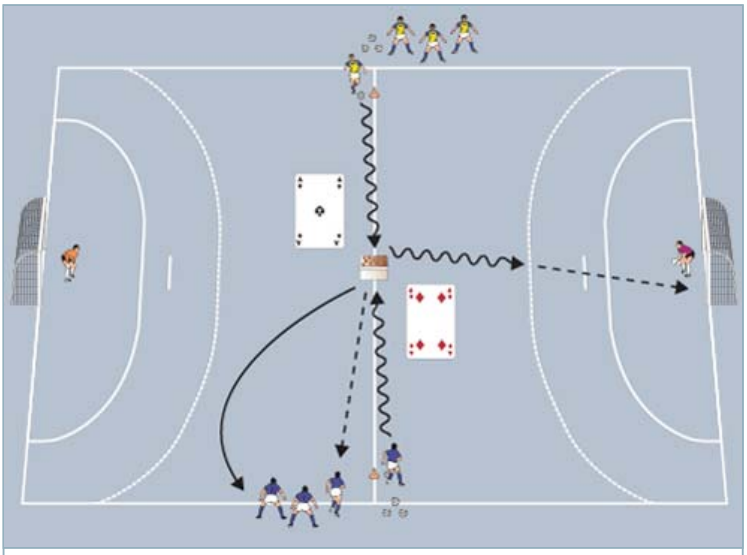
F- UND E-JUNIOREN
HAUPTTEIL 2: Karten-Schießen II

von Jörg Daniel (17.01.2012)



Organisation

- Den Aufbau aus Hauptteil 1 beibehalten
- 2 Mannschaften einteilen und mit Bällen an jeweils 1 Starthütchen postieren
- Jedes Team stellt 1 Torhüter

Ablauf

- Die jeweils ersten Spieler dribbeln zum Kleinkasten und decken je 1 Spielkarte auf.
- Decken die Spieler eine schwarze Karte auf, dürfen sie sofort selbst in Richtung gegnerisches Tor dribbeln und abschließen. Decken sie eine rote Karte auf, müssen sie zum jeweils nächsten Mitspieler am Starthütchen passen, die ihrerseits zum gegnerischen Tor an- und mitnehmen und abschließen.
- Welche Mannschaft erzielt zuerst 10 Treffer?

Variationen

- Den Ball in der Hand tragen und per Volleyschuss aus der Hand abschließen.
- Die Spieler werfen sich den Ball hoch vor und schießen nach dem ersten Bodenkontakt volley.
- Die Spieler laufen ohne Ball zum Kleinkasten, decken je eine Spielkarte auf und fordern ein flaches Zuspiel bzw. einen hohen Zuwurf vom jeweils nächsten Mitspieler an ihrem Starthütchen. Sie nehmen zum gegnerischen Tor an und mit und schließen ab.

Tipps und Korrekturen

- Jeder Spieler darf immer nur eine Spielkarte aufdecken.
- Jede aufgedeckte Spielkarte wieder umgedreht auf den Kleinkasten zurücklegen.
- In ausreichendem Abstand vor den Toren gegebenenfalls eine Schussgrenze markieren, so dass die Spieler nicht aus zu naher Distanz abschließen.
- Als Trainer die Spielkarten nach einigen Torschüssen neu mischen.
- Die Torhüter regelmäßig wechseln.
- Die erzielten Treffer laut mitzählen.

Die Weihnachtstage sind vorbei, das neue Jahr hat gerade begonnen. Da geht die Arbeit für die Trainer schon wieder los. Die Rückrundenvorbereitung steht auf dem Programm. Im Themenschwerpunkt auf Training & Wissen online finden Sie alles, was Sie dafür wissen müssen. Wie immer können Sie sich auch beteiligen: Schicken Sie Tipps, Anregungen und Fragen zum Thema 'Rückrundenvorbereitung' an training-wissen@dfb.de.

© www.dfb.de • DEUTSCHER FUSSBALL-BUND 2012