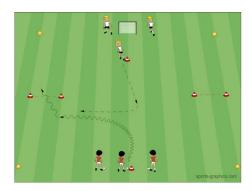




1 VS. 1 - SKILL ACQUISITION (FÄHIGKEITSERWERB)





Altersgrupp(en)

U7 und U8 U9 und U10 U11 und U12



Basistechnik(en)

Ballführung, Dribbling mit Tricks und Finten



Trainingsform

Übungsform

Organisation:

Tool

Feldgröße 20 x 20 Meter



Material

10 Hütchen, 1 Minitor, Bälle



Anzahl Spieler

6



Dauer

10 - 15 Minuten

Ablauf:

Der rote Angreifer mit Ball und der Verteidiger starten gleichzeitig (siehe Bild). Sein Ziel ist es auf das Minitor abzuschließen oder durch die beiden Hütchentore zu dribbeln. Bei einem Treffer oder Ausball starten die nächsten Spieler. Nach 4 Minuten werden die Aufgaben gewechselt.

Varianten:

- Erst nach dem Start des Verteidigers, darf der Angreifer mit dem Ball los dribbeln
- 2 vs. 2
- 2 vs. 1
- 2 Punkte beim Durchdribbeln eines der beiden Hütchentore und anschließendem Treffer beim Minitor
- Bei Balleroberung des Verteidigers Gegenkonter auf ein Minitor oder durch die Hütchentore (Spielform)

Coachingtipps:

- Blick vom Ball lösen
- Mut den Gegner zu überdribbeln
- Richtungswechsel
- Tempowechsel
- Dribbeln mit Tempo

VORARLBERGER FUSSBALLVERBAND

Schlossplatz 1 | 6845 Hohenems | T+43 676 884 773 001 | kinderfussball@vfv.at

