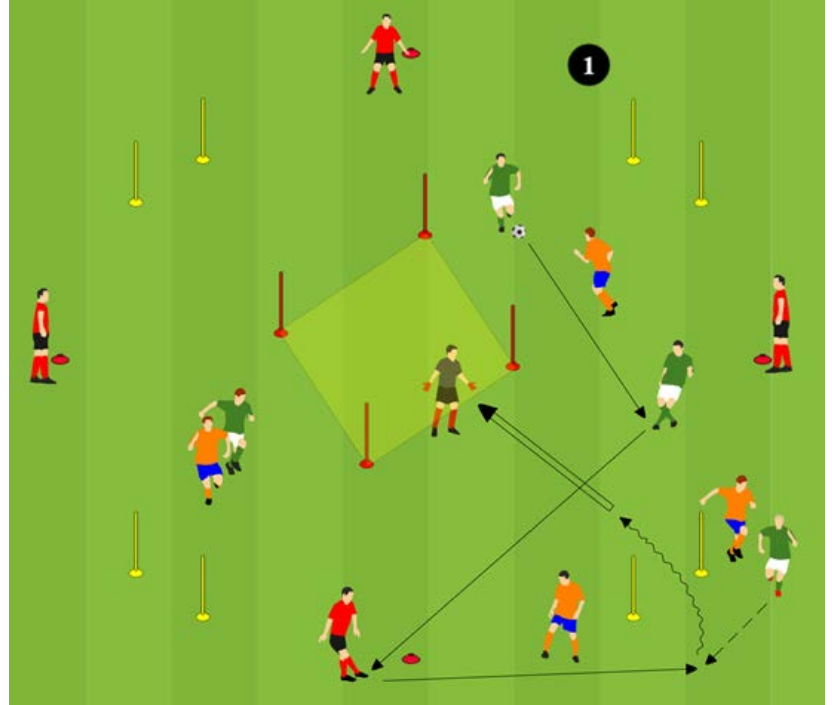


## Spielform 4 gegen 4 plus 4

### Organisation:

- Die Feldgröße ist abhängig von der Leistungsstärke.
- In der Mitte des Spielfeldes stellen wir 4 Stangen auf, daraus ergeben sich 4 Tore, die von einem Torwart bewacht werden.
- Frontal zu jedem „Tor“ wird in Schussweite jeweils ein Stangentor aufgestellt, auch Bodenmarkierungen erfüllen den Zweck.
- Zwischen den Stangentoren legen wir jeweils eine Bodenmarkierung aus, hier werden die vier Überzahlspieler postiert.
- Im Übungsfeld befinden sich zwei Teams mit jeweils 4 Spielern und der Spielball.
- Wir benötigen noch einige Bälle am Spielfeldrand, um immer wieder den Spielfluss zu erhalten.



### Ablauf:

- Die Mannschaften im Feld spielen gegeneinander 4 gegen 4.
- Bei Ballverlust wird sofort zwischen Angriff und Verteidigung gewechselt.
- Die vier Überzahlspieler am Spielfeldrand werden von den Angreifern ins Passspiel mit einbezogen.
- Ein Torschuss darf nur dann erfolgen, wenn ein Angreifer zuvor ein Stangentor von hinten durchdribbelt. Er sucht dann sofort den Torabschluss.
- Der Torwart bewacht alle vier „Tore“ und verhindert den Torerfolg. Fängt er den Ball, spielt er diesen zur Mannschaft seiner Wahl.

### Varianten:

- Feld vergrößern/verkleinern.
- Vor dem Torschuss müssen die Stangentore von vorne durchdribbelt werden.
- Von welcher Seite die Stangentore durchdribbelt werden ist egal.
- Spiel mit zwei oder drei Ballkontakten.
- Vor dem Pass muss ein kurzes Dribbling durchgeführt werden.
- Für jeden langen Pass gibt es einen Extrapunkt.
- Vor einem abschließenden Torschuss muss jeder Spieler des Teams den Ball gespielt haben.

### Trainertipps:

- Beachte die Leistungsstärke deines Teams.
- Als Fußballtrainer ist es lediglich deine Aufgabe, durch geschickte und schnelle Wechsel und Abbruch von Spielsituationen mit entsprechendem Neustart, den Spielfluss zu erhalten und zu fördern.
- Fordere deine Spieler auf selbständig Lösungswege zu finden.
- Lasse deiner Fantasie freien Lauf und kreierte weitere Varianten.