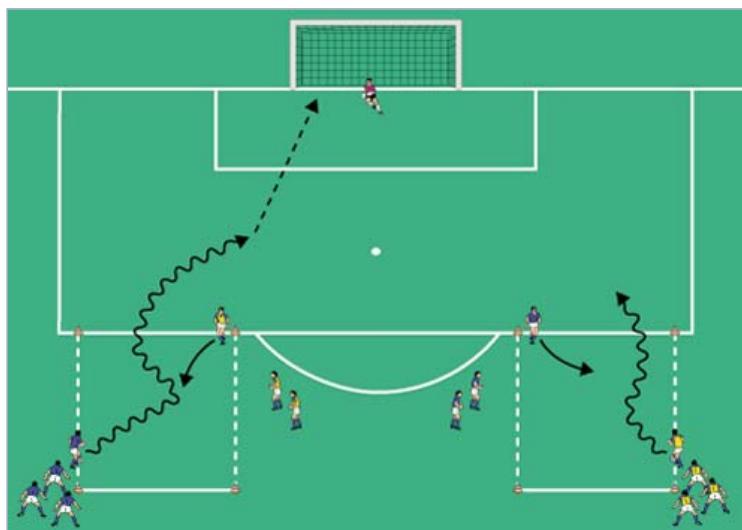


B- UND A-JUNIOREN

HAUPTTEIL 1:

1 gegen 1 in Tornähe I

von Frank Engel (05.06.2012)



Organisation

- Den Grundaufbau weiter verwenden
- Die Stangentore entfernen
- Zusätzlich hinter den Feldern 1 Tor mit Torhüter errichten
- Angreifer und Verteidiger benennen und jeweils diagonal gegenüber an 2 Eckhütchen aufstellen
- Die Angreifer haben Bälle

Ablauf

- Die jeweils ersten Angreifer dribbeln ins Feld und versuchen, im 1 gegen 1 gegen die jeweils ersten Verteidiger über die gegenüberliegende Grundlinie in den Strafraum zu dribbeln.
- Gelingt dies, so schließen sie auf das Tor mit Torhüter ab.
- Erobern die Verteidiger den Ball, so kontern sie auf die jeweils andere Grundlinie.
- Nach einigen Durchgängen die Aufgaben wechseln.

Variationen

- Einen Einzelwettbewerb durchführen: Welcher Angreifer erzielt die meisten Treffer?
- 4 Teams bilden und einen Teamwettbewerb durchführen: Welche Mannschaft erzielt die meisten Punkte (das Überdribbeln der Linien und Treffer auf das Tor mit Torhüter ergeben je 1 Punkt)?

Tipps und Korrekturen

- Abwechselnd im rechten bzw. linken Quadrat üben.
- Mit höchstmöglichen Tempo auf die Verteidiger zudribbeln. Dabei jedoch darauf achten, dass der Ball trotzdem sicher und eng am Fuß geführt werden kann.
- Mit einem präzisen Torschuss zielstrebig abschließen!

Der Themenschwerpunkt im Juni 2012 beschäftigt sich mit dem „modernen Verteidigen“. Hierzu finden Sie verschiedene Texte, Übungen und eine Bildergalerie sowie ein Interview mit Ernst Thaler über die Viererkette! Sie spielen noch nicht mit der Kette? Nutzen Sie doch die anstehende Saisonvorbereitung und führen Sie sie ein! Wie das geht? Das verrät Ihnen der TWO-Schwerpunkt. Wie immer können Sie sich an dem Themenschwerpunkt beteiligen. Schicken Sie Anregungen und Fragen zum Thema „Modernes Verteidigen“ an training-wissen@dfb.de.