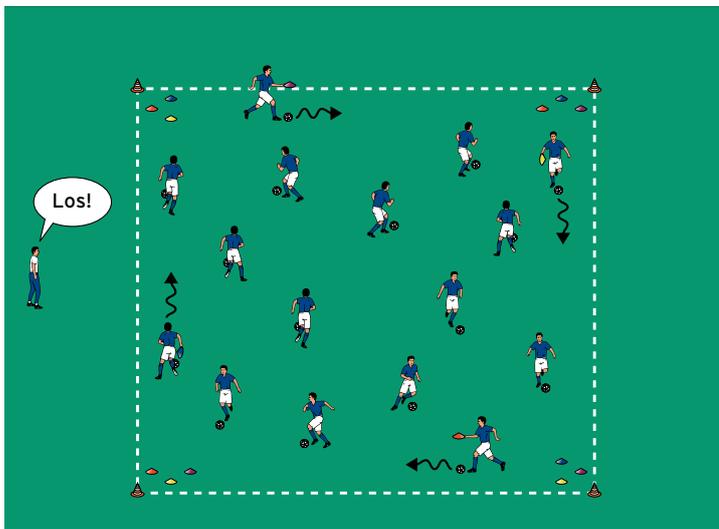


E-JUNIoren



AUFWÄRMEN 1:

HÜTCHEN-SAMMELN I

von Thomas Staack (27.06.2017)

ORGANISATION

- ▶ Ein 20 x 20 Meter großes Feld markieren
- ▶ In jeder Ecke des Feldes 4 verschiedenfarbige Hütchen aufstellen
- ▶ Die Spieler mit Bällen frei im Feld verteilen

ABLAUF

- ▶ Die Spieler dribbeln frei im Feld.
- ▶ Auf ein Trainerkommando versuchen sie, die farbigen Hütchen in den Ecken des Feldes schnellstmöglich so zu sortieren, dass an jedem Eckhütchen vier gleichfarbige Hütchen stehen.

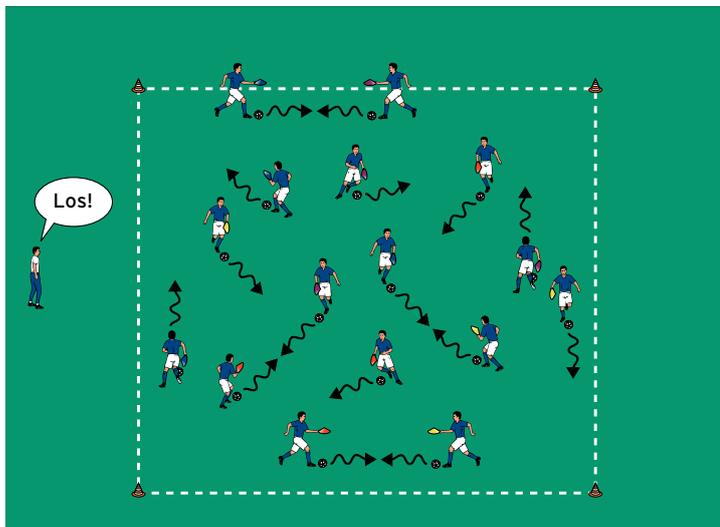
VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links dribbeln.
- ▶ Auf das Trainerkommando lassen die Spieler ihre Bälle im Feld liegen und laufen zu den Eckhütchen.
- ▶ Die Spieler tragen ihre Bälle in der Hand.
- ▶ Die Bälle durch das Feld rollen/prellen.
- ▶ Die Spieler sollen die Hütchen so sortieren, dass in jeder Ecke 2 Hütchen von einer und 2 von einer anderen Farbe stehen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Das Trainerkommando kann durch Zuruf (akustisch) oder per Handzeichen (optisch) erfolgen.
- ▶ Jeder Spieler darf immer nur ein Hütchen in den Händen tragen.
- ▶ Die Spieler müssen gemeinsam agieren und miteinander kommunizieren.
- ▶ Als Trainer das Spielerverhalten genau beobachten: Welche Spieler übernehmen Führungsaufgaben?

E-JUNIoren



AUFWÄRMEN 2:

HÜTCHEN-SAMMELN II

von Thomas Staack (27.06.2017)

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Jetzt tragen die Spieler zusätzlich je 1 farbiges Hütchen in den Händen

ABLAUF

- ▶ Die Spieler dribbeln frei im Feld und tauschen ihre Hütchen gegenseitig.
- ▶ Auf ein Trainerkommando dribbeln die Spieler mit gleichfarbigen Hütchen in jeweils eine Ecke des Feldes.
- ▶ Die Gruppe, die sich zuerst getroffen hat, erhält 1 Punkt.
- ▶ Welcher Spieler sammelt insgesamt die meisten Punkte?

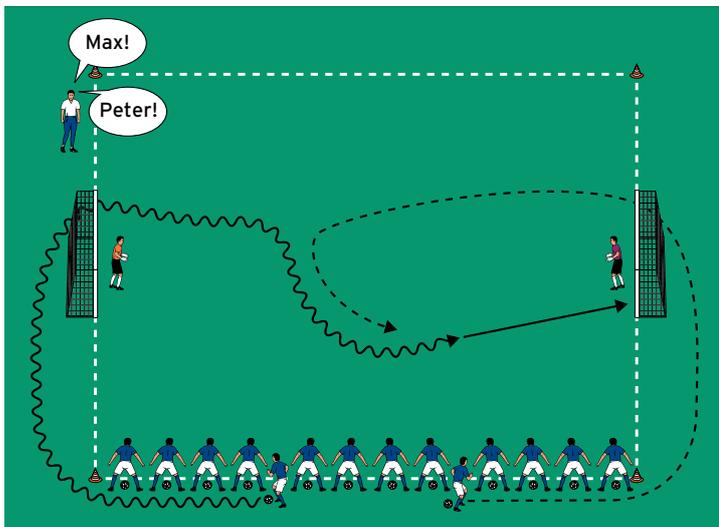
VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links dribbeln.
- ▶ Die Spieler tragen ihre Bälle in den Händen und laufen durch das Feld.
- ▶ Die Bälle durch das Feld rollen/prellen.
- ▶ Auf ein Trainerkommando treffen sich die Spieler mit vier verschiedenfarbigen Hütchen in jeweils einer Ecke des Feldes.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Das Trainerkommando kann durch Zuruf (akustisch) oder per Handzeichen (optisch) erfolgen.
- ▶ Jeder Spieler darf ein Hütchen maximal 5 Sekunden in der Hand halten.
- ▶ Die Spieler müssen gemeinsam agieren und miteinander kommunizieren.

E-JUNIOREN



HAUPTTEIL 1:

NAMENSZURUF – EINZELWETTBEWERB

von Thomas Staack (27.06.2017)

ORGANISATION

- ▶ Ein 20 x 15 Meter großes Feld mit Toren mit Torhütern markieren
- ▶ Die Spieler mit Bällen an einer Seitenlinie des Feldes postieren

ABLAUF

- ▶ Der Trainer startet jeden Durchgang, indem er zwei Namen aufruft.
- ▶ Der zuerst aufgerufene Spieler umdribbelt ein Tor und greift auf das jeweils andere Tor an.
- ▶ Der andere aufgerufene Spieler lässt seinen Ball liegen, umläuft das andere Tor und wird Verteidiger.
- ▶ Gelingt es dem Verteidiger, den Ball zu erobern, so kontert er auf das jeweils gegenüberliegende Tor.
- ▶ Jeder Treffer ergibt 1 Punkt.
- ▶ Welcher Spieler gewinnt die meisten Punkte?

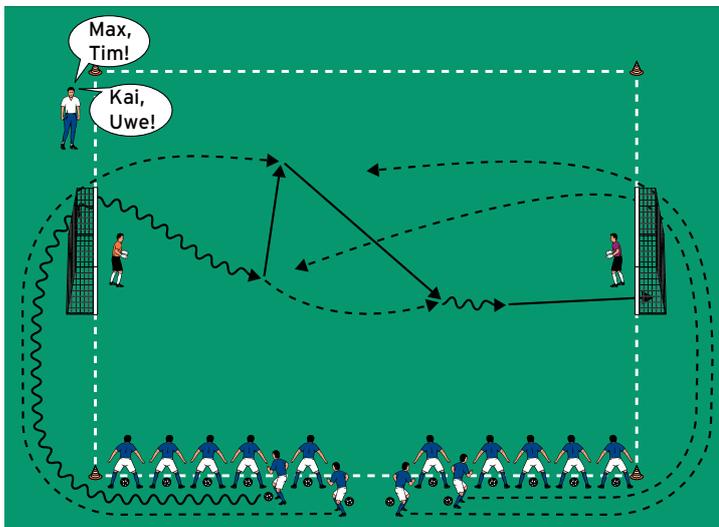
VARIATIONEN

- ▶ Der zuerst aufgerufene Spieler umdribbelt ein Tor, passt zum jeweils anderen Spieler und wird Verteidiger.
- ▶ Der zuerst aufgerufene Spieler umläuft ein Tor mit dem Ball in der Hand und wirft hoch zum jeweils anderen Spieler.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Als Trainer jeden Spieler ungefähr gleich häufig aufrufen. Außerdem darauf achten, dass jeder Spieler möglichst gleich oft Angreifer und Verteidiger ist.
- ▶ Jedes 1 gegen 1 dauert so lange, bis ein Treffer erzielt oder der Ball aus dem Feld gespielt wurde. Die Aktionen jedoch nach maximal 30 Sekunden abbrechen!

E-JUNIOREN



HAUPTTEIL 2:

NAMENSZURUF – TEAMWETTBEWERB

von Thomas Staack (27.06.2017)

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau aus Hauptteil 1 beibehalten

ABLAUF

- ▶ Der Trainer startet jeden Durchgang, indem er mehrere Namen aufruft und so Teams zu je 2 bis 4 Spielern bildet.
- ▶ Die zuerst aufgerufenen Spieler sind im Ballbesitz, umlaufen ein Tor und greifen auf das jeweils andere Tor an.
- ▶ Die zuletzt aufgerufenen Spieler umlaufen das jeweils andere Tor und werden Verteidiger.
- ▶ Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so kontern sie auf das jeweils gegenüberliegende Tor.
- ▶ Jeder Treffer ergibt 1 Punkt für jeden Spieler des Teams.
- ▶ Welcher Spieler gewinnt insgesamt die meisten Punkte?

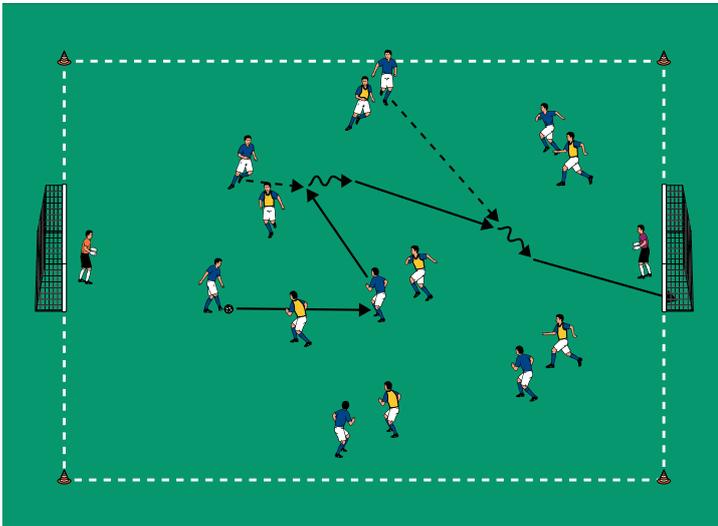
VARIATIONEN

- ▶ Der Ballbesitzer passt/wirft zu einem Spieler der anderen Mannschaft.
- ▶ Über-/Unterzahlteams aufrufen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Als Trainer jeden Spieler ungefähr gleich häufig aufrufen. Außerdem darauf achten, dass jeder Spieler möglichst gleich oft Angreifer und Verteidiger ist.
- ▶ Jeden Durchgang so lange laufen lassen, bis ein Treffer erzielt oder der Ball aus dem Feld gespielt wurde.
- ▶ Wird der Ball zu schnell verspielt als Trainer einen weiteren Ball neutral einspielen.

E-JUNIOREN



SCHLUSSTEIL:

WECHSELNDE TEAMS

von Thomas Staack (27.06.2017)

ORGANISATION

- ▶ Ein 50 x 35 Meter großes Feld mit Toren mit Torhütern markieren
- ▶ 2 Teams bilden

ABLAUF

- ▶ 7 gegen 7 auf die Tore mit Torhüter.
- ▶ Jedes Spiel dauert so lange, bis eine Mannschaft 3 Treffer erzielt hat.
- ▶ Anschließend jeweils neue Mannschaften bilden.
- ▶ Jeder Treffer ergibt 1 Punkt für jeden Spieler der jeweiligen Mannschaft.
- ▶ Welcher Spieler gewinnt insgesamt die meisten Punkte?

VARIATIONEN

- ▶ Die Spielzeit verkürzen: Es gewinnt jeweils das Team, das zuerst 2 Treffer erzielt hat.
- ▶ Die Spielzeit verlängern: Es gewinnt jeweils das Team, das zuerst 5 Treffer erzielt hat.
- ▶ Eine feste Spielzeit festlegen: Jedes Spiel dauert 5 Minuten!

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Torhüter regelmäßig wechseln.
- ▶ Die Teams bestenfalls auslosen oder so einteilen, dass immer andere Spieler zusammenspielen.
- ▶ Als Trainer die gewonnenen Punkte für jeden Spieler notieren und den Spielstand nach jedem Durchgang ansagen.