



D- UND C-JUNIOREN

HAUPTTEIL 1: Ballkontroll-Rundlauf I

von Stefan Böger (13.09.2011)



Organisation

- 1 großes Tor mit Torhüter errichten
- Positionshütchen markieren
- 1 Anspieler benennen und vor dem Tor postieren
- 2 Gruppen bilden
- Die Spieler jeweils an den Hütchen verteilen

Ablauf

- Die beiden Gruppen üben im Wechsel.
- A passt zu B, der das Zuspiel kontrolliert und auf C weiterspielt.
- C nimmt in die Bewegung mit und spielt mit dem Anspieler einen Doppelpass.
- Anschließend schließt er auf das Tor mit Torhüter ab.

Variationen

- A passt direkt, B spielt mit 2 und C mit 3 Kontakten zum jeweils nächsten Spieler weiter.
- C muss vor dem Torabschluss eine Finte ausführen.
- Der Anspieler setzt den Schützen nach dem Doppelpass leicht unter Druck.

Tipps und Korrekturen

- Den Anspieler alle 2 Minuten wechseln.
- Nach einigen Durchgängen die Seiten tauschen.
- Als Passempfänger stets darauf achten, die Zuspiele in einer offenen Grundposition zu kontrollieren. So können die Spieler den Ball möglichst effektiv in die Bewegung mitnehmen.

INTEGRATION

Fußball ist die Sportart Nr.1. Dies gilt insbesondere auch für Kinder und Jugendliche mit Migrationshintergrund. Ziel muss es sein, durch Respekt und Anerkennung eine hohe Identifikation und ein positives Mannschafts- und Vereinsklima für alle zu schaffen. Hierzu bietet der DFB einfache Tipps unter www.training-wissen.dfb.de.