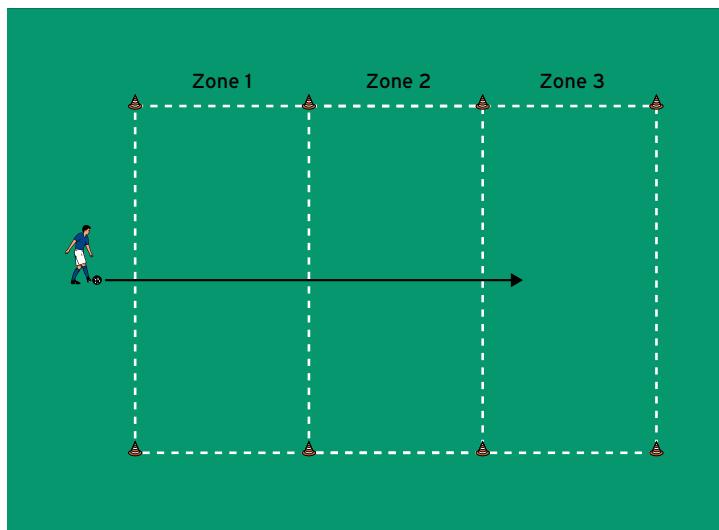




THEMA: TECHNIK-SPIELE FÜR DAS HEIMTRAINING MIT KINDERN



SPIEL 1:

PASS-PUNKTE

ORGANISATION

- ▶ Ein 5 x 9 Meter großes Feld markieren
- ▶ Das Feld wiederum in drei 5 x 3 Meter große Zonen unterteilen
- ▶ Der Spieler steht mit Ball kurz vor der Startlinie von Zone 1

ABLAUF

- ▶ Der Spieler versucht, so zu passen, dass der Ball in einer der Zonen liegen bleibt (Zone 1 = 1 Punkt, Zone 2 = 2 Punkte, Zone 3 = 3 Punkte).
- ▶ Rollt der Ball aus dem Feld heraus, so gibt es keinen Punkt.
- ▶ Eine Challenge durchführen: Wie viele Punkte erzielen die Spieler in 5 Durchgängen?

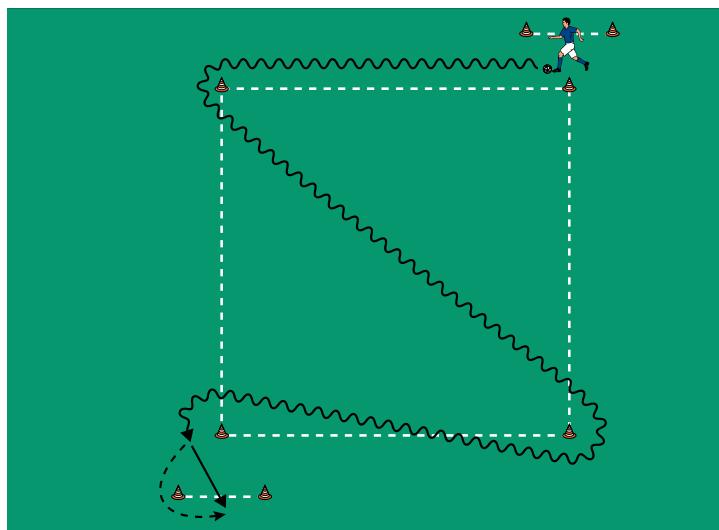
VARIATIONEN

- ▶ Nur mit links oder rechts passen.
- ▶ Das Feld verkleinern.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf unebenem Untergrund müssen die Spieler mögliche Hindernisse einkalkulieren.
- ▶ Als Feldmarkierungen können z. B. auch Flaschen, Leibchen oder sonstige Gegenstände dienen.

THEMA: TECHNIK-SPIELE FÜR DAS HEIMTRAINING MIT KINDERN



SPIEL 2:

DRIBBEL-QUADRAT

ORGANISATION

- ▶ Ein 5 x 5 Meter großes Quadrat markieren
- ▶ 1 Meter vor 2 diagonal versetzten Eckütchen jeweils ein 2 Meter breites Hütchentor aufstellen
- ▶ Der Spieler steht mit Ball an einem Eckhütchen vor einem Hütchentor

ABLAUF

- ▶ Der Spieler umdribbelt die Hütchen des Quadrats in abgebildeter Reihenfolge.
- ▶ Nach Umdribbeln des letzten Hütchens, passt der Spieler durch das Hütchentor, umläuft es und nimmt den Pass anschließend wieder auf.
- ▶ Von hier aus die nächste Aktion starten usw.

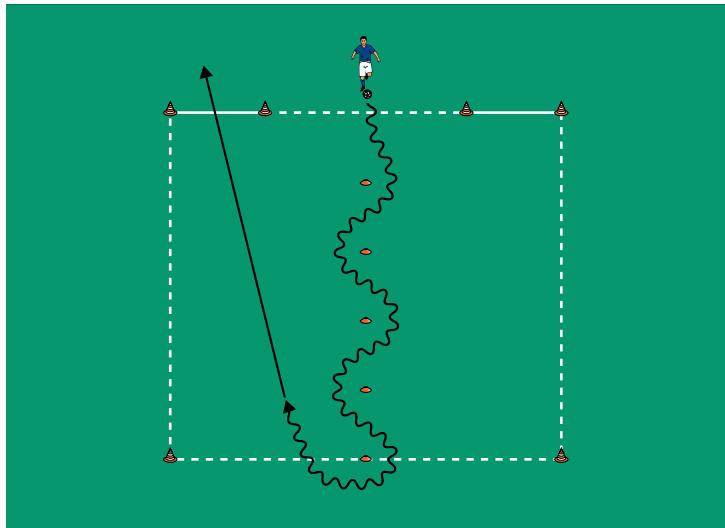
VARIATIONEN

- ▶ Die Hütcentore vor den 2 anderen Eckhütchen aufstellen.
- ▶ Nur mit rechts oder links dribbeln.
- ▶ Nur mit der Sohle führen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler sollen den Blick möglichst oft vom Ball lösen.
- ▶ Auf die richtige Passschärfe beim durchspielen des Minitores achten, um den Ball möglichst schnell wieder am Fuß zu haben.

THEMA: TECHNIK-SPIELE FÜR DAS HEIMTRAINING MIT KINDERN



SPIEL 3:

TORE AUS DER DREHUNG

ORGANISATION

- ▶ Ein 5 x 5 Meter großes Feld markieren
- ▶ Auf einer Seitenlinie zwei 1,5 Meter breite Hütchentore aufstellen.
- ▶ Im Feld einen Dribbeln-Parcours aufbauen
- ▶ Die Hindernisse in einem Abstand von jeweils 1 Meter zueinander platzieren
- ▶ Der Spieler postiert sich mit Ball zwischen den Hütchentoren

ABLAUF

- ▶ Der Spieler startet ins Feld und umdribbelt die Hütchen im Slalom.
- ▶ Nach dem letzten Hütchen auf das entsprechende Hütchentor (je nach Dribbelrichtung) abschließen.
- ▶ Den nächsten Durchgang so starten, dass auf das jeweils andere Hütchentor abgeschlossen wird. Hierzu muss der Spieler das erste Hütchen von der jeweils anderen Seite umdribbeln.

VARIATIONEN

- ▶ Den Hütchenabstand verringern.
- ▶ Auf das linke Tor nur mit links, auf das rechte Tor nur mit rechts passen oder schießen.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welchem Spieler aus dem Team gelingen die meisten Treffer in 5 Durchgängen?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Beim Dribbling beidfüßig agieren.
- ▶ Vor dem Abschluss das Ziel fixieren.