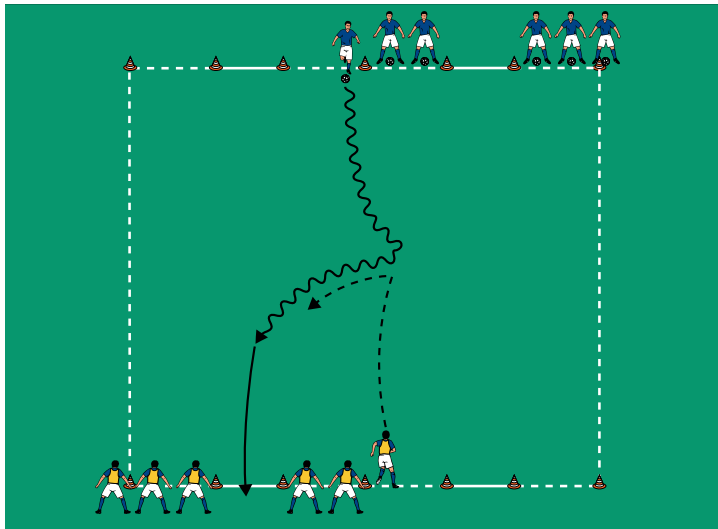


E-JUNIOREN



HAUPTTEIL 1:

1 GEGEN 1 AUF 4 TORE

von Jörg Daniel (16.05.2017)

ORGANISATION

- ▶ Das Feld beibehalten
- ▶ Auf beiden Grundlinien jeweils 2 Hütchentore (Torbreite: 2 Meter) aufstellen
- ▶ Mittig zwischen den Hütchentoren je 1 Starthütchen errichten
- ▶ Die Spieler in gleich großen Gruppen an den Starthütchen verteilen
- ▶ Die Spieler an einem Starthütchen haben Bälle

ABLAUF

- ▶ Der erste Spieler mit Ball dribbelt als Angreifer ins Feld und versucht, auf die gegenüberliegenden Hütchentore zu treffen.
- ▶ Gleichzeitig läuft der erste Spieler ohne Ball als Verteidiger ins Feld und versucht, den Ball zu erobern und bei den anderen Hütchentoren ebenfalls einen Treffer zu erzielen.
- ▶ Jedes 1 gegen 1 dauert so lange, bis ein Tor erzielt oder der Ball aus dem Feld gespielt wurde.
- ▶ Positions- und Aufgabenwechsel nach jedem Durchgang.
- ▶ Welcher Spieler erzielt die meisten Treffer?

VARIATIONEN

- ▶ Der erste Spieler mit Ball passt/wirft zum Spieler gegenüber und wird Verteidiger.
- ▶ Der Trainer spielt neutral zum 1 gegen 1 ins Feld ein.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Falls vorhanden anstatt der Hütchentore auch Stangen- oder Minitore verwenden.
- ▶ Das Angreifen auf 2 Tore seitlich nebeneinander ermuntert die Spieler zu vielen Täuschungen und Richtungswechseln.
- ▶ Wegen der hohen Intensität im 1 gegen 1 nur einen Angriff und einen Gegenangriff zulassen und danach den Durchgang abrechnen!
- ▶ Die Spieler zu einem mutigen, zielstrebigem Dribbling auffordern. Möglichst immer vorwärts und mit Tempo agieren!