

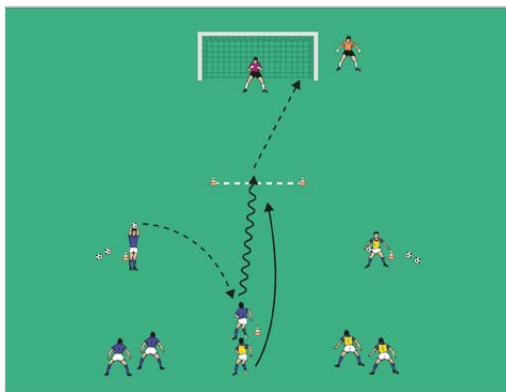
D- UND C-JUNIOREN

HAUPTTEIL 2: Hohe Zuspiele II

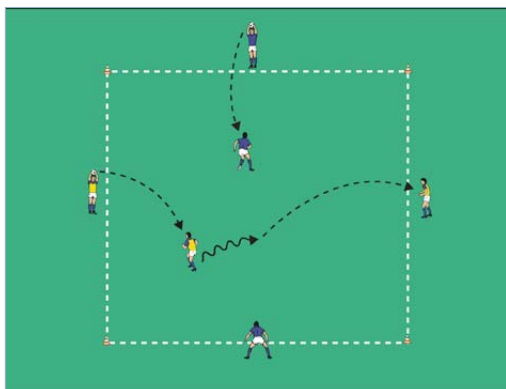
von Steffen Freund (26.10.2010)



Feld 1



Feld 2



Organisation

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

Ablauf

Feld 1

- 2 Mannschaften einteilen.
- Ein Team agiert als Angreifer-Mannschaft, das jeweils andere als Verteidiger-Mannschaft.
- Der Anspieler der Angreifer wirft per Einwurf zu seinem Mitspieler, der das Zuspiel kontrolliert und anschließend versucht, über die Hütchenlinie zu dribbeln.
- Sobald er den Ball berührt, darf der Verteidiger nachstarten und den Angreifer unter Druck setzen.
- Gelingt es dem Angreifer, die Hütchenlinie zu überdribbeln, so darf er ungestört abschließen.
- Nach jedem kompletten Durchgang wechselt das Angriffsrecht.

Feld 2

- 2 Mannschaften einteilen.
- Jedes Team stellt 2 Anspieler, die sich außerhalb des Feldes jeweils gegenüber aufstellen.
- Je 1 Anspieler wirft per Einwurf zu seinem Mitspieler im Feld.
- Dieser kontrolliert das Zuspiel und passt anschließend in die Arme des anderen Anspielers.
- Dabei darf der Ball jeweils höchstens 1-mal den Boden berühren.
- Welches Team schafft in 1 Minute die meisten Seitenwechsel?
- Nach jedem Durchgang die Spieler im Feld wechseln.

Tipps und Korrekturen

- In Feld 2 wird eine leicht zu organisierende Übungsform für eine Kleingruppe vorgestellt.
- Auch wenn nur ein Trainer zur Verfügung steht, sollte man sich nicht davor scheuen, Gruppen zu bilden und differenziert zu trainieren. Dabei jedoch stets darauf achten, konkrete Abläufe vorzugeben.
- Die Motivation der Spieler ist vor allem in Mannschaftswettbewerben hoch, und die Spieler kontrollieren gegenseitig den korrekten Ablauf der Aufgabe.

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.