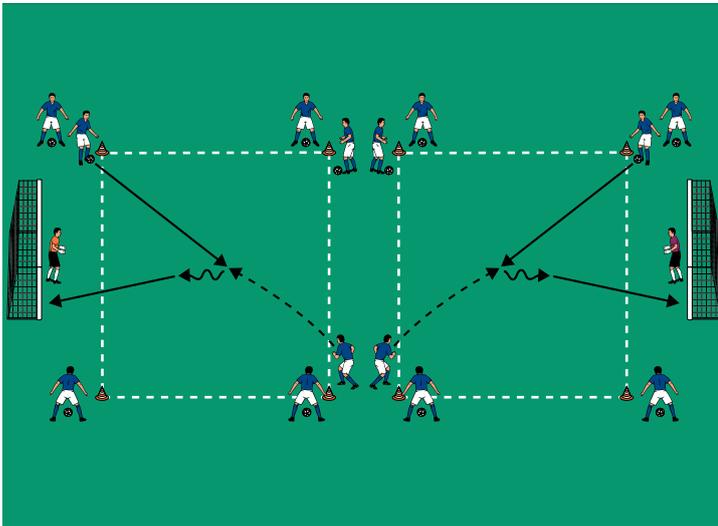


## E-JUNIoren



### HAUPTTEIL 1:

## BALLKONTROLL-FELDER UND TORSCHUSS I

von Jörg Daniel (07.03.2017)

### ORGANISATION

- ▶ Die Spielfelder beibehalten
- ▶ 10 Meter hinter jedem Feld 1 Tor mit Torhüter aufstellen
- ▶ Die Spieler gleichmäßig an den Hütchen verteilen
- ▶ Je 1 Spieler ohne, alle anderen mit Ball

### ABLAUF

- ▶ Der Spieler ohne Ball läuft ins Feld und fordert ein Zuspiel von einem Spieler an einem anderen Hütchen.
- ▶ Das Zuspiel nimmt er ins Feld an und mit, dribbelt in Richtung Tor und schießt.
- ▶ Der Passgeber läuft nach seinem Zuspiel sofort ins Feld und bietet sich ebenfalls an usw.
- ▶ Die Torschützen holen ihre Bälle und stellen sich an freien Hütchen wieder an.

### VARIATIONEN

- ▶ Die Bälle aus der Hand hoch zuwerfen bzw. mit dem Fuß hoch zuspielen.
- ▶ Von 2 Startpunkten hoch zuwerfen, von den anderen beiden flach zuspielen.
- ▶ Einen Wettkampf durchführen: In welchem Feld haben die Spieler zuerst 10 Treffer erzielt?

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Zuspiele spätestens mit dem zweiten Kontakt flach am Boden kontrollieren.
- ▶ Den Ball stets mit dem ersten Kontakt in die Bewegung, möglichst schon in Tor-Richtung, mitnehmen.
- ▶ Stehen zu wenig Spieler zur Verfügung, mit Hütchen-Dreiecken statt quadratischen Feldern üben.
- ▶ Die Spieler müssen aus dem Feld abschließen, um eine ausreichende Schussdistanz zu haben.