

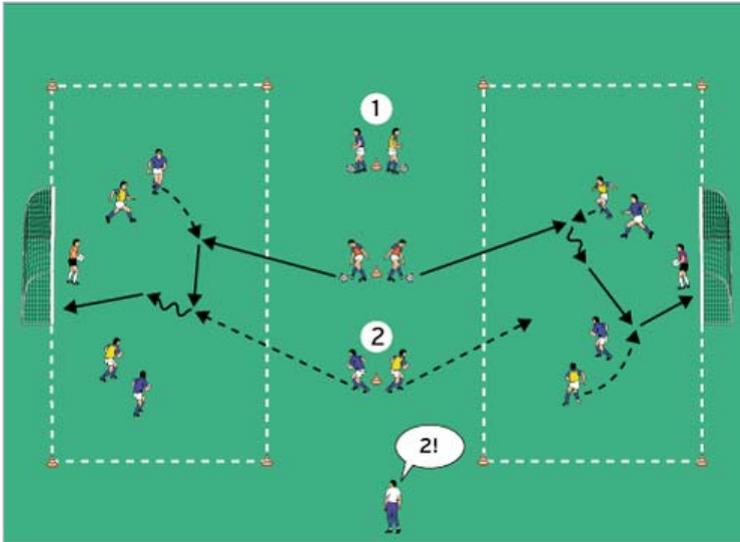


D- UND C-JUNIOREN

HAUPTTEIL 2:

Torschuss-Wettkampf II

von Frank Engel (12.02.2013)



Organisation

- Den Aufbau und die Mannschaften beibehalten
- Jetzt stellt jedes Team 4 Angreifer, 2 Verteidiger und 1 Anspieler
- Je 2 Angreifer besetzen die Startpositionen außerhalb des Feldes
- Die Angreifer jeweils durchnummerieren

Ablauf

- Der Trainer startet durch Zuruf einer Zahl die Aktion.
- Der Anspieler passt zu einem Angreifer vor das Tor.
- Gleichzeitig startet der aufgerufene Angreifer ins Feld.
- Die Ballbesitzer versuchen, im 3 gegen 2 auf das Tor abzuschließen.

Variationen

- Die Startpositionen der nachrückenden Angreifer variieren.
- Die Angreifer müssen mit höchstens 5 Aktionen zum Abschluss kommen.

Tipps und Korrekturen

- Als Angreifer vor den Toren möglichst gestaffelt stehen.
- Da der nachrückende Angreifer per Zuruf festgelegt wird, müssen sich die Angreifer vor den Toren stets auf neue Situationen einstellen.
- Darauf achten, dass die Angreifer möglichst zielstrebig abschließen!

Die Rückrundenvorbereitung steht im Februar im Mittelpunkt von Training & Wissen online! In unserem Themenschwerpunkt finden Sie aktuelle Trainingspläne für A-/B-Junioren sowie Aktive, zahlreiche Informationen zu verschiedenen alternativen Sportarten, ein Interview zum Thema und vieles mehr. Wie immer können Sie uns auch Fragen, Tipps und Vorschläge schicken. Wie sieht Ihre Rückrundenvorbereitung aus? Schreiben Sie an training-wissen@dfb.de.