

Serie Spielform 4:4 - Teil 1

Im 1. Teil der Serie findet ihr Variationen zum Liniendribbling. Optimal für die spielnahe Anwendung von Finten und Dribbeltechniken



Liebe Trainer-Kollegen!

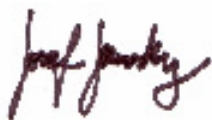
Die Spielform 4:4 bietet in ihren Variationen eine optimale Möglichkeit, eine Vielzahl an Aspekten des Fußballs im Training in integrierter, spielerischer Form zu entwickeln.

Die Spielform ist groß genug, um der Komplexität des Fußballspiels gerecht zu werden. So werden bereits 2 Linien gebildet (Beispiel 2:2 System) und das Absichern, die Blockbildung und das Verschieben sind wichtige Aspekte der Raumdeckung, die geschult werden können.

Die Spielform ist klein genug, um in einem übersichtlichen Format, eine möglichst große Anzahl an Ballkontakten je Spieler zu gewährleisten. Alle Spieler müssen ständig unter Raum- und Zeitdruck Verantwortung übernehmen und Spielsituationen lösen. Niemand kann sich verstecken. Und natürlich sind die zahlreichen Tor- und Abschlusszenen die größte Motivation für alle Beteiligten.

Im Namen des *ballrund*-Teams wünsche ich euch viel Freude und Erfolg mit der vorliegenden Übungssammlung!

Mit freundlichen sportlichen Grüßen,

A handwritten signature in dark ink, appearing to read 'Josef Jansky'.

Mag. Josef Jansky

Liniendribbling 1



Abb. 1 – Spielform 4:4 - Liniendribbling 1

Beschreibung:

- 2 Linien als große Flachtore
- **Ziel** ist es, dass die Spieler mit dem Ball über die Torlinie dribbeln.
- **Regel:** Dribbling gilt nur dann, wenn der Ball mindestens 3 Mal berührt wurde

Liniendribbling 2



Abb. 2 – Spielform 4:4 - Liniendribbling 2

Beschreibung:

- 4 Flachtore
- **Ziel** ist es, dass die Spieler durch eines der beiden Flachtore dribbeln.

Liniendribbling 3



Abb. 3 – Spielform 4:4 - Liniendribbling 3

Beschreibung:

- 4 Flachtore

- **Ziel** ist es, dass die Spieler durch eines der beiden Flachtore dribbeln (2 Punkte) oder durch den Raum zwischen den Hütchentoren (1 Punkt)

Liniendribbling 4

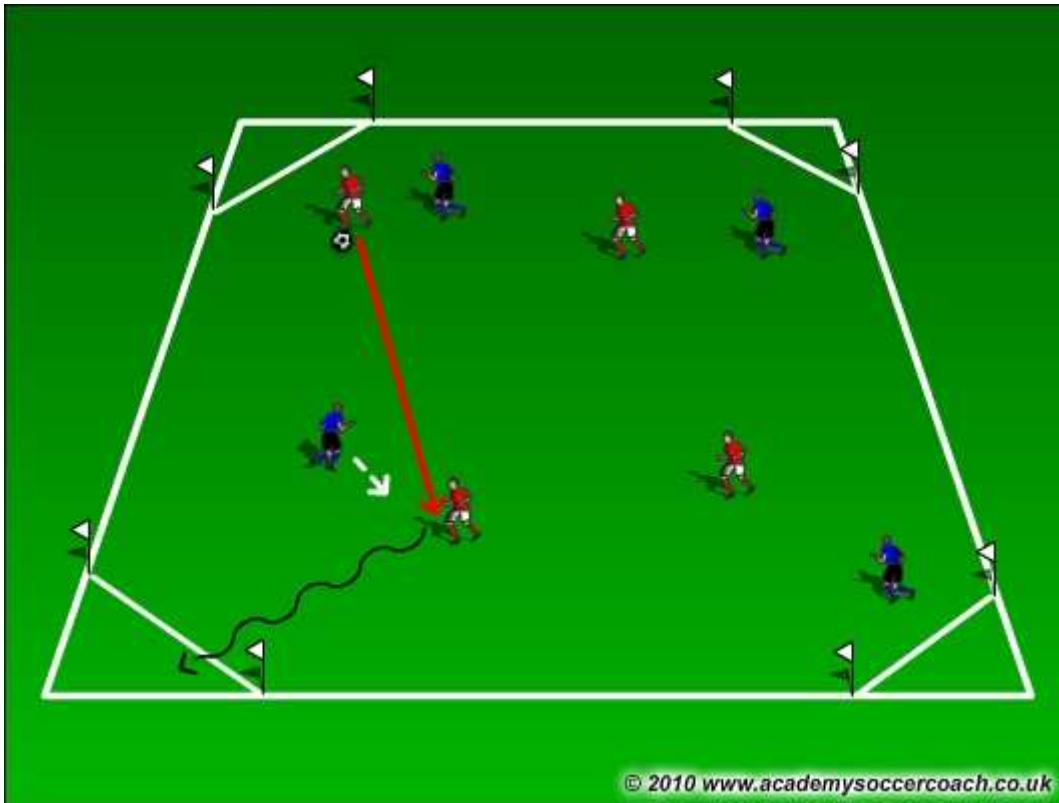


Abb. 4 – Spielform 4:4 - Liniendribbling 4

Beschreibung:

- 4 Flachtore diagonal
- **Ziel** ist es, durch eines der beiden Flachtore (diagonal) durchzudribbeln

Liniendribbling 5



Abb. 5 – Spielform 4:4 - Liniendribbling 5

Beschreibung:

- 6 Flachtores

- **Ziel** ist es, dass die Spieler durch eines der 3 Flachtores dribbeln.
Gelingt es ihnen, durch eines der beiden äußeren Tore zu dribbeln, so erhält die Mannschaft 1 Punkt und durch das Mitteltor 2 Punkte.

Legende

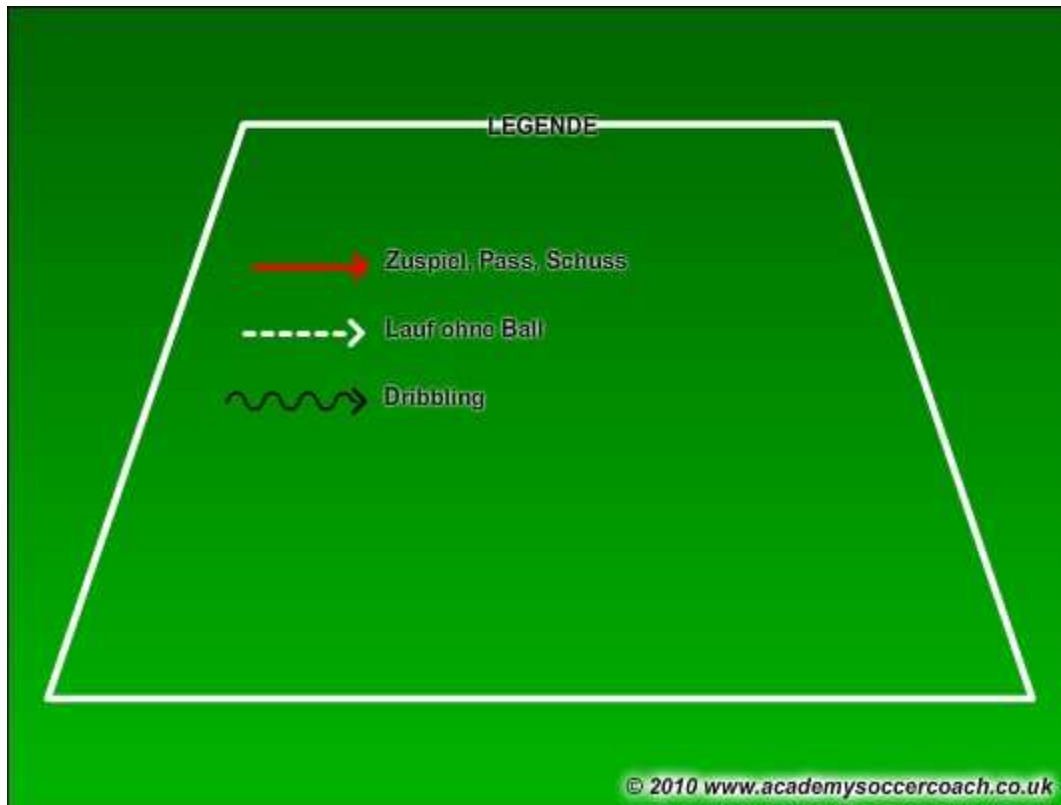


Abb. 25 - Legende