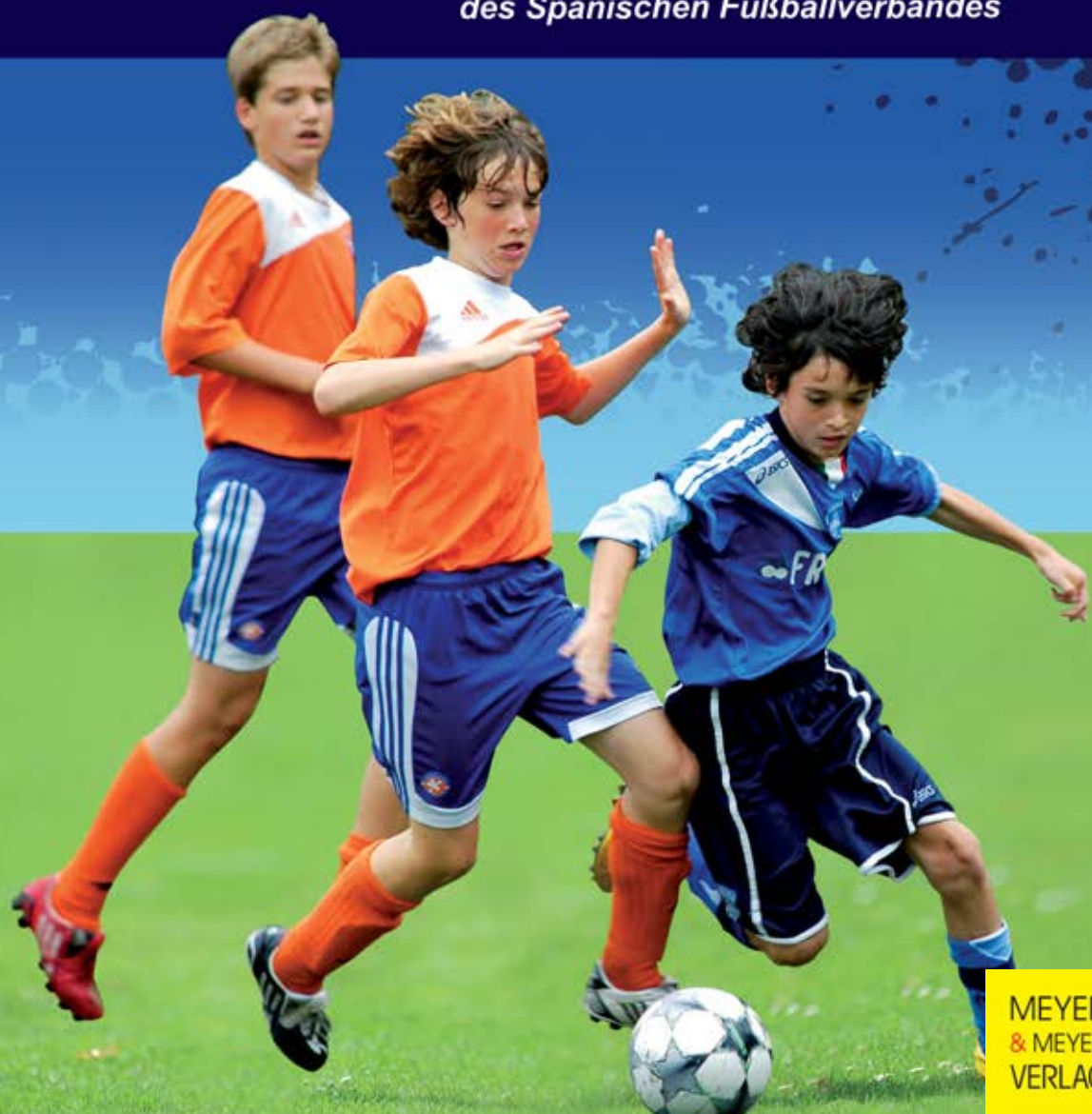


HORST WEIN

SPIELINTELLIGENZ IM FUSSBALL

KINDGEMÄSS TRAINIEREN

*Übersetzung des offiziellen Textes
des Spanischen Fußballverbandes*



MEYER
& MEYER
VERLAG

INHALT

Vorwort von Bernhard Peters	9
Vorwort des Autors	10
A EINFÜHRUNG	12
1 Das Fußballmodell mit seinen Entwicklungsstufen	13
2 Warum ein Entwicklungsmodell?	19
3 Eine neue Wettkampfstruktur im Kinder- und Jugendfußball – wichtiger Baustein einer optimalen Leistungsentwicklung	21
4 Die Notwendigkeit einer perfekten Anpassung des Wettspiels an die Fertig- und Fähigkeiten der Kinder und Jugendlichen	24
5 Training und Wettbewerb bilden eine Einheit	27
6 Das Training findet im Spiel statt	29
7 Die Entwicklung der Spielintelligenz im Kinder- und Jugendfußball	30
8 Was ist Spielintelligenz?	33
9 Wie manifestiert sich Spielintelligenz im Spiel?	35
10 Was ein Jugendtrainer wissen sollte, bevor er die Spielintelligenz seiner Schüler stimuliert	38
11 Neue Tendenzen im Fußballcoaching	41
12 Der Lehrprozess zur Entwicklung der Spielintelligenz in 4 Phasen	45
B Die erste Fußballentwicklungsstufe: SPIELE FÜR GRUNDLEGENDE FERTIGKEITEN UND FÄHIGKEITEN	65
I Organisatorische und psychopädagogische Aspekte, die vor der Anwendung der „Spiele für grundlegende Fertigkeiten und Fähigkeiten“ zu beachten sind	66
1 Der Sportkindergarten Lehr- und Lernziele im Sportkindergarten mit Fünf-, Sechs- und Siebenjährigen	66
2 Die Fußballschule	69
3 Vitale Bedürfnisse junger Fußballspieler	73
4 Charakteristische Eigenschaften der Kinder zwischen 7 und 10 Jahren und wie sich der Ausbilder daran orientieren sollte	76
5 20 Eigenschaften, die der Jugendtrainer haben sollte, um von seinen Spielern akzeptiert zu werden	78
6 Die Wettkampfphilosophie im Kinder- und Jugendfußball	80
7 Was ist für die Ausbildung junger Fußballspieler wichtiger, zu siegen oder sich optimal auf die Zukunft vorzubereiten?	81
8 Wettspielmenüs für Kinder und Jugendliche	86

9	Warum sollten Wettspiele 11:11 im Ligaformat erst ab 14 Jahren ausgetragen werden?	88
10	Die Wahl der Spielfeldausmaße	90
11	Zur Benutzung der breiten Tore	91
12	Das Gewicht und der Umfang des Balls – 25 Gründe, die für einen Ball Nr. 4 für die 7-13-Jährigen sprechen	92
13	Das Spiel mit dem schwächeren Fuß	94
14	Vorbereitung einer Trainingseinheit mit Anfängern	95
II	SPIELE FÜR GRUNDLEGENDE FERTIGKEITEN UND FÄHIGKEITEN	97
1	Spiele zur Ballführung ohne und mit Gegner	98
2	Spiele zum Passen, zur Ballan- und -mitnahme und zum Torschuss	117
3	Spiele zur Abwehr	132
4	Spiele im Labyrinth	140
5	Fußballdekathlon	143
	5.1 Warum ein Fußballdekathlon?	146
	5.2 Verschiedene Möglichkeiten der Organisation eines Dekathlons	146
	5.3 Hinweise zur Einführung eines Dekathlontests im Kindertraining	147
6	Fußballtriathlon 2:2	148
7	Die Bedeutung von Mehrzweckspielen	150
C	Die zweite Fußballentwicklungstufe: SPIELE FÜR FUNiño	152
I	FUNiño kindgemäß trainieren	153
1	Die vereinfachten Spiele – der wichtigste Baustein des Kinder- und Jugendfußballs	153
2	Was sind vereinfachte Spiele?	154
3	Für das Spiel trainieren	154
4	10 Gründe für das Lernen und Lehren mit vereinfachten Spielen	155
5	Schlussfolgerung	157
6	Die Korrekturspiele oder -übungen – integraler Bestandteil der vereinfachten Spiele	158
7	Warum und wozu Korrekturübungen und -spiele?	158
II	Programm von 10 vereinfachten Spielen für Zweiermannschaften	160
1	Voraussetzungen, um mit vereinfachten Spielen zu lehren und zu lernen	190
2	Unterrichtsmodell für einen Wettkampf in einem vereinfachten Spiel	191
3	Dem Training den Reiz des Spiels verleihen	192
4	Fußballtriathlon 3:3	194
5	Fußballpentathlon 3:3	196
6	Die 10 Gebote des Fußballtrainings mit Kindern	197
7	Zergliederungs- oder Ganzheitsmethode?	198
8	FUNiño regeln	200
9	Warum FUNiño ?	203

III	Vorbereitende Spiele für FUNiño zum Erlernen und Lehren technischer und intellektueller Fähigkeiten	206
1	Über die Notwendigkeit, Fragen zu stellen	217
2	Test der Spielfähigkeit im FUNiño	219
3	Der FUNiño pentathlon	221
IV	Entwicklung der Spielintelligenz mit den Varianten von FUNiño	225
1	Vorschlag für eine Saisonplanung mit FUNiño wettkämpfen	238
V	Vom FUNiño zum Fußball 7:7	242
1	Warum FUNiño 3:3 mit vier Toren und nicht 4:4 mit zwei Toren?	246
2	Die Rechte der Kinder beim Fußballspielen	248
D	Die dritte Fußballentwicklungstufe: SPIELE FÜR FUSSBALL 5 UND FUSSBALL 7	249
I	Fußball 5 und Fußball 7 kindgemäß trainieren und verstehen lernen	249
1	Regeln für Fußball 5 (Futsal)	250
2	Regeln für Fußball 7	252
3	Warum Fußball 7 und nicht Fußball 11?	253
II	Vereinfachte Spiele für Dreiermannschaften	257
III	Die Ausbildung des jungen Torhüters	287
1	Das Profil eines Torhüters	289
1.1	Schnelligkeit	289
1.2	Wahrnehmung und Entscheidungsfindung	290
1.3	Mut	291
1.4	Psychisch-physische Qualitäten eines erfolgreichen Torhüters	292
2	Einige wichtige Tipps für Torhüter	293
3	Das Torhüterentwicklungsmodell	294
3.1	Die Bereitschaftsstellung	295
3.2	Das Stellungsspiel	295
3.3	Übungen zum Einnehmen einer optimalen Bereitschaftsstellung und für das Stellungsspiel	296
3.4	Übungen zur Verbesserung der Reaktionsschnelligkeit	299
4	Das Abfangen oder Blockieren von flachen, halbhohen und hohen Bällen und das Ablenken des Balls	302
4.1	Übungen zur Verbesserung der Torwartabwehr durch die Aufnahme von flachen, halbhohen und hohen Bällen und durch das Ablenken des Balls	303

5	Das Spiel des Torwarts außerhalb des Tors	305
5.1	Hohe Ballannahme und Fausten	305
5.2	Übungen zur Verbesserung der optisch-motorischen Berechnung der Flugbahn des Balls	307
5.3	Übungen zum Erlernen der hohen Ballannahme	309
5.4	Zum Zweikampfverhalten des Torwarts außerhalb seines Tors	310
5.4.1	Übungen zur Verbesserung des Zweikampfverhaltens	311
5.5	Die häufigsten Fehler des Torwarts beim Spiel außerhalb des Tors	315
6	Das offensive Spiel des Torhüters	316
6.1	Übungen zur Verbesserung des offensiven Spiels des Torhüters	318
7	Der Torhüterzehnkampf	321
IV	Der Fußball-Triathlon 4:4	329
E	Die vierte Fußballentwicklungstufe: Vereinfachte Spiele für Fußball 8	330
I	Fußball 8 kindgemäß trainieren	330
1	Regeln für Fußball 8	331
2	Warum Fußball 8 und nicht Fußball 11?	333
II	Programm von 12 vereinfachten Spielen für Vierermannschaften	335
III	Test der Spielfähigkeit für 12 und 13 Jahre alte Spieler	364
IV	Notwendige Voraussetzungen für die Entwicklung kreativer Fußballspieler	366
V	Unterschiede zwischen einer modernen und der traditionellen Lehrweise des Fußballs	372
1	Wie das Talent eines Spielers bis zu seinem 13. Lebensjahr unterstützt und stimuliert werden sollte	377
2	10 Regeln für eine ständige Verbesserung	381
3	100 Vorteile beim Arbeiten mit dem altersgerechten Fußballentwicklungsmodell	382
	ANHANG	396
1	Literaturverzeichnis	396
2	Der Autor: Horst Wein	398
3	Bildnachweis	400

VORWORT

„Wir brauchen intelligente und kreative Spieler!“ Eine Forderung, die man von Trainern dauernd hört. Nicht unbegründet, denn Kreativität und Spielwitz sind entscheidende Kriterien eines erfolgreichen Spiels. Doch wie können wir die dazugehörigen Spieler ausbilden? Spieler, die zum richtigen Zeitpunkt das Richtige tun. Eben Spieler, die – um ein Spiel erfolgreich zu gestalten – in jeder Spielsituation die richtige Entscheidung treffen und einen passenden Lösungsweg finden. Hierfür bedarf es einer systematischen Entwicklung aller fußballerischen und intellektuellen Fähigkeiten vom Grundlagentraining (Kindesalter) bis zum Leistungstraining. Ein Aspekt, der in der Trainingsplanung leider immer noch viel zu sehr vernachlässigt wird.



Horst Wein beschäftigt sich seit vielen Jahren intensiv mit diesem Thema und beschreibt in seinem Buch auf beeindruckende und nachvollziehbare Art und Weise seine Lehr- und Lernmodelle zur optimalen Entwicklung der Spielintelligenz bei jungen Fußballspielern. Er zeigt Spiel- und Übungsformen auf, die Schritt für Schritt in methodisch sinnvoller Vorgehensweise das Potenzial von Kindern und Jugendlichen erwecken und stimulieren. Der Wechsel zwischen deduktiven und induktiven Trainervorgaben beinhaltet sowohl das freie, unangeleitete Spiel, in dem die Kinder – wie z. B. im Straßenfußball – selbst entdeckend Erfahrungen sammeln, als auch Übungsformen, bei denen ein Ablauf präzise vorgegeben ist. Horst Wein ist ein Meister darin, Kinder aktiv durch gezielte Fragestellungen zu selbstständigem Denken und Handeln in ihrem Fußballentwicklungsprozess aufzufordern.

Die kindgemäße Lehrweise von Horst Wein hat mich so überzeugt, dass wir diese Spiel- und Übungsformen fest in unser Ausbildungskonzept bei 1899 Hoffenheim aufgenommen haben. Sie ist ein wichtiger Baustein in unserer ganzheitlichen Kinderausbildung. So spielen zum Beispiel unsere Kindermannschaften bei 1899 Hoffenheim anstelle normaler 7:7-Spiele größtenteils Minifußballturniere oder -spiele im 3:3 auf vier Tore nach dem Modell von Horst Wein, umgesetzt und organisiert durch unseren Koordinator für diesen Bereich, Frank Fröhling.

Ich stimme Horst Wein voll und ganz zu: „Fußball beginnt im Kopf und nicht im Fuß!“

Meine Empfehlung: Jeder Kinder- und Jugendtrainer sollte sich mit den hervorragenden Gedanken von Horst Wein intensiv auseinandersetzen!

Bernhard Peters

*Direktor für Sport- und Nachwuchsausbildung
TSG 1899 Hoffenheim*

II SPIELE FÜR GRUNDLEGENDE FERTIGKEITEN UND FÄHIGKEITEN

Mit der Anwendung der Spiele für grundlegende Fertigkeiten und Fähigkeiten wird versucht, den Kindern zwischen 7-10 Jahren wichtige Erfahrungen in den grundlegendsten Situationen des Fußballspiels zu vermitteln:

- den Ball dribbeln (mit den Spielen zur Ballführung ohne und mit Gegner, mit den Spielen im Labyrinth, mit dem Dekathlon, mit den vereinfachten Spielen 2:2);
- den Ball abspielen, annehmen und auf das Tor schießen (mit den Spielen für das Passen, die Ballannahme und den Torschuss, mit dem Dekathlon, mit den vereinfachten Spielen 2:2);
- den Ball erobern (mit den Spielen für die Ballführung mit Gegner, mit den Spielen für die Abwehr, mit dem Dekathlon, mit den vereinfachten Spielen 2:2).

In dieser ersten Entwicklungsphase des jungen Fußballspielers ist er, bedingt durch seinen ausgeprägten Egoismus, noch nicht in der Lage, im Kollektiv zu spielen. Seine Natur will es, dass er immer Hauptdarsteller des Spiels ist, den Ball für lange Zeit in seinem Besitz hält und alles auf eigene Faust versucht. Dies alles sollte sein Fußballlehrer wissen, der deshalb auch Spielsituationen mit Ball für jeden anbietet, die eine geschickte Ballbeherrschung verlangen, so wie zum Beispiel die Jonglierübungen mit dem rechten und linken Fuß, mit beiden Oberschenkeln, mit der Ferse, mit dem Kopf und beiden Schultern (in allen ihren Varianten). Die vom DFB herausgegebene DVD mit dem Titel „Ballzauber“ wird hier wärmstens empfohlen, damit die Kinder auch im Eigentraining ihre technischen Fähigkeiten in den Bereichen Dribbeln, Jonglieren, Zaubern und Tricksen verbessern können.

Es wäre ein großer Fehler des Ausbilders, wenn er sich mit den sieben- und achtjährigen Spielern im ersten Jahr der Fußballschule nicht der Natur (d. h. dem Entwicklungszustand der Kinder) anpassen würde und sie stattdessen mit komplizierten Spielsituationen konfrontiert (wie sie z. B. im Fußball 7:7 auftreten), die sie noch nicht verstehen und auch nicht beherrschen können.

Liebe den Ball, betrachte ihn als deinen besten Freund, ohne ihm weh- oder Gewalt anzutun.

1 Spiele zur Ballführung ohne und mit Gegner

Durch wiederholte Berücksichtigung der folgenden Übungen und Spiele im Lern- und Lehrprozess der ersten Entwicklungsstufe werden u. a. folgende Lernziele erreicht:

- den Ball in gerader Richtung führen,
- den Ball mit dem Innenrist, dem Außenrist, dem Vollspann oder der Sohle führen,
- den Ball mit dem linken oder rechten Fuß führen,
- den Ball seitlich, vorwärts oder auch rückwärts führen,
- den Ball in Kurven oder mit Richtungswechseln führen,
- den Ball mit Tempowechsel führen,
- den Ball mit erhobenem Kopf führen, was die Wahrnehmung erleichtert,
- den Ball an einem Abwehrspieler vorbeiführen, d. h. ihn umspielen,
- bei der Ballführung verschiedene Ballfinten und Körpertäuschungen ausführen und
- den Ball beim Dribbeln vor einem Gegner schützen.

1 Tunnel

- Der Ball muss mit einem von beiden Füßen 30 Sekunden lang hin und zurück durch die gegrätschten Beine des Partners gespielt werden.
- Der passive Spieler zählt mit lauter Stimme, damit es auch die übrigen Paare und der Ausbilder hören können, die erzielten Tore.
- Nach 30 Sekunden wechseln beide Spieler ihre Plätze und Aufgaben. Wer in zwei Durchgängen (Hin- und Rückspiel) mehr Tore als sein Partner erzielt, gewinnt. Im Falle eines Unentschiedens nach zwei Durchgängen fällt die Entscheidung im dritten Durchgang.



Variante 1

- Der den Tunnel bildende Spieler steht inmitten einer von zwei parallelen Linien gebildeten, 2 m breiten Zone, in der er den Ball nicht spielen darf, d. h. ein Tor kann nur mit einem Pass durch die gegrätschten Beine von außerhalb der Zone erzielt werden. Dabei sollte der Ausführende animiert werden, den Ball immer abwechselnd mit beiden Füßen zu spielen, was seine Ausführung beschleunigt.

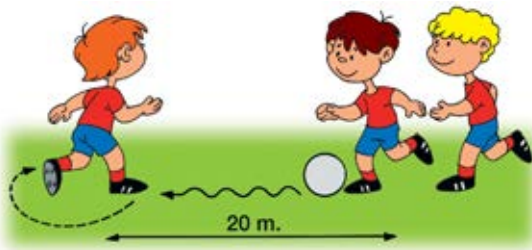
Variante 2

- Der den Tunnel bildende Spieler verändert nach jedem erzielten Tor die Position seines rechten Fußes, während der linke Fuß auf seinem Platz verharrt. Er führt also einen Basketballsternschritt aus.

2 Lösen des Blicks vom Ball beim Ballführen

- Drei Spieler stellen sich in 20 m Entfernung so gegenüber auf, wie es die Abbildung zeigt. Der erste Spieler dribbelt den Ball mit erhobenem Kopf zum gegenüberstehenden Spieler und muss während seiner Ballführung die Anzahl der Finger lesen, die ihm sein gegenüberstehender Partner 3 x anzeigt.

- Nach der Übergabe des Balls an den zweiten Spieler dribbelt dieser in Gegenrichtung und zählt die Anzahl der Finger, die ihm der dritte Spieler anzeigt.



Variante 1

- Ein Spieler führt seinen Ball drei- oder auch mehrmals zwischen zwei 20 m auseinanderstehenden Partnern hin und her und muss dabei versuchen, auf jeder Strecke die Anzahl der Finger zu zählen, die ihm sein gerade gegenüberstehender Spieler anzeigt. Es gewinnt, wer sich nie irrt.

Variante 2

- Der Übungsleiter fordert eine bestimmte Technik der Ballführung (mit dem Vollspann, Innenrist, Außenrist, kombiniert oder auch mit der Sohle in frontaler Position oder in seitlicher Stellung), sowohl mit dem rechten als auch mit dem linken Fuß.

Variante 3

- Zur Rhythmusschulung wird die Entfernung zwischen den Spielern auf 30 m vergrößert. Vom Dribbler sollen entweder zwei, vier oder auch fünf Ballkontakte gefordert werden.

Variante 4

- Siehe Variante 3, aber jetzt müssen beide Füße abwechselnd nacheinander den Ball spielen.

Variante 5

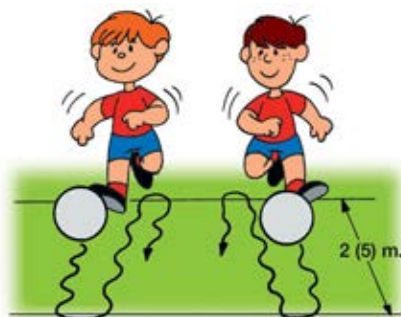
- Zwei Bälle müssen zur gleichen Zeit zum Partner gedribbelt werden.

Variante 6

- Jeder der drei Spieler ist im Ballbesitz. Die beiden, die gerade keine Ballführung praktizieren, prellen ihren Ball im Stand mit der Hand wie ein Basketballspieler, während der dribbelnde Spieler jedes Mal, wenn der Ball des gegenüberliegenden Partners Bodenkontakt hat, seinen Ball mit dem Fuß berühren muss. Der dribbelnde Spieler läuft 4 x zwischen seinen Mitspielern hin und her, bevor er abgelöst wird.

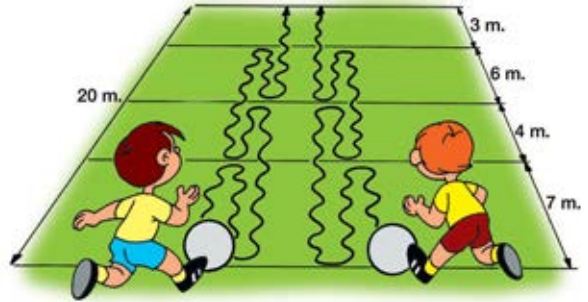
3 Richtungs- und Tempowechsel mit dem Ball

- Zwei Spieler müssen ihren Ball 20 Sekunden lang so häufig wie möglich über zwei parallel gezogene Linien, die 2 m oder auch 5 m voneinander entfernt sind, führen. Dabei sollte der Ball mit beiden Füßen gespielt werden.
- Der Übungsleiter kann eine bestimmte Technik beim Richtungswechsel (mit dem Innenrist, mit dem Außenrist, mit der Sohle oder der Hacke) fordern, damit alle seine Schüler die verschiedenen Möglichkeiten des Richtungswechsels mit dem Ball kennen lernen, was später bei der Lösung einer 1:1-Situation nützlich sein wird.



4 Zickzack

- Es werden vier verschiedene breite Zonen markiert, so wie es die Abbildung verdeutlicht.
- Von der Startlinie aus dribbeln alle Spieler ihren Ball zur zweiten Linie, überschreiten sie mit dem Ball, um dann zur Startlinie zurückzukehren. Anschließend laufen sie zur dritten Linie, dann zurück zur zweiten, und von der zweiten zur vierten Linie, die sie als Erste mit dem Ball am Fuß überlaufen müssen.

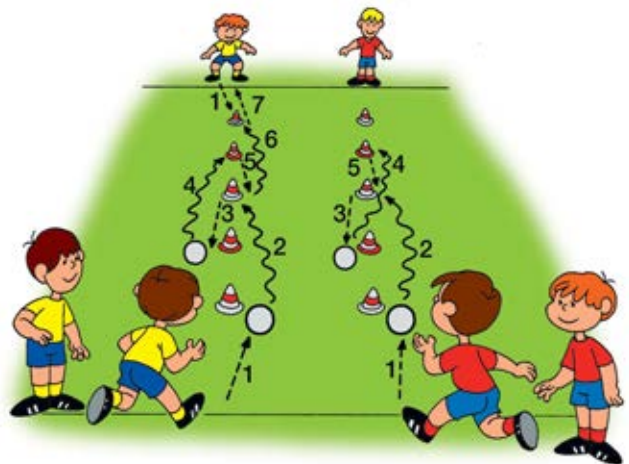


- Bevor man mit dem Ball übt, wird das Zickzacklaufen mit korrekter Technik demonstriert und auch erklärt, bevor jeder Spieler Gelegenheit zum Üben bekommt, bevor alles in einem Wettkampf gefestigt wird.
- Nachdem alle Fehler ausgemerzt wurden, findet ein Wettkampf zwischen je fünf Spielern statt, wobei sich die beiden Ersten für das A-Finale und die restlichen Spieler für das B-Finale qualifizieren.

Variante „Staffel mit Dreiermannschaften“

- Fünf Hütchen werden in jeder Reihe hintereinander im Abstand von 5 m aufgestellt. Je ein Ball wird neben das erste und zweite Hütchen gelegt, während zwei der drei Spieler jeder Mannschaft 5 m vor dem ersten Hütchen in Reihe Aufstellung nehmen und der dritte Spieler am Ende des Parcours 5 m hinter dem fünften Hütchen steht. Mehrere Dreiermannschaften kämpfen um den Sieg.

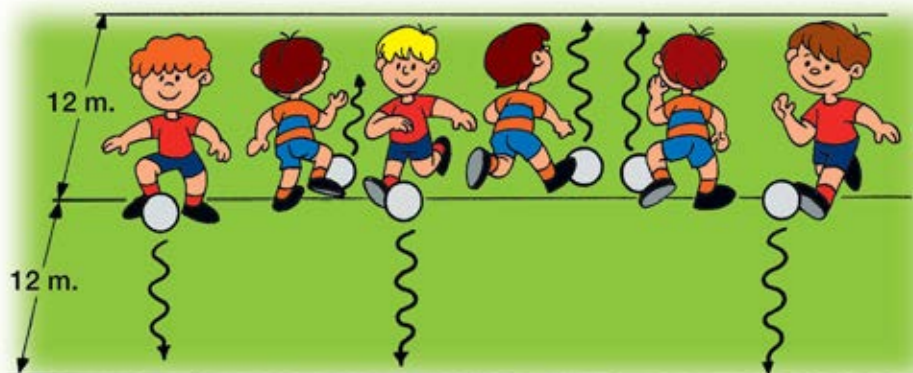
- Nach dem optischen Signal des Trainers läuft der erste Spieler von jeder Mannschaft zum ersten Ball, um ihn am übernächsten Hütchen abzugeben (2), holt dann den zweiten Ball am zweiten Hütchen (3), legt ihn neben das vierte Hütchen (4), holt den ersten Ball am dritten (siehe 5) und legt ihn neben das fünfte Hütchen (6) und läuft dann zum zweiten Spieler (7), um ihm mit Handschlag das Zeichen zum Start zu geben.



- Der zweite Spieler verfährt dann in Gegenrichtung genauso wie der erste Spieler und am Schluss der dritte Spieler, bis die Staffel beendet ist.
- Es wird empfohlen, die Übung zuerst ohne Ball ausführen zu lassen, wobei die Abstände zwischen den Hütchen auch verändert werden können. Dabei sollte der erste Spieler auf dem Hinweg die fünf Hütchen im Hin- und Rücklauf mit dem Fuß umstoßen, während sie der zweite Spieler mit der Hand wieder aufstellt und der dritte Spieler genauso wie der erste verfährt.
- Es sollten Bälle verschiedener Größe und mit unterschiedlichem Gewicht, wie z. B. ein Fußball und ein Tennisball, benutzt werden.

5 Schwarz oder weiß

- Eine Spielfläche von mindestens 20 x 20 m wird von einer Mittellinie in zwei Hälften geteilt, die wiederum von einer Endlinie begrenzt werden. Zwei Mannschaften stehen sich, beide zu verschiedenen Endlinien blickend, gegenüber. Auf ein Signal des Ausbilders hin muss jeder Spieler der beiden Mannschaften seinen Ball am Fuß über seine Endlinie führen. Die Mannschaft, die zuerst alle ihre Bälle am Fuß aus dem Spielfeld herausdribbeln konnte, gewinnt einen Punkt.



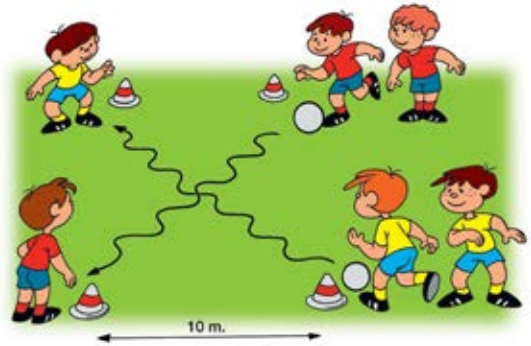
- Das Gleiche kann auch als Nummernwettlauf durchgeführt werden, indem der Trainer eine oder auch zwei Nummern (d. h. Spieler jeder Mannschaft) gleichzeitig aufruft.

Variante

- Auf ein Kommando („schwarz oder weiß“) des Trainers dribbeln die Spieler der schwarzen (weißen) Mannschaft ihre Bälle zur Endlinie, während die nicht aufgerufenen Spieler ihre Bälle zurücklassen und versuchen, ihren persönlichen Gegenspieler vom Ball zu trennen, um diesen dann zur Mittellinie zurückzuführen. Für jedes Überschreiten der Endlinie in 20 m Entfernung mit dem Ball am Fuß gibt es einen Punkt.
- Anstatt direkt auf der Mittellinie zu stehen, wird ein Abstand von 3 m zwischen den Spielern beider Mannschaften geschaffen.

6 Zusammenstoß am Schnittpunkt vermeiden

- 6-8 Spieler stellen sich so in Kreuzform auf, wie es die Abbildung zeigt.
- Ein Spieler jeder Mannschaft muss seinen Ball durch die Mitte des Quadrats zu seinem gegenüberstehenden Mitspieler führen und dabei einen möglichen Zusammenstoß mit einem der anderen Spieler vermeiden. Dies wird durch eine entsprechende aufrechte Körperhaltung erreicht, die eine optimale Übersicht und Entscheidungsfindung ermöglicht.



Variante 1

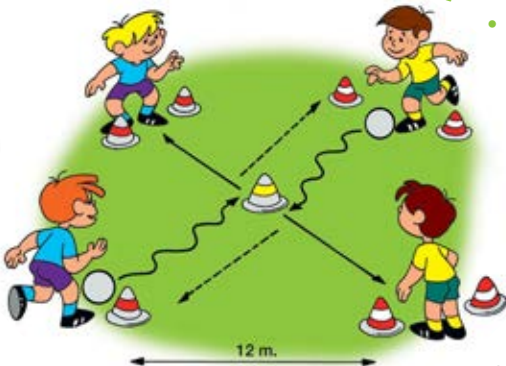
- Vier Spieler dribbeln zur gleichen Zeit ihren Ball aus ihren vier Ecken (Hütchen) heraus durch die Mitte des Übungsfeldes zum gegenüberstehenden freien Hütchen, umlaufen es und kehren dann zum Startplatz zurück, bis jeder von ihnen den Hin- und Rückweg 10 x mit entsprechenden Pausen, in denen beide Mitspieler laufen müssen, absolviert hat.

Variante 2

- Anstelle eines Hütchens werden jetzt in allen Ecken des Vierecks 2 m breite Hütchentore errichtet, durch die der Ball zugespielt werden muss. Zwei Mannschaften mit je vier Spielern, die sich in Paaren gegenüberstehen, bestreiten mit je einem Ball einen Wettkampf. Auf ein optisches Signal hin läuft der erste Spieler mit dem Ball bis zur Mitte. Von dort spielt er einen frontalen Pass durch das gegenüberstehende Hütchentor zum ersten Spieler des gegenüberstehenden Paares, der ihn hinter dem Tor erwartet. Anschließend macht er das Gleiche wie sein Vorgänger, während der erste Spieler sich in der zweiten Reihe anschließt.
- Die Vierermannschaft, die zuerst 20 Tore mit einem beliebigen oder auch nur mit dem linken Fuß erzielt, gewinnt.

7 Ballführung mit Abspieß nach links und rechts

- Es werden zwei Mannschaften zu je zwei Spielern gebildet. Jede Mannschaft besetzt die nebeneinanderliegenden Tore. Nach dem Signal laufen die beiden gegenüberstehenden Spieler mit ihrem Ball zur Mitte, überdribbeln das Hütchen auf der linken (rechten) „Fahrbahn“ und geben dann einen genauen Pass nach links (rechts) durch das linke (rechte) Hütchentor. Hinter dem Tor erwartet sein Mitspieler den Ball, während der vorige Zusprieler nach seinem genauen Pass geradeaus weiterläuft und sich hinter das freie Tor stellt, um das neue Zuspiel seines Mitspielers aus der Mitte des Feldes zu erwarten.



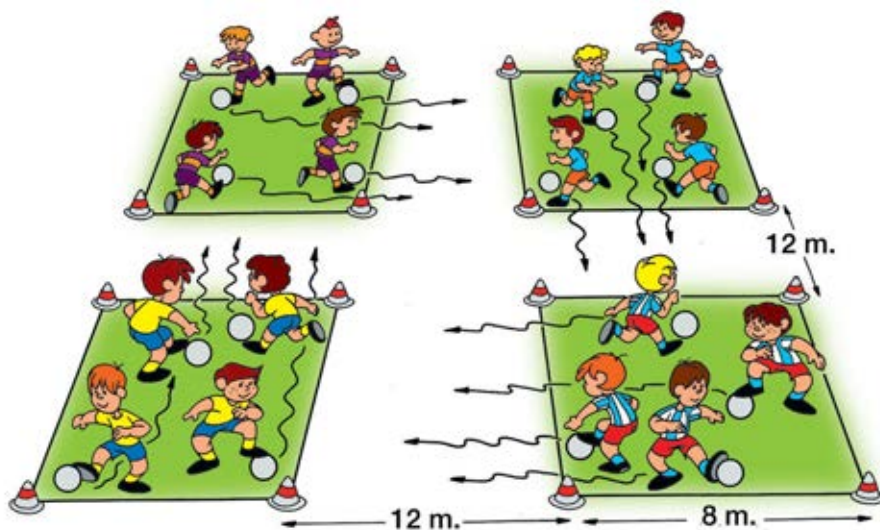
- Es gewinnt das Paar, das zuerst 10 Tore aus der Mitte erzielen kann. Bevor der Wettkampf beginnt, demonstriert und erklärt der Trainer seinen vier Schülern die verschiedenen Techniken des Abspiels sowohl nach rechts wie auch nach links und kommentiert mit ihnen die Vor- und auch die Nachteile verschiedener Zuspieltechniken.

Variante

- Ohne dass es zu einem Wettkampf kommt, werden alle Spieler dazu angehalten, vor dem Abspiel zu einer Seite eine Zuspieltäuschung in die Gegenrichtung auszuführen.

8 Wechsel des Quadrats

- Es werden vier Vierer- oder Dreiermannschaften gebildet. Jede von ihnen besetzt eines von vier Quadraten (8 x 8 m), die alle voneinander 12 m entfernt sind.
- Zunächst dribbeln alle Spieler ihren Ball innerhalb ihres Vierecks, bis der Ausbilder ein Signal gibt, das sie dazu auffordert, ihren Ball so schnell wie möglich in das nächste Viereck (im Uhrzeigersinn) zu führen.
- Es gewinnt die Mannschaft, deren Mitglieder sich zuerst auf ihre Bälle im neuen Quadrat setzen können.



Variante „Verkehrspolizei“

- Der im Zentrum der vier Quadrate stehende „Polizist“ zeigt mit einem entsprechenden Ausbreiten seiner Arme die Richtung an, in die zwei der vier Mannschaften ihren Ball dribbeln müssen, um das Viereck des Gegners mit allen Spielern eher zu besetzen. Der „Verkehrspolizist“, um Zusammenstöße zu verhindern, muss darauf bestehen, dass immer Rechtsverkehr herrscht.