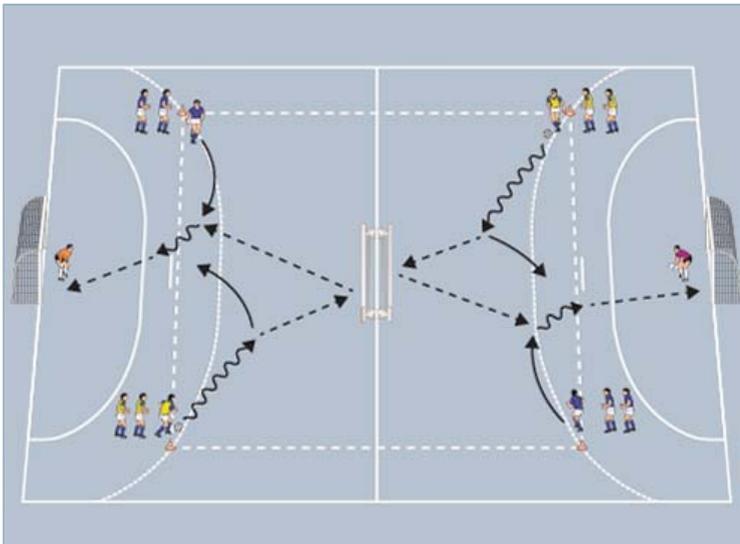




D- UND C-JUNIOREN

HAUPTTEIL 1: Erschwerter Torabschluss I

von Frank Engel (17.01.2012)



Organisation

- 2 Felder mit jeweils 1 Hallentor mit Torhüter und 1 auf die Seite gelegten Langbank errichten
- Je 2 Positionshütchen aufstellen
- 2 Gruppen bilden
- Jeweils Angreifer und Verteidiger benennen und an den Positionshütchen aufstellen

Ablauf

- Der jeweils erste Verteidiger dribbelt ins Feld und passt so gegen die Bank, dass er zum Angreifer zurückprallt.
- Dieser nimmt in die Bewegung zum 1 gegen 1 gegen den Verteidiger mit und versucht, auf das Tor abzuschließen.
- Nach der Aktion wechseln beide Spieler die Positionen und Aufgaben.

Variationen

- Die Aktionen von verschiedenen Positionen starten.
- Gelingt es dem Verteidiger, den Ball zu erobern bzw. zum Torhüter zurückzuspielen, so darf er auf die Langbank kontern.

Tipps und Korrekturen

- Als Verteidiger möglichst scharf gegen die Langbank passen, so dass der Ball mit ausreichender Härte zum Angreifer zurückprallt.
- Zu Beginn den Abstand zwischen den beiden Spielern so wählen, dass der Angreifer regelmäßig zum Abschluss kommen kann. Trotzdem sollte der Angreifer beim Torabschluss unter einem gewissen Zeitdruck stehen.
- Die Präzision beim Torabschluss ist in der Halle noch wichtiger als auf dem Feld.

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.