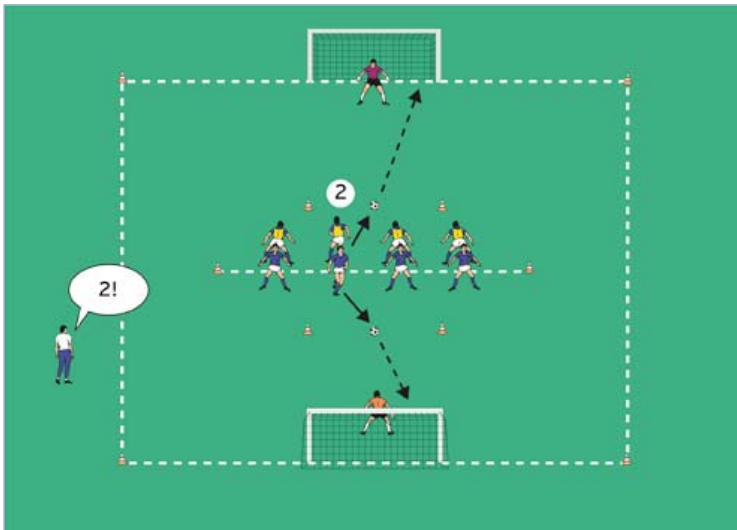


# D- UND C-JUNIOREN SCHLUSSTEIL: Strafstoßvariationen

von Steffen Freund (03.08.2010)



## Organisation

- Den Grundaufbau und die Mannschaften von zuvor beibehalten
- 11 Meter vor beiden Toren die Strafstoßpunkte markieren
- Die Spieler jeweils durchnummerieren
- Die jeweiligen Partner stellen sich in der Mitte des Feldes gegenüber auf
- Je 1 Ball auf den Strafstoßpunkten auslegen

## Ablauf

- Der Trainer ruft laut eine Zahl auf.
- Die jeweiligen Spieler beider Teams sprinten zum Ball und schießen auf das Tor.
- Im Falle eines Torerfolges erhält nur der Spieler 1 Punkt für seine Mannschaft, der zuerst trifft.

## Variationen

- Die Spieler sprinten zum Ball, jonglieren 5-mal und schießen per Volleyschuss ab.
- Jeder Spieler hat 1 Ball. Die aufgerufenen Spieler müssen versuchen, den Torhüter im Alleingang auszuspielen.

## Tipps und Korrekturen

- Da die Spieler in beiden Hauptteilen sehr belastungsintensive Spiele absolviert haben, kann der Trainer zum Schluss der Einheit problemlos dieses weniger belastende aber sehr motivierende Spiel einbauen.
- Nach einigen Durchgängen die Nummern wechseln, damit nicht immer die gleichen Spieler gegeneinander antreten.

## 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](http://www.training-wissen.dfb.de).