

J+S-Kids: Einführung Fussball - Lektion 10

Vom Treffen zum Tore erzielen: „Dribbeln und Tore erzielen“

Autor

Patrick Bruggmann; Fussballinstruktor SFV, Turn- und Sportlehrer

Rahmenbedingungen

Lektionsdauer	75 bis max. 90 Minuten
Niveau	<input type="checkbox"/> einfach <input checked="" type="checkbox"/> mittel <input checked="" type="checkbox"/> anspruchsvoll
Empfohlenes Alter	8 – 10 Jahre
Gruppengrösse	12 (mind. 8 / max. 16)
Kursumgebung	50 x 40 Meter Rasenfeld / 2 Kifu-Tore
Sicherheitsaspekte	--

Zielsetzungen/Lernziele

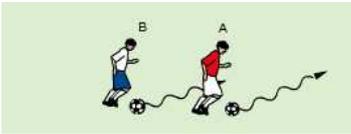
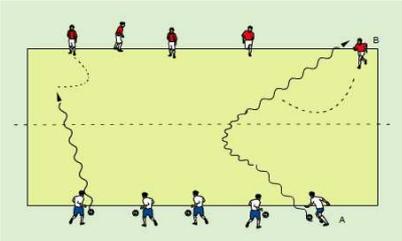
Die Kinder sollen in dieser Lektion häufig zum Torschuss kommen. Auch das Dribbling als vorbereitende Aktion vor dem Torschuss wird geübt. Die Kinder werden zu mutigem und initiativem Handeln angeregt.

Hinweise

- Kindgerechtes Ballmaterial
- Optische Hilfen einsetzen (Markierungshütchen etc.)
- Voraussetzung: Pro Kind ein Ball

Inhalte

EINLEITUNG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
10'	E1: Dribbling Alle Kinder bewegen sich mit dem Ball am Fuss durch das Feld. Drei Fänger haben den Ball in den Händen und versuchen ballführende Kinder mit dem Ball zu berühren. Gelingt dies, werden die Rollen gewechselt: Wer berührt wurde, wird Fänger. Der Fänger legt den Ball zu Boden und flieht.	Feldgrösse: 20 x 20m 	- Pro Kind ein Ball
5'	E2: Dribbling „Herr und Hund“ A führt den Ball (Herr), B (Hund) macht alles möglichst genau nach. Auch der Torschuss ist erlaubt. Rollen- und Partnerwechsel nach 1 Minute.		- Pro Kind ein Ball - Tore
10'	E3: Dribbling und Tore erzielen In einem breiten Feld mit Mittellinie stellt sich Mannschaft A mit Ball auf der einen und Mannschaft B ohne Ball auf der anderen Seite auf. Jedes Kind hat seine direkten Gegenspieler. Die Kinder der Mannschaft A versuchen nun, den Ball irgendwo über die Linie von B zu führen. B darf erst hinter der Mittellinie angreifen. Gelingt es A, darf er beim Trainer ein Spielband (Markierungshütchen etc.) abholen. Wie lange dauert es, bis alle 20 Spielbänder abgeholt worden sind? Rollenwechsel, mehrere Durchgänge mit wechselnden Gegnern.		- Überziehleibchen - Pro 2 Kinder ein Ball

HAUPTTEIL

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
10'	H1: Spiel auf Linientore Spiel 3:3 (oder 4:4) ohne Torhüter auf mehreren Feldern. Die Teams spielen auf kurzen Spielfeldern (ca. 15m) auf breite Linientore (7m) ohne Torhüter. Wer den Ball durch das Tor dribbeln kann, erzielt einen Punkt, darf mit seinem Ball auf das grosse Tor schiessen und holt einen Zusatzpunkt, wenn er trifft. Anschliessend holt der Torschütze seinen Ball und legt ihn wieder ins Depot neben dem Linientor. Unterdessen geht das Spiel bereits mit dem nächsten Ball weiter. Ersatzbälle neben den Linientoren bereit stellen (=Depot).		<ul style="list-style-type: none"> - Überziehleibchen - Markierungshütchen für Linientore - 2 Tore
10'	H2: Dribbling – Torschuss 1 Vor jedem der vier Tore ist mit zwei Hütchen eine Linie gekennzeichnet. B darf sich nur auf dieser Linie bewegen und verteidigen. Alle Kinder der Mannschaft A führen den Ball und versuchen, so viele Tore wie möglich zu erzielen. Dabei müssen sie immer zwischen den Markierungshütchen durch dribbeln, bevor sie auf das entsprechende Tor schiessen dürfen. Die Kinder des Teams C sind als Torhüter eingesetzt. Welches Team erzielt am meisten Tore? Regeln: <ul style="list-style-type: none"> - Verteidiger darf sich nur auf der Linie bewegen. - Angreifer darf nicht zweimal hintereinander auf das gleiche Tor schiessen. - Rollenwechsel nach jeweils 2 Minuten; A wird Verteidiger, B wird Torhüter, C wird Angreifer. 		<ul style="list-style-type: none"> - Pro Kind ein Ball - Markierungshütchen - 4 Tore
10'	H3: Dribbling – Torschuss 2 Ablauf wie bei H2, aber der Verteidiger hat nun eine Zone, in welcher er verteidigen darf.		Wie oben.
20'	H4: Spiel 4:4 oder 3:3 Freies Spiel 4:4 (oder 3:3) auf zwei Feldern. Je ein Kind steht im Tor. Als Turnier durchführbar. Die Kinder dazu ermuntern, möglichst häufig und aus allen Lagen auf das Tor zu schiessen! Tipp: <i>Ausreichend Bälle in den Toren bereit legen!</i>		<ul style="list-style-type: none"> - Überziehleibchen - 2 Tore

AUSKLANG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
10'	A1: Präzisions-Torschuss Die Kinder legen ihren Ball auf eine Linie vor das Tor. Das Tor ist mit Markierungshütchen in 3 Teile geteilt. Ziel ist es, den Ball in das linke oder rechte Drittel des Tores zu schiessen. Distanzen: nah, mittel, weit. Erste Runde mit dem besseren, zweite Runde mit dem schwächeren Fuss. Wer erzielt am meisten Punkte?		<ul style="list-style-type: none"> - Ein Ball pro Kind - Tor - Markierungshütchen