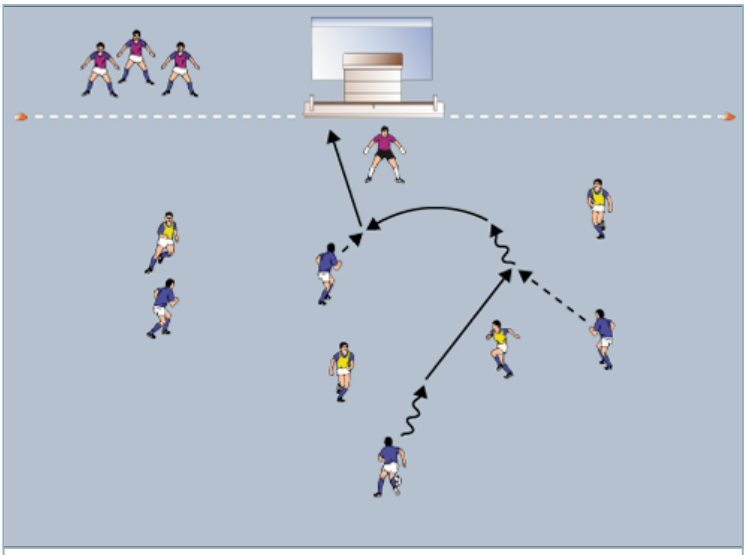
F- UND E-JUNIOREN

SCHLUSSTEIL: Mini-Turnier auf das 'Dreifach-Tor'

von Jörg Daniel (02.01.2013)



Organisation

- Den Grundaufbau beibehalten
- Das Schussfeld entfernen
- Die gesamte Halle als Spielfeld markieren
- 3 Mannschaften einteilen
- 2 Mannschaften im Feld postieren
- Das dritte Team stellt 1 Torhüter
- Alle übrigen Spieler pausieren außerhalb

Ablauf

- 4 gegen 4 auf das 'Dreifach-Tor'.
- Ein Treffer an der Weichbodenmatte ergibt 1 Punkt, am Turnkasten 2 Punkte und an der Langbank 3 Punkte.
- Spielzeit: jeweils 5 Minuten.
- Ein Turnier nach dem Modus 'jeder gegen jeden' mit Hin- und Rückrunde durchführen.
- Welche Mannschaft gewinnt insgesamt die meisten Punkte?

Variationen

- Ohne Torhüter spielen.
- Mit 'fliegenden Wechseln' spielen: Kassiert eine Mannschaft einen Treffer, so wechselt diese mit der pausierenden Mannschaft sofort Position und Aufgabe.

Tipps und Korrekturen

- Der jeweilige Torhüter spielt gehaltene Bälle neutral ins Feld zurück.
- Falls möglich die Hallenwände ins Spiel einbeziehen.
- Auf Höhe des 'Dreifach-Tores' eine Auslinie markieren, um Verletzungen an den Hallengeräten zu vermeiden.

Die Rückrundenvorbereitung naht! Aber mancherorts erinnert der Fußballplatz eher an eine Eishalle, als an eine Spielfläche. Die Vorbereitungszeit sollte aber trotzdem sinnvoll genutzt werden. Also ist Improvisationstalent gefragt. Wie Sie trotzdem ambitioniert trainieren können, das erfahren Sie im Januar-Themenschwerpunkt 'Fußball im Winter' auf Training & Wissen online. Wie immer können Sie uns auch Fragen, Tipps und Vorschläge schicken. Wie sieht Ihr Wintertraining aus? Schreiben Sie an training-wissen@dfb.de.

© www.dfb.de • DEUTSCHER FUSSBALL-BUND 2013