

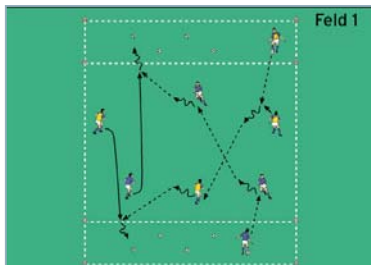
D- UND C-JUNIOREN

AUFWÄRMEN 2: Sauberes Feld

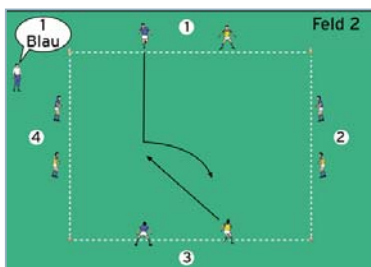
von Horst Hrubesch (28.04.2009)



Feld 1



Feld 2



Organisation

- Den Aufbau in beiden Feldern beibehalten

Ablauf

Feld 1

- 2 gleich große Mannschaften bilden und im mittleren Feld aufstellen.
- In den beiden äußeren Feldern jeweils 4 Bälle bereitlegen.
- Die Spieler haben die Aufgabe, möglichst viele Bälle aus dem eigenen ins Feld des Gegners zu bringen. Zuvor müssen sie sich im mittleren Feld mindestens dreimal zupassen.

Feld 2

- 2 Mannschaften bilden.
- Je 1 Spieler an jeder Außenlinie des Feldes postieren.
- Der Trainer startet durch Zuruf die Aktion. Zuerst benennt er die Spieler und dann das Team, das die Läuferaufgabe übernehmen soll.
- Der aufgerufene Läufer muss nun versuchen, über die gegenüberliegende Hütchenlinie zu laufen, ohne vom dort postierten Fänger abgeschlagen zu werden (= 1 Punkt).

Tipps und Korrekturen

- In Feld 1 müssen die Spieler ständig neue Lösungen finden, um den Ball schnell in das gegnerische Feld zu passen. Einfallsreichtum und Kreativität werden gefördert.
- Der nächste Ball darf erst wieder aus dem eigenen Feld ausgespielt werden, wenn der andere Ball im gegnerischen Feld liegt.
- Die Auftaktpässe aus dem eigenen Feld stets von anderen Spielern spielen lassen. So müssen die Spieler immer neue Positionen einnehmen.

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.