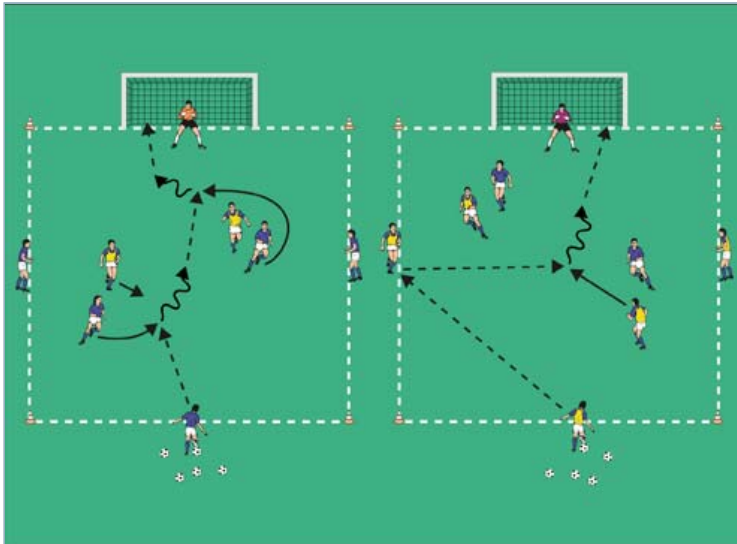




D- UND C-JUNIOREN SCHLUSSTEIL: Heiße Minute

von Ralf Peter (10.11.2009)



Organisation

- 2 große Tore mit Torhütern nebeneinander errichten
- Vor jedem Tor ein Spielfeld markieren
- 2 Mannschaften bilden

Ablauf

- Jede Mannschaft stellt 2 Angreifer, 2 Verteidiger und 3 Anspieler, die sich gemäß Abbildung auf die beiden Felder verteilen.
- Auf ein Trainerkommando versuchen die Angreifer, innerhalb von 1 Minute im Zusammenspiel mit den Anspielern an den Seitenlinien so viele Treffer wie möglich zu erzielen.

Variationen

- Die Anspieler dürfen nur direkt/mit 2 Kontakten agieren.
- Auch die Anspieler dürfen Tore erzielen.
- Tore per Direktabnahme zählen doppelt.

Tipps und Korrekturen

- Jede Aktion von der Grundlinie neu starten.
- Da die Belastung in dieser Spielform sehr hoch ist, sollte die Spielzeit nicht länger als 1 Minute dauern.
- Nach jedem Durchgang rücken 2 neue Angreifer ins Feld.
- Die Verteidiger nach 2 Durchgängen tauschen.
- Erobern die Verteidiger den Ball, so können sie ihn ins Aus spielen bzw. versuchen, ihn möglichst lange zu behalten.

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.