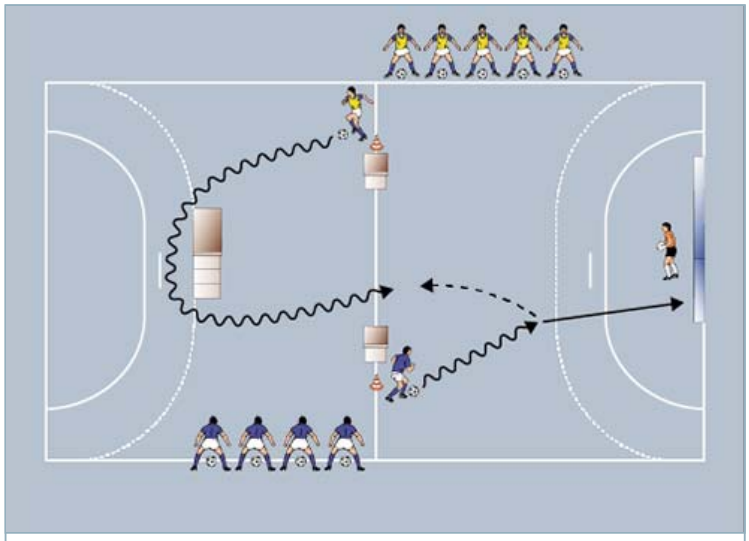
F- UND E-JUNIOREN
HAUPTTEIL 2: Versetzter Torschuss mit Gegner

von Jörg Daniel (14.01.2014)



Organisation

- Den Aufbau aus Hauptteil 1 beibehalten
- Zusätzlich in der Hallenmitte 2 Kleinkästen als Kontertore sowie 2 Starthütchen markieren
- Die Spieler mit Bällen an den Starthütchen verteilen

Ablauf

- Die ersten Spieler an den Starthütchen starten gleichzeitig ins Dribbling.
- Der Spieler von Blau schießt auf das Matten-Tor und wird sofort Verteidiger.
- Der Spieler von Gelb umdribbelt zunächst den Turnkasten und versucht dann, im 1 gegen 1 auf die Weichbodenmatte zu treffen.
- Gelingt es dem Verteidiger, den Ball zu erobern, so kann er auf die beiden Klein-kästen kontern.
- Nach jedem Durchgang die Positionen und Aufgaben wechseln.

Variationen

- Der Spieler von Gelb passt nach dem Umdribbeln des Turnkastens zu Blau und setzt sofort als Verteidiger nach.
- Gelb wirft nach Umdribbeln des Kastens hoch zu Blau und setzt nach.
- Per Volleyschuss aus der Hand hoch zuspielen und sofort nachsetzen.

Tipps und Korrekturen

- Falls möglich die Hallenwände als Banden in das Spielfeld einbeziehen.
- Bei einem schnellen Ballverlust gegebenen-falls einen zweiten Ball neutral einspielen.
- Wegen der intensiven Belastung in der Halle ausreichend Pausen einplanen.

Die Rückrundenvorbereitung naht! Aber mancherorts erinnert der Fußballplatz eher an eine Eishalle, als an eine Spielfläche. Die Vorbereitungszeit sollte aber trotzdem sinnvoll genutzt werden. Also ist Improvisationstalent gefragt.
Wie Sie trotzdem ambitioniert trainieren können, das erfahren Sie im TWO-Themenschwerpunkt Januar zum Thema 'Fußball im Winter' auf Training & Wissen online.

© www.dfb.de • DEUTSCHER FUSSBALL-BUND 2014