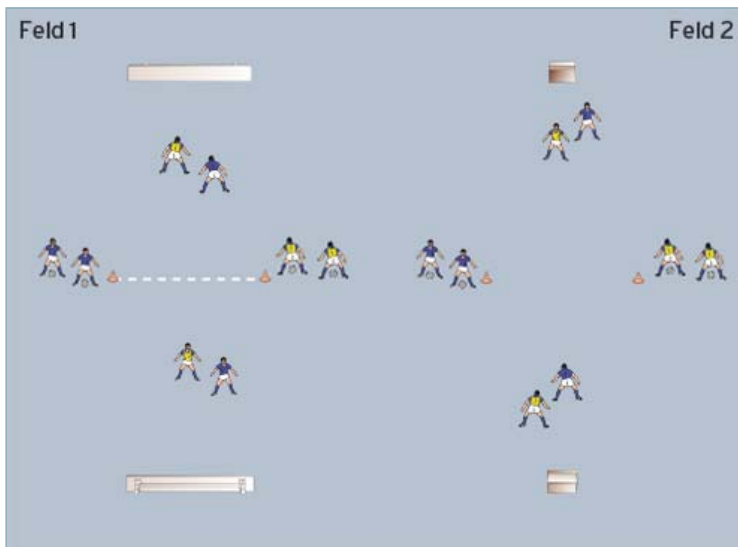


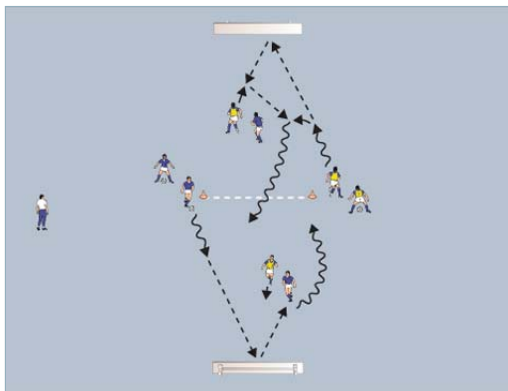
D- UND C-JUNIOREN

HAUPTTEIL 2: Banktreffer II

von Steffen Freund (31.01.2012)



Feld 1



Feld 2



Organisation

- Den Grundaufbau und die Gruppen aus Hauptteil 1 beibehalten
- In Feld 2 die beiden Passfelder entfernen und 2 Starthütchen aufstellen

Ablauf

Feld 1

- Jede Mannschaft stellt 1 Verteidiger.
- Die Spieler besetzen vorgegebene Positionen.
- Auf ein Trainerkommando dribbelt der erste Angreifer vom Starthütchen ins Feld und passt so gegen die Langbank, dass der Ball zu seinem Mitspieler zurückprallt.
- Anschließend versuchen beide, im 2 gegen 1 über die Hütchenlinie zu dribbeln.
- Welche Mannschaft überdribbelt die Hütchenlinie zuerst (= 1 Punkt für die Mannschaftswertung)?

Feld 2

- Jede Mannschaft stellt 1 Verteidiger.
- Die Spieler besetzen vorgegebene Positionen.
- Auf ein Trainerkommando dribbelt der jeweils erste Angreifer ins Feld und passt zu seinem Mitspieler.
- Anschließend versuchen sie, im 2 gegen 1 gegen den Kasten zu passen.
- Das Team, das zuerst einen Treffer erzielt, erhält 1 Punkt für die Mannschaftswertung.

Tipps und Korrekturen

- In Feld 1 sollte der Passempfänger vor der Ballkontrolle über die eigene Schulter blicken und den Ball in möglichst offener Stellung an- und mitnehmen.
- Alternativ kann der Ballbesitzer entscheiden, ob er zu seinem Mitspieler passen oder selbst versuchen möchte, die Hütchenlinie zu überdribbeln.
- Als Trainer in Feld 2 darauf achten, dass sich der jeweilige Verteidiger nicht zu nah am Kasten postiert.
- Die maximale Aktionsdauer sollte 15 Sekunden nicht überschreiten.
- Die Verteidiger nach einigen Durchgängen wechseln.

Die Weihnachtstage sind vorbei, das neue Jahr hat gerade begonnen. Da geht die Arbeit für die Trainer schon wieder los. Die Rückrundenvorbereitung steht auf dem Programm. Im Themenschwerpunkt auf Training & Wissen online finden Sie alles, was Sie dafür wissen müssen. Wie immer können Sie sich auch beteiligen: Schicken Sie Tipps, Anregungen und Fragen zum Thema 'Rückrundenvorbereitung' an training-wissen@dfb.de.