

F- UND E-JUNIOREN

HAUPTTEIL 1: Abkappen/- Abdrehen und Torschuss

von Jörg Daniel (18.08.2009)

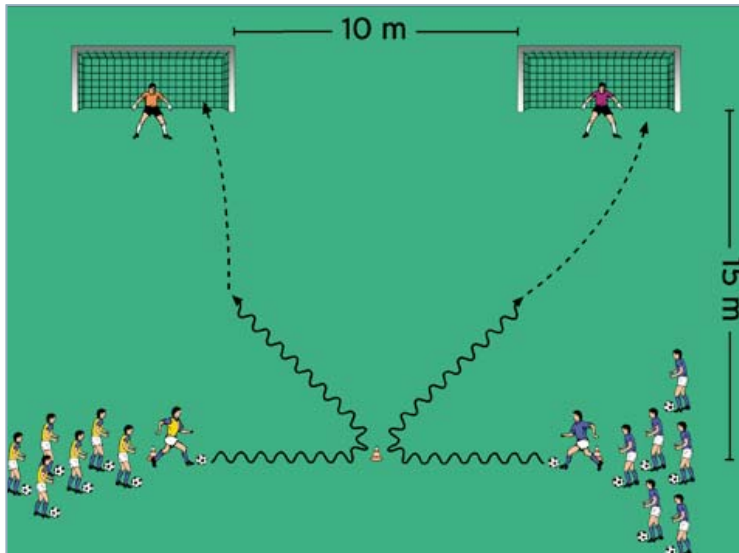


Bild 1



Bild 2



Bild 3



Bild 4



Organisation

- 2 Tore mit Torhütern in einem Abstand von 10 Metern nebeneinander aufstellen
- 15 Meter vor jedem Tor 1 Starthütchen errichten
- Mittig zwischen den Starthütchen 1 Wendehütchen markieren
- Die Spieler mit Bällen an den Starthütchen verteilen

Ablauf

- Die ersten Spieler an jedem Starthütchen dribbeln gleichzeitig auf das Wendehütchen zu, kappen den Ball mit der Innen-/Außen-seite in Richtung Tor und schießen ab.
- Die nächsten Spieler starten, sobald beide Vorderleute geschossen haben.

Variationen

- Den Ball mit der Sohle vor dem Wendehütchen zurückziehen, zum Ball aufdrehen und dann schießen.
- Vor dem Wendehütchen einen Rivelino-Trick ausführen.
- Die Spieler an jedem Starthütchen bilden ein Team. Welche Mannschaft erzielt zuerst 10 Treffer?

Tipps und Korrekturen

- Nach dem Abkappen das Dribbeltempo steigern und zielstrebig auf das Tor abschließen.
- Gegebenenfalls eine Schussgrenze markieren, ab der die Spieler spätestens schießen müssen.

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.