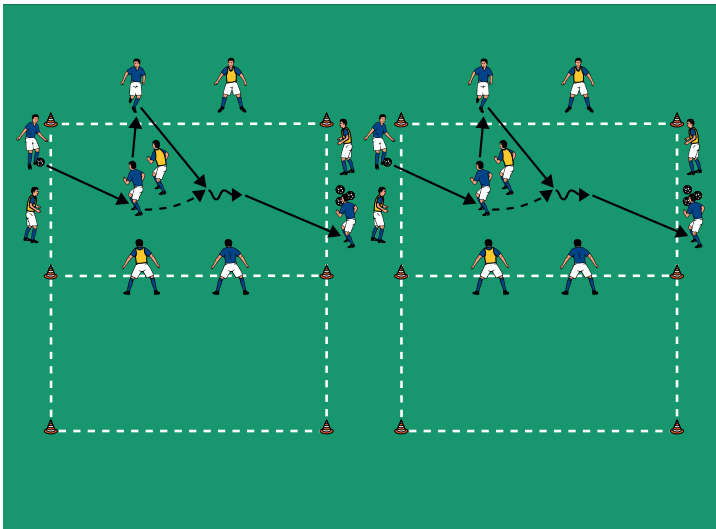


A-JUNIoren



AUFWÄRMEN 1:

1 GEGEN 1 MIT ANSPIELERN

von Sven Hübscher (18.04.2017)

ORGANISATION

- ▶ 2 Felder nebeneinander markieren
- ▶ Jeweils nur eine Spielfeldhälfte nutzen
- ▶ 2 Teams bilden
- ▶ Die Spieler jeweils den Feldern zuweisen
- ▶ Jeweils 1 Spieler pro Team in den Feldern aufstellen
- ▶ Alle übrigen Spieler agieren als Anspieler an den Seitenlinien

ABLAUF

- ▶ 1 gegen 1 im Feld.
- ▶ Die Ballbesitzer versuchen, jeweils im Zusammenspiel mit den eigenen Anspielern von einer Seite zur anderen zu kombinieren (= 1 Punkt).
- ▶ Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, erfolgt sofort ein Aufgabenwechsel.
- ▶ Die Spieler im Feld nach jeweils 30 Sekunden wechseln.
- ▶ Welches Team gewinnt insgesamt die meisten Punkte?

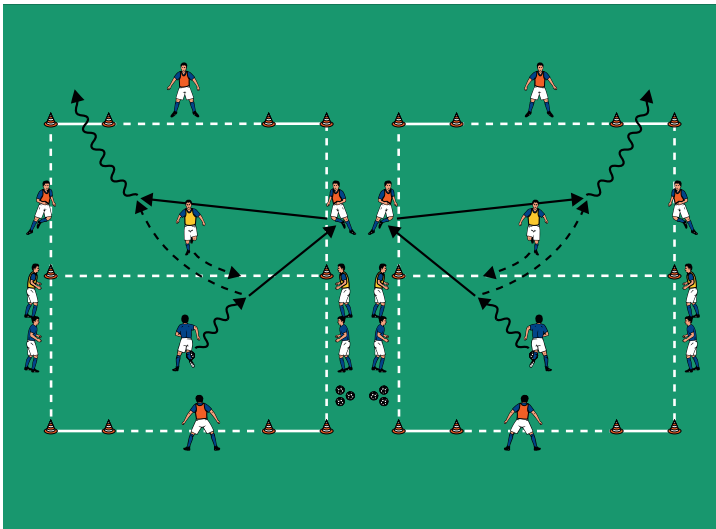
VARIATIONEN

- ▶ Die Außenspieler dürfen mit maximal 3 Kontakten spielen.
- ▶ Die Außenspieler müssen mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen, passen).
- ▶ Die Außenspieler müssen im Direktspiel agieren.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Anspieler dürfen sich untereinander nicht attackieren.
- ▶ Der Wechsel der Spieler im Feld soll nach maximal 30 Sekunden fliegend erfolgen.
- ▶ Ausreichend Ersatzbälle bereithalten.

A-JUNIoren



AUFWÄRMEN 1:

1 GEGEN 1 MIT DRIBBELTOREN

von Sven Hübscher (18.04.2017)

ORGANISATION

- ▶ Die Felder beibehalten
- ▶ Auf den Grundlinien je 2 Dribbellinien errichten
- ▶ Pro Feld 4 neutrale Anspieler sowie Angreifer und Verteidiger bestimmen
- ▶ Je 1 Angreifer und 1 Verteidiger im Feld postieren
- ▶ Die Anspieler stellen sich an den Linien der Felder auf

ABLAUF

- ▶ 1 gegen 1 im Feld.
- ▶ Die Ballbesitzer versuchen, im Zusammenspiel mit den neutralen Anspielern über die gegenüberliegenden Dribbellinien zu dribbeln (= 1 Punkt).
- ▶ Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, erfolgt sofort ein Aufgabenwechsel.
- ▶ Die Spieler im Feld nach jeweils 30 Sekunden wechseln.

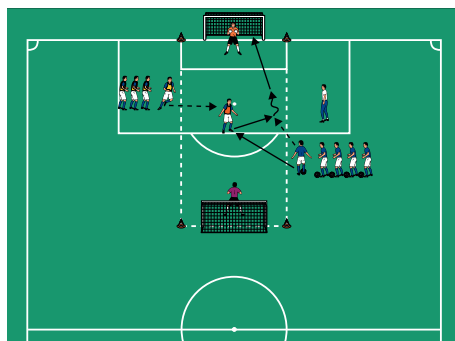
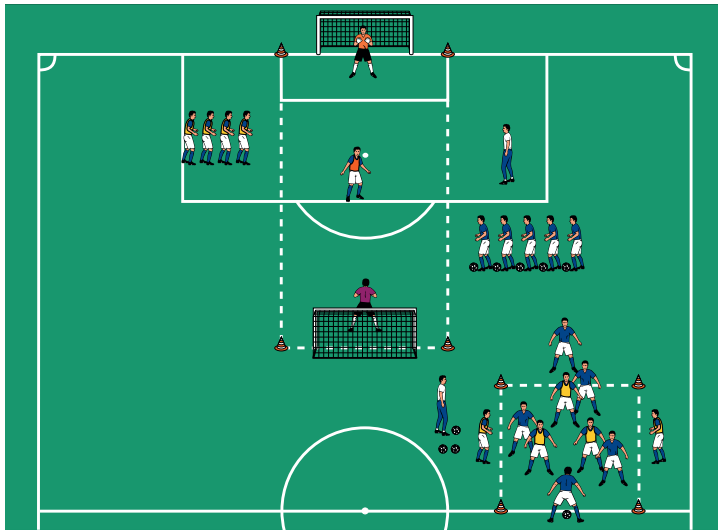
VARIATIONEN

- ▶ Die Außenspieler dürfen mit maximal 3 Kontakten spielen.
- ▶ Die Außenspieler müssen mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen, passen).
- ▶ Die Außenspieler müssen im Direktspiel agieren.
- ▶ Mit nur je einer Dribbellinie in der Mitte der Grundlinie spielen.
- ▶ Die Anspieler an den Eckhütchen der Felder aufstellen.

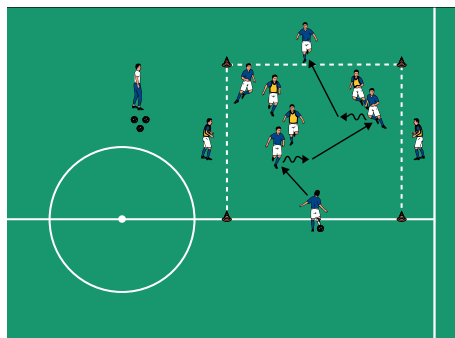
TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Jetzt müssen die Ballbesitzer im Spiel selbst über eine Ziellinie dribbeln, um einen Punkt zu erzielen.
- ▶ Die Außenspieler agieren neutral.
- ▶ Bei Ballgewinn sofort umschalten und zielstrebig kontern.
- ▶ Die Spielerpaare im Feld nach maximal 30 Sekunden fliegend wechseln.
- ▶ Ausreichend Ersatzbälle bereithalten.

A-JUNIoren



Übung 1



Übung 2

HAUPTTEIL 1:

1 GEGEN 1 MIT TORABSCHLUSS

von Michael Feichtenbeiner (07.02.2017)

ORGANISATION

- ▶ Feld 1: Auf Torraumbreite ein Feld mit Toren mit Torhütern markieren
- ▶ Feld 2: Ein quadratisches Feld markieren
- ▶ 2 Gruppen bilden und jeweils den Feldern zuweisen

ABLAUF FELD 1

- ▶ 1 neutralen Anspieler benennen und in der Feldmitte aufstellen
- ▶ Angreifer und Verteidiger bestimmen
- ▶ Die Angreifer haben Bälle
- ▶ Der erste Angreifer spielt zum neutralen Anspieler, läuft ins Feld und startet so die Aktion.
- ▶ Der Anspieler lässt das Zuspiel in Richtung eines beliebigen Tores prallen.
- ▶ Gleichzeitig läuft der erste Verteidiger ins Feld und versucht, den Torabschluss des Angreifers zu verhindern.
- ▶ Nach einer Weile die Positionen und Aufgaben tauschen.

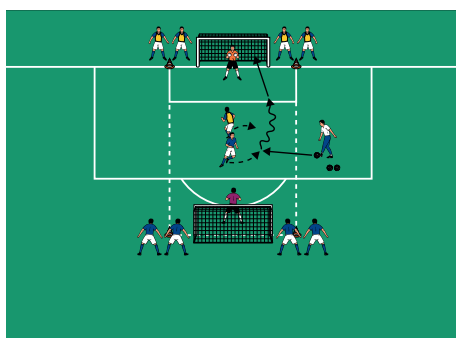
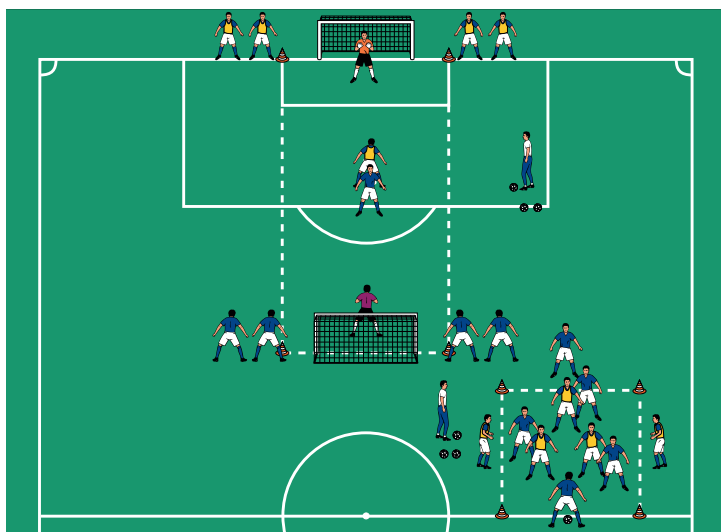
ABLAUF FELD 2

- ▶ 2 Teams zu je 5 Spielern bilden
- ▶ Jede Mannschaft stellt 2 Zielspieler, die sich jeweils an 2 gegenüberliegenden Seiten des Feldes aufstellen
- ▶ 3 gegen 3 im Feld mit dem Ziel, jeweils von einem Anspieler zum anderen zu passen (= 1 Punkt für die Teamwertung).
- ▶ Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so versuchen sie, zum eigenen Anspieler auf einer Seite zu passen und so ihrerseits den Ablauf zu starten.

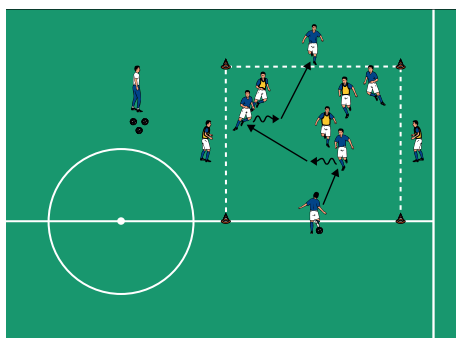
TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der Anspieler entscheidet, auf welches Tor der Angreifer abschließen muss.
- ▶ Alternativ im Wechsel auf die beiden Tore abschließen lassen.
- ▶ Saubere Zuspiele zum Torabschluss einfordern.
- ▶ Als Trainer gegebenenfalls Abschlüsse per Direktschuss verbieten.
- ▶ Den Anspieler in Feld 1 regelmäßig wechseln.
- ▶ In Feld 2 wird die Spielrichtung nach jedem Ballgewinn um 90 Grad gedreht.
- ▶ Ausreichend Ersatzbälle bereithalten.

A-JUNIoren



Übung 1



Übung 2

HAUPTTEIL 2:

1-GEGEN-1-TEAMWETTKAMPF

von Sven Hübscher (18.04.2017)

ORGANISATION

- ▶ Grundaufbau wie zuvor
- ▶ Feld 1 etwas verkleinern
- ▶ 2 Gruppen bilden und jeweils den Feldern zuweisen

ABLAUF FELD 1

- ▶ Die Mannschaften beibehalten.
- ▶ 1 Spieler pro Team im Feld aufstellen.
- ▶ Der Trainer hat die Bälle.
- ▶ Der Trainer passt neutral ein und startet so die Aktion.
- ▶ Der Ballbesitzer versucht, im 1 gegen 1 auf das gegnerische Tor mit Torhüter abzuschließen.
- ▶ Gelingt ein Treffer, so bleibt die jeweilige Mannschaft in Ballbesitz.
- ▶ Jeder Angriff wird vom Torhüter aus gestartet.
- ▶ Auf ein Trainerkommando kommen sofort neue Spieler ins Feld usw.

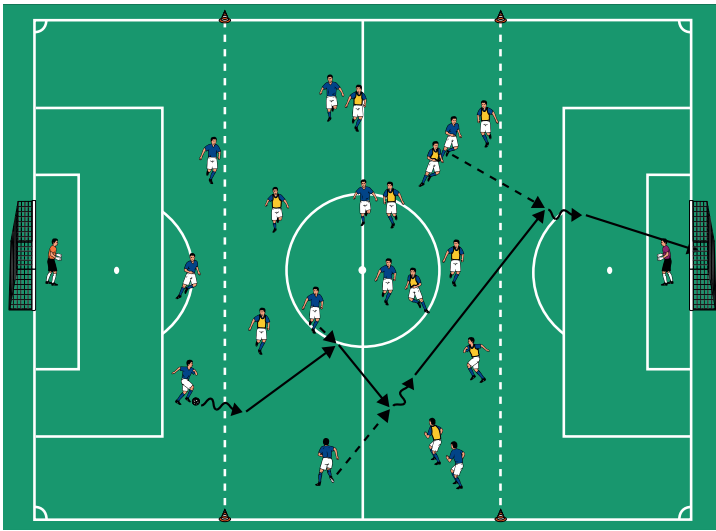
ABLAUF FELD 2

- ▶ Die Mannschaften und den Grundablauf aus Hauptteil 1 beibehalten.
- ▶ Jetzt dürfen die Außenspieler nach einem Anspiel selbst entscheiden, ob sie ins Feld dribbeln und mit dem Passgeber die Positionen und Aufgaben tauschen oder die Zuspiele weiterhin zurück ins Feld passen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ In Feld 1 stehen den Ballbesitzern nun keine Anspieler mehr zur Verfügung. Sie müssen sich im direkten 1 gegen 1 durchsetzen.
- ▶ Mit dem Kommando des Trainers müssen die 'alten' Spieler das Feld sofort räumen und dürfen den Ball nicht mehr berühren.
- ▶ Ausreichend Ersatzbälle in den Toren bereithalten.
- ▶ Zielstrebig abschließen.

A-JUNIoren



SCHLUSSTEIL:

SPIEL MIT ENDZONEN

von Sven Hübscher (18.04.2017)

ORGANISATION

- ▶ Auf einem Großspielfeld mit Toren mit Torhütern
3 Zonen markieren
- ▶ 2 Teams zu je 10 Spielern bilden

ABLAUF

- ▶ 10 gegen 10 auf die Tore mit Torhütern.
- ▶ Die Ballbesitzer müssen jeweils versuchen, in die gegnerische Endzone zu dribbeln oder zu passen.
- ▶ Gelingt dies, freies Spiel bis zum Torabschluss.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, sofort die Aufgaben wechseln.

VARIATIONEN

- ▶ Jedes Überspielen bzw- Überdribbeln der Linien ergibt 1 Zusatzpunkt.
- ▶ Die Zonen entfernen und zum Schluss frei spielen lassen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Mit 'Eishockey-Abseits' spielen: Die Zonenlinien dürfen nur überdribbelt oder auf einen nachstartenden Mitspieler überspielt werden.
- ▶ Alle übrigen Spieler dürfen die Endzone zunächst nicht betreten.
- ▶ Sobald sich der Ball in der Endzone befindet, dürfen alle Spieler nachstarten.