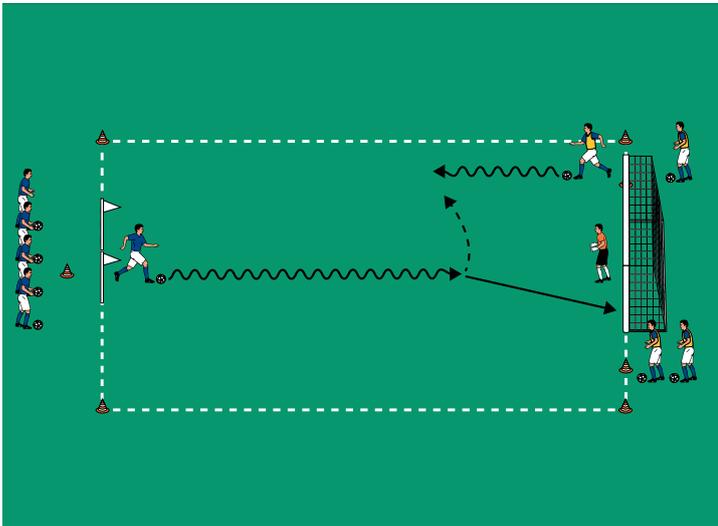


## E-JUNIoren



### HAUPTTEIL 1:

## CLEVER VERTEIDIGEN I

### ORGANISATION

- ▶ Ein 20 x 10 Meter großes Feld markieren
- ▶ Auf einer Grundlinie 1 Tor mit Torhüter sowie auf der anderen ein 2 Meter breites Stangentor aufstellen
- ▶ Auf beiden Seiten neben dem Tor sowie hinter dem Stangentor je 1 Starthütchen markieren
- ▶ Die Spieler mit Bällen an den Starthütchen verteilen

### ABLAUF

- ▶ Der erste Spieler vom Starthütchen hinter dem Stangentor dribbelt ins Feld, schießt auf das Tor mit Torhüter ab und wird Verteidiger.
- ▶ Nach dem Torschuss dribbelt der erste Spieler von einem Starthütchen neben dem Tor ins Feld und versucht, im 1 gegen 1 gegen den Verteidiger auf das Stangentor zu treffen.
- ▶ Gelingt es dem Verteidiger, den Ball zu erobern, so kontert er erneut auf das Tor mit Torhüter.
- ▶ Nach jedem Durchgang die Positionen und Aufgaben wechseln.

### VARIATIONEN

- ▶ Der Angreifer passt zunächst zum Verteidiger, der das Zuspiel direkt zurückprallen lässt.
- ▶ Der Angreifer wirft sich selbst hoch ins Feld vor.
- ▶ Der Angreifer spielt sich per Volleyschuss aus der Hand hoch ins Feld vor.
- ▶ Zwei verschiedenfarbige Hütchen neben dem Tor aufstellen. Als Trainer das Hütchen aufrufen, von dem der Angreifer ins Feld dribbeln soll.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Im Wechsel von rechts und links neben dem Tor ins Feld dribbeln.
- ▶ Als Verteidiger den Angreifer von diagonal anlaufen und zur Seite abdrängen.
- ▶ Stehen keine Stangen zur Verfügung, kann alternativ auch ein Hütchentor verwendet werden.
- ▶ Den Torhüter regelmäßig wechseln.