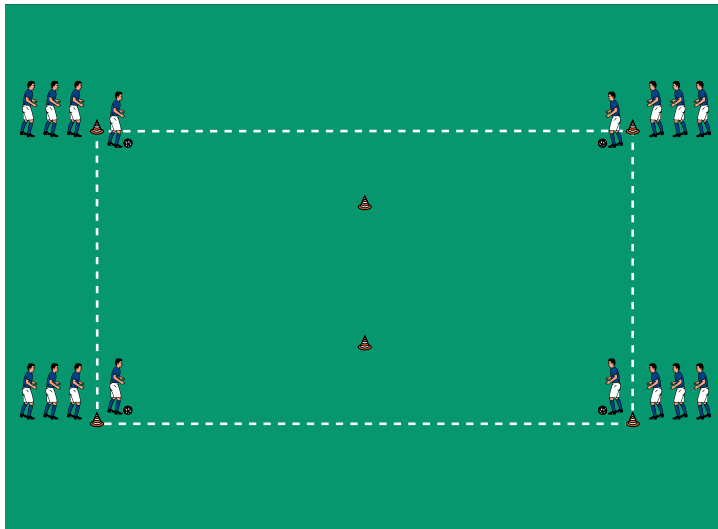


C-JUNIoren



AUFWÄRMEN 1:

PASSSPIEL-VARIANTEN

ORGANISATION

- ▶ Mit 4 Hütchen ein Feld von 40 x 25 Metern markieren
- ▶ Mittig ins Feld eingerückt 2 weitere Hütchen aufstellen
- ▶ Die Spieler an die äußeren Hütchen verteilen, die ersten haben einen Ball

ABLAUF ÜBUNG 1

- ▶ Die ersten Spieler umdribbeln das Hütchen im Feld, passen gerade zum nächsten Spieler am Starthütchen und laufen zum Starthütchen zurück.
- ▶ Die angespielten Spieler kommen entgegen und nehmen zum Hütchen ins Feld mit.

ABLAUF ÜBUNG 2

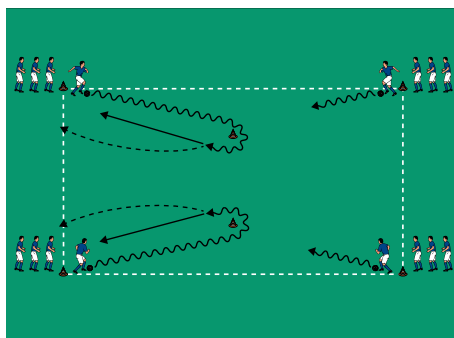
- ▶ Die Spieler passen diagonal und laufen zum eigenen Starthütchen zurück.

ABLAUF ÜBUNG 3

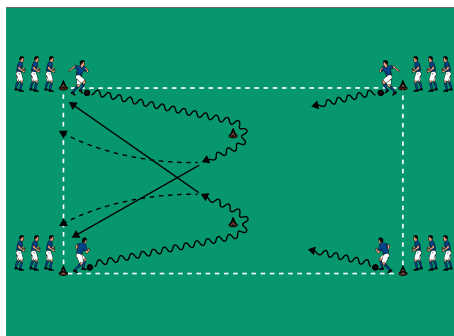
- ▶ Die Spieler passen diagonal und laufen zum gerade gegenüberliegenden Hütchen.

TIPPS UND KORREKTUREN

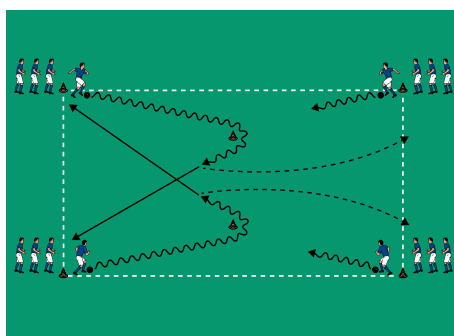
- ▶ Den Ablauf beschleunigen und auch dem zweiten Spieler an jedem Hütchen einen Ball geben.
- ▶ Immer auf freie Passwege achten und nur bei Blickkontakt zum nächsten Spieler spielen.



Übung 1

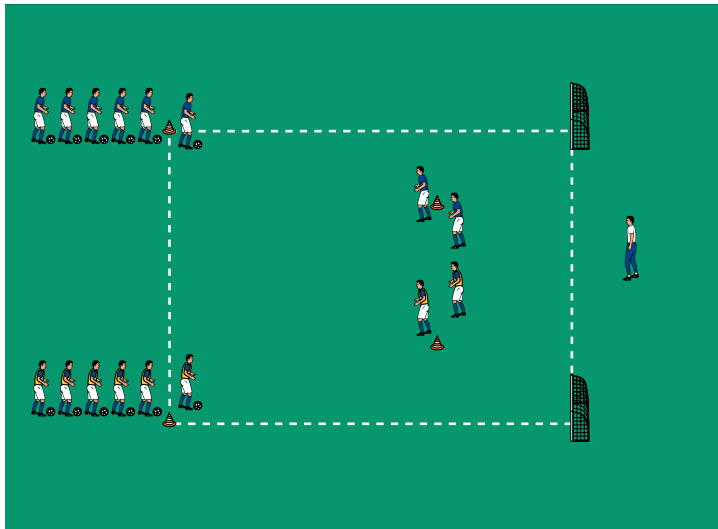


Übung 2



Übung 3

C-JUNIoren



AUFWÄRMEN 2:

PASSPIEL-WETTKAMPF

ORGANISATION

- ▶ 2 Starthütchen in einem Abstand von 20 Metern aufstellen
- ▶ 30 Meter vor jedem Starthütchen ein Minitor aufstellen und eingerückt zwei weitere Starthütchen
- ▶ 2 Teams einteilen
- ▶ Die Spieler jedes Teams mit Bällen an ein Starthütchen und zwei Spieler ohne Ball an die eingerückten Hütchen verteilen

ABLAUF ÜBUNG 1

- ▶ Die Spieler dribbeln kurz an, passen zum ersten Mitspieler am Hütchen und laufen ihrem Ball nach.
- ▶ Der erste Spieler am Hütchen nimmt zum Minitor an und mit und passt ins Minitor.
- ▶ Der Spieler, der zuerst trifft, erhält einen Punkt für sein Team.

ABLAUF ÜBUNG 2

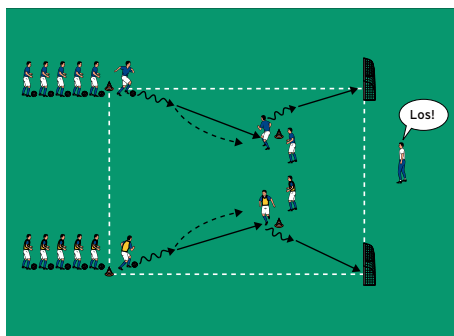
- ▶ Der Passempfänger lässt zurückprallen und der Passgeber schießt ins Minitor.

ABLAUF ÜBUNG 3

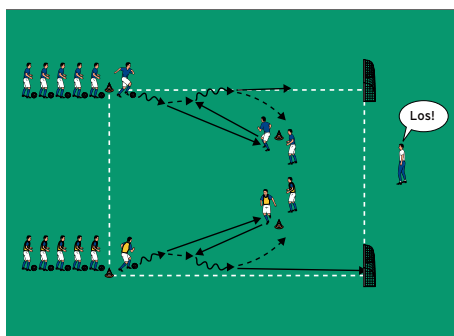
- ▶ Der Passgeber passt ins diagonal gegenüberliegende Minitor.

TIPPS UND KORREKTUREN

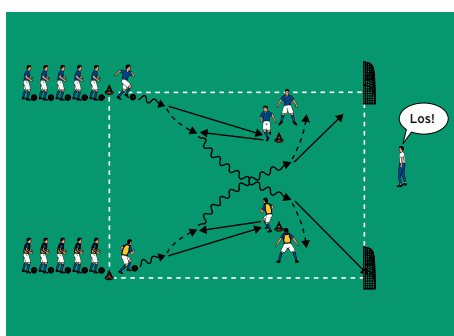
- ▶ Den Ball mit einem Kontakt direkt prallen lassen, alternativ mit zwei Kontakten spielen.
- ▶ Als Trainer die erzielten Treffer laut mitzählen und den Spielstand ansagen.



Übung 1

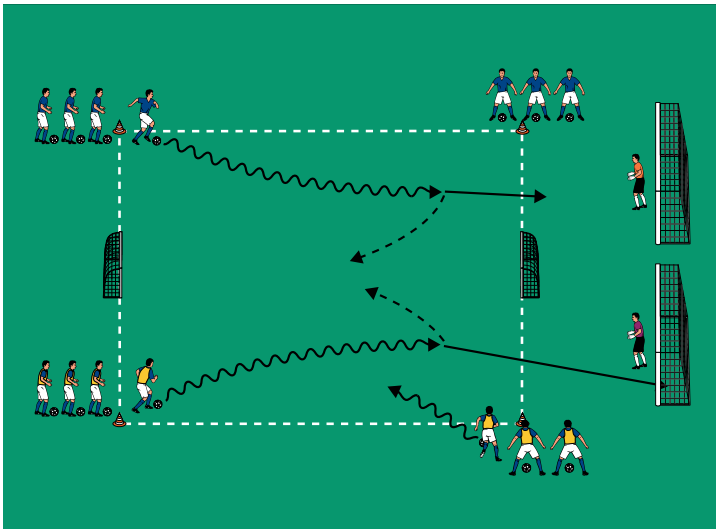


Übung 2



Übung 3

C-JUNIoren



HAUPTTEIL 1:

TORSCHUSS UND PASSSPIEL I

ORGANISATION

- ▶ Ein 20 x 30 Meter großes Spielfeld markieren und auf jeder Grundlinie ein Minitor aufstellen
- ▶ Hinter einem Minitor zwei Tore errichten
- ▶ 2 Teams einteilen und die Spieler jedes Teams mit Bällen an die Spielfeldecken verteilen

ABLAUF

- ▶ Die ersten Spieler von den torfernen Spielfeldecken dribbeln ins Feld und schießen auf das Tor.
- ▶ Der Mitspieler des Spielers, der zuerst trifft, dribbelt von der tornahen Spielfeldecke zum 2 gegen 1 gegen den Spieler des anderen Teams ins Feld und greift auf das gegenüberliegende Minitor an.
- ▶ Sobald ein Treffer erzielt oder der Ball ins Aus gespielt wird, dribbelt der Mitspieler des anderen Teams zum 2 gegen 2 ins Feld und greift auf das Minitor an.
- ▶ Positions- und Aufgabenwechsel innerhalb der Teams nach jedem Durchgang.

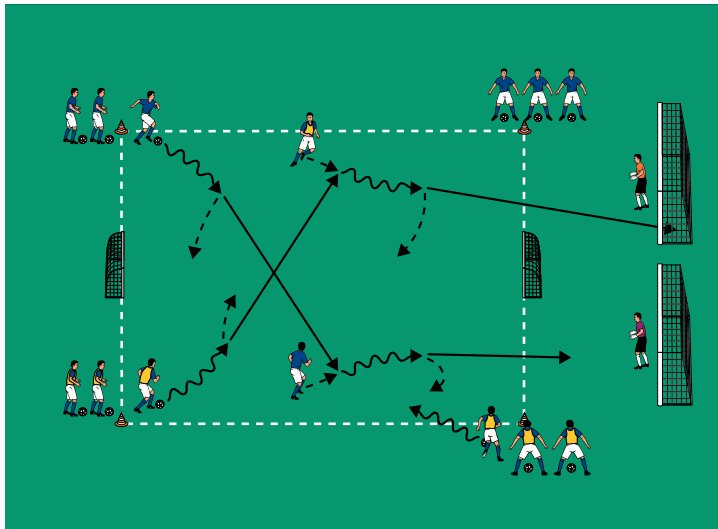
VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links dribbeln und nur mit rechts/links schießen.
- ▶ Wird der Ball im 2 gegen 2 verspielt, einen weiteren Ball einspielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler dürfen zum 2 gegen 1 und 2 gegen 2 erst eindribbeln, wenn sie vom Trainer aufgerufen werden.
- ▶ Jeder Spieler, der eindribbelt, greift mit seinem Partner immer auf das gegenüberliegende Minitor an. Somit ergibt sich vom 2 gegen 1 zum 2 gegen 2 ein Spielrichtungswechsel.

C-JUNIoren



HAUPTTEIL 2:

TORSCHUSS UND PASSSPIEL II

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ Jedes Team postiert in der Mitte einen weiteren Spieler ohne Ball

ABLAUF

- ▶ Die ersten Spieler von den torfernen Spielfeld-ecken dribbeln ins Feld und passen diagonal zum Mitspieler im Feld.
- ▶ Der Spieler nimmt das Zuspiel zum Tor an und mit und schießt.
- ▶ Der Mitspieler des Spielers, der zuerst trifft, dribbelt zum 3 gegen 2 mit seinen Mitspielern gegen die beiden Spieler des anderen Teams ins Feld und greift auf das Minitor gegenüber an.
- ▶ Sobald ein Treffer erzielt oder der Ball ins Aus gespielt wird, dribbelt der Mitspieler des anderen Teams zum 3 gegen 3 ins Feld und greift auf das Minitor gegenüber an.

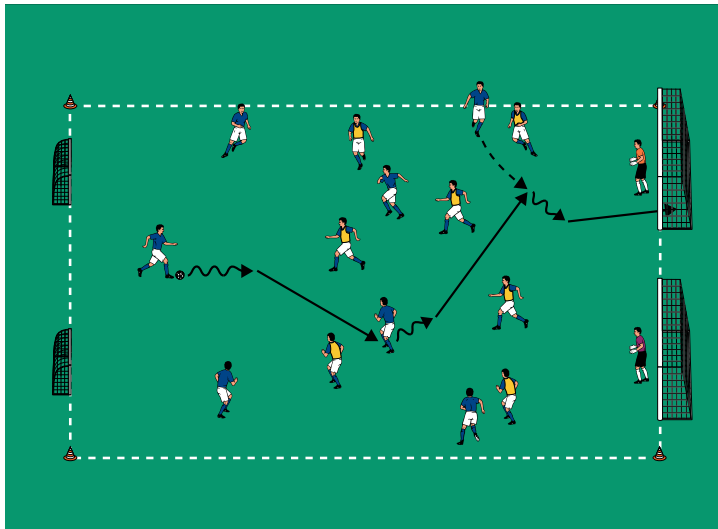
VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links dribbeln, passen und schießen.
- ▶ Den zugespielten Ball diagonal durch das Feld mitnehmen und auf das andere Tor schießen.
- ▶ Wird der Ball im 3 gegen 3 verspielt, einen weiteren Ball einspielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Positions- und Aufgabenwechsel innerhalb der Teams nach jedem Durchgang.
- ▶ Torschüsse auf die Tore mit Torhütern nur innerhalb des Feldes zulassen.
- ▶ Trifft kein Spieler beim Torschuss, den Spieler zum 3 gegen 2 eindribbeln lassen, dessen Partner zuerst geschossen hat.

C-JUNIoren



SCHLUSSTEIL:

2-TORE-ANGRIFF

ORGANISATION

- ▶ Ein 40 x 25 Meter großes Feld markieren
- ▶ Auf einer Grundlinie 2 Tore mit Torhütern und auf der anderen Grundlinie 2 Minitore aufstellen
- ▶ 2 Teams einteilen

ABLAUF

- ▶ Spiel im 7 gegen 7.
- ▶ Ein Team greift auf die Tore an und verteidigt die Minitore, das andere Team greift auf die Minitore an und verteidigt die Tore.
- ▶ Nach jedem Treffer bei den Minitoren wechseln die Teams die Spielrichtung.

VARIATIONEN

- ▶ Die Spielrichtung nach jeweils 3 Minuten Spielzeit wechseln.
- ▶ Eine Zone vor den Minitoren markieren, die nicht betreten werden darf.
- ▶ Eine Zone vor den Toren markieren, die nicht betreten werden darf.
- ▶ Die Tore und Minitore diagonal gegenüber aufstellen, so dass jedes Team ein Tor mit Torhüter und ein Minitor angreift.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Das Angreifen auf mehrere Tore schult das Verständnis für Spielverlagerungen.
- ▶ Nach Treffern auf die Minitore schnell zum Richtungswechsel umschalten.