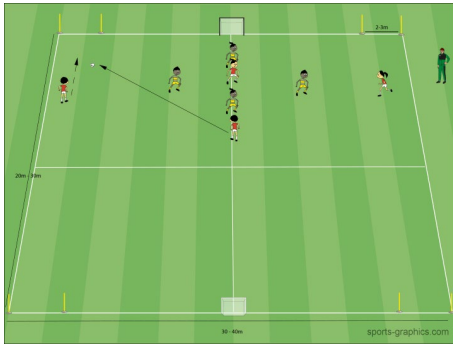





4 VS. 4 AUF 6 TORE - HANDLUNGSSCHNELLIGKEIT




 Altersgrupp(en)
U11 und U12

 Basistechnik(en)
Zuspiel

 Trainingsform
Spielform

Organisation:

 Feldgröße **30 x 20 Meter**

 Material **6 Stangen, 2 Minitore, 2 Hütchen, 3 Teller (Bodenmarkierungen)**

 Anzahl Spieler **8**

 Dauer **15 – 20 Minuten**

Ablauf:

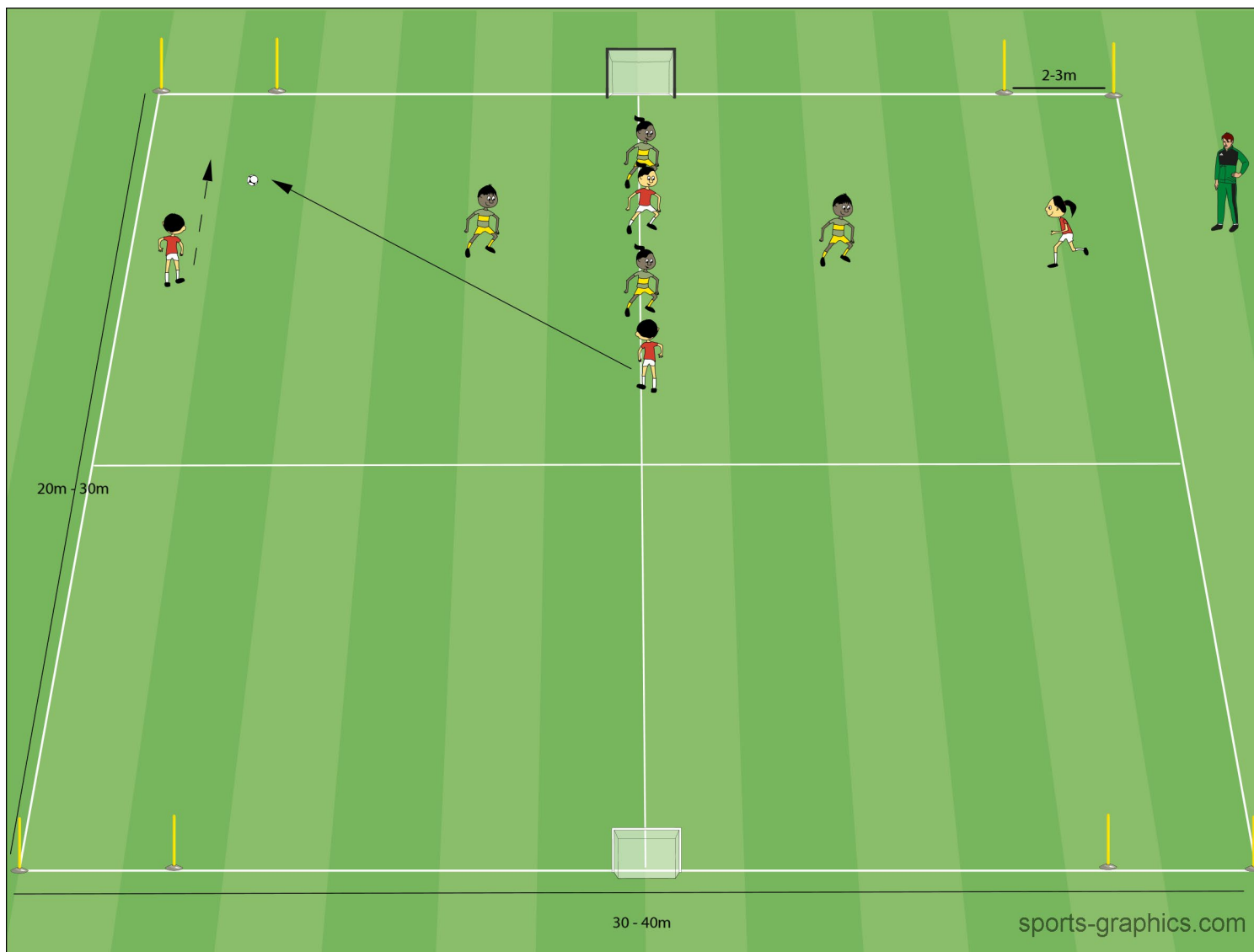
Spiel auf 6 Tore - freies Spiel (Keine Kontaktbegrenzung)
Tore in der Mitte = Torabschluss frei (freie Kontaktanzahl)
Tore außen = Tore dürfen nur direkt erzielt werden (Nach Abspiel des Mitspielers muss der Schütze mit einem Ballkontakt abschließen)
Ziel: Spiel in die Tiefe und Breite, Spielverlagerung

Varianten:

- Überzahl/Unterzahl/Joker
- 3 + 3 vs. 3 auf 6 Tore
- 3 Farbenspiel (Handlungsschnelligkeit)
 - Grün:
 - auf 3 gegenüberliegende Tore spielen
 - Tor in der Mitte: frei
 - Stangentor links: durchdribbeln
 - Stangentor rechts: Zuspiel durch das Tor - 2. Spieler hinter dem Tor muss den Ball stoppen (Verteidiger darf nicht mit)
 - Rot:
 - Tore = Seitenlinien = Überdribbeln oder nach Zuspiel
 - Blau:
 - Ball halten (5 Zuspiele = 1 Tor)

Coachingtipps:

- Auf die Technik achten - Präzises Zuspiel
- Freilaufen
- Raute bzw. Dreiecke bilden
- Sich aus dem Deckungsschatten lösen



4 VS. 4 AUF 6 TORE - HANDLUNGSSCHNELLIGKEIT