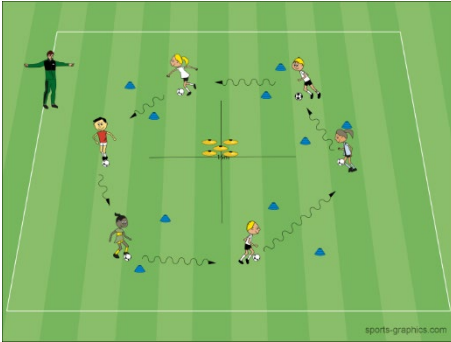




## SUCHE EIN FREIES TOR



### Organisation:



*Feldgröße* **15 x 15 Meter**



*Material* **10 Hütchen, 5 Teller**



*Anzahl Spieler* **maximal 6 Spieler**



*Dauer* **10 Minuten**



*Altersgrupp(en)*

**U7 und U8  
U9 und U10  
U11 und U12**



*Basistechnik(en)*

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



*Trainingsform*

**Spiel**

### Ablauf:

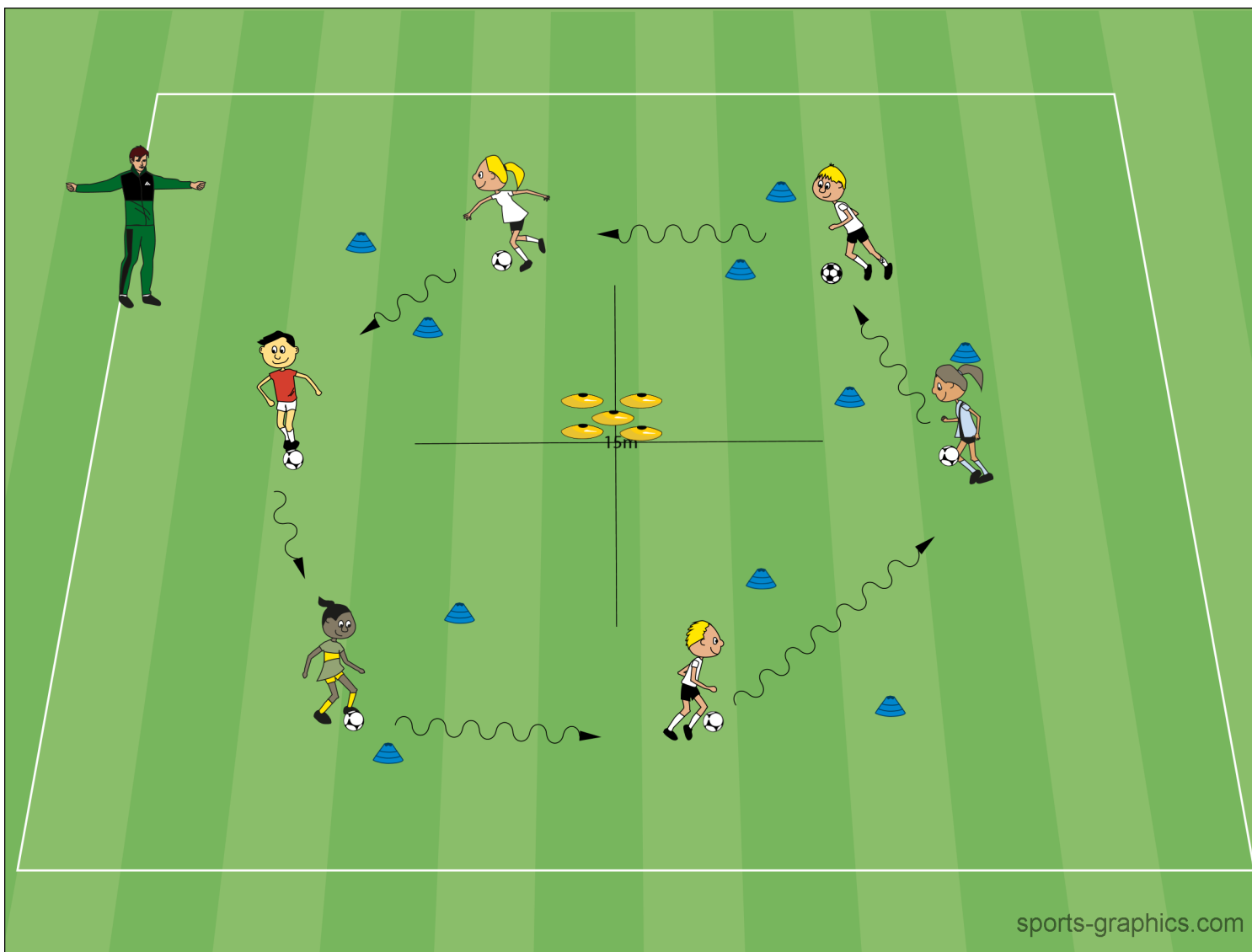
Die Spieler dribbeln in eine Richtung (Vorgabe des Trainers) um den Kreis herum. Auf ein Signal des Trainers müssen die Spieler/-innen das Tor (Haus) besetzen. Wer kein Tor besetzen kann bekommt ein Minus Punkt. Auch Richtungswechsel einbauen.

### Varianten:

- Ohne Ball (zum Einlernen)
- Mit der Hand prellen
- Tore werden innerhalb einer Fläche (Quadrat, Rechteck) gestellt
- Ein Spieler mit Ball versucht ein freies Hütchentor zu erreichen - 4 Spieler ohne Ball (mit Ball) versuchen die 5 Tore zu verteidigen
- Der Spieler mit dem Ball startet gegenüber dem leeren Tor und außerhalb des Kreis -
- Für die Spieler ohne Ball muss ein Fuß im Tor stehen!
- Hütchen oder Leibchen in der Mitte erobern: Auf Kommando so schnell wie möglich (ohne oder mit Ball) ein Hütchen (Leibchen) ergattern - Der Spieler der übrig bleibt muss Liegestütz ausführen

### Coachingtipps:

- Ball eng führen
- Ball geradeaus führen mit dem Vollspann
- Blick vom Ball lösen
- Verbesserung der:
  - Aufmerksamkeit
  - Reaktionsgeschwindigkeit
  - Orientierungsfähigkeit



## SUCHE EIN FREIES TOR