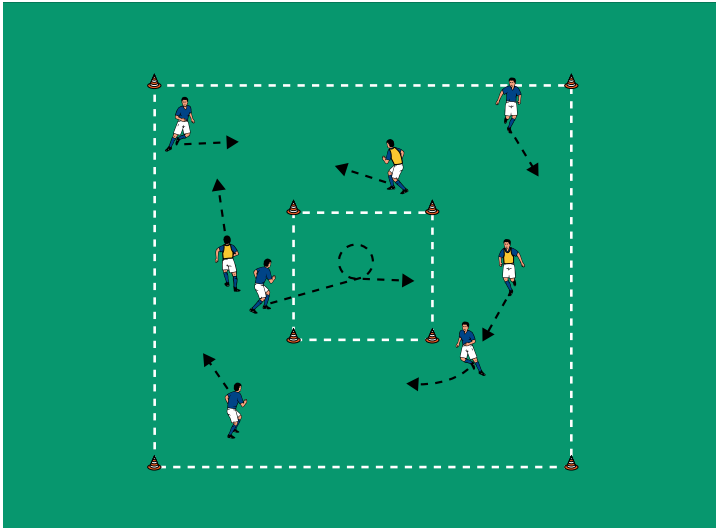


THEMA: ZIELSICHER FINTIEREN



AUFWÄRMEN 1:

FANGEN

ORGANISATION

- ▶ Ein etwa 15 x 15 Meter großes Feld markieren
- ▶ In der Mitte ein etwa 5 x 5 Meter großes Feld markieren
- ▶ Drei Fänger mit Leibchen

ABLAUF

- ▶ Die Spieler bewegen sich nur im äußeren Feld. Die Fänger versuchen, die Läufer abzuschlagen.
- ▶ Gefangene führen in dem mittleren Feld eine volle Drehung aus und laufen danach weiter.

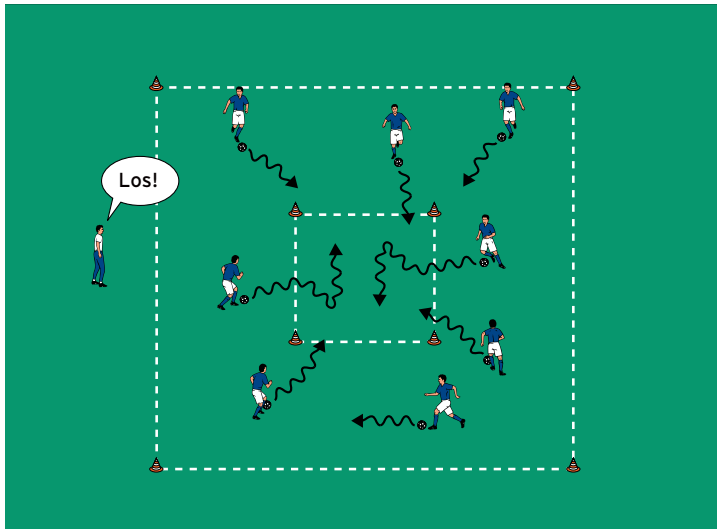
VARIATIONEN

- ▶ Im mittleren Feld andere Geschicklichkeitsaufgaben stellen, z. B. Rolle vorwärts, Laufen auf allen Vieren, drei Sprünge.
- ▶ Alle Spieler haben Bälle in den Händen.
- ▶ Alle Spieler dribbeln. Gefangene führen eine Finte aus.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Fangspiele fördern Ausweichbewegungen und Körpertäuschungen.
- ▶ Körpertäuschungen sind Grundlage für das Erlernen von Finten.
- ▶ Häufig koordinative Zusatzaufgaben stellen.
- ▶ F-Junioren benötigen kein Aufwärmen wie im Erwachsenenalter. Sie können gleich in die Belastung starten.

THEMA: ZIELSICHER FINTIEREN



AUFWÄRMEN 2:

FINTEN-VIERECK

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau nicht verändern
- ▶ 1 Ball pro Kind

ABLAUF

- ▶ Die Spieler dribbeln durch das Feld.
- ▶ Auf Trainerkommando dribbeln sie in das mittlere Feld und führen dort eine Finte aus.

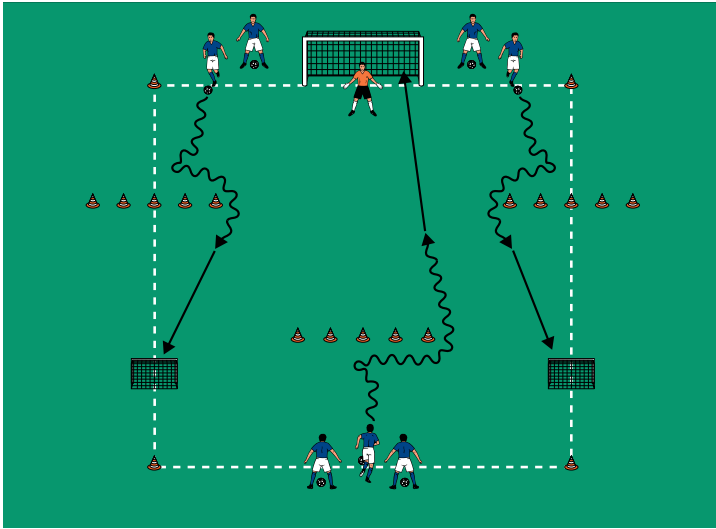
VARIATIONEN

- ▶ Bis zum Trainerkommando nur im äußeren Feld dribbeln.
- ▶ Auf Trainerkommando eine bestimmte Finte ausführen.
- ▶ Drei verschiedene Finten bestimmten Trainerkommandos zuordnen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Eine enge Ballführung fördern.
- ▶ Die Spieler müssen beim Fintieren ihren Mitspielern ausweichen.
- ▶ Alle Finten vormachen. Das Vormachen und Nachmachen gehört zu den wichtigsten Trainingsprinzipien.

THEMA: ZIELSICHER FINTIEREN



HAUPTTEIL 1:

FINTE UND TORSCHUSS

ORGANISATION

- ▶ Das mittlere Feld entfernen
- ▶ Ein Jugendtor mit Torhüter aufstellen
- ▶ An den Seiten zwei Minitore aufstellen
- ▶ Etwa 10 Meter vor dem Jugendtor und etwa 7 Meter vor den Minitoren mit 5 Hütchen eine Reihe markieren
- ▶ Die Spieler starten in Reihen an der Grundlinie und neben den Toren

ABLAUF

- ▶ Ablauf
- ▶ Die Spieler starten nacheinander, führen vor den Hütchenreihen Finten aus und schießen auf das Jugendtor bzw. auf dem Rückweg auf ein Minitor.

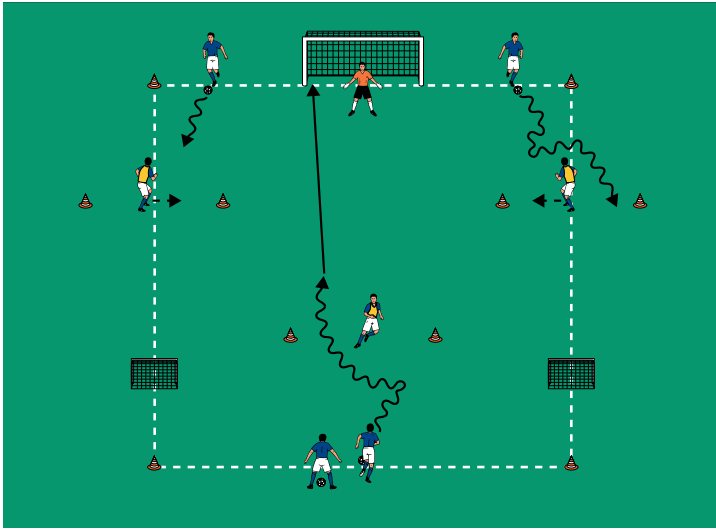
VARIATIONEN

- ▶ Wettbewerb: Wer erzielt die meisten Treffer?
- ▶ Bestimmte Finten vorgeben.
- ▶ Die Finten abwechselnd mit links/rechts ausführen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Bei den Finten auf die richtige Ausführung von Täuschung und Anschlussbewegung achten.
- ▶ Kleine Wettbewerbe erhöhen das Tempo.
- ▶ Fehlende Minitore durch Hütchen- oder Stangentore ersetzen.

THEMA: ZIELSICHER FINTIEREN



HAUPTTEIL 2:

FINTIEREN MIT GEGENSPIELER

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau nicht verändern
- ▶ Die mittleren Hütchen in den Reihen entfernen
- ▶ Verteidiger besetzen die Linien

ABLAUF

- ▶ Die Spieler starten nacheinander und täuschen die Verteidiger mit Finten. Sie dribbeln über die Linien und schießen.
- ▶ Die Verteidiger dürfen sich nur seitlich auf den Linien bewegen.

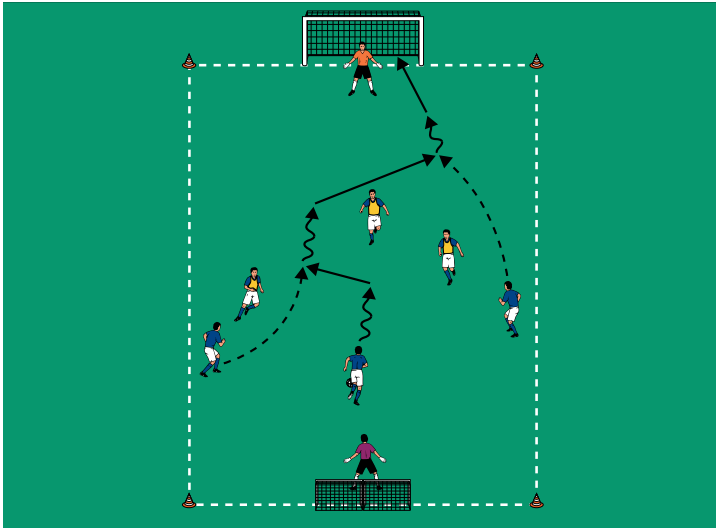
VARIATIONEN

- ▶ Zonen anstatt Linien markieren.
- ▶ Ohne Torhüter.
- ▶ Abwechselnd mit links/rechts schießen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Verteidiger in der Bewegung stark einschränken, um das Überwinden zu erleichtern.
- ▶ Die Verteidiger regelmäßig austauschen.

THEMA: ZIELSICHER FINTIEREN



SCHLUSSTEIL:

FINTEN-SPIEL

ORGANISATION

- ▶ Das Feld auf 20 x 15 Meter vergrößern
- ▶ Die Hütchen entfernen, die Minitorre zusammenschieben
- ▶ Zwei Teams mit Torhütern einteilen

ABLAUF

- ▶ Spiel 3 gegen 3.
- ▶ Ein Torerfolg nach einem Angriff mit einer Finte zählt doppelt.

VARIATIONEN

- ▶ Spiel 4 gegen 4.
- ▶ Extrapunkt für jede erfolgreiche Finte.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Kleine Spielfelder fördern das Anwenden von Finten.
- ▶ Durch kleine Wettbewerbe Anreize schaffen.
- ▶ Den Schwerpunkt der Trainingseinheit im Abschlussspiel aufgreifen.