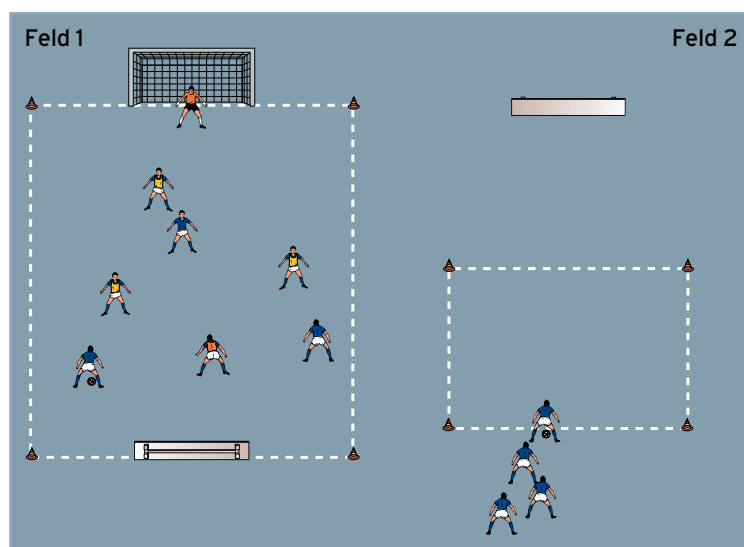
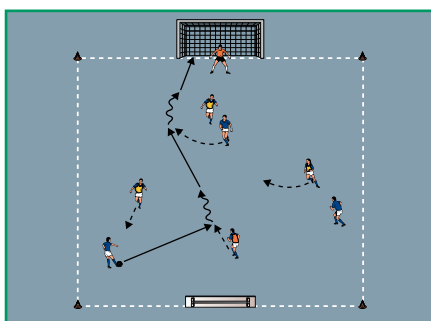


# HAUPTTEIL 1: 3 gegen 3 plus 1

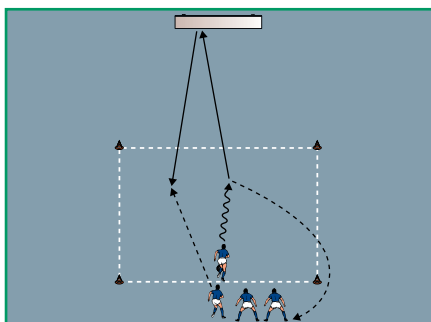
von Mario Vossen (29.12.2015)



Feld 1



Feld 1



## Organisation

- Feld 1: 1 Spielfeld mit 1 Jugendtor und einer auf die Seite gelegten Langbank errichten
- Feld 2: 1 auf die Seite gelegte Langbank und 1 Passfeld markieren
- 3 Gruppen zu jeweils 4 Spielern bilden
- 2 Gruppen in Feld 1 und eine Gruppe in Feld 2 postieren

## Ablauf

### Feld 1

- Der Trainer benennt 1 Torhüter und 1 neutralen Spieler.
- Die beiden Mannschaften treten im 3 gegen 3 gegeneinander an.
- 1 Team erhält das Angriffsrecht und versucht, im 3 gegen 3 auf das Jugendtor mit Torhüter abzuschließen.
- Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so müssen sie gegen die Bank passen.
- Daraufhin wechselt das Angriffsrecht.
- Die Ballbesitzer dürfen den neutralen Spieler jederzeit in den Spielaufbau einbeziehen.

### Feld 1

- Die Spieler stellen sich hinter dem Passfeld auf.
- Der erste Spieler dribbelt ins Feld und passt so gegen die Bank, dass der Ball ins Passfeld zurückprallt.
- Daraufhin läuft der jeweils nächste Spieler ins Feld und passt mit maximal 2 Kontakten ebenfalls gegen die Bank usw.

## Tipps und Korrekturen

- Die Angreifer in Feld 1 behalten so lange das Angriffsrecht, bis die Verteidiger den Ball gegen die Bank gepasst haben.
- Geht der Ball ins Aus, starten die Angreifer den nächsten Angriff erneut von der Bank aus.
- In Feld 2 sollten die Spieler in den ersten Minuten die Übung kennenlernen.
- Anschließend gegebenenfalls einen kleinen Wettkampf organisieren: Für jeden Fehler 1 Minuspunkt vergeben (z. B. Ball prallt nicht ins Feld zurück). Welcher Spieler hat zum Schluss die wenigsten Minuspunkte?
- Nach jeweils 4 Minuten wechselt die komplette Gruppe in Feld 1 und tauscht mit einer Gruppe von dort die Aufgabe.