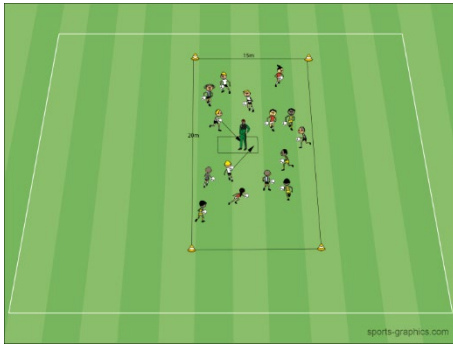




MATTENTREFFEN



Organisation:



Feldgröße **20 x 15 Meter**



Material **1 Matte**



Anzahl Spieler **4 pro Mannschaft (jeder mit einem Ball)**



Dauer **10 Minuten**



Altersgrupp(en)

Bambini
U7 und U8
U9 und U10



Basistechnik(en)

Ballführung, Dribbling mit
Tricks und Finten
Torschuss
Koordination
Aufwärmspiele, Fangspiele



Trainingsform

Spiel

Ablauf:

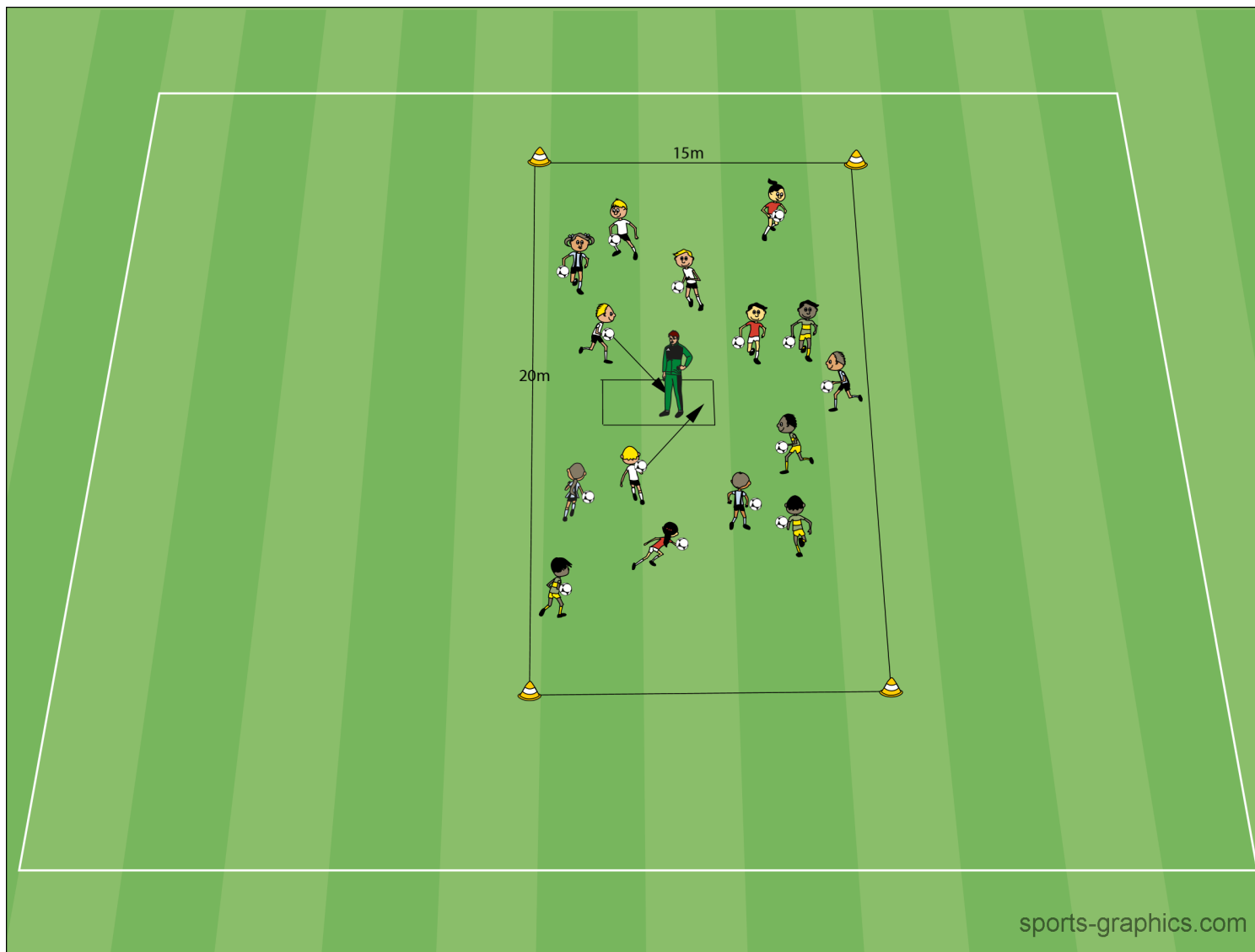
Trainer nimmt eine Matte in die Hand und läuft mit dieser im Feld herum. Aufgabe: Die Kinder müssen mit der Hand den Ball werfen und die Matte treffen. Welches Kind schafft in 3 Minuten am meisten Treffer. 3 Durchgänge

Varianten:

- Die Kinder dribbeln mit dem Ball im Feld
- Der Trainer baut mit beiden Beinen einen Tunnel. Die Kinder müssen durchschießen
- Welche 5 Kinder schaffen das als Erstes
- Der Trainer führt einen größeren Ball (z.B. Medizinball) im Feld
- Die Kinder müssen versuchen den Ball zu treffen
- Wer zuerst 5 Punkte hat, gewinnt
- Beide Hände verwenden
- Wettbewerb durchführen

Coachingtipps:

- Enges Führen des Balles am Fuß
- Genaues Zielen



MATTENTREFFEN