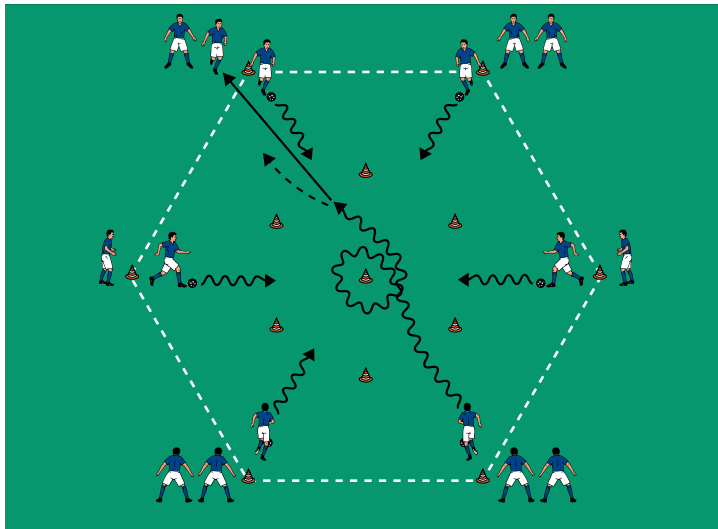


E-JUNIOREN



AUFWÄRMEN 1:

FINTEN IM FELD OHNE GEGNER

von Jörg Daniel (21.03.2017)

ORGANISATION

- ▶ 6 Starthütchen in Sternform errichten
- ▶ 6 weitere Hütchen frei im Feld verteilen
- ▶ Die Spieler gleichmäßig an den Starthütchen verteilen
- ▶ Der jeweils erste Spieler hat 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Die jeweils ersten Spieler dribbeln gleichzeitig ins Feld, umdribbeln ein Hütchen und passen zum nächsten Spieler an einem anderen Hütchen.
- ▶ Jeder Spieler läuft seinem Abspiel nach.
- ▶ Der Passempfänger nimmt direkt ins Dribbling zu einem anderen Hütchen ins Feld an und mit.

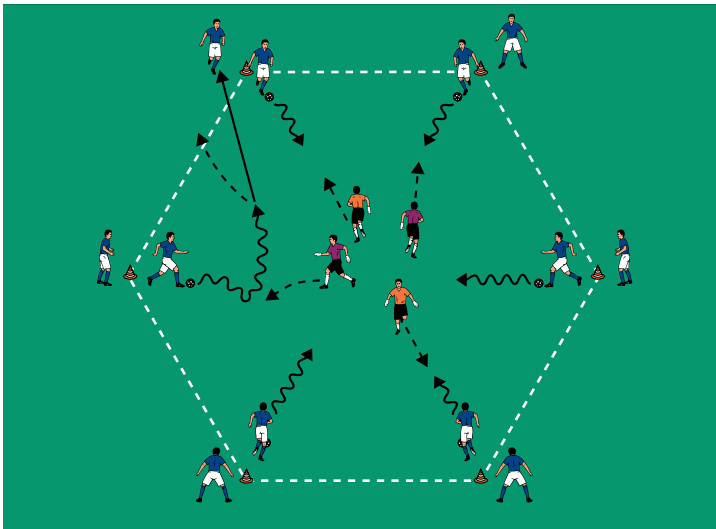
VARIATIONEN

- ▶ An den Hütchen im Feld vorgegebene Finten ausführen (Körpertäuschung, einfache/doppelte Übersteiger, Schussfinte usw.).
- ▶ Den Ball vor einem Hütchen kurz stoppen und mit einer Temposteigerung in eine andere Richtung wegdribbeln.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Nicht immer das am nächsten gelegene Hütchen im Feld andribbeln, sondern mit Tempo auf ein weiter entferntes zudribbeln.
- ▶ Pässe zu den Spielern an den Starthütchen über eine möglichst große Distanz zuspelen.
- ▶ Vor jedem Abspiel Blickkontakt zu den Spielern an den Hütchen herstellen.
- ▶ Stets im Feld orientieren, um Zusammenstöße zu vermeiden und zu garantieren, dass jeder Passempfänger am Starthütchen nicht mehrere Zuspiele gleichzeitig erhält.
- ▶ Die Spieler dürfen nicht zu dem Starthütchen zurückspielen, von dem sie ins Feld gestartet sind.

E-JUNIOREN



AUFWÄRMEN 2:

FINTEN IM FELD MIT GEGNER

von Jörg Daniel (21.03.2017)

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau aus Aufwärmern 1 beibehalten
- ▶ Die Hütchen im Feld entfernen
- ▶ 4 Torhüter bestimmen und im Feld postieren

ABLAUF

- ▶ Die ersten Spieler an den Starthütchen dribbeln gleichzeitig ins Feld, versuchen, die Torhüter zu umspielen und zum nächsten Spieler an einem anderen Hütchen zu passen.
- ▶ Die Torhüter dürfen die Bälle der Dribbler mit Händen und Füßen abwehren (= 1 Punkt).
- ▶ Jeder Spieler läuft seinem Abspiel zum Hütchen nach.
- ▶ Der Passempfänger nimmt direkt ins Dribbling ins Feld an und mit und versucht ebenfalls, die Torhüter zu umspielen usw.
- ▶ Welcher Torhüter sammelt in 2 Minuten die meisten Punkte?

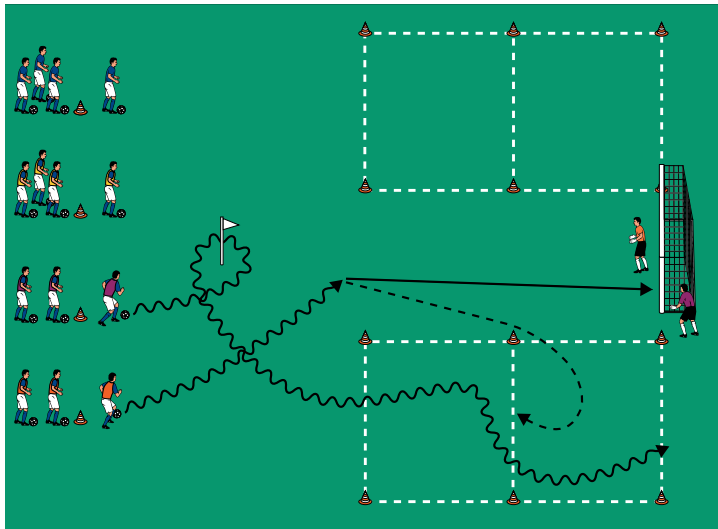
VARIATIONEN

- ▶ Die Torhüter müssen die Bälle der dribbelnden Spieler mit den Händen festhalten.
- ▶ Die Torhüter agieren als 'Kraken' auf Händen und Füßen (rückwärtiger Vierfüßlerstand).
- ▶ 4 Verteidiger benennen, die die Bälle der Dribbler lediglich mit den Füßen abwehren dürfen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Torhüter/Verteidiger regelmäßig wechseln.
- ▶ Die Anzahl der Torhüter/Verteidiger im Feld dem Leistungsstand der Spieler anpassen.
- ▶ Die Ballbesitzer zum mutigen Dribbling auffordern.
- ▶ Die Spieler dürfen nicht zu dem Hütchen zurückspielen, von dem sie ins Feld gestartet sind.

E-JUNIoren



HAUPTTEIL 1:

KREATIVE EINZELAKTIONEN IM 1 GEGEN 1

von Jörg Daniel (21.03.2017)

ORGANISATION

- ▶ Vor einem Tor mit Torhüter 4 Starthütchen in einem Abstand von 5 Metern nebeneinander errichten
- ▶ Mittig vor dem Tor 1 Slalomstange aufstellen
- ▶ Auf jeder Seite neben dem Tor ein 10 x 5 Meter großes Spielfeld markieren
- ▶ Die Spieler mit Bällen gleichmäßig an den Starthütchen verteilen

ABLAUF

- ▶ Die ersten Spieler von 2 Starthütchen nebeneinander starten gleichzeitig ins Dribbling.
- ▶ Der Spieler vom äußeren Starthütchen schießt aus dem Dribbling auf das Tor und läuft als Verteidiger in das näher gelegene Feld.
- ▶ Der Spieler vom inneren Starthütchen umdribbelt die Slalomstange und dribbelt als Angreifer ins Feld.
- ▶ 1 gegen 1 über die Grundlinien.
- ▶ Jedes 1 gegen 1 dauert so lange bis ein Tor erzielt oder der Ball aus dem Feld gespielt wurde.
- ▶ Die ersten Spieler von den Starthütchen auf der jeweils anderen Seite starten, sobald der Angreifer der anderen Gruppe die Slalomstange umdribbelt hat.

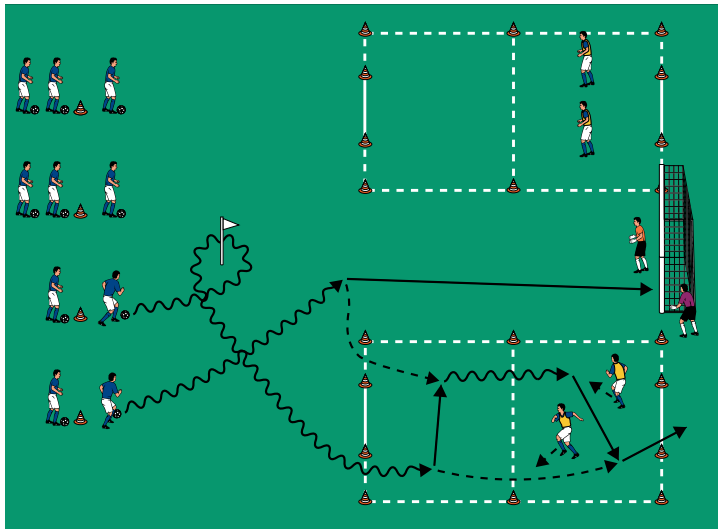
VARIATIONEN

- ▶ Den Dribbel-/Schussfuß vorgeben.
- ▶ An den Markierungshütchen des Feldes weitere Bälle bereitlegen: Nach einem Dribbling über die Linie oder einem Ausball darf der Verteidiger einen weiteren Ball ins Spiel bringen.
- ▶ Auf Hütchen- oder Minitore spielen lassen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Einen Wettkampf durchführen: Jeder Treffer bzw. jedes Dribbling über die Grundlinie ergibt 1 Punkt. Welcher Spieler gewinnt die meisten Punkte?
- ▶ Eine Punktwertung garantiert konzentrierte Torabschlüsse und zielstrebige Dribblings im 1 gegen 1.
- ▶ Die Spieler so an den Starthütchen verteilen, dass jeweils ungefähr gleich starke Spieler gegeneinander antreten.

E-JUNIoren



HAUPTTEIL 2:

KREATIVE EINZELAKTIONEN IM 2 GEGEN 2

von Jörg Daniel (21.03.2017)

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau aus Hauptteil 1 beibehalten
- ▶ Auf den Grundlinien jeweils ein 2 Meter breites Hütchentor markieren
- ▶ In jedem Feld 2 Verteidiger postieren

ABLAUF

- ▶ Den Grundablauf beibehalten.
- ▶ Jetzt spielen die beiden von den Hütchen startenden Spieler nach dem Torschuss bzw. dem Dribbling um die Slalomstange zusammen.
- ▶ 2 gegen 2 gegen die Verteidiger bis der Ball aus dem Feld gespielt oder ein Treffer erzielt wurde.
- ▶ Die Angreifer bleiben nach jedem 2 gegen 2 im Feld und werden Verteidiger.

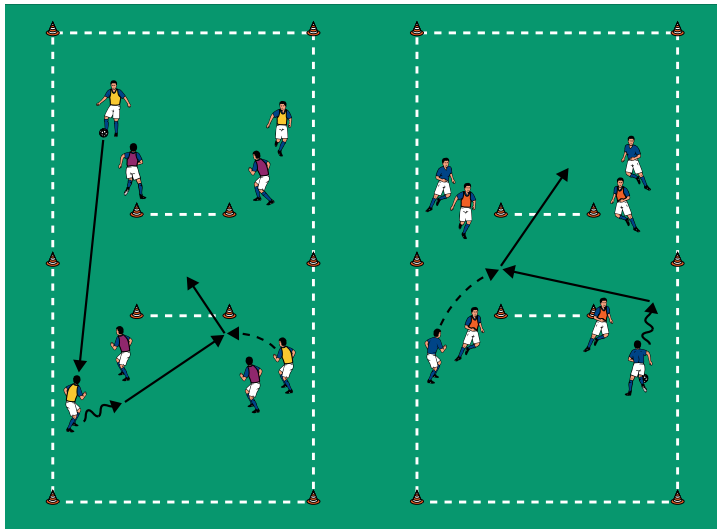
VARIATIONEN

- ▶ Den Dribbel-/Schussfuß vorgeben.
- ▶ An den Markierungshütchen des Feldes weitere Bälle bereitlegen: Nach einem Dribbling über die Linie oder einem Ausball dürfen die Verteidiger einen weiteren Ball ins Spiel bringen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Falls vorhanden Minitore anstelle der Hütchentore verwenden.
- ▶ Einen Wettkampf durchführen: Jeder Treffer bzw. jedes Dribbling über die Grundlinie ergibt 1 Punkt. Welches Spielerpaar gewinnt die meisten Punkte?
- ▶ Die Felder gegebenenfalls vergrößern, um das Spiel für die Angreifer zu erleichtern.
- ▶ Die Spieler so an den Starthütchen verteilen, dass jeweils ungefähr gleich starke Paare gegeneinander antreten.

E-JUNIoren



SCHLUSSTEIL:

4-GEGEN-4-TURNIER

von Jörg Daniel (21.03.2017)

ORGANISATION

- ▶ Zwei 30 x 15 Meter große Spielfelder nebeneinander markieren
- ▶ Mittig in jedem Spielfeld zwei 2 Meter breite Hütchentore in einem Abstand von 5 Metern gegenüber aufstellen
- ▶ 4 Mannschaften einteilen und auf die Felder verteilen

ABLAUF

- ▶ 4 gegen 4 in beiden Feldern.
- ▶ Jedes Team greift auf ein Hütchentor an und verteidigt das jeweils andere.
- ▶ Treffer dürfen von beiden Seiten der Hütchentore erzielt werden.
- ▶ Spielzeit: jeweils 4 Minuten.
- ▶ Ein Turnier nach dem Modus 'jeder gegen jeden' durchführen.
- ▶ Welche Mannschaft sammelt im gesamten Turnier die meisten Punkte?

VARIATIONEN

- ▶ Die Hütchentore vergrößern oder verkleinern.
- ▶ Die Hütchentore müssen durchdribbelt werden.
- ▶ Mit mindestens 3 Kontakten spielen.
- ▶ Die Hütchentore auf den Grundlinien errichten und 'normal' spielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler zu kreativen Einzelaktionen ermutigen! Je nach Spielsituation jedoch auch die gegebenenfalls sinnvolle Alternative eines Abspiels aufzeigen.
- ▶ Zusatzpunkte für besonders gelungene Einzelaktionen an die jeweilige Mannschaft vergeben.