

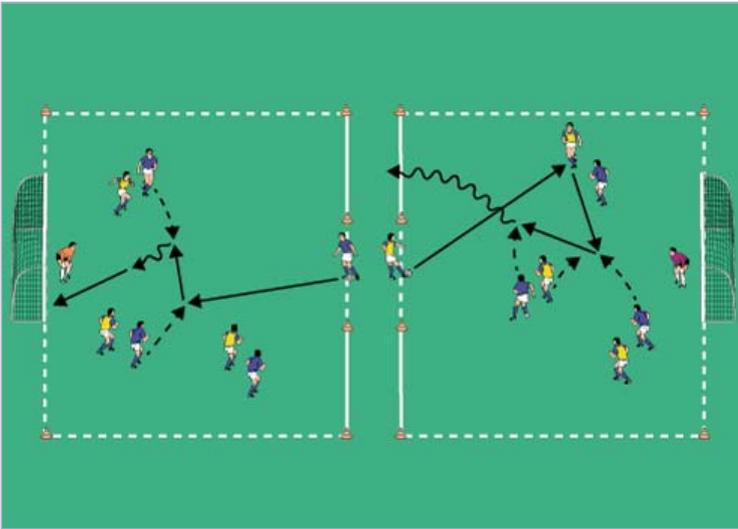


D- UND C-JUNIOREN

SCHLUSSTEIL:

3 gegen 3 mit Anspielern

von Frank Engel (26.03.2013)



Organisation

- Den Grundaufbau beibehalten
- Jetzt in beiden Feldern gegenüber vom Tor seitlich je 2 Kontertore markieren
- 2 Mannschaften bilden
- Jedes Team stellt 3 Angreifer und 3 Verteidiger sowie 1 Anspieler

Ablauf

- Die Angreifer treten zusammen mit dem Anspieler jeweils im 4 gegen 3 gegen die Verteidiger an.
- Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so kontern sie auf die beiden Hütchentore.

Variationen

- Jedes Angreifer-Team bestimmt einen 'Joker-Spieler'. Gelingt es diesem Spieler, einen Treffer zu erzielen, so zählt dieser Treffer doppelt.
- Die beiden Felder zusammenlegen, die Hütchentore entfernen und zum Schluss frei im 6 gegen 6 auf die Tore mit Torhütern spielen.

Tipps und Korrekturen

- Nach einer Weile tauschen die Angreifer und die Verteidiger die Positionen und Aufgaben.
- Die Anspieler regelmäßig wechseln.

Wie sollte das Coaching des Trainers vor und nach dem Spiel bzw. innerhalb des Trainings aussehen? Was macht eine gute Motivationsrede aus? Wie funktioniert Mentaltraining? Diese und weitere Fragen werden Ihnen im März-Themenschwerpunkt 'Coaching' auf Training & Wissen online erläutert. Außerdem finden Sie Tipps zur Selbstreflexion sowie ein Interview mit Uwe Jahn, dem Verbandssportlehrer des Hamburger Fußballverbandes. Wie immer können Sie uns auch Fragen, Tipps und Vorschläge schicken. Wie sieht Ihr Coaching aus? Schreiben Sie an training-wissen@dfb.de.