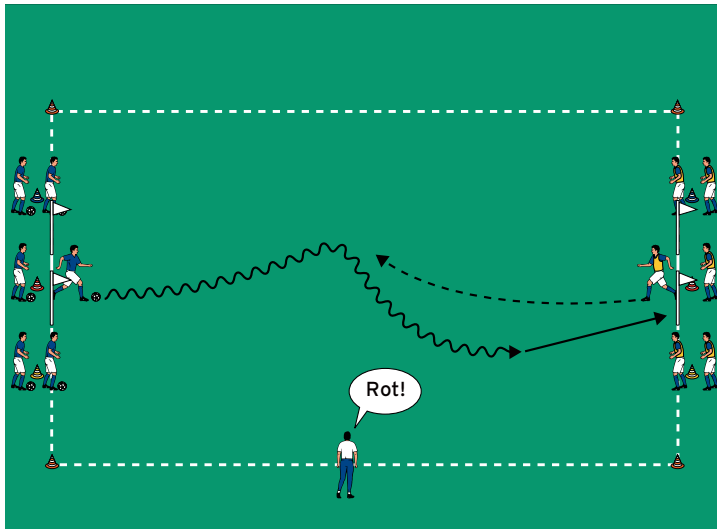


E-JUNIoren



HAUPTTEIL 1:

VERTEIDIGEN NACH FARBEN I

ORGANISATION

- ▶ Ein 10 x 20 Meter großes Feld markieren
- ▶ Auf jeder Grundlinie ein 2 Meter breites Stangentor errichten
- ▶ Hinter jeder Grundlinie 3 verschiedenfarbige Starthütchen aufstellen
- ▶ 2 Mannschaften einteilen und jeweils an den Starthütchen hinter einem Stangentor verteilen
- ▶ Die Spieler einer Mannschaft haben Bälle

ABLAUF

- ▶ Der Trainer startet jeden Durchgang, indem er eine Hütchenfarbe aufruft.
- ▶ Der erste Ballbesitzer vom aufgerufenen Hütchen dribbelt ins Feld.
- ▶ 1 gegen 1 gegen den ersten Spieler vom anderen aufgerufenen Hütchen auf die beiden Stangentore.
- ▶ Jedes 1 gegen 1 dauert so lange, bis ein Treffer erzielt oder der Ball aus dem Feld gespielt wurde.
- ▶ Nach einigen Durchgängen die Aufgaben wechseln.

VARIATIONEN

- ▶ Der aufgerufene Ballbesitzer passt zum gegenüberstehenden Spieler und wird Verteidiger.
- ▶ Zum gegenüberstehenden Spieler werfen bzw. per Volleyschuss aus der Hand hoch zuspielen.
- ▶ 2 Farben aufrufen, so dass sich zwei 1-gegen-1-Zweikämpfe ergeben.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler können sich nach jedem Durchgang an einem anderen Hütchen anstellen. Dabei jedoch stets darauf achten, dass immer alle Hütchen besetzt sind.
- ▶ Die Verteidiger sollen versuchen, den Ball ohne Foul bzw. Grätschen zu erobern. Immer auf den Füßen bleiben und den Ball in einem geeigneten Moment ablaufen.
- ▶ Einen Mannschafts-Wettkampf durchführen. Als Trainer jeden Treffer laut mitzählen.
- ▶ Stehen keine Stangen zur Verfügung, alternativ Hütchentore errichten. Falls vorhanden sind Minitor optimal.