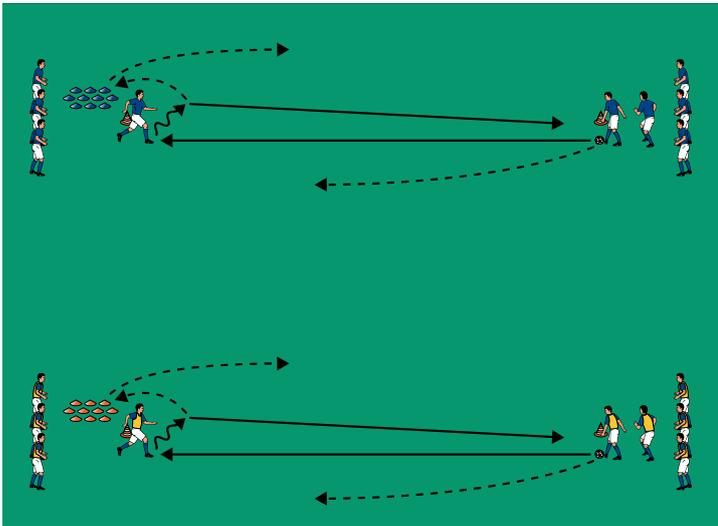


## E-JUNIOREN



### AUFWÄRMEN 1:

## PASSEN UND HÜTCHENSAMMELN I

### ORGANISATION

- ▶ 2 Starthütchen in einem Abstand von 10 Metern nebeneinander aufstellen
- ▶ 15 Meter vor jedem Starthütchen ein weiteres Hütchen aufstellen und dahinter jeweils 10 kleine Hütchen auslegen
- ▶ 2 Mannschaften bilden und die Spieler jeweils einander gegenüber aufstellen
- ▶ Die jeweils ersten Spieler an den Starthütchen haben je 1 Ball

### ABLAUF

- ▶ Die jeweils ersten Ballbesitzer passen zum gegenüber postierten Mitspieler und laufen ihren Abspielen nach.
- ▶ Die Passempfänger kontrollieren die Zuspiele und passen zurück zu den Starthütchen.
- ▶ Nach ihren Abspielen nehmen die Spieler je 1 kleines Hütchen, laufen zu den gegenüberliegenden Starthütchen und legen ihre Hütchen dort ab.
- ▶ Welche Mannschaft hat zuerst alle 10 Hütchen am eigenen Starthütchen gesammelt?

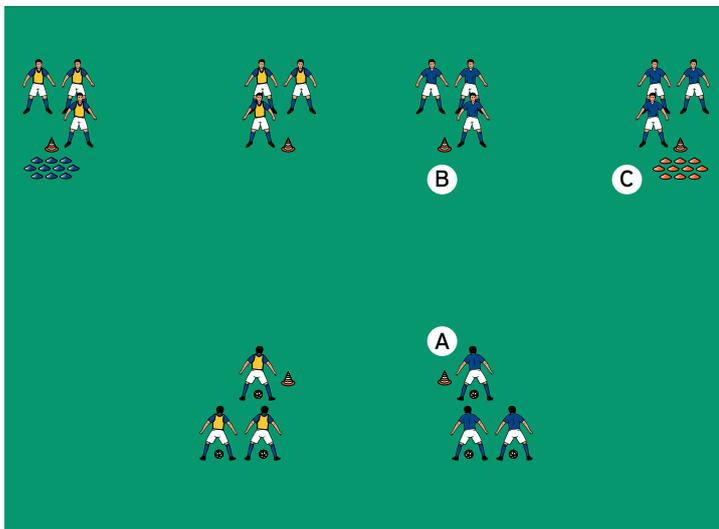
### VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links zupassen.
- ▶ Den Ball mit den Händen zuwerfen/-prellen.
- ▶ Per Volleyschuss aus der Hand mit der Innenseite bzw. dem Vollspann zuspielen.
- ▶ Die Passempfänger müssen mit genau 2 Kontakten agieren (annehmen, passen).
- ▶ Im Direktspiel agieren.
- ▶ Zwischen den Hütchen je 1 Hütchentor markieren, das die Spieler durchspielen müssen.
- ▶ Die Anzahl der Sammelhütchen für jede Mannschaft verringern oder erhöhen.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Jeder Spieler darf nach seinem Abspiel immer nur ein Hütchen zum Starthütchen bringen.
- ▶ Mit möglichst wenigen Kontakten präzise zusammenspielen. Ist ein Direktspiel zu riskant, sind zunächst auch mehrere Kontakte erlaubt. Dies kostet jedoch wertvolle Zeit!.

E-JUNIoren



AUFWÄRMEN 2:

PASSEN UND  
HÜTCHENSAMMELN II

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Zusätzlich je 1 weiteres Positionshütchen errichten
- ▶ Die Sammelhütchen bei diesen Hütchen auslegen
- ▶ 2 Mannschaften einteilen
- ▶ Die Spieler jeweils an den Hütchen verteilen
- ▶ Die Spieler an den Starthütchen haben Bälle

ABLAUF ÜBUNG 1

- ▶ A passt zu B, der kurz an- und mitnimmt und dann auf C weiterleitet.
- ▶ C nimmt ein Sammelhütchen auf, kontrolliert das Zuspield und dribbelt zurück zum Starthütchen.
- ▶ Die Passgeber laufen ihren Abspielen auf die jeweils nächste Position nach.
- ▶ Welche Mannschaft hat zuerst 10 Hütchen am eigenen Starthütchen gesammelt?

ABLAUF ÜBUNG 2

- ▶ Den Grundablauf von zuvor beibehalten.
- ▶ Jetzt lässt B das Zuspield direkt auf A zurückprallen.
- ▶ A passt auf C, der zum Starthütchen an- und mitnimmt usw.

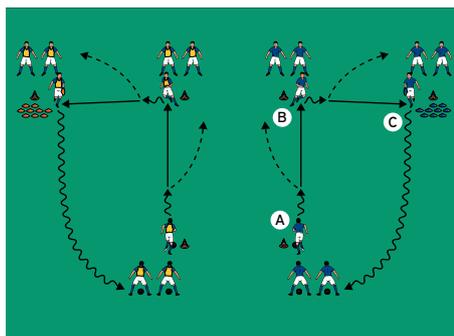
ABLAUF ÜBUNG 3

- ▶ Grundablauf wie zuvor.
- ▶ Jetzt lässt C das Zuspield von A auf B prallen, der dann in den Lauf von C zurückpasst.

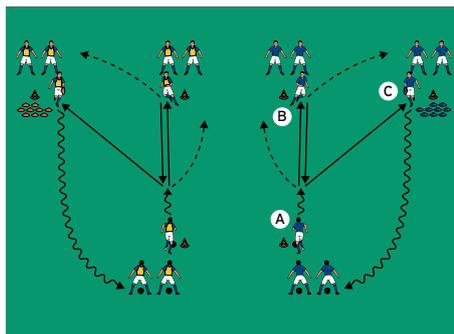
TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler müssen nicht im Direktspiel agieren, sollen aber versuchen mit möglichst wenigen Kontakten zusammenzuspielen.
- ▶ Der jeweils nächste Spieler A darf immer erst dann starten, wenn C ins Dribbling an- und mitgenommen hat.
- ▶ Die Spieler C sollen immer schon ein Sammelhütchen in der Hand halten, um das Zuspield sofort ins Dribbling an- und mitnehmen zu können.
- ▶ Als Trainer mittig zwischen beiden Mannschaften postieren, um die Abläufe auf beiden Seiten gleichermaßen beobachten zu können.

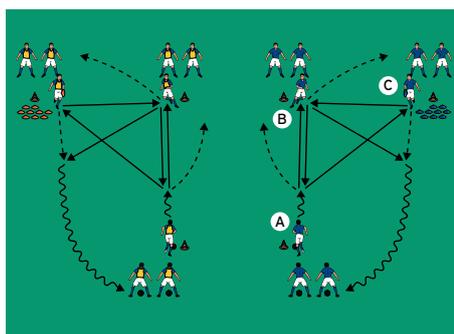
Übung 1



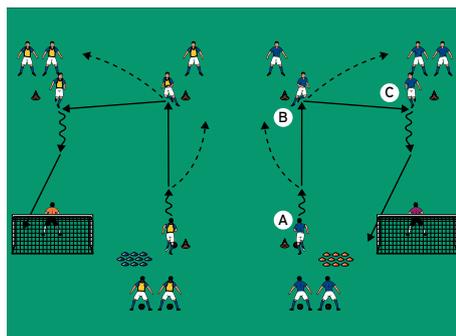
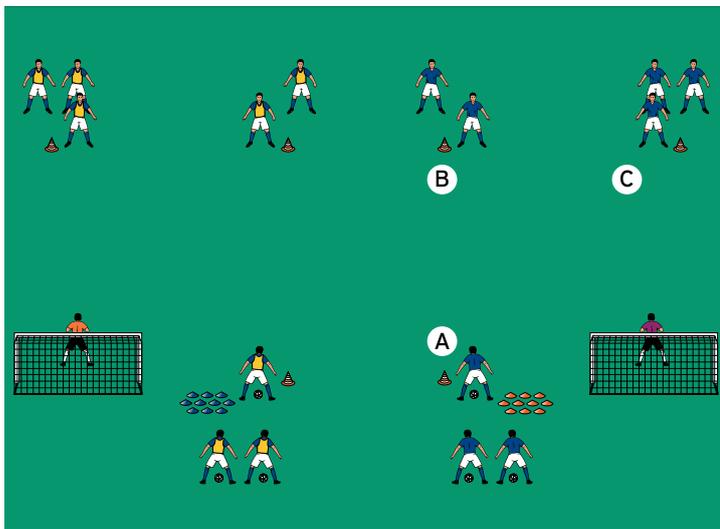
Übung 2



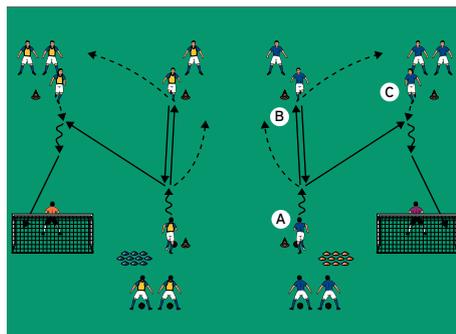
Übung 3



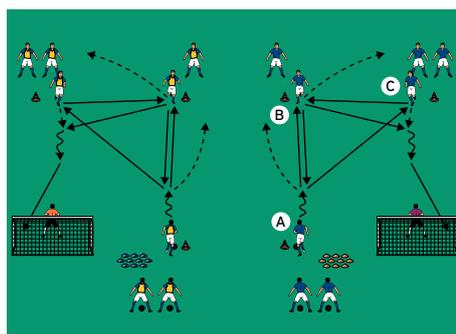
E-JUNIoren



Übung 1



Übung 2



Übung 3

HAUPTTEIL 1:

SCHIESSEN UND  
HÜTCHENSAMMELN I

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau und die Mannschaften weiter verwenden
- ▶ Seitlich von den Starthütchen zusätzlich je 1 Tor mit Torhüter aufstellen
- ▶ Die Sammelhütchen an den Starthütchen auslegen

ABLAUF ÜBUNG 1

- ▶ Die jeweils ersten Spieler beider Teams starten gleichzeitig.
- ▶ A passt zu B, der das Zuspield kontrolliert und auf C weiterleitet.
- ▶ C nimmt das Zuspield an und mit und schließt auf das Tor mit Torhüter ab.
- ▶ Anschließend holen die Schützen ihre Bälle und stellen sich beim eigenen Starthütchen wieder an.
- ▶ Die Passgeber laufen ihren Abspielen auf die jeweils nächste Position nach.
- ▶ Für jeden erzielten Treffer darf sich das jeweilige Team ein Sammelhütchen des Gegners nehmen.
- ▶ Welche Mannschaft sammelt alle Hütchen des Gegners?

ABLAUF ÜBUNG 2

- ▶ Den Grundablauf aus Übung 1 beibehalten.
- ▶ Jetzt lässt B direkt auf A zurückprallen.
- ▶ A leitet auf C weiter, der zum Torabschluss an- und mitnimmt.

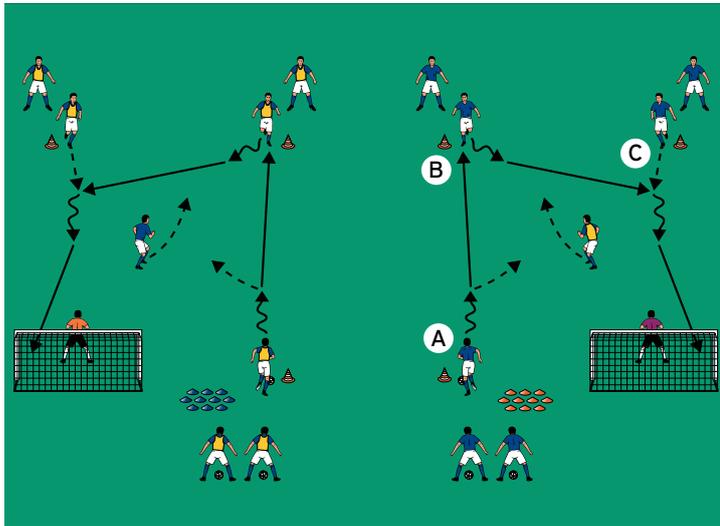
ABLAUF ÜBUNG 3

- ▶ Grundablauf wie zuvor.
- ▶ Jetzt lässt C das Zuspield von A zu B prallen, der dann in den Lauf von C zurückpasst.
- ▶ C nimmt ins Dribbling mit und schließt auf das Tor mit Torhüter ab.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Gegebenenfalls vor jedem Tor eine Schussgrenze markieren, ab der die Spieler spätestens schießen müssen.
- ▶ Falls möglich für jede Mannschaft verschiedenfarbige Sammelhütchen verwenden.
- ▶ Die Torhüter bei beiden Mannschaften regelmäßig wechseln.

E-JUNIoren



HAUPTTEIL 2:

**PASSEN UND  
HÜTCHENSAMMELN II**

**ORGANISATION**

- ▶ Den Aufbau aus Hauptteil 1 beibehalten
- ▶ Je 1 Verteidiger vor dem gegnerischen Tor postieren

**ABLAUF**

- ▶ Die jeweils ersten Spieler starten gleichzeitig.
- ▶ A passt auf B, der das Zuspiel ins Feld mitnimmt und versucht, im Zusammenspiel mit A und C gegen den Verteidiger auf das Tor abzuschließen.
- ▶ Jedes 3 gegen 1 läuft so lange, bis ein Treffer erzielt, der Ball vom Torhüter gehalten oder aus dem Feld gespielt wurde.
- ▶ Für jeden Treffer darf das jeweilige Team ein Sammelhütchen der gegnerischen Mannschaft nehmen.
- ▶ Welche Mannschaft sammelt alle Hütchen des Gegners?
- ▶ Nach jedem Durchgang die Positionen und Aufgaben wechseln.

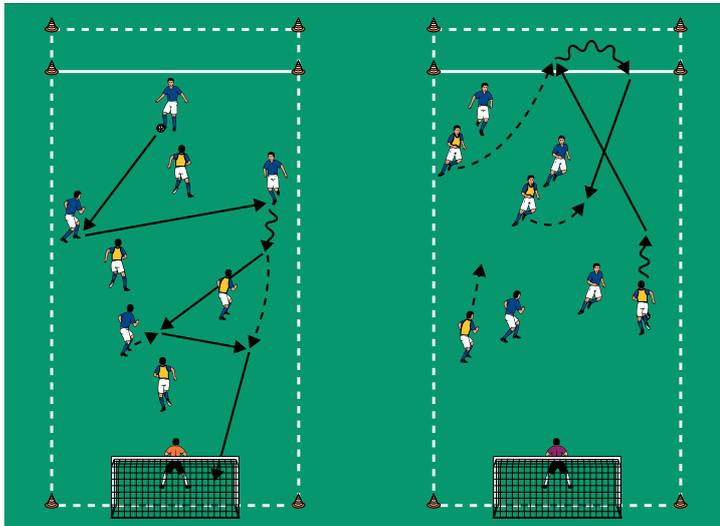
**VARIATIONEN**

- ▶ Je 2 Verteidiger zum 3 gegen 2 vor den Toren postieren.
- ▶ Je 3 Verteidiger zum 3 gegen 3 vor den Toren postieren.

**TIPPS UND KORREKTUREN**

- ▶ Der Verteidiger muss das erste Zuspiel von A zu B zulassen. Er darf erst eingreifen, sobald B in Ballbesitz ist.
- ▶ Falls möglich für jede Mannschaft verschiedenfarbige Sammelhütchen verwenden.
- ▶ Die Verteidiger und Torhüter beider Teams regelmäßig wechseln.

## E-JUNIoren



### SCHLUSSTEIL:

## SCHNELLER RICHTUNGS-WECHSEL

### ORGANISATION

- ▶ Zwei 36 x 20 Meter große Felder nebeneinander markieren
- ▶ Jeweils auf einer Grundlinie 1 Tor mit Torhüter aufstellen
- ▶ Hinter der gegenüberliegenden Grundlinie je eine 4 Meter tiefe Passzone markieren
- ▶ 4 Mannschaften einteilen

### ABLAUF

- ▶ 4 gegen 4 in beiden Feldern auf das Tor und die gegenüberliegende Passzone.
- ▶ Ein Treffer bei den Passzonen ist erzielt, wenn ein Mitspieler ein Zuspiel innerhalb dieser Zonen kontrolliert.
- ▶ Gelingt dies, so wechseln die Teams sofort die Spielrichtung.
- ▶ Spielzeit: jeweils 10 Minuten.
- ▶ Ein Turnier nach dem Modus 'jeder gegen jeden' durchführen.

### VARIATIONEN

- ▶ Anstelle der Passzonen eine Konterlinie markieren, die überdribbelt werden muss.
- ▶ Auf der gegenüberliegenden Grundlinie je 2 Miniotore aufstellen oder Hütchen- bzw. Stangentore markieren.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Ist das Spiel zu unruhig und es gelingen kaum gezielte Zuspiele, die Spielfelder vergrößern.
- ▶ Die Spielrichtung nach einem Zuspiel in die Passzonen sofort wechseln. Das Spiel dabei möglichst nicht unterbrechen.
- ▶ Schnell und zielstrebig in die Spitze spielen.
- ▶ Ausreichend Ersatzbälle bereithalten.
- ▶ Die Torhüter spielen immer mit der Mannschaft zusammen, die das Tor verteidigt.
- ▶ Die Torhüter regelmäßig wechseln.