

Fussball – Tore gemeinsam vorbereiten: Kategorie F – 3 gegen 1

In dieser Übung lernt Rolf die Überzahl geschickt zu nutzen. Bei dieser Übung stehen zahlreiche Variationen zur Verfügung.

Rolf, Jürg und Thomas starten von ihrer Torlinie aus. Sie versuchen Robert auszuspielen und ein Tor zu erzielen. Wird ein Tor erzielt, landet der Ball der Angreifer im Seitenoder Tor-Aus, greifen Robert, Alex und Daniel an. E Robert Robert in Unterzahl den Ball, versucht er alleine ein Tor zu erzielen.



Spielfeldgrösse: 10 x 20 m

Variationen

- 3 gegen 0 auf Zeit und mit Auflagen (jeder muss den Ball berühren und direkter Torschuss, evtl. Positionen wechseln).
- 3 gegen 0 im Gegenstrom. Welches Team hat das Tor zuerst erzielt?
- 3 gegen 1 + 1: Sobald die Angreifer den Ball erstmals berühren, startet Alex (Verteidiger) 3 Meter hinter den Angreifern.
- 3 gegen 1 + 2: Zusätzlich startet Daniel von der Seite (5 Meter Abstand zur Seitenlinie).
-
- 3 gegen 2 + 1: Dito oben.
- Auflagen: Zeitbeschränkung, Tor nur direkt erzielen, Gegner darf nur in bestimmter Zone verteidigen.

Bemerkung: Mit Fragen die Kinder zum Denken anregen. Wann spielst du den Ball in den Fuss und wann in den Lauf? Wie formiert ihr euch?

Material: Markierungsteller, Überziehleibchen, Bälle, 4 kleine Tore

Quelle: Raphael Kern, Verantwortlicher Kinderfussball SFV, Knäbel Peter, Technischer Direktor SFV, Bruno Truffer, J+S-Fachleiter Fussball



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO