TRAININGSKARTE U10

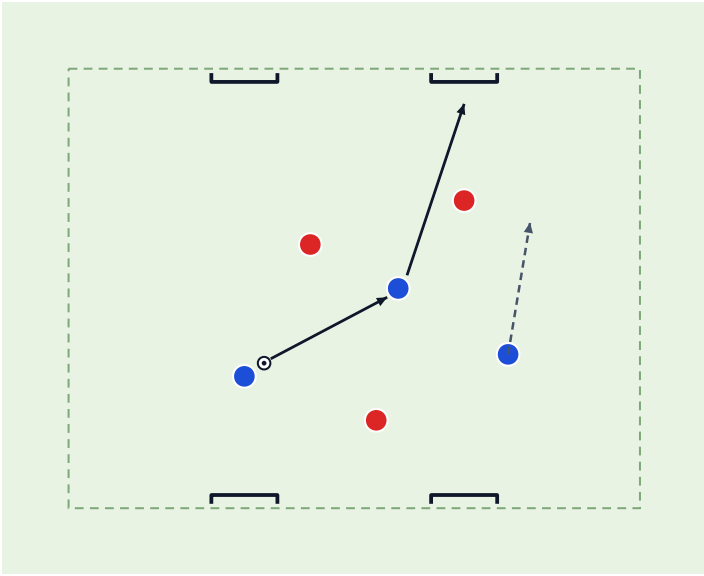
ABSCHLUSS · 20 MIN

3 gegen 3 auf vier Minitore

G-Jugend

F-Jugend

Abschlussspiel | Taktik | Kleine Spiele | Dribbling | 1 gegen 1 | Ausdauer | Umschaltspiel | Fairplay & Regelkunde



Team A | Team B | Ball | Hütchen | Pass / Schuss | Laufweg | Dribbling

3 gegen 3 auf vier Minitore

Die DFB-Grundspielform im Kinderfußball: zwei Teams zu je drei Kindern spielen auf jeweils zwei Minitore ohne Torwart. Jedes Kind ist ununterbrochen am Spiel beteiligt.

1. Jedes Team verteidigt die beiden Tore auf der eigenen Seite und greift die beiden Tore gegenüber an.
2. Anstoß und Spielfortsetzung nach einem Tor: Eindribbeln von der eigenen Grundlinie.
3. Ball im Seitenaus: Einrollen oder Eindribbeln – kein Einwurf.
4. Kein Abseits, keine Rückpassregel, keine Ecken.
5. Spielzeit 5 bis 7 Minuten pro Durchgang, dann Teams neu mischen.
6. Nach jedem Tor wechselt automatisch ein Kind – so bleibt niemand lange draußen.

Material	Minitore, Bälle, Markierungshemden, Hütchen
Ziel	Im freien Spiel maximale Ballkontakte und Torabschlüsse ermöglichen und das Erkennen des zweiten, unbewachten Tores anbahnen.
Dauer	20 Minuten

Spaß ★★★★★ Anstrengung ★★★★☆ Schwierigkeit ★★★☆☆