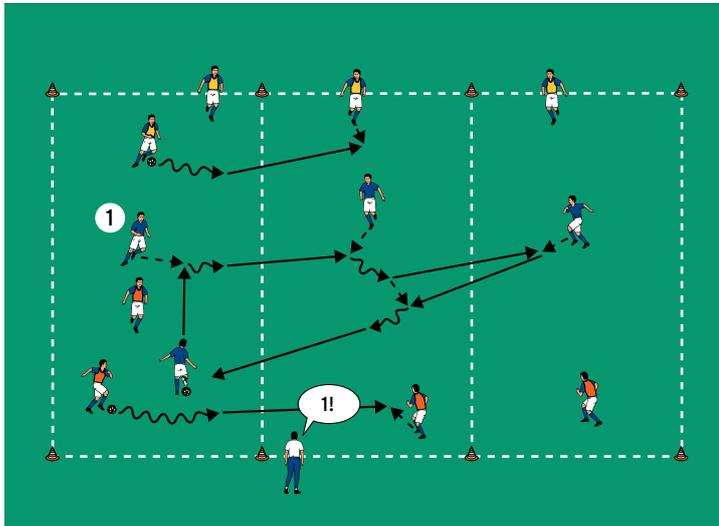




## D-JUNIoren



### AUFWÄRMEN 2:

## FELDER-FAHRSTUHL

von Michael Feichtenbeiner

### ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Zusätzlich die Mittelzone als weiteres Feld markieren
- ▶ 3 Gruppen bilden
- ▶ Die Spieler besetzen die vorgegebenen Positionen

### ABLAUF

- ▶ Der Trainer ruft eine Zahl auf und startet die Aktion.
- ▶ Der aufgerufene Spieler passt zu seinem Mitspieler ins nächste Feld.
- ▶ Dieser leitet nach einer kurzen Kontrolle ins letzte Feld.
- ▶ Anschließend passen die Ballbesitzer erneut zu ihren Mitspielern in der Mittelzone, die zurück ins Ausgangsfeld spielen.
- ▶ Welche Gruppe ist zuerst fertig?

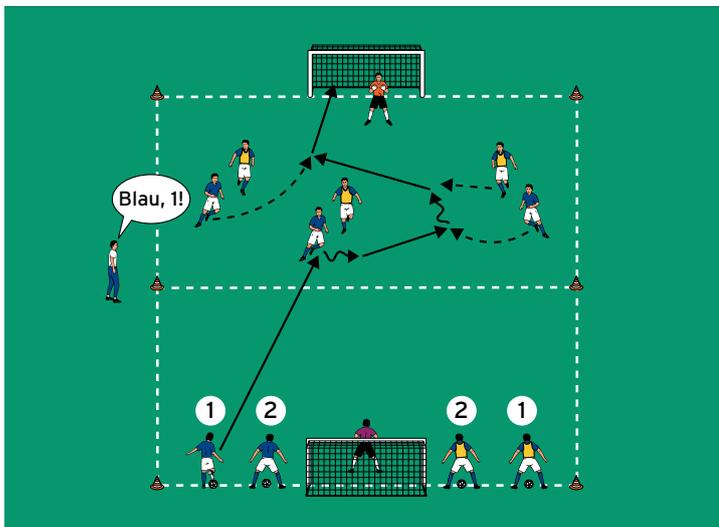
### VARIATIONEN

- ▶ Mit maximal drei Ballkontakten spielen.
- ▶ Mit genau zwei Kontakten spielen (annehmen, passen).
- ▶ Der letzte Pass muss zu dem Spieler im Startfeld gespielt werden, der die Aktion nicht gestartet hat.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler dürfen nicht im Direktspiel agieren.
- ▶ Auf eine offene Stellung bei der Ballannahme achten.
- ▶ Die Spieler sollen möglichst mit dem ersten Kontakt sofort in die neue Bewegungsrichtung an- und mitnehmen.
- ▶ Nach jeder Aktion wechseln die Spieler innerhalb der Gruppe die Felder.

## D-JUNIOREN



### HAUPTTEIL 1:

#### 4 GEGEN 3

von Michael Feichtenbeiner

#### ORGANISATION

- ▶ Ein Spielfeld mit 2 Toren errichten
- ▶ Die Mittellinie markieren
- ▶ 2 Mannschaften bilden
- ▶ Pro Mannschaft 2 Anspieler benennen

#### ABLAUF

- ▶ Die Spieler besetzen die vorgegebenen Positionen.
- ▶ Der Trainer ruft eine Farbe und eine Zahl auf und startet die Aktion.
- ▶ Der aufgerufene Spieler passt zu einem Mitspieler in der Angriffshälfte und rückt zum 4 gegen 3 ins Feld nach.
- ▶ Die Angreifer versuchen, in Überzahl zum Torabschluss zu kommen.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, so kontern sie auf das gegenüberliegende Tor.

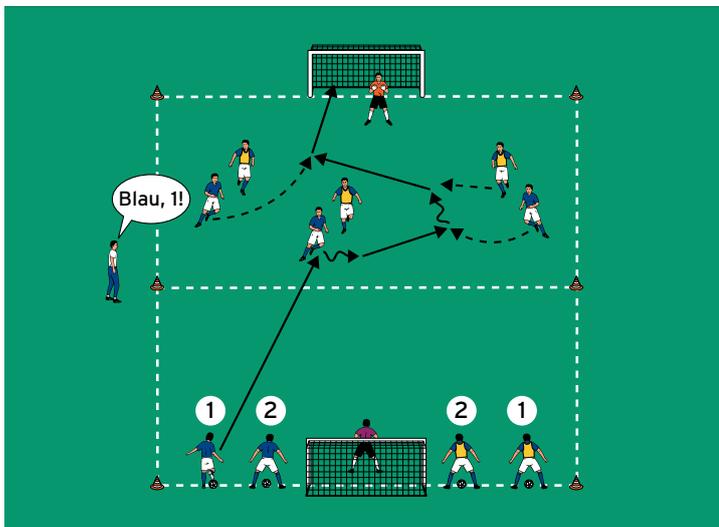
#### VARIATIONEN

- ▶ Tore der Verteidiger zählen doppelt.
- ▶ Die Angreifer müssen innerhalb von 15 Sekunden auf das Tor mit Torhütern abschließen..

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Nach jeder Aktion tauscht der Auftaktspieler mit einem Mitspieler Position und Aufgabe.
- ▶ Zielstrebig abschließen.

## D-JUNIoren



### HAUPTTEIL 2:

## 5 GEGEN 3 PLUS 2

von Michael Feichtenbeiner

### ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Mannschaften beibehalten
- ▶ Gelb stellt 2 Anspieler, die sich neben dem gegnerischen Tor aufstellen.

### ABLAUF

- ▶ Der Torhüter von Blau startet die Aktion mit einem Pass zu einem Mitspieler.
- ▶ Dieser passt in die Angriffshälfte, in der die Ballbesitzer im 5 gegen 3 versuchen, auf das Tor mit Torhüter abzuschließen.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, so kontern sie auf das gegenüberliegende Tor.
- ▶ Dabei können sie die Anspieler in den Konter einbeziehen.
- ▶ Spielzeit pro Durchgang: je 3 Minuten.

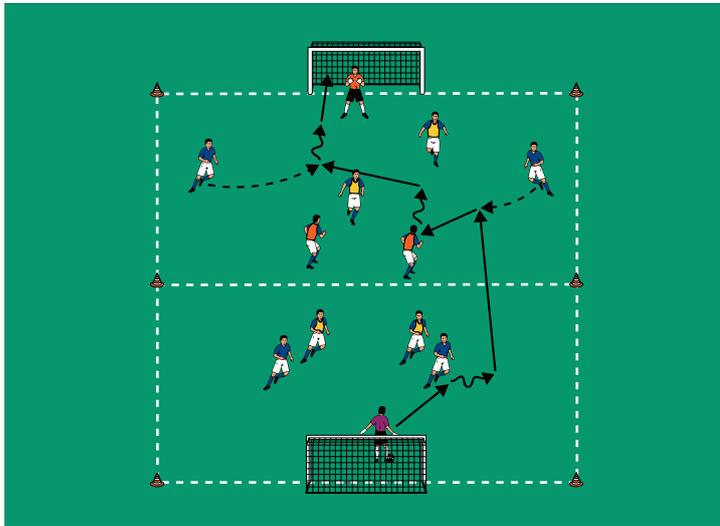
### VARIATIONEN

- ▶ Gültige Treffer können nur in der Angriffshälfte erzielt werden.
- ▶ Die Angreifer müssen innerhalb von 20 Sekunden auf das Tor mit Torhüter abgeschlossen haben.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Nach jeweils 3 Minuten tauschen die Aufgaben tauschen.
- ▶ Im Aufbau müssen die Spieler den Ball in die Angriffshälfte passen.
- ▶ In der Angriffshälfte sollten die Ballbesitzer unter Gegnerdruck sichern, um auf einen der nachrückenden Angreifer abzulegen.
- ▶ Die Überzahl zielstrebig ausspielen.

## D-JUNIoren



### SCHLUSSTEIL:

## ÜBERZAHL-SPIELER

von Michael Feichtenbeiner

### ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau weiter verwenden
- ▶ 2 Mannschaften bilden
- ▶ 2 neutrale Spieler benennen
- ▶ jedes Team stellt 1 Torhüter

### ABLAUF

- ▶ Beide Mannschaften dürfen die neutralen Spieler auf die Tore mit Torhütern jederzeit in den Spielaufbau einbeziehen.
- ▶ Die Ballbesitzer müssen jedoch in die Angriffshälfte passen, bevor sie zum Abschluss kommen dürfen.
- ▶ Spielzeit pro Durchgang: 4 Minuten

### VARIATIONEN

- ▶ Nach einem Pass in die gegnerische Hälfte darf nicht mehr in die eigene Hälfte zurückgepasst werden.
- ▶ Zum Schluss frei spielen lassen.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Anspieler sollen nach der Ballsicherung in der gegnerischen Hälfte eine Überzahlsituation herstellen.
- ▶ Diese kann möglichst bis zum Torabschluss ausgespielt werden.
- ▶ Die Anspieler nach jedem Durchgang wechseln.