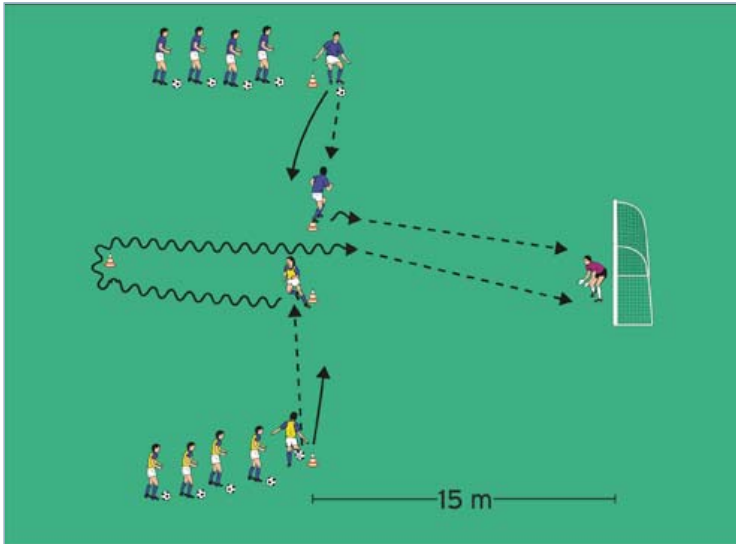




F- UND E-JUNIOREN

HAUPTTEIL 1: Ballkontrolle und Torschuss

von Paul Schomann (29.03.2011)



Organisation

- 15 Meter vor einem Tor mit Torhüter seitlich versetzt je 1 Starthütchen aufstellen
- 5 Meter mittig hinter den Hütchen 1 Wendehütchen errichten
- Vor jedem Starthütchen zentral vor dem Tor je 1 weiteres Hütchen markieren und mit je 1 Spieler ohne Ball besetzen
- Die übrigen Spieler mit Bällen an den Starthütchen verteilen

Ablauf

- Die jeweils ersten Spieler von den Starthütchen passen gleichzeitig zum vor ihnen postierten Mitspieler.
- Der Passempfänger auf einer Seite nimmt direkt in Richtung Tor an und mit und schließt ab.
- Gleichzeitig kontrolliert der jeweils andere Passempfänger das Zuspiel seines Mitspielers, umdribbelt das Wendehütchen und schießt ebenfalls auf das Tor.
- Die Zuspieler laufen ihren Abspielen nach und werden Passempfänger.
- Die Schützen stellen sich nach jedem Torschuss am jeweils anderen Starthütchen wieder an.

Variationen

- Als Passgeber aus der Hand hoch zuwerfen bzw. per Torwartabschlag zuspelen.
- Der erste Torschütze wird nach seinem Torabschluss Verteidiger und darf den zweiten Torschützen am Abschluss hindern.

Tipps und Korrekturen

- Die Zuspiele möglichst schon mit dem ersten Kontakt in die gewünschte Richtung vorlegen und nach einem kurzen Dribbling zielstrebig abschließen.
- Das Zuspiel jeweils per Zuruf und Blickkontakt aktiv fordern.
- Schließen die Spieler aus zu naher Distanz auf das Tor ab, gegebenenfalls eine Schussgrenze markieren, ab der die Spieler spätestens schießen müssen.
- Zur Erleichterung des Ablaufes jeden Durchgang auf ein Trainerkommando starten.

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.