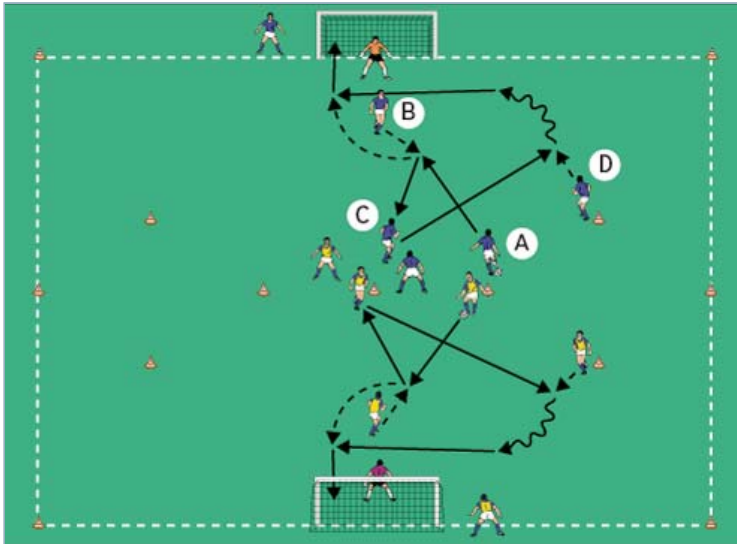


D- UND C-JUNIOREN

HAUPTTEIL 1: Angriffskombination I

von Stefan Böger (12.03.2013)



Organisation

- 2 Felder mit jeweils 1 großen Tor mit Torhüter markieren
- Positionshütchen aufstellen
- 2 Gruppen bilden und den Feldern zuweisen
- Die Spieler besetzen jeweils vorgegebene Positionen

Ablauf

- A passt zu B vor das Tor.
- B lässt auf C prallen, der das Zuspiel direkt in den Lauf von D weiterleitet.
- Nach einem kurzen Dribbling passt D flach und scharf auf den vor das Tor startenden B, der möglichst direkt abschließt.

Variationen

- D baut eine Finte ins Dribbling ein.
- C muss das Zuspiel von B zunächst an- und mitnehmen, ehe er auf D weiterleiten darf.

Tipps und Korrekturen

- In der vorgestellten Übung wird eine mögliche Angriffskombination durchgespielt.
- B sollte sich nach seinem Abspiel auf C schnellstmöglich wieder so in Position bringen, dass er in das Zuspiel von D hineinstarten kann.
- Zielstrebige Torabschlüsse fordern.
- Nach einer Weile die Positionen wechseln.

Wie sollte das Coaching des Trainers vor und nach dem Spiel bzw. innerhalb des Trainings aussehen? Was macht eine gute Motivationsrede aus? Wie funktioniert Mentaltraining? Diese und weitere Fragen werden Ihnen im März-Themenschwerpunkt 'Coaching' auf Training & Wissen online erläutert. Außerdem finden Sie Tipps zur Selbstreflexion sowie ein Interview mit Uwe Jahn, dem Verbandssportlehrer des Hamburger Fußballverbandes. Wie immer können Sie uns auch Fragen, Tipps und Vorschläge schicken. Wie sieht Ihr Coaching aus? Schreiben Sie an training-wissen@dfb.de.