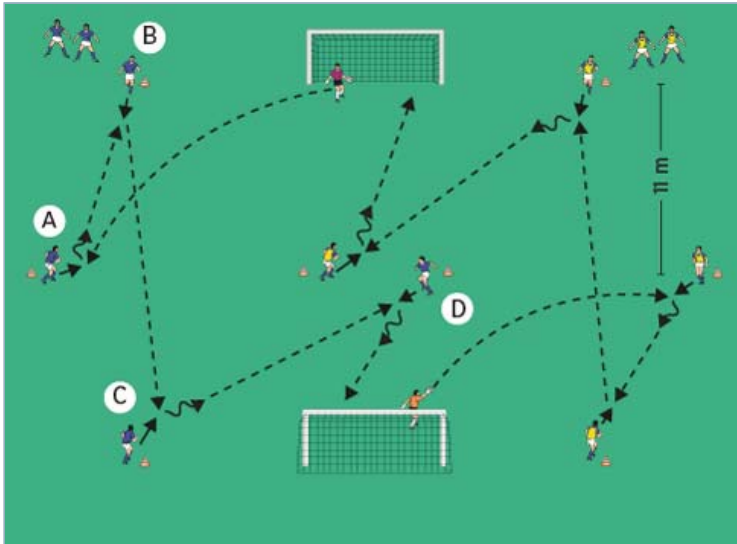




D- UND C-JUNIOREN

HAUPTTEIL 1: Pass-Flanken-Rundlauf

von Horst Hrubesch (10.04.2012)



Organisation

- Den Grundaufbau und die Mannschaften beibehalten
- Zwischen den Hütchendreiecken 2 große Tore gegenüber aufstellen und mit Torhütern besetzen
- Vor den Toren 2 Positionshütchen errichten
- Die Spieler auf den Positionen verteilen

Ablauf

- Die Torhüter werfen zu A, der auf B ablegt.
- B kontrolliert das Zuspiel und spielt einen Flugball auf C, der das Zuspiel ebenfalls kontrolliert und nach einem kurzen Dribbling flach auf D passt.
- D startet in das Zuspiel hinein und schließt nach einem kurzen Dribbling auf das Tor ab.
- Im Anschluss an die Aktion rücken alle Spieler eine Position weiter.

Variationen

- D schießt per Direktschuss auf das Tor ab.
- Der Torhüter spielt einen Flugball auf A.
- A legt per Kopf auf B ab.

Tipps und Korrekturen

- A soll so auf B ablegen, dass dieser möglichst schnell den Flugball auf C spielen kann.
- Die Aktion läuft als Rundlauf ab.
- Als Trainer den Spielern die 'Angst' vor den vermeintlich schwierigen Flugbällen nehmen. Fehler dürfen entsprechend passieren!

Das DFB-Mobil steht im März 2012 vor seinem 10.000sten Vereinsbesuch! Dies ist für uns Grund genug, in diesem Monat einen eigenen Themenschwerpunkt auf Training & Wissen online zu installieren. Dort gehören – so wie Sie es von den vorangegangenen Themenschwerpunkten gewohnt sind – Interviews, Artikel, Videos und nützliche Tipps zum Angebot! Wie immer können Sie sich zudem am Themenschwerpunkt beteiligen: Schicken Sie Anregungen und Fragen zum Thema 'DFB-Mobil' an training-wissen@dfb.de.