

J+S-Kids: Einführung Fussball - Lektion 9

Vom Treffen zum Tore erzielen: „Viele Tore erzielen“

Autor

Patrick Bruggmann; Fussballinstruktor SFV, Turn- und Sportlehrer

Rahmenbedingungen

Lektionsdauer 75 bis max. 90 Minuten
 Niveau einfach mittel 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 möglichst oft auf das Tor schiessen. Sie sollen aber auch erkennen, dass der Torschuss durch korrektes Ballführen gut vorbereitet werden muss. Deshalb wird auch ein Schwerpunkt auf das Ballführen gelegt.

Hinweise

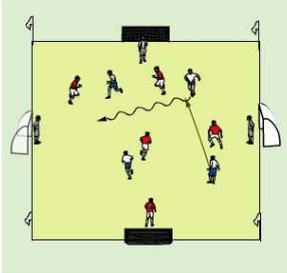
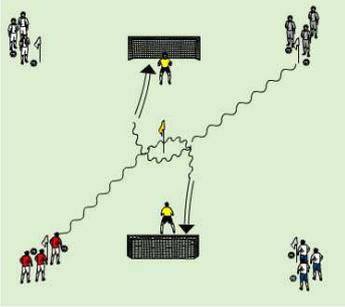
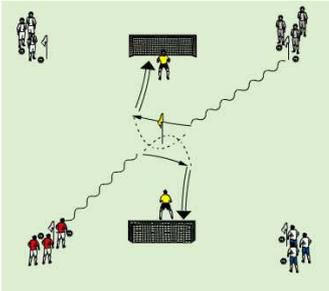
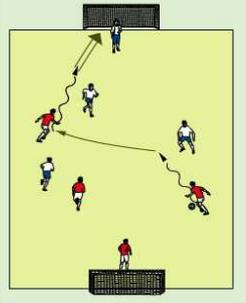
- Kindgerechtes Ballmaterial
- Optische Hilfen einsetzen (Markierungslinien etc.)
- Voraussetzung: Pro Kind ein Ball

Inhalte

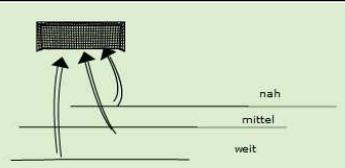
EINLEITUNG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
5'	E1: Ballführen 3 (oder 4) Teams bilden. Die Kinder führen den Ball im abgesteckten Feld: - Der Trainer ruft ein Element (Tor, Trainer, Namen eines Kindes etc.). Die Kinder fixieren mit den Augen dieses Element während zwei bis drei Sekunden und führen den Ball dabei. - Der Trainer ruft eine Farbe und ein Element. Die Kinder der entsprechenden Farbe führen den Ball zum genannten Gegenstand und wieder zurück ins Feld.	Feldgrösse: 20 x 20m 	- Überziehleibchen - Pro Kind ein Ball
10'	E2: Ballführen und Tore erzielen 3 (oder 4) Teams bilden. Die Kinder führen den Ball frei im abgesteckten Feld: - Der Trainer ruft eine Farbe. Die entsprechenden Kinder führen den Ball auf eines der vier Tore und schiessen ihn ins Tor.		- Überziehleibchen - Pro Kind ein Ball - 4 Tore
10'	E3: Tore erzielen Ablauf und Organisation wie bei E2. Auf Kommando des Trainers versuchen die Kinder der aufgerufenen Farbe die anderen am Torschuss zu hindern.	Wie bei E2.	Wie oben.

HAUPTTEIL

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
10'	H1: Spiel auf 4 Tore Freies Spiel 4:4 im abgesteckten Feld. Jedes Team verteidigt 2 Tore und kann auf 2 Tore angreifen. Das dritte Team stellt die Torhüter. Ablauf: Gelb - Rot Blau = Torhüter Blau - Gelb Rot = Torhüter Rot - Blau Gelb = Torhüter Empfohlene Spielzeit pro Spiel: 3 Minuten	Wie bei E2.  Tipp: <i>Ausreichend Bälle in den Toren bereit legen!</i>	- Überziehleibchen - 4 Tore
10'	H2: Torschuss Zwei Torhüter stehen in den beiden Toren, die Kinder sind in vier Gruppen eingeteilt. Jedes Kind hat einen Ball. Die beiden gegenüberstehenden Kinder starten auf Blickkontakt gleichzeitig, umlaufen das Markierungshütchen, schiessen auf das Tor, holen den Ball und schliessen bei der gleichen Gruppe hinten an. Das nächste Spielerpaar startet, wenn das vorher gestartete geschossen hat. Positionswechsel nach 4 Minuten!		- Pro Kind ein Ball - Markierungshütchen - 2 Tore
10'	H3: Ball vorlegen - Torschuss Ablauf wie bei H2, aber vor dem Markierungshütchen spielt das Kind den Ball auf der einen Seite durch, umläuft das Hütchen auf der anderen Seite und schiesst dann den Ball direkt aufs Tor. Beide Kinder müssen unbedingt gleichzeitig starten (Blickkontakt) und dürfen den Ball des anderen nicht berühren.		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! Empfohlene Spielzeit pro Spiel: 4 Minuten	 Tipp: <i>Ausreichend Bälle in den Toren bereit legen!</i>	- Überziehleibchen - 2 Tore

AUSKLANG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
10'	A1: Flugball-Treffer Die Kinder legen ihren Ball auf eine Linie vor das Tor. Jedes Kind schiesst seinen Ball so auf das Tor, dass er in der Luft die Torlinie überquert. Distanzen: nah, mittel, weit. Erste Runde mit dem besseren, zweite Runde mit dem schwächeren Fuss. Wer nicht trifft, scheidet aus.		- Ein Ball pro Kind - Tor