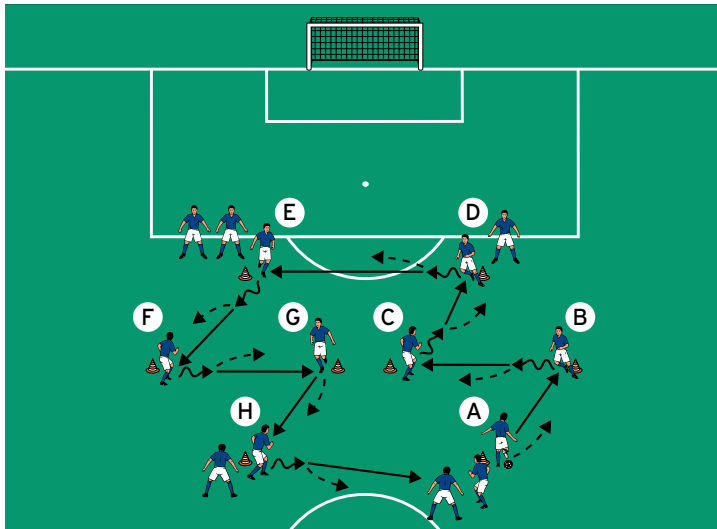


## A-JUNIOREN



### AUFWÄRMEN 1:

## PASSKOMBINATION

von Armin Friedrich (27.06.2017)

### ORGANISATION

- ▶ Vor dem Strafraum einen Parcours aufbauen
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Der erste Spieler bei A hat 1 Ball

### ABLAUF

- ▶ A passt zu B, der auf C weiterleitet.
- ▶ C spielt zu D weiter, der zu E passt usw.
- ▶ Abschließend passt H zum jeweils nächsten Spieler bei A weiter.
- ▶ Alle Passgeber laufen ihren Abspielen zur jeweils nächsten Position nach.

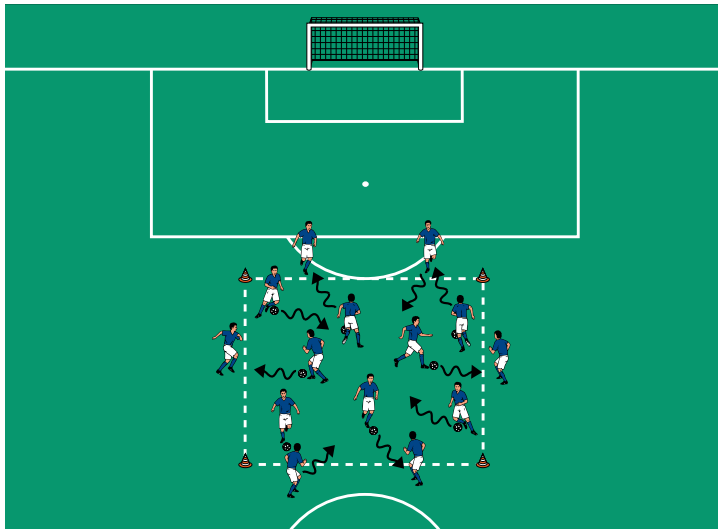
### VARIATIONEN

- ▶ Mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen, passen).
- ▶ Im Direktspiel agieren.
- ▶ An jeder Station einen doppelten Doppelpass spielen.
- ▶ Die jeweils ersten Spieler bei A und E haben je 1 Ball: Mit 2 Bällen gleichzeitig spielen.
- ▶ Die jeweils ersten Spieler bei A, C, E und G haben je 1 Ball: Mit 4 Bällen gleichzeitig spielen.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf eine offene Stellung in Spielrichtung bei der Ballannahme achten.
- ▶ Die Zuspiele stets in die Bewegung an- und mitnehmen.
- ▶ Auf präzise Zuspiele in den Fuß des Mitspielers achten.

## A-JUNIoren



### AUFWÄRMEN 2:

## DRIBBELN UND PASSEN

von Armin Friedrich (27.06.2017)

### ORGANISATION

- ▶ 1 Feld markieren
- ▶ Auf den beiden Grundlinien je 2 und auf den Seitenlinien je 1 Anspieler aufstellen
- ▶ Alle übrigen Spieler mit Bällen im Feld postieren

### ABLAUF

- ▶ Die Ballbesitzer dribbeln durch das Feld und suchen sich einen freien Passempfänger auf den Außenpositionen.
- ▶ Diese passen jeweils zu einem anderen freien Spieler im Feld zurück.

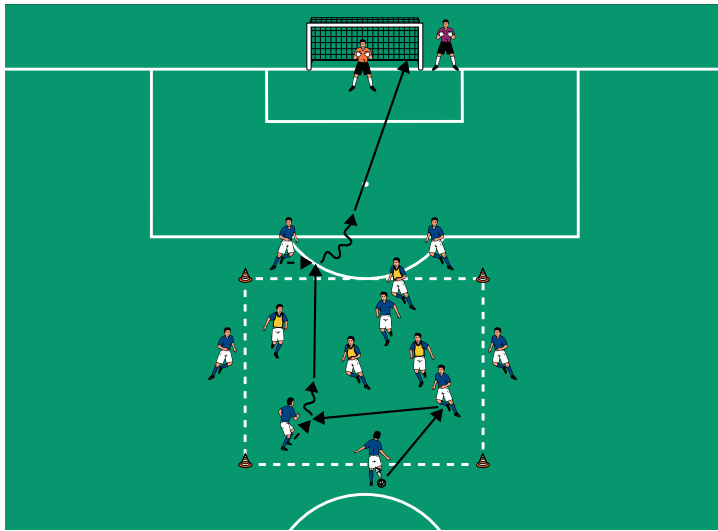
### VARIATIONEN

- ▶ Die Ballbesitzer spielen jeweils Doppelpässe mit den Anspielern.
- ▶ Die Anspieler nehmen ins Feld an und mit und tauschen mit den Passgebern sofort die Positionen und Aufgaben.
- ▶ Die Ballbesitzer dribbeln jeweils zu einem Außenspieler, übergeben den Ball und wechseln sofort mit diesem die Positionen und Aufgaben.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf eine enge Ballführung achten.
- ▶ Vor dem Zuspiel auf einen Blickkontakt zwischen Passgeber und Passempfänger achten.
- ▶ Möglichst schnell auf einen freien Anspieler nach außen passen.

## A-JUNIoren



### HAUPTTEIL 1:

## SPIEL AUF ENGEM RAUM

von Armin Friedrich (27.06.2017)

### ORGANISATION

- ▶ Das Feld beibehalten
- ▶ Auf der Grundlinie des Spielfeldes 1 Tor mit Torhüter markieren
- ▶ Angreifer, Anspieler, Zielspieler und Verteidiger bestimmen
- ▶ Die Spieler besetzen vorgegebene Positionen

### ABLAUF

- ▶ Der Anspieler passt zu einem Angreifer ins Feld und startet so die Aktion.
- ▶ Die Ballbesitzer versuchen, im Zusammenspiel mit den seitlichen Anspielern zu einem der Zielspieler zu kombinieren.
- ▶ Gelingt dies, so nimmt dieser in Richtung Tor an und mit und schießt ab.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, so versuchen sie, zurück zum Startspieler zu passen.
- ▶ Die Positionen und Aufgaben nach einigen Durchgängen wechseln.

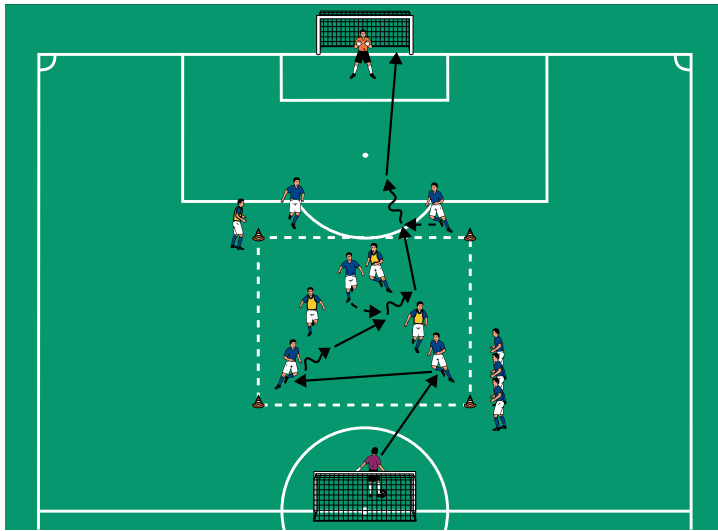
### VARIATIONEN

- ▶ Der Anspieler darf zum 4 gegen 4 ins Feld nachrücken.
- ▶ Die Ballbesitzer dürfen mit maximal 3 Kontakten agieren.
- ▶ Die seitlichen Anspieler dürfen nur im Direktspiel agieren.
- ▶ Der Zielspieler, der das Zuspiel erhält, legt dem jeweils anderen zum Torabschluss auf.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Feldgröße dem Leistungsstand der Spieler anpassen.
- ▶ Auf ein schnelles Kombinationsspiel im Feld achten.
- ▶ Die Angreifer sollen die Lücke zum Steilpass erkennen und diese zielstrebig nutzen.
- ▶ Darauf achten, dass sich die Zielspieler jeweils seitlich aus dem Deckungsschatten der Verteidiger lösen, um stets anspielbereit zu sein.
- ▶ Zielstrebig abschließen!

## A-JUNIoren



### HAUPTTEIL 2:

## KOMBINATION IN DIE SPITZE

von Armin Friedrich (27.06.2017)

### ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau weiter verwenden
- ▶ Ein zweites Großtor auf der Mittellinie aufstellen
- ▶ Die Tore mit Torhütern besetzen
- ▶ Angreifer, Zielspieler und Verteidiger bestimmen

### ABLAUF

- ▶ Der Torhüter der Angreifer startet die Aktion mit einem Zuspiel auf einen Mitspieler im Feld.
- ▶ Die Angreifer versuchen, im 3 gegen 3 zu einem der Zielspieler an der Strafraumgrenze zu passen.
- ▶ Gelingt dies, so versuchen die Zielspieler, auf das gegenüberliegende Tor mit Torhüter abzuschließen.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, so kontern sie sofort auf das Tor auf der Mittellinie.
- ▶ Die Spieler nach jedem Angriff durchwechseln.

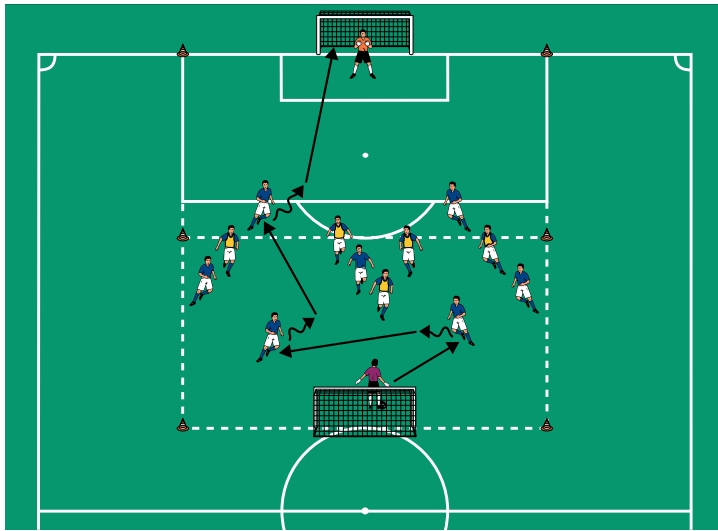
### VARIATIONEN

- ▶ Die Zielspieler müssen spätestens mit dem dritten Kontakt abgeschlossen haben.
- ▶ 4 gegen 3 im Feld spielen.
- ▶ 4 gegen 4 im Feld spielen.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Darauf achten, dass die Angreifer im Feld konsequent Passdreiecke bilden, um dem Ballbesitzer stets zwei Anspielmöglichkeiten zu schaffen.
- ▶ Möglichst schnell auf die Zielspieler passen.
- ▶ Die Zielspieler sollen sich jeweils seitlich aus dem Deckungsschatten der Verteidiger lösen, um stets anspielbereit zu sein.
- ▶ Zielstrebig abschließen!

## A-JUNIoren



### SCHLUSSTEIL:

## SPIEL AN DIE STRAF- RAUMGRENZE

von Armin Friedrich (27.06.2017)

### ORGANISATION

- ▶ Ein 45 x 40 Meter großes Feld mit Toren mit Torhütern markieren
- ▶ Die Mittellinie markieren
- ▶ 7 Angreifer und 5 Verteidiger bestimmen
- ▶ Die Angreifer stellen 2 Zielspieler, die sich direkt hinter der Mittellinie aufstellen

### ABLAUF

- ▶ Jeder Angriff wird vom Torhüter der Angreifer aus gestartet.
- ▶ Die Angreifer versuchen, im 5 gegen 5 auf einen der Zielspieler zu passen.
- ▶ Gelingt dies, so versuchen die Zielspieler, auf das Tor mit Torhüter abzuschließen.
- ▶ Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so kontern sie sofort auf das gegenüberliegende Tor mit Torhüter.

### VARIATIONEN

- ▶ Mit maximal 3 Kontakten spielen.
- ▶ Die Angreifer müssen innerhalb von 10 Sekunden auf einen der Zielspieler gepasst haben.
- ▶ Die Zielspieler müssen spätestens mit dem dritten Kontakt abgeschlossen haben.
- ▶ Nach einem Zuspiel auf einen Zielspieler dürfen die Verteidiger vor das Tor nachrücken.
- ▶ Mit dem Zuspiel auf einen der Zielspieler freies Spiel bis zum Torabschluss.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Ballbesitzer sollen die Breite und Tiefe des Feldes vollständig nutzen.
- ▶ Möglichst schnell auf die Zielspieler passen.
- ▶ Die Zielspieler sollen sich jeweils seitlich aus dem Deckungsschatten der Verteidiger lösen, um stets anspielbereit zu sein.
- ▶ Zielstrebig abschließen!