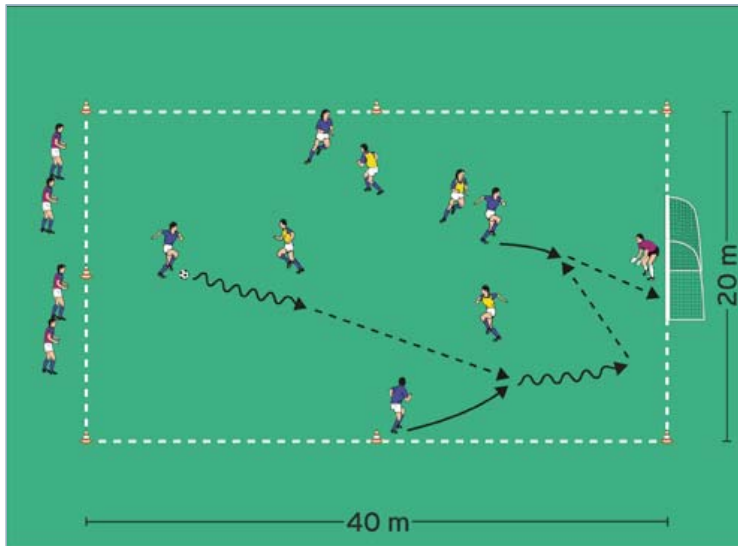


F- UND E-JUNIOREN SCHLUSSTEIL: Druck-Spiel

von Paul Schomann (29.03.2011)



Organisation

- Ein 40 x 20 Meter großes Spielfeld markieren
- Auf einer Grundlinie 1 Tor mit einem neutralen Torhüter aufstellen
- 3 Mannschaften einteilen
- 2 Teams im Feld postieren, die dritte Mannschaft pausiert außerhalb

Ablauf

- 4 gegen 4 auf 1 Tor.
- Gelingt es den Verteidigern, in Ballbesitz zu gelangen, müssen sie mindestens einmal in den eigenen Reihen abspielen, ehe sie auf das Tor abschließen dürfen.
- Nach einer Spielzeit von 3 Minuten muss 1 Spieler der zurückliegenden Mannschaft das Feld verlassen.
- Das in Führung liegende Team darf für weitere 30 Sekunden im 4 gegen 3 auf das Tor angreifen, das Unterzahl-Team darf nur noch verteidigen.
- Gelingt es der Überzahl-Mannschaft, in dieser Zeit 1 Treffer zu erzielen, verbleibt sie auf dem Spielfeld und die Verlierer tauscht mit dem pausierenden Team Position und Aufgabe.
- Gelingt der Überzahl-Mannschaft kein Treffer, muss sie aus dem Feld wechseln.
- Welche Mannschaft gewinnt die meisten Spiele?

Variationen

- Das Überzahlspiel auf 4 gegen 2 erweitern.
- In Gleichzahl weiterspielen.
- Während der zusätzlichen Zeit mit einer 3-gegen-4-Unterzahl auf das Tor angreifen.

Tipps und Korrekturen

- Die Überzahl-Mannschaft soll ihren Vorteil unter Zeitdruck ruhig und entschlossen ausnutzen.
- Nach einem verschossenen oder ins Aus gespielten Ball das Spiel beim Torhüter fortsetzen, um lange Spielpausen zu vermeiden.
- Ausreichend Ersatzbälle in den Toren bereithalten.
- Den Torhüter regelmäßig wechseln.

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.