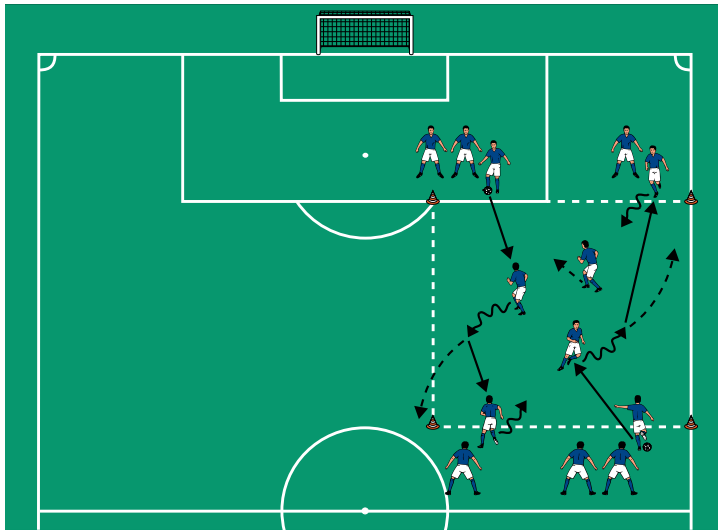


A-JUNIOREN



AUFWÄRMEN 1:

PASSEN UND MITNEHMEN IN VERSCHIEDENE RICHTUNGEN

ORGANISATION

- ▶ Ein 25 x 25 Meter großes Feld markieren
- ▶ 3 Spieler in der Mitte des Feldes aufstellen
- ▶ Alle übrigen Spieler auf 4 Positionen an den Seitenlinien verteilen
- ▶ 2 Außenspieler haben 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Die Ballbesitzer passen jeweils zu einem der Spieler im Zentrum.
- ▶ Die Passempfänger nehmen in die Bewegung mit.
- ▶ Anschließend passen sie zu einem anderen Außenspieler, der ins Feld dribbelt usw.
- ▶ Die Passgeber tauschen mit den Passempfängern die Positionen und Aufgaben.

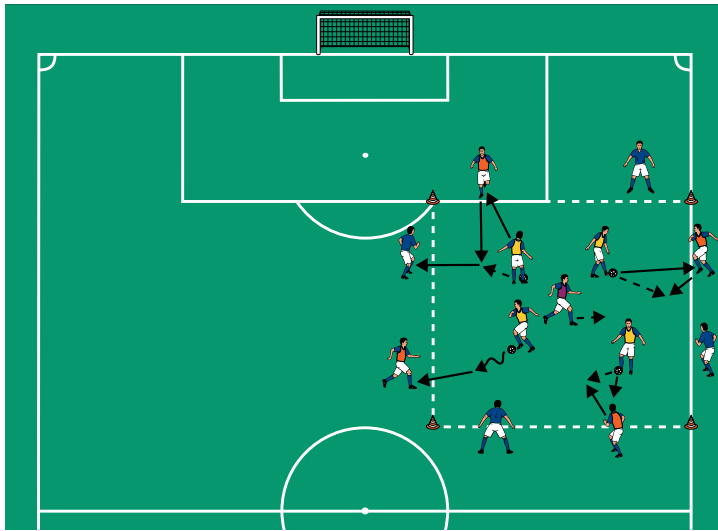
VARIATIONEN

- ▶ Die Zuspieler an allen vier Seiten des Feldes postieren.
- ▶ Die Zuspiele zunächst prallen lassen und dann erneut zuspielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die zentralen Spieler müssen immer einen der beiden Außenspieler auf der jeweils anderen Seite suchen.
- ▶ Darauf achten, dass die Passempfänger jeweils mit dem ersten Kontakt eng am Fuß in die Drehung an- und mitnehmen.
- ▶ Auf einen Blickkontakt vor dem Abspiel achten.

A-JUNIOREN



AUFWÄRMEN 2:

PASSEN UND MITNEHMEN IM KURZPASSSPIEL

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ 1 neutralen Spieler bestimmen und ohne Ball im Feld aufstellen
- ▶ 3 Gruppen zu je 4 Spielern bilden
- ▶ 2 Gruppen als Wandspieler an allen Linien des Feldes postieren
- ▶ Die Spieler einer Gruppe mit Bällen im Feld aufstellen

ABLAUF

- ▶ Die Ballbesitzer spielen Doppelpässe mit den Wandspielern oder dem neutralen Spieler im Zentrum.
- ▶ Dabei dürfen sie nie zweimal nacheinander zum gleichen Spieler passen.
- ▶ Nach jeweils 2 Minuten die Gruppen wechseln.

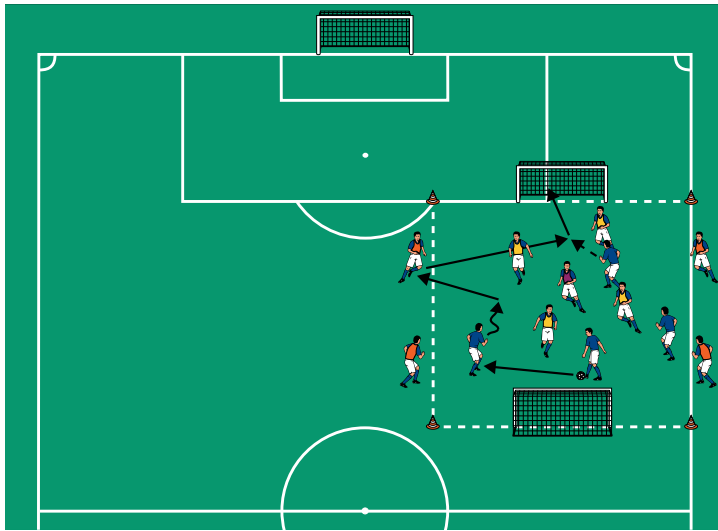
VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler im Zentrum dürfen nur mit höchstens 3 Kontakten agieren.
- ▶ Die Passgeber im Zentrum müssen nach einem Doppelpass mit einem Wandspieler jeweils zu einem Wandspieler einer anderen Gruppe passen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Darauf achten, dass sich die Wandspieler stets seitlich anbieten und jederzeit anspielbereit sind.
- ▶ Als Spieler im Zentrum immer wieder zu einem freien Wandspieler orientieren.
- ▶ Den neutralen Spieler im Zentrum regelmäßig wechseln.

A-JUNIoren



HAUPTTEIL 1:

TORE NACH ZUSPIEL ZU SEITLICHEN WANDSPIELERN

ORGANISATION

- ▶ Das Feld, den Neutralen und die Mannschaften weiter verwenden
- ▶ Auf den Grundlinien je 1 Jugendtor aufstellen
- ▶ 2 Teams und den neutralen Spieler im Feld postieren
- ▶ Die dritte Gruppe als neutrale Wandspieler an den Seitenlinien aufstellen

ABLAUF

- ▶ 4 gegen 4 auf die Jugendtore.
- ▶ Die Ballbesitzer dürfen die neutralen Spieler jederzeit einbeziehen.
- ▶ Gültige Treffer sind nur per Direktschuss und nach einem Zuspiel zu mindestens einem der Wandspieler möglich.
- ▶ Der neutrale Spieler im Feld sowie die Wandspieler dürfen nur im Direktspiel agieren.
- ▶ Spielzeit: jeweils 3 Minuten.
- ▶ Anschließend die Gruppen durchwechseln.

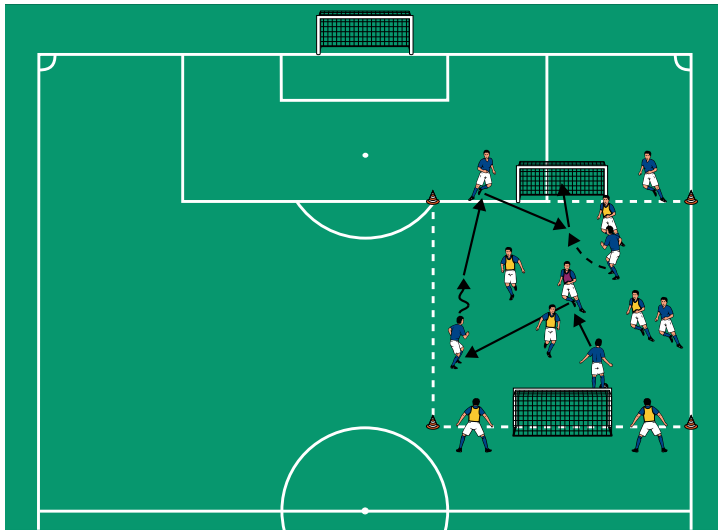
VARIATIONEN

- ▶ Gültige Treffer können erst nach mindestens 6 Pässen in den eigenen Reihen erzielt werden.
- ▶ Gültige Treffer können nur unmittelbar nach einer Vorlage durch einen Wandspieler erzielt werden.
- ▶ Vor jedem Treffer muss mindestens ein Wandspieler auf jeder Seite des Feldes angespielt worden sein.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf ein schnelles, präzises Kurzpassspiel achten.
- ▶ Die Feldgröße dem Leistungsstand der Spieler anpassen.
- ▶ Den neutralen Spieler im Zentrum regelmäßig wechseln.

A-JUNIoren



HAUPTTEIL 2:

TORE NACH ZUSPIEL ZU WANDSPIELERN NEBEN DEN TOREN

ORGANISATION

- ▶ Das Feld weiter verwenden
- ▶ 1 Neutralen bestimmen und im Feld postieren
- ▶ 2 Mannschaften zu je 6 Spielern bilden
- ▶ Jedes Team stellt 2 Wandspieler, die sich auf der gegnerischen Grundlinie postieren

ABLAUF

- ▶ 4 gegen 4 im Feld auf die Jugendtore.
- ▶ Die Ballbesitzer dürfen den neutralen Spieler im Feld sowie die eigenen Wandspieler hinter der gegnerischen Grundlinie jederzeit einbeziehen.
- ▶ Der Neutrale sowie die Wandspieler müssen im Direktspiel agieren.
- ▶ Gültige Treffer können nur per Direktschuss nach mindestens einem Zuspiel zu einem der Wandspieler erzielt werden.

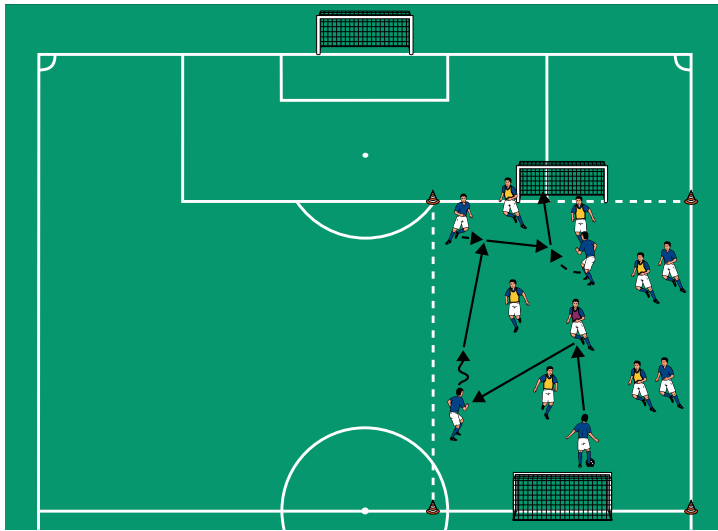
VARIATIONEN

- ▶ Gültige Treffer können nur unmittelbar nach einem Zuspiel durch einen der Wandspieler erzielt werden.
- ▶ Der Neutrale spielt mit den Verteidigern zusammen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Den Blick für den situativ richtigen Zeitpunkt für einen Steilpass entwickeln.
- ▶ Nach dem Steilpass zum Wandspieler mit höchstem Tempo nachrücken.
- ▶ Die Ballbesitzer sollen die Breite des Feldes vollständig nutzen.
- ▶ Die Wandspieler sowie den Neutralen regelmäßig wechseln.

A-JUNIOREN



SCHLUSSTEIL:

TORE NACH SCHNELLEM KOMBINATIONSSPIEL

ORGANISATION

- ▶ Die Mannschaften und den Neutralen beibehalten
- ▶ Ein 35 x 25 Meter großes Feld mit Jugendtoren markieren

ABLAUF

- ▶ 6 gegen 6 auf die Jugendtore.
- ▶ Die Ballbesitzer dürfen den neutralen Spieler jederzeit einbeziehen.
- ▶ Dieser muss jedoch im Direktspiel agieren.
- ▶ Gültige Treffer können nur per Direktschuss erzielt werden.

VARIATIONEN

- ▶ Die Ballbesitzer dürfen mit maximal 3 Kontakten agieren.
- ▶ Die Ballbesitzer müssen sich mindestens 6-mal in den eigenen Reihen zuspelen, ehe sie gültige Treffer erzielen dürfen.
- ▶ Zum Schluss frei spielen lassen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Als Ballbesitzer die Tiefe und Breite des Feldes vollständig nutzen.
- ▶ Ein schnelles Kombinationsspiel fordern.
- ▶ Auf ausreichend Regenerationspausen achten.
- ▶ Den neutralen Spieler regelmäßig wechseln.