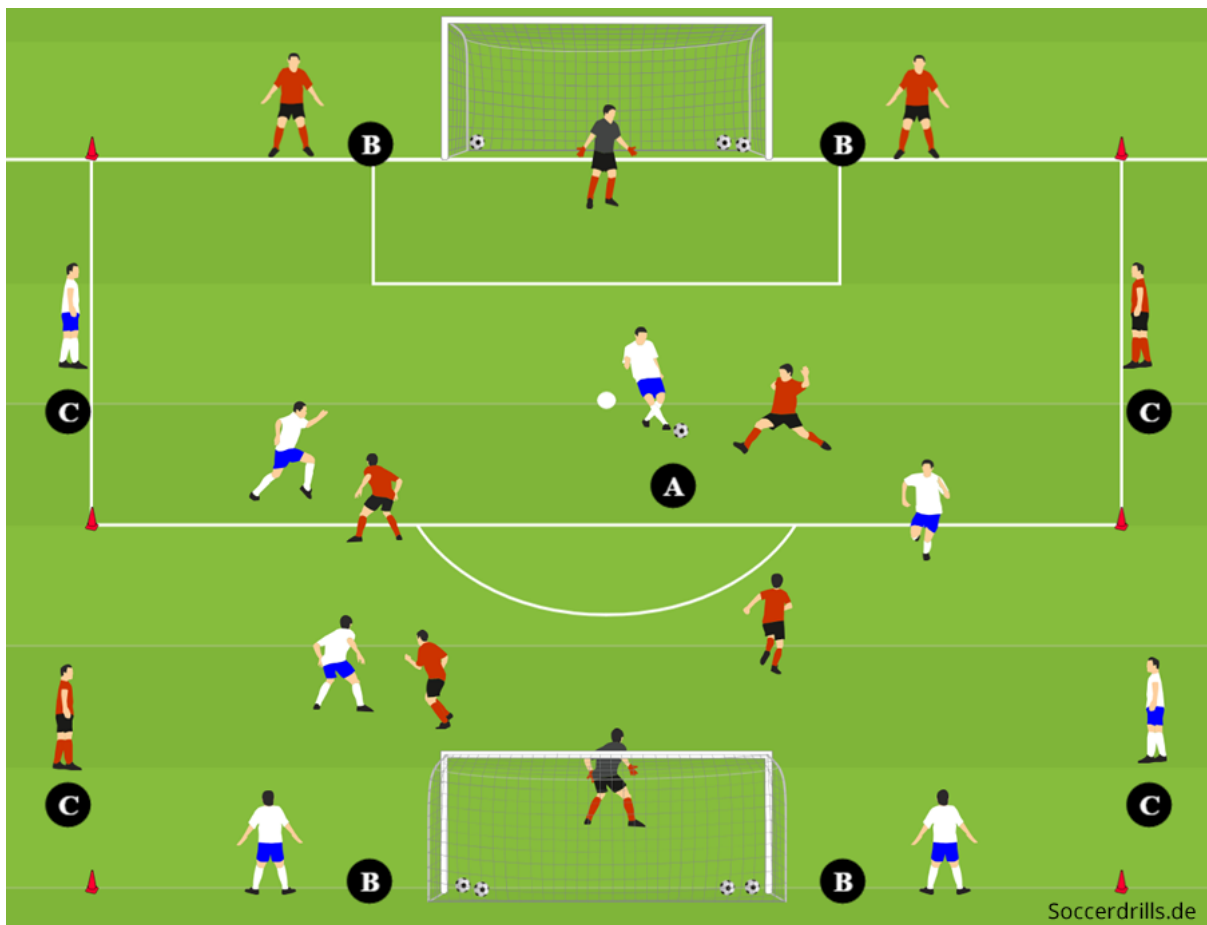


## Spielform - 3 gegen 3 und 4 gegen 4



### Organisation:

- Wir benötigen 2 Tore, 6 Hütchen für die Feldmarkierung, Leibchen und ausreichend Bälle.
- Die Größe des Spielfeldes entspricht maximal dem doppelten 16er, die Tore stehen sich frontal gegenüber. Ersatzbälle werden in den Toren abgelegt, von dort sind sie jederzeit einsetzbar, um Spielverzögerungen zu vermeiden.
- In der Grafik erkennst du beispielhaft das 4 gegen 4 mit Anspielern. In der nachfolgenden Ablaufbeschreibung (A,B,C), wird das 4 gegen 4 Spiel beschrieben.

### Ablauf:

- Zwei Mannschaften bilden. Die Spieler jeder Mannschaft bilden innerhalb ihres Teams zwei Gruppen. Gruppe 1 bleibt im Feld, Gruppe 2 verteilt sich ums Feld, wie unter B und C beschrieben.
- Zwei Spieler stellen sich rechts und links neben dem gegnerischen Tor auf.
- Jeweils ein Spieler steht rechts und links an der Seitenlinie.
  - Die Spieler können die Außenspieler der eigenen Mannschaft jederzeit anspielen und haben keine Ballkontaktbegrenzung, auf den Außenpositionen soll direkt/mit dem zweiten Kontakt gespielt werden.
  - Wenn der Ball seitlich oder neben dem Tor ins Aus geht, wird immer beim Torwart neu gestartet. Schnell weiterspielen.
  - Beim 3 gegen 3 hat jede Mannschaft neben dem gegnerischen Tor zwei Mitspieler und nur einen an der Außenlinie.
  - Als 4 gegen 4 Spiel: 4x 4 Minuten Spielzeit pro Team und 2 Minuten Pause zwischen den Spielen oder Pause als Anspieler der zweiten Gruppe.
  - Als 3 gegen 3 Spiel: 4x 3 Minuten Spielzeit pro Team und 2 Minuten Pause zwischen den Spielen oder Pause als Anspieler der zweiten Gruppe.

## **Spielform - 3 gegen 3 und 4 gegen 4**

### **Varianten:**

- Anspieler nur an der Außenlinie.
- Anspieler nur in der Tiefe neben dem Tor.
- Nach einem Tor geht es für die erfolgreiche Mannschaft beim eigenen Torhüter weiter, diese Mannschaft wird also für ihr Tor zusätzlich belohnt.
- Jede Mannschaft postiert neben dem gegnerischen Tor auf jeder Seite einen Spieler. Diese sind nur für die eigene Mannschaft anspielbar. Zudem stellt jedes Team noch einen Anspieler seitlich, dieser ist für beide Teams anspielbar (neutraler Spieler).
- Ohne Außenanspieler, die Teams die Pause haben, absolvieren neben dem Feld eine Technikübung oder laufen locker um das Feld.

### **Trainertipps:**

- 3 gegen 3: Dieses Spiel ist noch intensiver, die Spieler können sich weniger verstecken als beim 4 gegen 4. Beim 3 gegen 3 kann auch mit seitlichen und tiefen Anspielern gespielt werden.
- Auf hohes Spieltempo achten, jeder Spieler ist immer in Aktion, es gibt ständig offensive oder defensive Momente. Kein Spieler darf sich aus dem Spiel nehmen, sonst hat die Mannschaft keine Chance.
- Die Außenspieler coachen ihre Mitspieler innen und feuern sie an.
- Nach Balleroberung geht der erste Blick immer in die Tiefe, um möglichst schnell nach vorne zu spielen.
- Mit den Außenspielern Überzahl herstellen.
- Ständig neu anbieten oder den ballbesitzenden Spieler des Gegners anlaufen und stellen.
- Durch das kleine Feld kann sofort geschossen werden, wenn nicht verteidigt wird.
- Dieses Spiel unbedingt mit zwei Torhütern spielen! Die Torhüter sind auch dafür zuständig, dass immer ein Ball im Spiel ist und dieses ständig fortgesetzt werden kann. Geht ein Ball ins aus oder fällt ein Tor, geht es immer beim Torwart weiter. Die Torhüter müssen blitzschnell handeln und den nächsten Ball schnell ins Spiel bringen.
- Der Trainer muss den Spielstand immer laut mitzählen, damit dieser immer präsent ist! Das bedeutet, der Spielstand geht immer weiter. Die Spieler eines Teams gehören zusammen und erzielen ein gemeinsames Ergebnis!
- Dieses Spiel unbedingt als Wettbewerb spielen!