

Material / Aufbau

Hütchenmeer
 Y-Parcours
 Minifußballfeld
 Linienfeld 15x12m²
 oder "Court"

Organisation / Ablauf:

Aufwärmen	Fintieren im Hütchenmeer / Blick vom Ball lösen (Übersteiger und Abkappen vor/hinter dem Standbein) aus 4 Richtungen gleichzeitig. 8 Min	Staffellauf "Y" (3 Teams) 10 Min
------------------	---	---

Hauptteil	Ballführung und Fintieren auf Minitore; Schusszone / Linie markieren, 2 Mannschaften im Wettbewerb 15 Min	1 gegen 1 auf Minitore (Entscheidung re/li) auf 2 Seiten, 2 Teams (ggf. 2:1 auf 1 Minitor 3x) 20 Minuten
------------------	--	---

Variante	2 gegen 1 auf Minitore (Entscheidung re/li) auf 2 Seiten 20 Minuten	
-----------------	--	--

Abschluss	Minifußball 3:3 Linienspiel 2:2 Dreiecksbildung / Unterstützung	
------------------	---	--

Material / Aufbau

2 Jugendtore 30m gegenüber;
 15x15m für Fangspiel
 2 kleine Felder für Aufwärmen

Organisation / Ablauf:

Aufwärmen	Freies Fintieren: - Übersteiger - Abkappen - Sohlenzieher (Fuß stellen und abstoßen) Jonglieren 10 Min	Dribbling-Fangspiel (4 Spieler innen mit Ball, 4 außen mit Ball) jeweils 2 Fänger laufen, nach 1 Fang wird abgeklatscht; wie viele Gegner werden in Zeit gefangen? = 2 Teams 8 Min.
------------------	--	--

Hauptteil	Wettbewerb Torschuss nach Finte und seitlichem abkappen auf Minitore; Finten vorgeben; erstes Tor = 2 Punkte, Tor = 1 Pkt; schwacher Fuß = 1 Zusatzpkt 2 Teams einteilen; Schusslinie und Startlinie markieren; 2 Strecken aufbauen 15 Min	2 gegen 1 / 1 gegen 1 auf Minitore /Jugendtore (Entscheidung re/li) auf 2 Seiten, 2 Teams; gleichzeitig aus 2 Richtungen Verteidigungslinie vorgeben / Tabuzone vor dem Tor 20 Min
------------------	--	--

Variante	
-----------------	--

Abschluss	Minifußball 3:3 / Spiel 4:4 Linienspiel 2:2 Dreiecksbildung / Unterstützung
------------------	---

Material / Aufbau

{{ Material / Aufbau }}

Organisation / Ablauf:

Aufwärmen	freies Dribbling mit Vorgaben (Fuß re / li, Finten, Richtungswechsel) Matthews und Übersteiger 8 Min.	Passen und Ballmitnahme mit Innen- / Außenspielern; verschiedene Mitnahmetechniken;
------------------	--	---

Hauptteil	1 gegen 1 auf Jugendtor nach Ballannahme (auf 2 Tore) Ball von der Seite / von schräg hinten 20 Min.	Torschussrundlauf auf 2 Jugendtore (2 verschiedene Dribbling- und Finteraufgaben (Schuss re / li) 20 Min
------------------	--	---

Variante	
-----------------	--

Abschluss	Minifußball 3:3 Linienspiel 2:2 aktives Freilaufenverhalten / Spielen und Gehen
------------------	---

Material / Aufbau

Minifußballfeld
 Jugendtor
 Passfeld 20x20m²
 Hütchenparcours 3x4 Hütchen

Organisation / Ablauf:

Aufwärmen	Passen und Ballmitnahme mit Innen-/Außenspielern (verschiedene Mitnahmetechniken) + Richtungswechsel Passen in den Lauf und Mitnahme Innenseite oder Würfelpassen (6 Kinder); passen mit der Außenseite einführen (2 Kinder laufen nebeneinander Bahnen) 8 Minuten	Fintieren am Hütchen (Übersteiger, Schussfinte, Tip-Tap) 3x4 Hütchen hintereinander stellen, Bahn für Zurücklaufen vorsehen 10 Minuten
------------------	--	--

Hauptteil	2 gegen 1 mit einem Verteidiger auf einer Linie / über 2 Seiten und Torabschluss auf Jugendtor oder 2x1-Minitor Seitenlinie markieren! Variante 1: nebeneinander Variante 2: hintereinander 10 Min	Torschuss nach Ballmitnahme (Tor im Rücken) auf 2 Jugendtore 20 Min
------------------	--	--

Variante	3 gegen 1 Angriffe auf Minifußballfeld (2 Teams, jeweils 10 Angriffe) 15 Min
-----------------	---

Abschluss	3:3 Minifußball Tore nach Dribbling zählen doppelt. Zwei Tore nacheinander zählen auch doppelt. 20 Min.
------------------	--

Material / Aufbau

Court
Markierplättchen
Leibchen in 3 Farben
kleine Hütchen
12x12m² zweimal

Organisation / Ablauf:

Aufwärmen	Passen mit Störspieler u. dreieckige Hütchen-Tabuzonen (5 Zonen) 10 Min.	3:1-Fangspiel (4x1 Min) 8 Min.
------------------	---	---------------------------------------

Hauptteil	3:2 rollierend auf Mittellinie (überdribbeln) 2-3 Verteidiger bestimmen Überzahl ausspielen: Andribbeln und passen + unterstützen 15 Min	2:1 über eine Seite 1. 2:1 hintereinander 2. 2:1 nebeneinander 2 Verteidiger pro Seite Angreifer rückt nach 20 Min
------------------	--	---

Variante	Torabschluss nach Querpass
-----------------	----------------------------

Abschluss	4+1 im Court
------------------	--------------

Material / Aufbau

Court
 Markierplättchen
 Leibchen in 3 Farben
 kleine Hütchen
 12x12m² zweimal

3 Teams einteilen

Organisation / Ablauf:

Aufwärmen	Passen und Ballmitnahme (verschiedene Mitnahmetechniken vor/hinter dem Standbein) + Richtungswechsel und Dribbling durch Hütchentore "Explodieren" ; Bande einsetzen 10 Minuten	Fangspiel ohne Ball 1 gegen 1 und 2 gegen 1 12x12m Versuchen, die andere Seite zu erreichen / über die Linie zu sprinten 2 Teams einteilen 8 Minuten
------------------	---	--

Hauptteil	direkter Torabschluss nach Zuspiel und Einlaufen gerade / schräg Entscheidung Vollspann / Innenseite re / li 20 Min.	2:1 über eine Seite 1. 2:1 hintereinander 2. 2:1 nebeneinander 2 Verteidiger pro Seite Angreifer rückt nach Feld schräg teilen 20 Min
------------------	--	---

Variante	2:1 durch die Mitte mit Torabschluss in beide Richtungen spielen ab Mittellinie Feld schräg teilen 20 Min
-----------------	--

Abschluss	4+1 im Court
------------------	--------------

Material / Aufbau

Court
 Markierplättchen
 Leibchen in 3 Farben
 kleine Hütchen
 12x12m² zweimal

3 Teams einteilen

Organisation / Ablauf:

Aufwärmen	Passen und Ballmitnahme (verschiedene Mitnahmetechniken vor/hinter dem Standbein) + Richtungswechsel und Dribbling durch Hütchentore "Explodieren" ; Bande einsetzen; Kurzpässe rechts / links 8 Minuten	Fangspiel mit Ball / Ball muss in Bewegung bleiben; 2 Felder mit max. 6 Spielern 6 Minuten
------------------	---	---

Hauptteil	Minifußball 3:3; Pass an Bande und Annahme = 1 Punkte Alternativ: Ballhalten in einer Hälfte 15 Min.	2:1 über eine Seite 1. 2:1 hintereinander 2. 2:1 nebeneinander 2 Verteidiger pro Seite Angreifer rückt nach Feld schräg teilen 20 Min
------------------	---	---

Variante	direkter Torabschluss nach Zuspiel (mit nachlaufendem Verteidiger und 2:1) Ball aus der Mitte nach außen auf den Flügel, dann startet der Verteidiger in einen kleinen Slalom Außenspieler entscheidet: Torschuss oder Querpass 15 Min.
-----------------	--

Abschluss	5:5 im Court
------------------	--------------

Material / Aufbau

Court
 Markierplättchen
 Leibchen in 3 Farben
 kleine Hütchen
 12x12m² zweimal

3 Teams einteilen

Organisation / Ablauf:

Aufwärmen	Dribbling mit Seitwärtsbewegung (Parcours / Rundlauf) 2 mal nach rechts, 2 mal nach links; (Starthütchen!) +2 Min Jonglieren 8 Minuten	Fangspiel mit 1 Fänger (Fänger hat nur 5 Abwehraktionen) 10 Min
------------------	---	--

Hauptteil	1 gegen 1 auf 2 Minitore in 2 Teams in Spuren mit Schusszone 20 Min	Torabschluss nach Pass / Ballannahme mit nachrückendem Verteidiger (+ zweiter Ball nach Dribbling über außen) 20 Min.
------------------	---	--

Variante	
-----------------	--

Abschluss	Kicken im Court Defensivverhalten anschauen (Umschalten und Stellungsspiel)
------------------	--

Material / Aufbau

2 Funino-Felder

3 * 12*12 m²

(auch zum Aufwärmen)

Organisation / Ablauf:

Aufwärmen	Fangspiel 1 gegen 1 im Quadrat 2 Felder, 2 Teams --> seitlich anlaufen von der Ecke, Tempo halten 8 Min.	1 gegen 1 auf Linien mit Anlauf (mit Ball) 2 Felder, 2 Teams, Punkte zählen Verteidiger auf einer Linie 10 Min.
------------------	---	--

Hauptteil	Torschuss nach Ballmitnahme (Torschusswettbewerb) in 2 Teams gegeneinander (1 Finte einbauen nach rechts / links); wer zuerst 10 Tore hat; 2-3 Runden; Tore nach korrekter Finte zählen doppelt 20 Min	2 gegen 2 auf Linientore (3 Felder) --> Verteidigungsposition einnehmen 4x3 Min
------------------	---	---

Variante	Wettlauf mit Ball (Staffellauf) im Y. 8 Min.
-----------------	---

Abschluss	3 gegen 3 Minifußball 2 Felder (Hütchen - und Minitore) Schwerpunkt Stellungsspiel der Verteidiger und Unterstützung
------------------	---

Material / Aufbau

Funino-Feld (ggf. 2)
12*12m-Felder (3)

Organisation / Ablauf:

Aufwärmen	Koordination mit Ball: Prellen, Dribbeln, Hinsetzen, Aufstehen, Rollen, Klatschen, Jonglieren 10 Min.	1 gegen 1 Ballsicherung (3er Teams) Anspielen, Ballsichern 5 Sekunden, Rückpass im 12*12m Feld 10 Min.
------------------	---	--

Hauptteil	3 gegen 1 und 3 gegen 2 (3-4 3er-Teams, 1 verteidigt) 18 Min.	1 gegen 1 im Wechsel auf 2 Minitore (schnelles Anlaufen, explosiv Richtung wechseln) 15 Min.
------------------	---	--

Variante	1 gegen 1 im 12*12 m Feld auf je 2 Seiten diagonal 15 Min.	
-----------------	--	--

Abschluss		
------------------	--	--

Material / Aufbau

Funino-Feld (ggf. 2)
12*12m-Felder (3)

Organisation / Ablauf:

Aufwärmen	Fangspiel 1 gegen 1 im Quadrat 2 Felder, 2 Teams --> seitlich anlaufen von der Ecke, Tempo halten 8 Min.	1 gegen 1 Ballsicherung (3er/4er-Teams) Anspielen, Ballsichern 5 Sekunden, Rückpass im 12*12m Feld 10 Min.
------------------	---	--

Hauptteil	3 gegen 1 und 3 gegen 2 (3-4 3er-Teams, 1 verteidigt) 30 Min.	
------------------	--	--

Variante	Wettlauf mit Ball (Staffellauf) im Y. 2-3 Teams 8 Min.	
-----------------	--	--

Abschluss	3 gegen 3 Funino (+ 2 gegen 2)	
------------------	--------------------------------	--

Material / Aufbau

2m-Tor
 4 Minitore
 oder 2 Jugendtore bzw. Court

Koordinationsparcours

Organisation / Ablauf:

Aufwärmen	Koordinationsaufgaben mit Hürden (springen, Schrittkombinationen, seitlich bewegen, vorwärts/rückwärts); am Ende einen Doppelpass spielen Vorderfuß nutzen, leicht im Knie arbeiten (v.a. seitlich) Oberkörper gebeugt 8 Minuten	3:1 im Eck mit Ballmitnahme und Freilaufen (entlang der Linien); immer den Ball verfolgen 8 Min
------------------	---	--

Hauptteil	2 gegen 1 hintereinander mit Torabschluss auf 2m-Tor (Verteidiger ggf. auf Linie oder nachrückend) --> Lücken schaffen und erkennen 16 Min.	2 gegen 1 nebeneinander mit Torabschluss auf 2m-Tor Verteidiger auf Linie Ballbesitz und Positionen wechseln 16 Min.
------------------	--	---

Variante	Torschuss nach Ballmitnahme / Verteidiger rückt nach 10 Min	
-----------------	--	--

Abschluss	Court oder Minifußball 3 gegen 3 Aktives Freilaufen und spieloffene Stellung einführen. 20 Min.	
------------------	---	--

Material / Aufbau

4 Minitore / Court

Staffelparcours

8x8m Felder (3)

Organisation / Ablauf:

Aufwärmen	Staffelwettbewerb mit Ball (Zick-Zack) 2-3 Teams mit Sprint zurück 8-10 Min.	2 gegen 1 im 8x8 Meter-Feld Ballhalten und schnell freilaufen! bei 3 Ballverlusten wechseln. 8-10 Min.
------------------	---	---

Hauptteil	Torschuss nach Pass - Dribbling - Doppelpass (auf zwei Tore) mit nachrückendem Verteidiger (sobald der Ball gespielt ist) Variante: Direktschuss ohne nachrückenden Verteidiger 15 Minuten	1 gegen 1 auf Jugendtore nach Doppelpass => explodieren und schneller Richtungswechsel 20 Minuten
------------------	--	--

Variante	3 gegen 2 auf 2 Seiten: 2 gegen 1 herstellen und ausspielen 10 Minuten
-----------------	---

Abschluss	Minifußball 3 gegen 3 + 2 gegen 1 oder 2 gegen 2 bzw. Passform
------------------	---

Material / Aufbau

Court, 2 gegen 2-Felder,
 Passquadrate mit Hütchentoren
 4 Stangen mit Füßen

Organisation / Ablauf:

Aufwärmen	Matthews + Körpertäuschung 2 Min. Passwettbewerb ins Hütchentor (in die Mitte dribbeln und nach rechts / links passen durch Hütchentore; 2 Zweierteams im Wettbewerb (bis 10 Tore) 10 Min.	Staffellauf ohne Ball (Linienlauf auf 2 Linien) 2 Teams gegeneinander; Hütchen berühren 10 Minuten
------------------	---	--

Hauptteil	Torabschluss auf Minitore nach Doppelpass in die Mitte und Ballmitnahme (Anspiel von außen) in 2 Richtungen Anspieler wechseln, Wer schießt die meisten Tore? 20 Minuten	Torabschluss nach Ballannahme mit nachrückendem Verteidiger (Passen --> Nachrücken); Verteidiger gehen direkt auf den Ball; schnelle Drehung und Abschluss 20 Min.
------------------	--	--

Variante	
-----------------	--

Abschluss	Funino + 2 gegen 2 25 Minuten
------------------	--------------------------------------

Material / Aufbau

3*12*12m² Felder

Passfelder mit Hütchentoren

Minifußballfeld

Organisation / Ablauf:

Aufwärmen	Laufkoordination mit / ohne Ball vorwärts rückwärts seitwärts oder: freies Dribbling und Fintieren - Schussfinte - Abkappen - Übersteiger - Ausfallschritt / Körperfinte 8 Min	Fangspiel 1 gegen 1 im Quadrat mit Ball (diagonale anlaufen über Seitenlinien kommen) schnelle Füße und Seitwärtsbewegung ohne / mit Ball 10 Minuten
------------------	--	---

Hauptteil	2 gegen 1 mit Torabschluss auf 2 Minitore oder 1 Jugendtor - Andribbeln - schnell bleiben - Kopf hoch Gegner / Mitspieler - schneller Abschluss (direkt) 20 Minuten	Torabschluss nach Ballannahme mit nachrückendem Verteidiger (Passen --> Nachrücken); Verteidiger gehen direkt auf den Ball; schnelle Drehung und Abschluss - Orientierung Gegner / Tor - Kreuzen / Ball abdecken 20 Min.
------------------	---	---

Variante	
-----------------	--

Abschluss	Minifußball 3:3 und 2:2 oder 2:1, je nach Spieleranzahl
------------------	---

Thema: Dribbling

1 gegen 1

Ball in Bewegung halten! **TE:** 12

31.03.22

Material / Aufbau

Court

10*10-Felder für Ballhalten / 3:1

Hütchen für Staffellauf

Positionshütchen für Torabschluss / 1 gegen 1

Organisation / Ablauf:

Aufwärmen	Eindribbeln (schnelle Bewegungen vorwärts / seitwärts) --> 2 schnelle Kontakte in Folge 6 Minuten Staffelwettbewerb mit / ohne Ball (Y) - Dribbeln rechtsrum/linksrum - Ball in der Hand - Ball dribbeln (Basketball) 10 Minuten	Fangspiel 1 gegen 1 im Quadrat (diagonale anlaufen über Seitenlinien kommen) schnelle Füße und Seitwärtsbewegung ohne / mit Ball 10 Minuten
------------------	--	---

Hauptteil	Ball abdecken und in Bewegung bleiben im 1 gegen 1 mit Außenspielern alle 90 Sekunden wechseln 12 Minuten	Torabschluss nach Doppelpass (Innenseite / Vollspann re/li) auf 2 Jugendtore - Spielen und gehen - Spieloffene Stellung 20 Minuten
------------------	--	---

Variante	
-----------------	--

Abschluss	5 gegen 5 im Court 3-1-Aufstellung Freilaufverhalten Helfen Verteidigen
------------------	---

Material / Aufbau

3*12*12m² Felder

Passfelder mit Hütchentoren

Minifußballfeld

Organisation / Ablauf:

Aufwärmen	Fangspiel 1 gegen 1 mit Ball (Körpertäuschungen einsetzen) 8 Min.	In Zweier- /Dreier-Teams Passen - Attackieren - Richtung ändern und Ball sichern oder Tor schießen (4 Minutoren) 8 Min
------------------	---	---

Hauptteil	1 gegen 1 nach Ballannahme mit Torabschluss auf Jugendtor (Verteidiger passiv) / Gegner von der Seite oder im Rücken (Situation: Anspiel "Linie") 15 Min	3 gegen 2 Torabschluss --> Spielaufbausituation mit TW 20 Min.
------------------	---	--

Variante	1 gegen 1 Kampf um den Ball (Anspiel zwischen die Kinder) in Dreier-Teams (ggf. Parallel zum Spiel) --> (mit Torabschluss) 15 Min.	
-----------------	---	--

Abschluss	Minifußball 3:3 und 2:2 oder 2:1, je nach Spieleranzahl	
------------------	---	--

Material / Aufbau

Court mit Minitoren
Staffellaufhütchen
Plättchen

2 Mannschaften einteilen
(nach Größe ordnen)

Minitorfeld 15*15m

5 Dreiecke (1*1*1m)

Organisation / Ablauf:

Aufwärmen	Eindribbeln --> Körpertäuschung (5 Dreiecke) 6 Minuten Tempolauf nach Ballannahme (min. 2*8m) als Staffel durch die Dreiecke (3-4 Durchgänge) 10 Minuten	Chaos 1 gegen 1 (4 Minitore + 4 Plättchentore kreuzförmig) diagonal gegenüber; 2 Duelle gleichzeitig oder 1 gegen 1 im Wechsel auf 2 Minitore (90°) Schießen --> Verteidigen 15 Minuten
------------------	---	---

Hauptteil	Torabschluss nach Direktpass oder Freilauf (schneller Schuss ins Eck) --> Rundlauf aus kurzer Distanz 1. Passen 2. Werfen (halbhoch) 12 Minuten	1 gegen 1 Kampf um den Ball (Ball von hinten) Sprint und Körpereinsatz, Blick zum Trainer 15 Minuten
------------------	--	---

Variante	Torschuss nach Tempodribbling mit nachrückendem Verteidiger (im Trapez) --> Kreuzen 20 Minuten	
-----------------	--	--

Abschluss	Minifußball 3:3 und 2:2 (oder 4+1) Wechsler machen Passübungen	
------------------	---	--

Thema: Ballannahme und Tempo aufnehmen

Dribbling und 1 gegen 1 TE: 15

14.04.2022

Material / Aufbau

Strecke für Staffel

Linien für Reaktionsspiel

Chaos 1 gegen 1

Hütchen für Torschussrundlauf; längere Distanz, Vollspann (außerhalb Strafraum)

3 Trikotfarben (5, 5, 3)

Organisation / Ablauf:

Aufwärmen	Tempolauf nach Ballannahme (min. 2*8m) als Staffel durch die Dreiecke (3-4 Durchgänge) 10 Minuten 1 gegen 1 Reaktionsübung (1m Abstand) oder Fangspiel 6 Minuten	3-Farben-Spiel einführen 2:2:2 oder 3:3:3 (4x3 Minuten)
------------------	---	---

Hauptteil	Chaos 1 gegen 1 (4 Minitore + 4 Plättchentore kreuzförmig) diagonal gegenüber; 2 Duelle gleichzeitig 15 Minuten	1 gegen 1 Kampf um den Ball (Ball von hinten) Sprint und Körpereinsatz, Blick zum Trainer und nach vorne; auf 2 Seiten 15 Minuten
------------------	--	---

Variante	Torschussrundlauf mit flachen Anspielen (2 Teams) Vollspann (Fußhaltung beachten); Schuss außerhalb des Strafraums 12 Minuten	
-----------------	--	--

Abschluss	Minifußball 3:3 oder 4+1 mit Schwerpunkt Unterstützung / Freilaufen	
------------------	---	--

Thema: 1 gegen 1 und Reaktionsschnelligkeit (Schnelligkeit einfordern) **TE:** 16
25.04.2022

Material / Aufbau

10x10m²-Feld zweimal
Chaos 1 gegen 1
3 gegen 3 Funino
3 gegen 3 Linienfeld (25x20m)
oder:
2x Funino-Feld

Organisation / Ablauf:

Aufwärmen	Einlaufen: Übersteiger / Schere / Schussfinte 6 Min 1 gegen 1 Fangspiel über Linien (diagonal anlaufen) 8 Min	In Zweier- /Dreier-Teams Passen - Attackieren - Richtung ändern und Ball sichern oder Tor schießen (4 Minutoren auf zwei Seiten / Funino-Feld) auf 2 Seiten 8 Min
------------------	--	--

Hauptteil	Chaos 1 gegen 1 (4 Minutoren + 4 Plättchentore kreuzförmig) diagonal gegenüber; 2 Duelle gleichzeitig Feld nicht zu groß machen! 15 Minuten	1 gegen 1 Kampf um den Ball (Ball von hinten) Sprint und Körpereinsatz, Blick zum Trainer und nach vorne; auf 2 Seiten 15 Minuten
------------------	--	---

Variante	3 gegen 3 Turnier "aktiv bleiben und den Ball fordern" (kurz / lang)
-----------------	---

Abschluss	3 gegen 3 Funino und 3 gegen 3 auf Linientore "helfen oder abhauen" (Teams wechseln) 20 Minuten
------------------	--

Material / Aufbau

4 Minitore
 2x 10x10m-Feld (schon für Torabschluss vorbereiten)
 Starthütchen für 1 gegen 1

4x3 Leibchen (oder 2x6)

Organisation / Ablauf:

Aufwärmen	Aufwärmen: Passen und Dribbling im Viereck 6 Kinder pro Station 10x10m-Feld 10 Min.	3-Farben-Spiel einführen 2x 4 gegen 2; in einer Spielhälfte im Court (ggf. ohne Torraum) Ballmitnahme! 2:2:2 oder 3:3:3 5 Ballkontakte = 1 Punkt (4x3 Minuten)
------------------	---	---

Hauptteil	2 gegen 1 auf 8x12m ² mit Torabschluss auf 2 Minitore (zweimal aufbauen) 15 Min.	Torschuss 1 gegen 1 (schneller Schuss nach Ballmitnahme) Verteidiger spielt kurz an und verfolgt direkt im Vollsprint (5m Abstand) 15 Min.
------------------	--	--

Variante	Torschussrundlauf mit flachen Anspielen (2 Teams) Vollspann (Fußhaltung beachten); Schuss außerhalb des Strafraums 12 Minuten
-----------------	---

Abschluss	3 gegen 3 Funino und 2 gegen 1 4 Teams, Wechsel alle 3 Minuten! "helfen oder abhauen" (Teams wechseln) 20 Minuten
------------------	---

Material / Aufbau

- 3 Felder 10*10m
- Funino-Feld (ggf. etwas länger) mit Endzone (Blättchen)
- Torschuss auf Jugendtore

Organisation / Ablauf:

Aufwärmen	Passen im Viereck mit Ballmitnahme (rechtsrum / linksrum) Dribbeln und Passen 10 Min.	Fangspiel mit Ball / Verteidiger ohne Ball (3 Felder) 10 Min.
------------------	---	---

Hauptteil	1 gegen 1 Angreifen / Verteidigen auf 1 oder 2 Minitore (je nachdem wie's läuft) 2 Mannschaften einteilen, 4 Gruppen Richtungswechsel und Seitwärtsbewegung weg vom Gegner 15 Min.	Torschussrundlauf mit flachen Anspielen (2 Teams) Vollspann (Fußhaltung beachten); Schuss außerhalb des Strafraums durchgehend auf der anderen Seite anstellen Variante: geworfene Bälle und einmal mitnehmen 15 Minuten
------------------	---	---

Variante	
-----------------	--

Abschluss	Minifußball 3:3 mit Schwerpunkt Verteidigen (Umschalten) und Freilaufen; immer wieder "Abhauen" (in die Tiefe laufen) Parallel 3 gegen 3 auf Jugendtore 30 Min.
------------------	---

Material / Aufbau

2 Jugendtore (30*25m-Feld)
 4 Minitore
 2 Felder 20*10m nebeneinander
 8*8m-Felder für 1 gegen 1 (3 mal)

Leibchen

Organisation / Ablauf:

Aufwärmen	Eindribbeln Übersteiger / Abkappen / Schussfinte 8 Min. Reaktionstraining mit 5 Hütchenfarben (3 mal aufbauen) Hütchen mit der Hand berühren; mit kurzem Sprint danach 8 Min.	Freilaufen im 1 gegen 1 (3 mal aufbauen) mit Außenspielern; schnelle Anschlussaktionen einfordern. 10 Min.
------------------	---	---

Hauptteil	2 x 2:1 auf 20x10m ² ; 1 Verteidiger (bei 10m und 20m) wird überspielt, dann Abschluss auf 5m-Tor mit TW - auf 2 Seiten (mit Trichter) aufbauen 15 Min.	1 gegen 1 mit Ballmitnahme und Torabschluss auf Minitore (Simulation Ballannahme am Flügel nach vorne / hinten) mit Verteidiger; Tore schräg = Passweg 2 mal aufbauen (Ball schräg von hinten und vorne = linker / rechter Flügel) 15 Min.
------------------	--	--

Variante	
-----------------	--

Abschluss	4+1 mit Auswechselspielenden Helfen oder Abhauen 3-1 - Aufstellung (Mittenspieler und Freilaufwege) Ein Kind immer ganz vorne 3*10 Minuten
------------------	--

Thema: Spielkompetenztraining Ballannahme und 2 gegen 1

11 Kinder TE: 18

9.5.2022

Material / Aufbau

3x Leibchen

2 Jugendtore (30x20m)

Feld 8x8m (2 Mal)

Feld für 3-Farben-Spiel

2:1 auf 2 Seiten inkl. Starthütchen

Organisation / Ablauf:

Aufwärmen	Fangspiel im 1 gegen 1 8x8m ² (Täuschung und Verteidigen, schnelle Füße) mit / ohne Ball, nach Anspiel; seitliche Mitnahme in den Lauf 8 Minuten	3-Farben-Spiel (2 Gruppen, 4 gegen 2 und 3 gegen 2) 3x4 Min.
------------------	--	--

Hauptteil	2 x 2:1 auf 20x10m ² ; 1 Verteidiger (bei 10m und 20m) wird überspielt, dann Abschluss auf 5m-Tor mit TW - auf 2 Seiten (mit Trichter) aufbauen; Anlaufen und schneller Pass; Verteidiger nicht zu schnell nach vorne! 18 Min.	Torabschluss nach Ballannahme in die Bewegung auf 2 Seiten re / li wechseln nach 8 Min. Schussfinte / Abkappen oder Übersteiger Variante: direkte Mitnahme nach innen 18 Min.
------------------	---	--

Variante	1 gegen 1 auf 2 Minitore
-----------------	--------------------------

Abschluss	4+1 auf Jugendtore, alle 3 Min. wechseln (1 Wechsler übt Jonglieren) Freilaufverhalten Helfen oder Abhauen
------------------	---

Material / Aufbau

3x Leibchen
 2 Jugendtore (30x20m) --> Court
 4 Minitore
 Feld 8x8m (2 Mal)
 Feld für 3-Farben-Spiel
 2:1 auf 2 Seiten inkl. Starthütchen

Organisation / Ablauf:

Aufwärmen	Technikquadrat mit Innen- und Außenspielern (Passen flach, Zuwerfen halbhoch / hoch (Oberschenkel, Fuß, Brust) mit Ballannahme 10 Min.	Fangspiel Leibchenfangen (2 Fänger, 15*12 m, DPP) 8 Min.
------------------	---	---

Hauptteil	Chaos 1 gegen 1 auf 4 Minitore, explosive Ballmitnahme 15 Min.	Torschuss nach Querpass von außen (schräg einlaufen, dann quer spielen nach Ballannahme) 15 Min.
------------------	---	---

Variante	2 gegen 1 (Situation Durchbruch außen) auf 2 Seiten mit Pass / Dribbling nach Anspiel aus der Mitte / von außen 12 Min.	
-----------------	--	--

Abschluss	4+1 mit Positionen 2-1-1 oder auf Jugendtor und 2 Minitore 30 Min.	
------------------	--	--

Material / Aufbau

{{ Material / Aufbau }}

Organisation / Ablauf:

Aufwärmen	Fangspiel Leibchenfangen (2 Fänger, 15*12 m, DPP) 8 Min.	4 gegen 2 ohne Doppelpass 8 Min.
------------------	---	---

Hauptteil	Torschuss auf 2 Jugendtore mit Ballannahme und nachrückenden Verteidiger => Ballmitnahme 12 Min.	tiefes Spiel auf 4 Minitore (Rücken an Rücken) in der Mitte des Feldes; Ziel: tief spielen; Spieler dürfen erst mit dem Ball nachrücken (Eishockeyabseits) 15 Min.
------------------	--	---

Variante	3 gegen 3 auf Großtore ggf. auf 1 Tor rollierende (1 TW) oder 4 gegen 2 (3 Teams) 15 Min.
-----------------	--

Abschluss	3 gegen 3 auf 2 Feldern
------------------	-------------------------

Material / Aufbau

2 Jugendtore

Felder für 3:1 / 4:2

2 Minitore als Kontertore und Rückweg für TA

Organisation / Ablauf:

Aufwärmen	Passen und Ballmitnahme mit Innen-/Außenspielern (verschiedene Mitnahmetechniken) 10 Min.	4 gegen 2 / 3 gegen 1 8 Min.
------------------	--	-------------------------------------

Hauptteil	1 gegen 1 bis 2 gegen 2 auf Jugendtore mit TW im Wechsel; 2 Minitore als Kontertore (2 Felder, 2 Mannschaften) 20 Min.	Doppelter Torabschluss nach 1. Ballannahme in offener Stellung (3 Sekunden) um Hütchen und 2. Querpass von außen auf 2 Tore 20 Min.
------------------	---	--

Variante	
-----------------	--

Abschluss	Minifußball 3:3 mit Schwerpunkt Freilaufen und 1. Ballkontakt (offene Stellung und Dynamik auslösen) 20 Min.
------------------	---

Material / Aufbau

Organisation / Ablauf:

Aufwärmen	Dribbling-Slalom (azyklisch) mit Hürden 10 Min.	"Speed-Court" (3 Felder aufbauen) mit / ohne Ball 15 Min.
------------------	--	--

Hauptteil	1 gegen 1 bis 3 gegen 2 auf Jugendtore mit TW im Wechsel; 2 Minutoren als Kontertore (2 Felder, 2 Mannschaften) 20 Min.	Doppelter Torabschluss nach 1. Ballannahme in offener Stellung (3 Sekunden) aus Quadrat und 2. Zuwurf von außen auf 2 Tore 20 Min.
------------------	--	---

Variante	
-----------------	--

Abschluss	2 gegen 2 auf Linien und 3 gegen 3 (Jugendtore)
------------------	---

Material / Aufbau

{{ Material / Aufbau }}

Organisation / Ablauf:

Aufwärmen	{{ Aufwärmen 1 }}	{{ Aufwärmen 2 }}
------------------	-------------------	-------------------

Hauptteil	{{ Übung/Spiel 1 }}	{{ Übung/Spiel 2 }}
------------------	---------------------	---------------------

Variante	{{ Option / Variante }}	
-----------------	-------------------------	--

Abschluss	{{ Spielform / Wettspiel 15 Min + }}	
------------------	--------------------------------------	--

Material / Aufbau

2 Jugendtore
3 Felder 15x15m² für 2 gegen 2
Passquadrate
Markierungen für Torschuss

Organisation / Ablauf:

Aufwärmen	Torschussrundlauf auf Hütchentore (4m) in 10-12 m Abstand 10 Min	Diagonalpassen im Rundlauf 10 Min.
------------------	---	---------------------------------------

Hauptteil	2 gegen 2- Turnier (3 Felder) Champions League, Bundesliga, 2. Liga 20 Min.	Torschuss nach Ballmitnahme um Hütchen und Finte 20 Min.
------------------	---	---

Variante	
-----------------	--

Abschluss	3 gegen 3 Funino oder 5 gegen 5 3*8 Min.
------------------	---

Material / Aufbau

4 Minitore
3 Technikquadrate
Dribblingparcours

Organisation / Ablauf:

Aufwärmen	Technikquadrat - Übersteiger - Ausfallschritt - Schussfinte - Jonglieren 10 Min.	Dribblingparcours im Wettbewerb 2x6 Hütchen 2 Teams einteilen Verlierer räumen die Hütchen weg 4m + 8m + 8m Sprint Mit / ohne Ball 10 Min.
------------------	---	--

Hauptteil	Torschuss auf doppelte Minitore nach Sprintduell - Erstes Tor zählt doppelt - Erstes Tor nach Finte dreifach - Start von der Grundlinie - Schusslinie und Mittellinie markieren - 2 Teams einteilen 20 Min.	1 gegen 1 bis 3 gegen 2 auf Minitore im Wechsel; Konter erlaubt 20 Min.
------------------	---	--

Variante	
-----------------	--

Abschluss	3 gegen 3 Funino 2 gegen 2 auf Linien im Wechsel oder Technikarbeit zu dritt
------------------	--

Material / Aufbau

2 Stangen
 2 Jugendtore
 Hütchen, Bälle, Leibchen

Organisation / Ablauf:

Aufwärmen	Passen in offener Stellung mit Lösen vom Gegner (2 Stangen) und Nachlaufen 1x links, 1x rechts 10 Min.	Torschuss nach Dribbling und Ausfallschritt / Übersteiger (im Rundlauf) Linksrund laufen, schießen mit rechts, Tabulinie markieren. 10 Min.
------------------	--	---

Hauptteil	2 gegen 1 auf Jugendtore mit Kontertor, Schwerpunkt Ballmitnahme nach vorne "auf Kante stehen und offen", vorderes Bein anspielen, beide Angreifer bewegen sich. Kreuzen! 20 Min.	1 gegen 1 bis 3 gegen 2 auf Jugendtore mit TW im Wechsel; Zeitbeschränkung einbauen für Tempo (10 Sekunden) 20 Min.
------------------	--	--

Variante	
-----------------	--

Abschluss	5 gegen 5 auf Jugendtore (2-1-1-Aufstellung) 3*8 Min.
------------------	--

Material / Aufbau

- Technikquadrat
- Rundlauf für Torabschluss
- 2 gegen 1-Feld (2 Mal nebeneinander) => 20x10m
- 3 gegen 3 und 2 gegen 2 Feld (Dribbellinien) oder 4+1-Feld mit Jugendtoren
- Fußballtennis- Feld

Organisation / Ablauf:

Aufwärmen	Halbhohe/ springende Bälle alleine und in 2er-Teams kontrollieren mit Brust und Fuß + Übersteiger und Beschleunigung 10 Min.	Torschuss nach zugeworfenem Ball (1x springen lassen) im Rundlauf auf Jugendtor li / re 15 Min.
------------------	---	--

Hauptteil	2 gegen 1 hintereinander (20x10m) schnelle Ballmitnahme und Torschuss (2mal aufbauen in 2 Richtungen); 1. Ball vom Anspieler (=4 Spieler in der Aktion) 20 Min.	1 gegen 1 nach Anspiel vom TW und schneller Attacke des Gegners (Ball in Bewegung halten und sichern, wenn kein Vorbeikommen; Ball entgegen gehen, wenn zu kurz) Freilaufen vom Gegner weg / Orientierung "1. Kontakt" 20 Min.
------------------	--	---

Variante	Fußballtennis parallel zur Spielform
-----------------	--------------------------------------

Abschluss	3 gegen 3 auf Dribbellinien 2 gegen 2 auf Dribbellinien "Ball in Bewegung halten" "Der zweite Schritt"
------------------	---

Material / Aufbau

- Technikquadrat
- Rundlauf für Torabschluss
- 2 gegen 1-Feld (2 Mal nebeneinander) => 20x10m
- 3 gegen 3 und 2 gegen 2 Feld (Dribbellinien) oder 4+1-Feld mit Jugendtoren
- Fußballtennis- Feld

Organisation / Ablauf:

Aufwärmen	Dribblingparcours mit Richtungswechseln: - Ausfallschritt - Schussfinte mit Abkappen - Sohlenzieher - Schere jeweils am Hütchen 10 Min.	Dribblingparcours im Wettbewerb 2x6 Hütchen 2 Teams einteilen Verlierer räumen die Hütchen weg 4m + 8m + 8m Sprint Mit / ohne Ball 10 Min.
------------------	---	--

Hauptteil	3 gegen 2 auf Jugendtore mit TW im Wechsel; 1. Ball vom TW; feste Startpositionen, auch für die Verteidiger; Feld 20x20m 20 Min.	1 gegen 1 nach Anspiel vom TW und schneller Attacke des Gegners (Ball in Bewegung halten und sichern, wenn kein Vorbeikommen; Ball entgegen gehen, wenn zu kurz) Freilaufen vom Gegner weg / Orientierung "1. Kontakt" 20 Min.
------------------	--	---

Variante	Fußballtennis parallel zur Spielform
-----------------	--------------------------------------

Abschluss	3 gegen 3 auf Jugendtore 2 gegen 2 auf Dribbellinien "Ball in Bewegung halten" "Der zweite Schritt"
------------------	--

Material / Aufbau

2 Jugendtore, 4 Minitore

4 zusätzliche Felder für 1 gegen 1 auf Linien

Feld für Dribbling-Fangspiel

Organisation / Ablauf:

Aufwärmen	Chaosball mit 4 Teams auf 4 oder 6 Tore 1. Handball / Fußball 2. Rückwärtsball / Volleyball 10 Min	Dreiecksfangen ohne Ball 3 Teams; im und gegen den Uhrzeigersinn. bis 1 Team 5 mal gewonnen hat 2 - 3 Runden 10 Min
------------------	---	---

Hauptteil	1 gegen 1 bis 2 gegen 2 schnelles Umschalten auf 2 Jugendtore Ball in Bewegung halten 1. Aktion: Schuss 15 Min.	1 gegen 1 auf Linien (10*8 Meter) und 2 Minitorfelder 4-6 Felder aufbauen mit / ohne Anlauf starten Gewinner geht 1 hoch, Verlierer 1 runter (immer bis 3/5 oder 1 Minute) 20 Min.
------------------	--	---

Variante	
-----------------	--

Abschluss	3 gegen 3 und 3 gegen 3 (Minitore und Jugendtore) 30 Min
------------------	---

Material / Aufbau

2 Jugendtore gegenüber
 Feld für Fangspiel
 Feld für 3 gegen 3 (Dribbeltore 3m)

Organisation / Ablauf:

Aufwärmen	TW-Gymnastik mit Ball im Kreis Prellen Hochwerfen/Fangen Prellen durch die Beine Zuwerfen und Fangen Zuwerfen Sit-ups 2 Kinder zusammen 6 Min. Fangspiel mit Ball (4 Bälle, 8 Kinder, 2 Fänger, wer den Ball hat darf nicht gefangen werden) 6 Min	leichte Schüsse in Paaren (flach, halbhoch) mit hinwerfen (re/li/mi) Fangtechnik und Haltetechnik 10 Min
------------------	---	--

Hauptteil	1 gegen 1 gegen den TW nach Ballannahme schnell abschließen / Winkel verkürzen (Spitzer Winkel) 20 Min.	2 gegen 1 mit Torabschluss nach Querpass (Innenseite) Freilaufen und Lösen 20 Min.
------------------	--	--

Variante	
-----------------	--

Abschluss	3 gegen 3 oder 4 gegen 4 mit TW (1 oder 2 Felder)
------------------	---