



5 VS. 5 AUF 6 TORE



Altersgrupp(en)

**U9 und U10
U11 und U12**



Basistechnik(en)

**Zuspiel
Ballannahme und -mitnahme**



Trainingsform

Spielform

Organisation:



Feldgröße

30 x 20 Meter (je nach Leistungsstärke anpassen)



Material

14 Hütchen (Teller), 4 Funinotore, Bälle



Anzahl
Spieler

10



Dauer

15 - 20 Minuten

Ablauf:

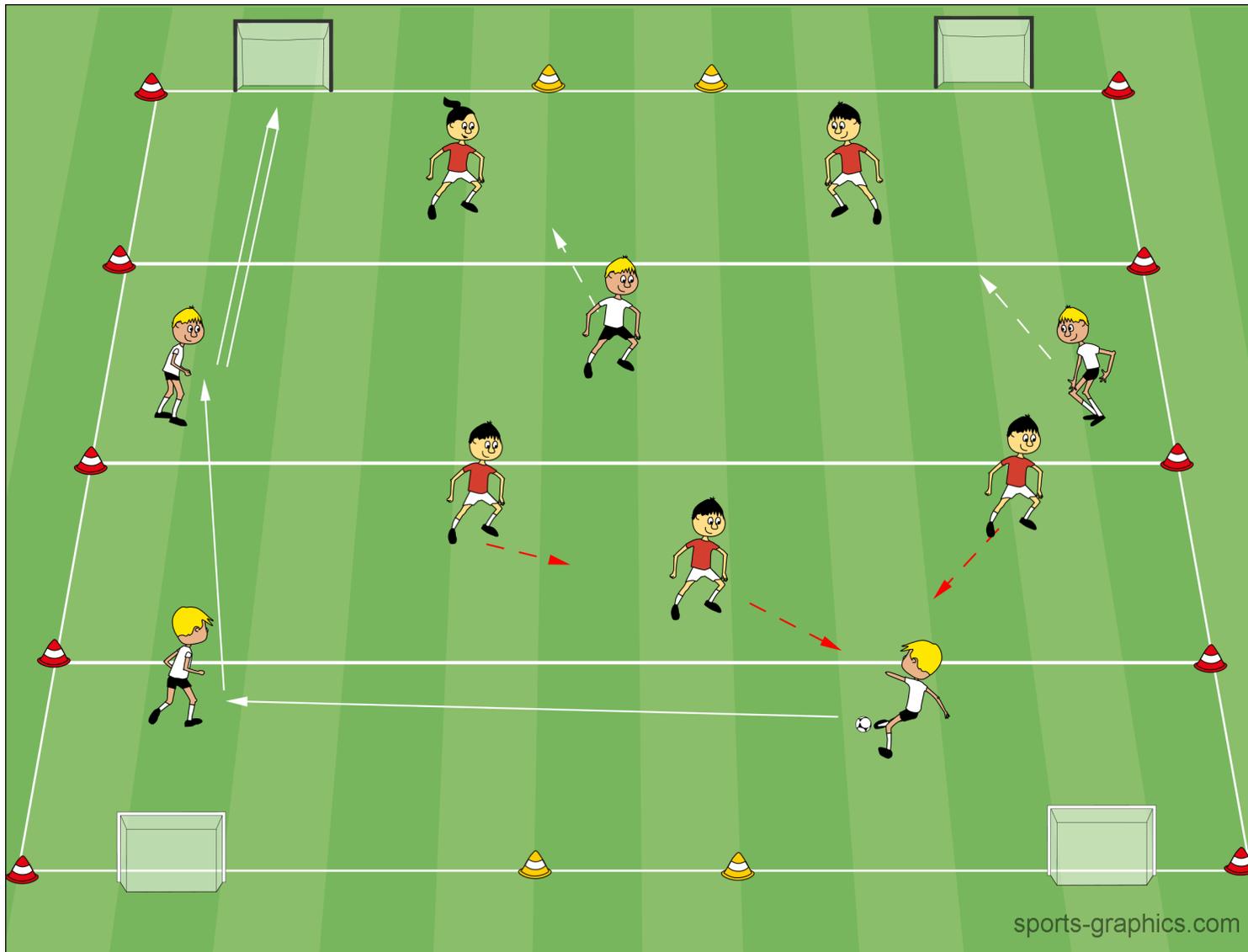
Das Spielfeld in vier horizontale Zonen unterteilt (siehe Bild). In den jeweiligen Zonen vor den Toren befinden sich zwei Verteidiger. In den zwei Mittelzonen befinden sich jeweils 3 Spieler pro Feld (siehe Bild). Die Spieler in der Endzone dürfen ihr Feld nicht verlassen. Team Weiß beginnt und versucht durch gezielte Zuspiele ein Tor zu erzielen. Wenn die Angreifer einen Pass erhalten haben (Mittelzone), dürfen sie ihre Zone verlassen und versuchen ein Tor zu erzielen (3 vs. 2). Der Gegner versucht die Pässe in ihrer Zone abzufangen, bzw. den Ball erobern um einen schnellen Gegenkonter zu starten (Vertikale Pässe)! Nach jedem Durchgang die Positionen (Zonen) der Spieler zu wechseln (Verteidiger/Angreifer)!

Varianten:

- Mit Joker (Joker darf sich im ganzen Feld aufhalten), Mit 2 Joker
- Bei Ballbesitz dürfen die 3 Angreifer in die letzte Zone vordringen (3 vs. 2) und ein Tor erzielen
- Tore zählen nur mit einem direkten Abschluss (1 Kontakt)
- 6 Hütchentore - Zuspiel durch das Hütchentor - Mitspieler muss den Ball hinter dem Hütchentor unter Kontrolle bringen
- Mit zentralen Toren
- 3 Zonen (Mittelzone - 3 vs. 3) + Joker

Coachingtipps:

- Blickkontakt
- Wahrnehmung - wohin bewegt sich der freilaufende Spieler
- Sauberes Zuspiel - sich freilaufen und anbieten
- Ball in Spielrichtung mitnehmen – offene Stellung
- Angreifer: vom Deckungsschatten lösen – Verteidiger: eigenen Deckungsschatten optimal ausnützen
- Dreiecksbildung, Rautebildung



5 VS. 5 AUF 6 TORE