Steffen Freund (26.10.2010)



Feld 1



Feld 2



### Organisation

- Feld 1: 1 großes Tor, 1 Hütchenlinie und Positionshütchen errichten
- Feld 2: Positionshütchen aufstellen
- 2 Gruppen bilden und auf die Felder verteilen

### Ablauf

#### Feld 1

- 2 Mannschaften einteilen.
- Auf ein Trainerkommando wirft A per Einwurf zu B, der das Zuspiel kontrolliert und anschließend schnellstmöglich über die Hütchenlinie dribbelt.
- Der Spieler, der die Hütchenlinie zuerst überdribbelt, darf ungestört auf das Tor abschließen.
- Jeder Treffer zählt 1 Punkt für die Mannschaftswertung.
- Im Anschluss an jede Aktion rücken alle Spieler eine Position weiter.

#### Feld 2

- 2 Mannschaften bilden.
- Jedes Team benennt 1 Anspieler, der sich am jeweils gegenüberliegenden Hütchen aufstellt.
- Beide Mannschaften üben gleichzeitig: Der Anspieler wirft per Einwurf auf den Oberschenkel seines gegenüberstehenden Mitspielers.
- Dieser kontrolliert das Zuspiel und passt mit dem zweiten Kontakt aus der Luft zurück zum Anspieler.
- Anschließend stellt er sich hinter dem nächsten Mitspieler wieder an.
- Welche Mannschaft schafft mehr Zuspiele, ohne dass der Ball zu Boden fällt?

### Tipps und Korrekturen

- Da in Feld 1 nur der Spieler, der zuerst die Hütchenlinie überdribbelt, zum Torabschluss kommen darf, ist die schnelle und präzise Kontrolle des hohen Zuspiels von großer Bedeutung.
- Auch bei hohen Zuspielen möglichst sofort mit dem ersten Kontakt in die Bewegungsrichtung mitnehmen.
- Gegebenenfalls kann der Trainer das Körperteil vorgeben, mit dem die Ballkontrolle erfolgen soll (z.B. Kopf, Brust, Oberschenkel).
- Gelingt es einem Spieler nicht, den Ball sauber zu kontrollieren, darf der jeweils andere Spieler sofort auf das Tor abschließen.

### INTEGRATION

Fußball ist die Sportart Nr.1. Dies gilt insbesondere auch für Kinder und Jugendliche mit Migrationshintergrund. Ziel muss es sein, durch Respekt und Anerkennung eine hohe Identifikation und ein positives Mannschafts- und Vereinsklima für alle zu schaffen. Hierzu bietet der DFB einfache Tipps unter [www.training-wissen.dfb.de](http://www.training-wissen.dfb.de).