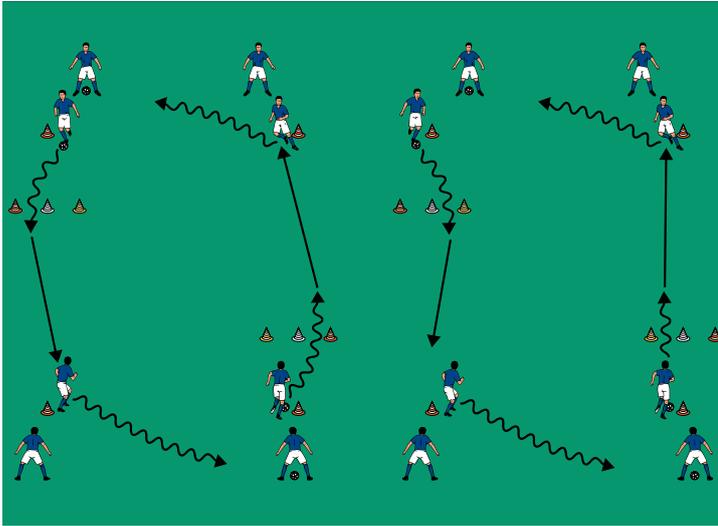


## B-JUNIOREN



### AUFWÄRMEN 1:

#### FARB-KOPIE

##### ORGANISATION

- ▶ Mit Hütchen 2 Felder markieren
- ▶ Mit farbigen Hütchen in jedem Feld jeweils 2 Doppeltore errichten
- ▶ 2 Gruppen bilden
- ▶ Die Spieler in gleicher Anzahl auf die acht Hütchen aufteilen

##### ABLAUF

- ▶ Der Trainer legt die jeweiligen Starthütchen fest.
- ▶ Der Startspieler dribbelt ins Feld und wählt anschließend ein Hütchentor.
- ▶ Der diagonal gegenüberstehende Spieler dribbelt kurz darauf ins Feld und wählt das Hütchentor in derselben Farbe.
- ▶ Nach dem Dribbling durch das Hütchentor passen die Spieler zu den nachfolgenden Spielern, die zur nächsten Position dribbeln.

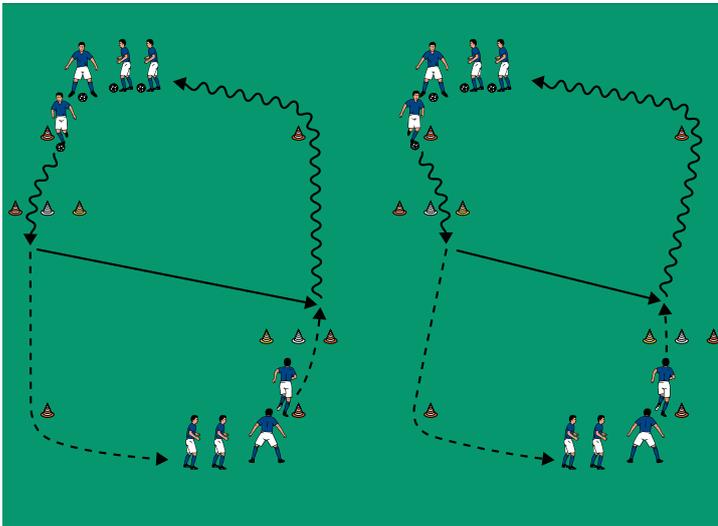
##### VARIATIONEN

- ▶ Das Tempo steigern und die Durchgänge schneller starten lassen.
- ▶ Durch das eine Hütchentor vorlegen und das andere durchlaufen.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler sollen kurz hintereinander ins Feld dribbeln.
- ▶ Der Spieler muss den Kopf oben behalten, um das richtige Hütchentor zu erkennen.

## B-JUNIoren



### AUFWÄRMEN 2:

#### FARB-SPRINT

##### ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ Die Spieler besetzen pro Feld nur noch die beiden Starthütchen vor den Dribbeltoren
- ▶ Die Spieler eines Starthütchens pro Feld haben Bälle

##### ABLAUF

- ▶ Der Startspieler dribbelt durch ein Hütchentor und passt quer zum Mitspieler, der vorher durch das Hütchentor in der gleichen Farbe ohne Ball gelaufen ist.
- ▶ Beide Spieler starten anschließend mit bzw. ohne Ball im maximalen Tempo zum nächsten Hütchen.
- ▶ Anschließend laufen sie im lockeren Tempo zur nächsten Startposition aus.

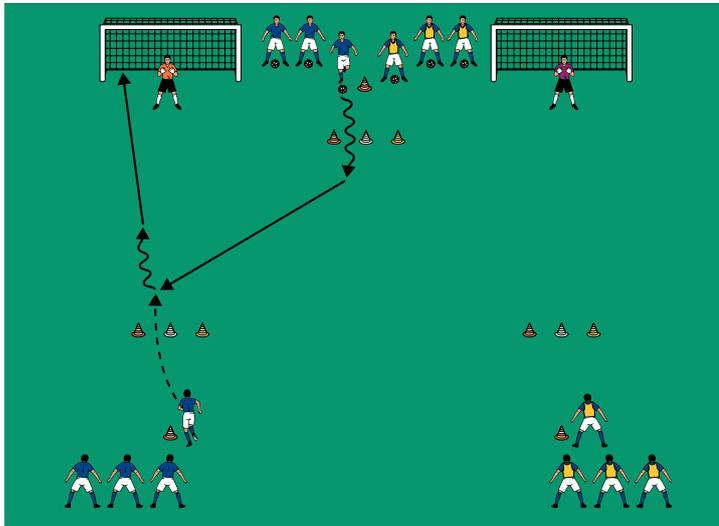
##### VARIATIONEN

- ▶ Der Trainer ruft die Farbe des Hütchentors, das durchquert werden muss.
- ▶ Durch das eine Hütchentor vorlegen und das andere durchlaufen.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler starten erneut unmittelbar hintereinander ins Feld.
- ▶ Der Antritt nach Durchqueren des Hütchentores erfolgt im höchstmöglichen Tempo.

## B-JUNIoren



### HAUPTTEIL 1:

#### BLITZ-REAKTION I

##### ORGANISATION

- ▶ 2 Tore nebeneinander aufstellen
- ▶ Zwischen den Toren ein Starhütchen markieren und einige Meter davor 1 Doppeltor mit 3 verschiedenfarbigen Hütchen postieren
- ▶ Vor den beiden Toren jeweils ein weiteres Doppeltor mit 3 verschiedenfarbigen Hütchen markieren
- ▶ Vor den beiden Doppeltoren je ein weiteres Starhütchen aufstellen
- ▶ 2 Gruppen bilden und die Spieler an die Starthütchen verteilen
- ▶ Die Spieler am Starhütchen zwischen den Toren haben Bälle

##### ABLAUF

- ▶ Der Startspieler der ersten Gruppe durchdribbelt ein Hütchentor und passt zu seinem Mitspieler, der durch das Hütchentor in der identischen Farbe gelaufen ist.
- ▶ Dieser dribbelt kurz an und schießt auf das Tor.
- ▶ Nach der Aktion wechseln die Spieler die Position und die andere Gruppe startet die Aktion auf das andere Tor.

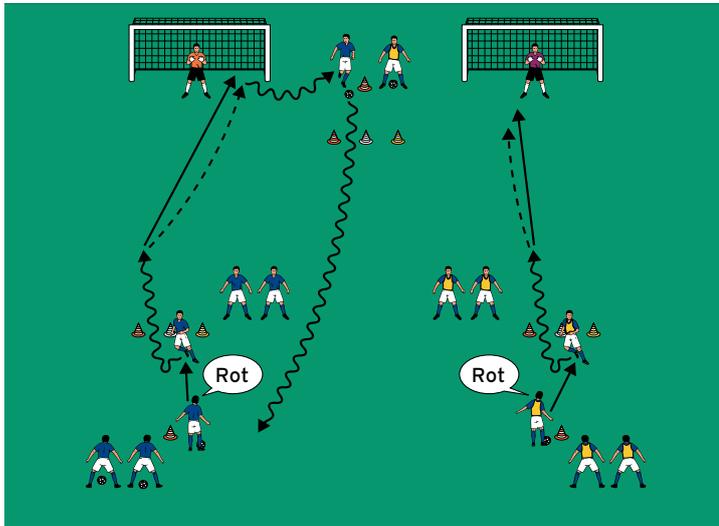
##### VARIATIONEN

- ▶ Der Startspieler spielt einen Flugball zu seinem Mitspieler.
- ▶ Der Passempfänger schießt mit maximal drei Kontakten auf das Tor ab.
- ▶ Beide Gruppen starten gleichzeitig.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf einen gezielten Torschuss achten.
- ▶ Passgeber laufen zügig zur nächsten Station weiter.

## B-JUNIOREN



### HAUPTTEIL 2:

## BLITZ-REAKTION II

### ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ 1 Spieler pro Team steht mit Ball am Starthütchen zwischen den Toren
- ▶ Die anderen Spieler postieren sich am Starthütchen gegenüber der Tore und erhalten Bälle
- ▶ Der jeweils Spieler steht mit dem Rücken zu den Toren

### ABLAUF

- ▶ Der Startspieler dribbelt durch das Hütchentor.
- ▶ Der Anspieler ruft laut die Farbe des durchdribbelten Hütchentores und passt zum Mitspieler, der mit dem Rücken zum Tor postiert ist.
- ▶ Dieser nimmt in die Bewegung mit, durchdribbelt das angesagte Hütchentor und kommt zum Torabschluss.
- ▶ Alle Spieler rücken im Rundlauf eine Position weiter.

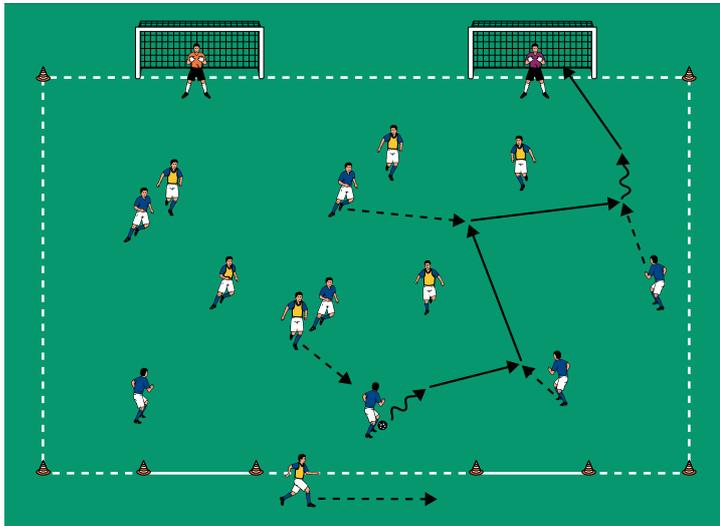
### VARIATIONEN

- ▶ Einen Wettkampf durchführen und die Aktion in beiden Feldern gleichzeitig ablaufen lassen.
- ▶ Den Pass an den Hütchen vorbeispielen und das genannte Hütchentor durchlaufen.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf eine enge und kontrollierte Ballan- und Mitnahme achten
- ▶ Die Hütchentore durchdribbeln und nicht durchspielen.

## B-JUNIoren



### SCHLUSSTEIL:

## 4-TORE-SPIEL

### ORGANISATION

- ▶ 1 Feld mit 2 nebeneinander postierten Toren und 2 Hütchenlinien errichten
- ▶ 2 Mannschaften bilden

### ABLAUF

- ▶ Blau greift zunächst auf die beiden Tore an.
- ▶ 1 Spieler von Gelb stellt sich hinter den Hütchenlinien auf.
- ▶ Blau kann im 7 gegen 6 auf beide Tore zum Torabschluss kommen.
- ▶ Gelb kontert auf die Hütchenlinien.
- ▶ Ein Treffer wird jedoch nur gewertet, wenn der Mitspieler hinter dem Hütchentor annehmen kann.

### VARIATIONEN

- ▶ Erzielte Treffer auf die Tore mit Torhütern zählen doppelt.
- ▶ Die Hütchenlinien sind Dribbeltore und der gelbe Spieler dient als Anspielstation in der Tiefe.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Den Spieler hinter den Hütchenlinien selbständig wechseln.
- ▶ Er muss geschickt antizipieren, durch welches Hütchentor seine Mitspieler passen können.
- ▶ Die beiden Torhüter spielen neutral mit den Ballbesitzern zusammen.