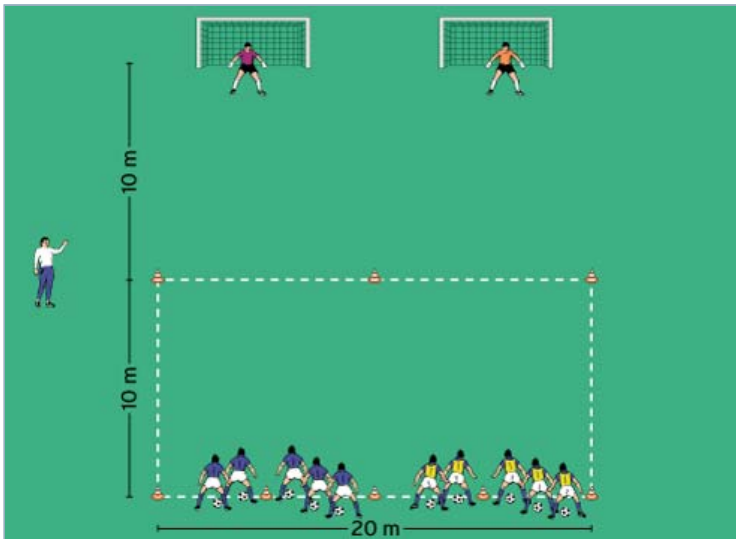


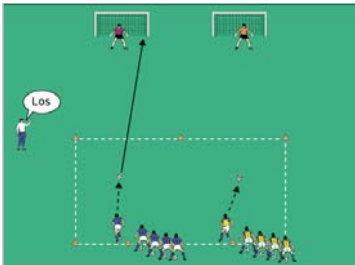
F- UND E-JUNIOREN

HAUPTTEIL 1: Torschuss-Team-Wettkampf I

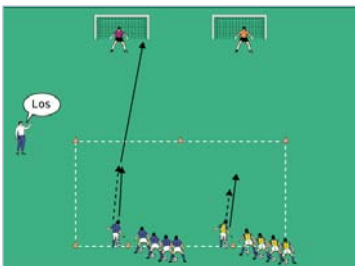
von Jörg Daniel (10.09.2013)



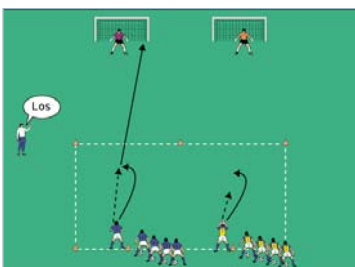
Übung 1



Übung 2



Übung 3



Organisation

- 2 Tore in einem Abstand von 10 Metern nebeneinander aufstellen
- 10 Meter vor den Toren ein 10 x 20 Meter großes Feld markieren
- Auf der torfernen Grundlinie 2 Starhütchen errichten
- 2 Teams bilden
- Die Spieler jeweils mit Bällen an den Starhütchen aufstellen
- Jedes Team stellt 1 Torhüter

Ablauf

Übung 1

- Die jeweils ersten Spieler legen sich einen Ball im Feld zurecht.
- Auf ein Trainerkommando laufen die ersten Spieler vom Starhütchen zu ihrem Ball und schießen auf die Tore.
- Welche Mannschaft erzielt zuerst 10 Treffer?

Übung 2

- Den Grundablauf aus Übung 1 beibehalten.
- Jetzt passen sich die Spieler per Eigenvorlage ins Feld vor und schießen aus dem Lauf.

Übung 3

- Grundablauf wie zuvor.
- Jetzt tragen die Spieler den Ball in der Hand, werfen sich hoch ins Feld vor und schließen nach dem ersten Bodenkontakt per Volleyschuss auf die Tore ab.

Tipps und Korrekturen

- Im Tor vor den Starhütchen jeweils den gegnerischen Torhüter postieren.
- Gültige Treffer können nur von innerhalb des Feldes erzielt werden.
- Die Entfernung des Feldes zum Tor dem Leistungsstand der Spieler anpassen, so dass jeder Spieler eine Chance auf einen Torerfolg hat.
- Gegebenenfalls koordinative Zusatzübungen stellen: Z. B. eine Drehung oder einen Purzelbaum vor dem Torschuss ausführen.

Im TWO-Themenschwerpunkt September zum Thema 'Ehrenamt' gibt Experte Prof. Dr. Sebastian Braun einen Überblick über seine Forschungsergebnisse seit dem Amateurfußballkongress im Februar 2012. Wir erläutern den Begriff „Neues Ehrenamt“ und geben zahlreiche konkrete Tipps – beispielsweise wie Sie neue Mitarbeiter für ein Ehrenamt begeistern und an Ihren Verein binden können. Sehen Sie zudem, wie sich die Nationalspieler Julian Draxler, André Schürrle und Marc-André ter Stegen als Ehrenamtler machen!