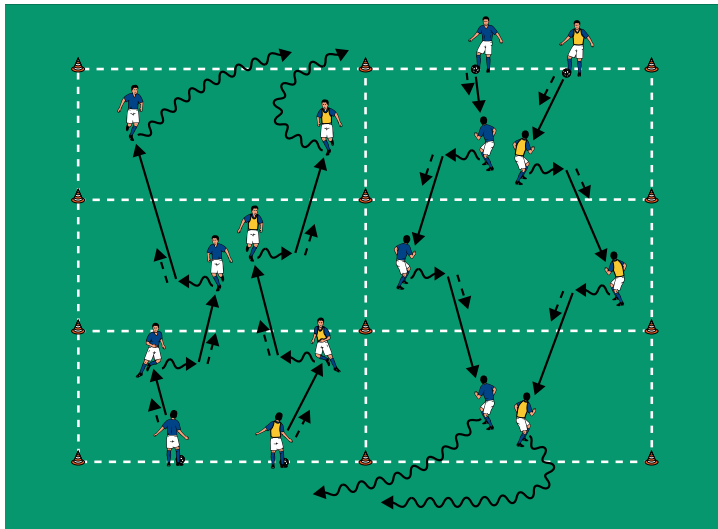


B-JUNIoren



AUFWÄRMEN 1:

3-FELDER-SPIEL I

ORGANISATION

- ▶ 6 Felder markieren
- ▶ 2 Gruppen bilden
- ▶ Die Spieler auf die Felder verteilen

ABLAUF

- ▶ Die Spieler passen jeweils zu ihrem Mitspieler im benachbarten Feld.
- ▶ Der Spieler im letzten Feld kontrolliert das Zuspiel und dribbelt zur Startposition auf der jeweils anderen Seite.
- ▶ Nach jeder Aktion rücken alle Spieler ein Feld weiter.

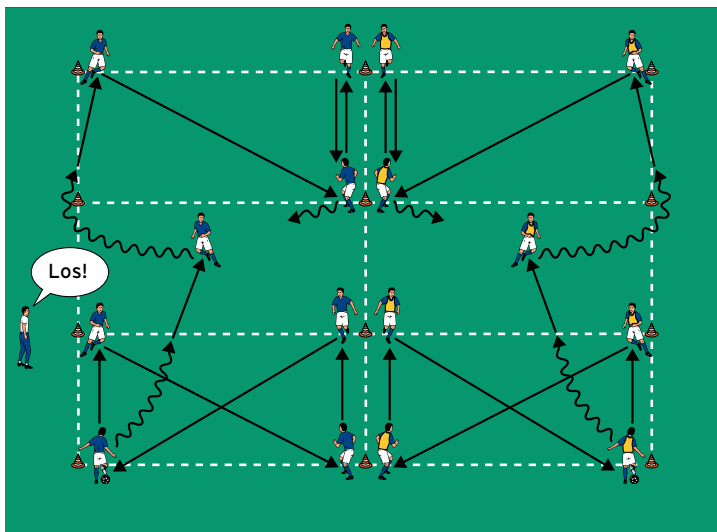
VARIATIONEN

- ▶ In jedem Feld mit 3 Pflichtkontakten agieren.
- ▶ In jedem Feld mit 2 Pflichtkontakten spielen (annehmen, passen).

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler müssen nach jeder Aktion zügig ins nächste Feld vorrücken und sind dadurch stets in Bewegung.
- ▶ Präzise Zuspiele in den Fuß der Mitspieler fordern.

B-JUNIOREN



AUFWÄRMEN 2:

3-FELDER-SPIEL II

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ 2 Mannschaften bilden
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando müssen die Spieler im Startfeld 4 Pässe in den eigenen Reihen spielen.
- ▶ Der Empfänger des vierten Passes dribbelt vom Eckhütchen ins Feld, passt zum Spieler im mittleren Feld und läuft ins mittlere Feld nach.
- ▶ Der Passempfänger kontrolliert das Zuspiel und dribbelt zum freien Hütchen im dritten Feld.
- ▶ Hier startet die nächste Passaktion usw.

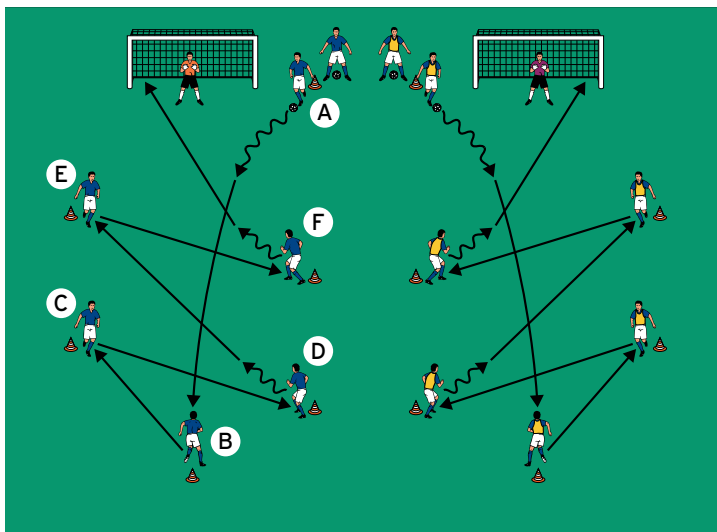
VARIATIONEN

- ▶ Vor dem Felderwechsel mehr oder weniger Pässe in den eigenen Reihen spielen lassen.
- ▶ Bei den Passaktionen mit maximal 3 Kontakten spielen.
- ▶ In den Außenzonen im Direktspiel agieren.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welche Mannschaft absolviert die Passaufgabe zuerst?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf eine offene Spielstellung bei der Ballannahme achten.
- ▶ Darauf hinweisen, dass die Pässe nicht über das Standbein gespielt werden sollen ("Standbein zeigt stets in Schussrichtung!").

B-JUNIoren



HAUPTTEIL 1:

INTENSIVER RUNDLAUF I

ORGANISATION

- ▶ 2 Tore mit Torhütern nebeneinander aufstellen
- ▶ Vor jedem Tor einen Passparcours errichten
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen

ABLAUF

- ▶ A dribbelt ins Feld und passt zu B.
- ▶ B passt zu C, der auf D prallen lässt.
- ▶ D nimmt kurz an und mit und spielt auf E weiter, der auf F prallen lässt.
- ▶ F schließt auf das Tor mit Torhüter ab.
- ▶ Nach der Aktion rücken alle Spieler jeweils eine Position weiter.

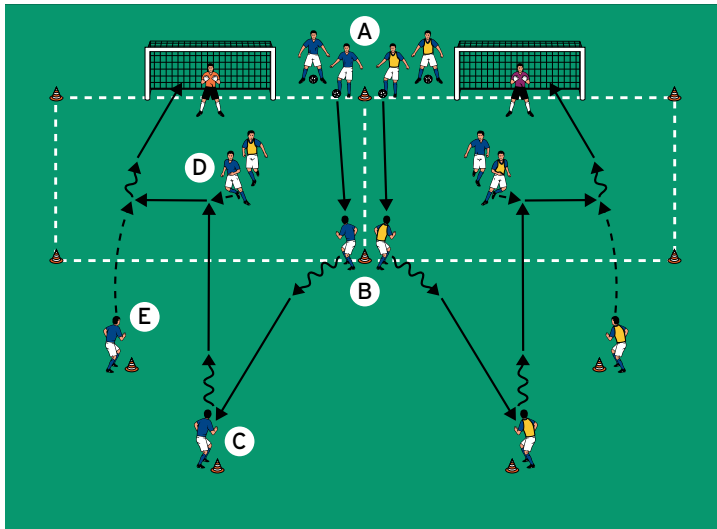
VARIATIONEN

- ▶ Mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen, passen).
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welches Team erzielt die meisten Treffer?
- ▶ Die Mannschaft, die zuerst einen Treffer erzielt, erhält 1 Zusatzpunkt.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Nach seinem Zuspiel muss A schnell auf Position B wechseln, um sofort wieder anspielbereit zu sein.
- ▶ Schnelle Positionswechsel einfordern.
- ▶ Zielstrebig abschließen!

B-JUNIoren



HAUPTTEIL 2:

INTENSIVER RUNDLAUF II

ORGANISATION

- ▶ Die Tore beibehalten
- ▶ Vor jedem Tor ein Feld errichten
- ▶ Zusätzlich Positionshütchen markieren
- ▶ 2 Mannschaften bilden
- ▶ Jedes Team stellt 1 Verteidiger
- ▶ Die Spieler besetzen die vorgegebenen Positionen

ABLAUF

- ▶ A passt zu B, der in die Bewegung mitnimmt und zu C weiterleitet.
- ▶ C dribbelt ins Feld und spielt zum Angreifer D ins Feld.
- ▶ Gleichzeitig rückt E zum 2 gegen 1 ins Feld nach.
- ▶ Nach der Aktion rücken alle Spieler jeweils eine Position weiter.

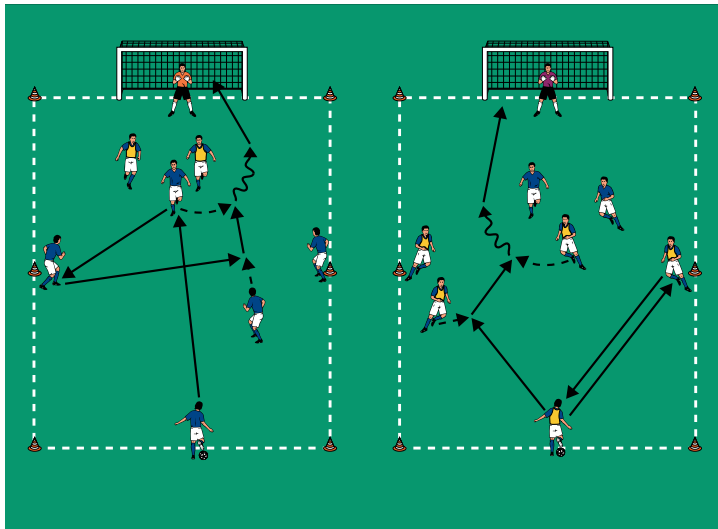
VARIATIONEN

- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welche Mannschaft erzielt die meisten Treffer?
- ▶ Nach dem Zuspiel zum Angreifer muss der Torabschluss innerhalb von 10 Sekunden erfolgen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Verteidiger nach jeweils 2 Minuten austauschen.
- ▶ Der Angreifer muss sich im Feld von seinem Gegenspieler lösen, um für das Anspiel bereit zu sein.
- ▶ Zielstrebig abschließen!

B-JUNIoren



SCHLUSSTEIL:

2 PLUS 3 GEGEN 2

ORGANISATION

- ▶ 2 Felder mit jeweils 1 Tor nebeneinander aufbauen
- ▶ Die Tore mit Torhütern bestzen
- ▶ 2 Mannschaften bilden
- ▶ Pro Mannschaft 3 Anspieler und 2 Verteidiger benennen
- ▶ Die Verteidiger stellen sich jeweils im gegnerischen Feld auf
- ▶ Die Anspieler postieren sich an den Linien

ABLAUF

- ▶ Die Angreifer versuchen jeweils, im Zusammenspiel mit den 3 Anspielern auf das Tor mit Torhüter abzuschließen.
- ▶ Jede Aktion wird dabei vom Anspieler an der Grundlinie eröffnet.
- ▶ Spielzeit: jeweils 2 Minuten.

VARIATIONEN

- ▶ Die Anspieler müssen im Direktspiel agieren.
- ▶ Per Direktschuss erzielte Treffer zählen doppelt.
- ▶ Per Direktschuss erzielt Treffer nach dem Zuspiel eines Anspieles zählen dreifach.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spielform ist sehr intensiv! Entsprechend ist die Spielzeit bewusst kurz gehalten.
- ▶ Die Anspieler und die Verteidiger regelmäßig wechseln.