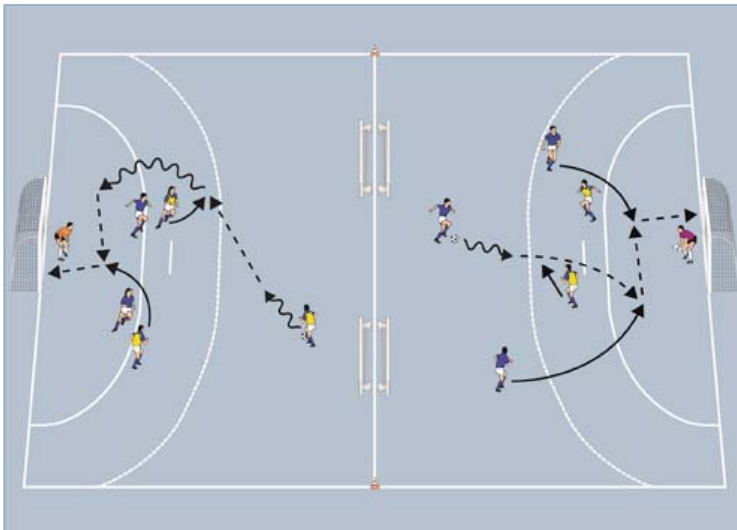




D- UND C-JUNIOREN SCHLUSSTEIL: Wechselndes 3 gegen 2

von Steffen Freund (01.02.2011)



Organisation

- Gegenüber 2 Spielfelder mit jeweils 1 Hallentor mit Torhüter und 2 auf die Seite gelegten Langbänken errichten
- 2 Mannschaften bilden
- Jede Mannschaft stellt 3 Angreifer und 2 Verteidiger

Ablauf

- Die Angreifer greifen jeweils auf das Hallentor an. Die Verteidiger kontern auf die beiden Langbänke.
- Es wird ohne Eckstöße gespielt.
- Auf ein Trainerkommando wechselt jeweils 1 Angreifer ins andere Feld.
- Die verbliebenen Angreifer werden Verteidiger und umgekehrt.
- Spielzeit pro Durchgang: 3 Minuten.

Variationen

- Die Angreifer müssen mit höchstens 3 Kontakten agieren.
- Jede Aktion wird von den Angreifern gestartet.
- Die Langbänke entfernen und im 5 gegen 5 plus Torhüter auf die beiden Tore spielen.

Tipps und Korrekturen

- Durch die jeweils ins andere Feld wechselnden Spieler bilden sich ständig neue Mannschaften.
- Die Spieler müssen sich häufig neu formieren und auf veränderte Situationen einstellen.
- Nach jedem Trainerkommando das Spiel zunächst kurz anhalten und anschließend durch die Angreifer von der Grundlinie auf ein zweites Kommando wieder starten lassen.
- Am Ende jedes Durchganges die Punkte aus beiden Feldern zusammenrechnen. Welche Mannschaft erzielt die meisten Treffer?

INTEGRATION

Fußball ist die Sportart Nr.1. Dies gilt insbesondere auch für Kinder und Jugendliche mit Migrationshintergrund. Ziel muss es sein, durch Respekt und Anerkennung eine hohe Identifikation und ein positives Mannschafts- und Vereinsklima für alle zu schaffen. Hierzu bietet der DFB einfache Tipps unter www.training-wissen.dfb.de.