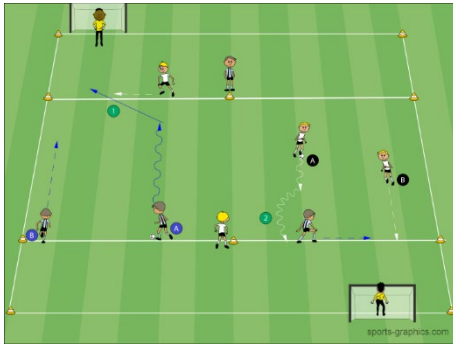







2 VS. 1







 *Altersgrupp(en)*
U9 und U10
U11 und U12

 *Basistechnik(en)*
Ballführung, Dribbling mit
Tricks und Finten
Zuspiel

 *Trainingsform*
Übungsform

Organisation:

-  *Feldgröße* **25 x 20 Meter**
-  *Material* **10 Hütchen, 2 Tore, Bälle**
-  *Anzahl Spieler* **10**
-  *Dauer* **15 – 20 Minuten**

Ablauf:

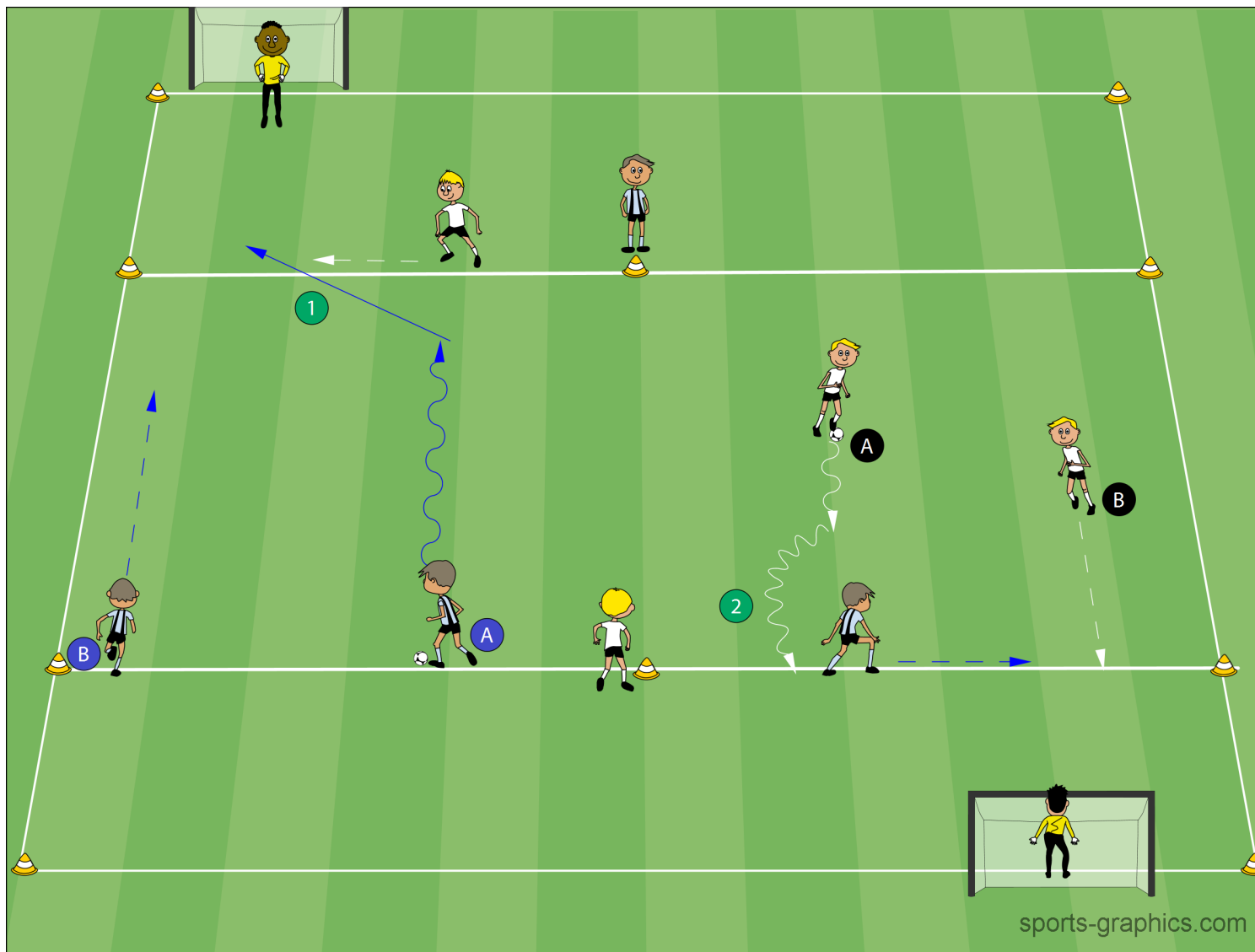
Start - Ausgangspunkt Hütchen. Zwischen beide Spieler (Hütchen) beträgt der Abstand mindestens 5 Meter. Spieler A dribbelt auf den Verteidiger zu und sein Mitspieler B läuft mit in Richtung Tor. Entweder spielt er einen Pass (Option 1) oder er versucht den Verteidiger zu überdribbeln (Option 2) und schießt anschließend auf das Tor. Der Verteidiger darf sich frei auf der Linie bewegen. Erzielen die Angreifer ein Tor gibt es einen Punkt. Erobert der Verteidiger den Ball und dribbelt über die gegenüberliegende Linie, erhält er einen Punkt. Danach beginnt eine neue Aktion der Angreifer auf das andere Tor. Je 1 Verteidiger von Rot und Weiß wechseln sich vor beiden Toren ab. Rollen- und Seitenwechsel nach 3 Durchgängen. Welches Team erzielt mehr Punkte?

Varianten:

- Verteidiger darf sich nach vorne bewegen (Einschränkung - Hände hinter dem Rücken halten)
- Mit Abseits ab U11
- Spielform:
- 4 vs. 4 auf 2 diagonalen Tore mit Torhüter
- Flügel starten (rechts/links)

Coachingtipps:

- Entscheidung treffen (Zuspiel oder 1 vs. 1)
- Einbau von Finten
- Überzahl ausnützen
- Zielstrebigter Abschluss
- Mit Tempo andribbeln



2 VS. 1