

1. műhely:  
4+1:4+1 elleni mérkőzésjáték

U8/9 4. állomásos fesztivál 40 fő

2. műhely:  
1:1 elleni játék területen, majd irányba

1. műhely

2. műhely

4. műhely:  
2:0-ás előkészítő gyakorlat

4. műhely

3. műhely:  
3:3 elleni faljáték

Ellentétes irányú forgások  
Kék 1-2-3-4  
Piros 4-3-2-1

3. műhely

# **1. műhely: 4+1:4+1 elleni mérkőzésjáték.**

Cél: labdavezetés, labdakontroll, cselek, irányváltások, együttműködés

Feladat: gólszerzés ill. gólszerzés megakadályozása, átváltások.

# **2. műhely: 1:1 elleni játék területen, majd irányban.**

Cél: labdakontroll, labdamegtartása, gólszerzés a kapuk közé, gondolkodás elősegítése, döntési helyzetek.

Feladat: labda megtartása, majd az edző által bementett színű bójakapukra gólszerzési lehetőség.

# **3. műhely: 3:3 elleni falfjátékosokkal.**

Cél: labdakontroll, cselek, együttműködés, létszámfölény kialakítása, szélességi játék.

Feladat: gólszerzés ill. gólszerzés megakadályozása, átváltások. Oldalváltások, háromszögjáték.

# **4. műhely: 2:0-s előkészítő, javító gyakorlat.**

Cél: két játékos együttműködése, összjáték.

Feladat: a két játékos egy időben elindul, majd átadás-átvétel, kényszerítő játék, mögé kerülés, egyérintős játék, gólszerzés.

**1. műhely: 4+1:4+1 elleni mérkőzésjáték.**

Cél: labdavezetés, labdakontroll, cselek, irányváltások, együttműködés.

Feladat: gólszerzés ill. gólszerzés megakadályozása, átváltások.

**2. műhely: 1:1 elleni játék irányba kapura.**

Cél: labdakontroll, testcsele, csele, tempóváltás, rúgótechnika.

Feladat: labdavezetés után szemből, majd oldalról érkező védők kicselezése, gólszerzés.

**3. műhely: 4:4 elleni mélységi faljáték.**

Cél: együttműködés, háromszögjáték, mélységi átadás

Feladat: gólszerzés miután megjátszották a mélységi falakat, gólszerzés a gólzónán belülről.

**4. műhely: 2:1 elleni játék választással.**

Cél: együttműködés, első érintés

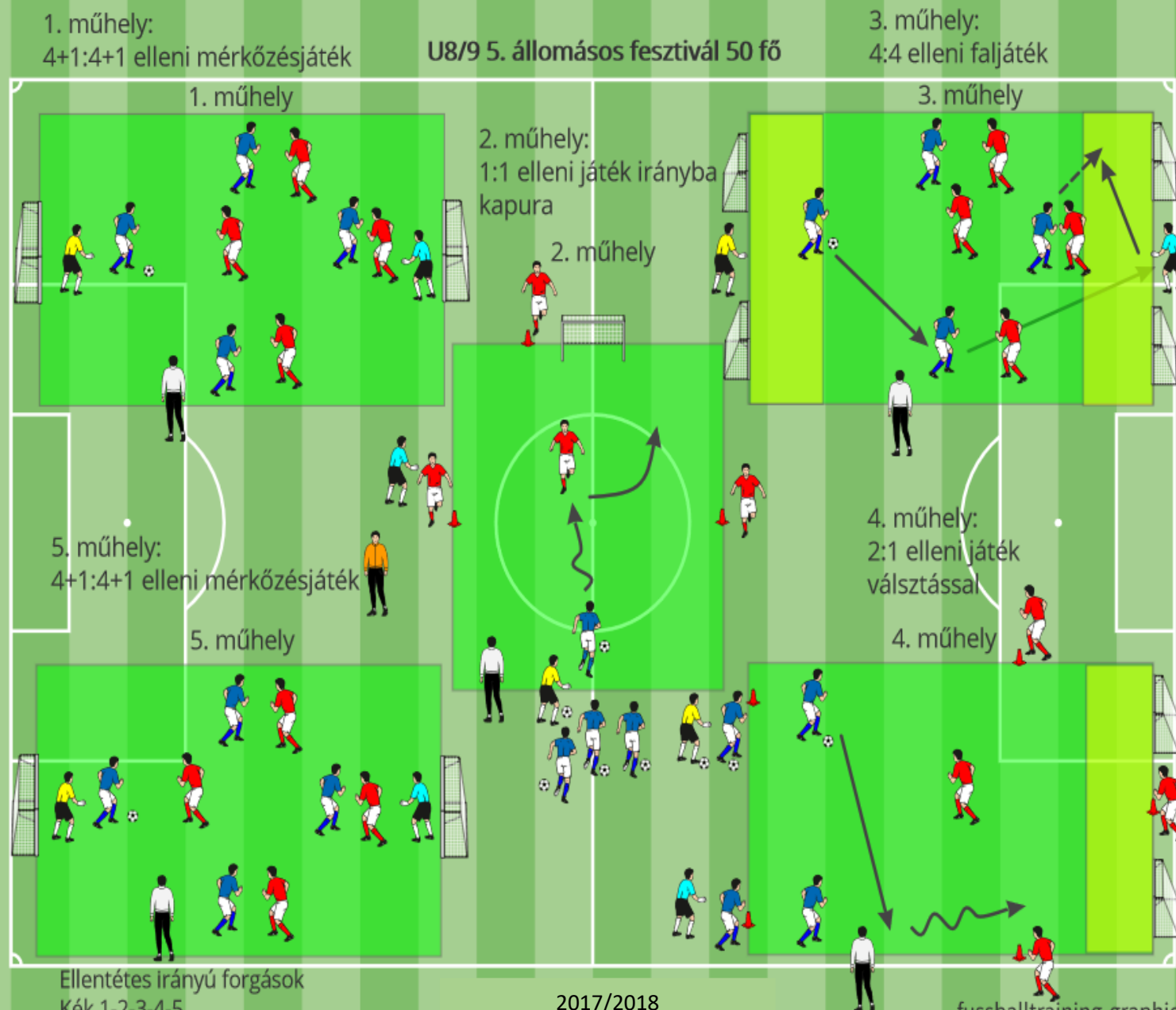
Feladat: szélességi nyitás, egyéni játék, kényszerítő játék és mögé kerülés után gólszerzés a gólzónán belülről.

**5. műhely: 4+1:4+1 elleni mérkőzésjáték.**

Cél: labdavezetés, labdakontroll, cselek, irányváltások, együttműködés.

Feladat: gólszerzés ill. gólszerzés megakadályozása, átváltások.

**U8/9 5. állomásos fesztivál 50 fő**

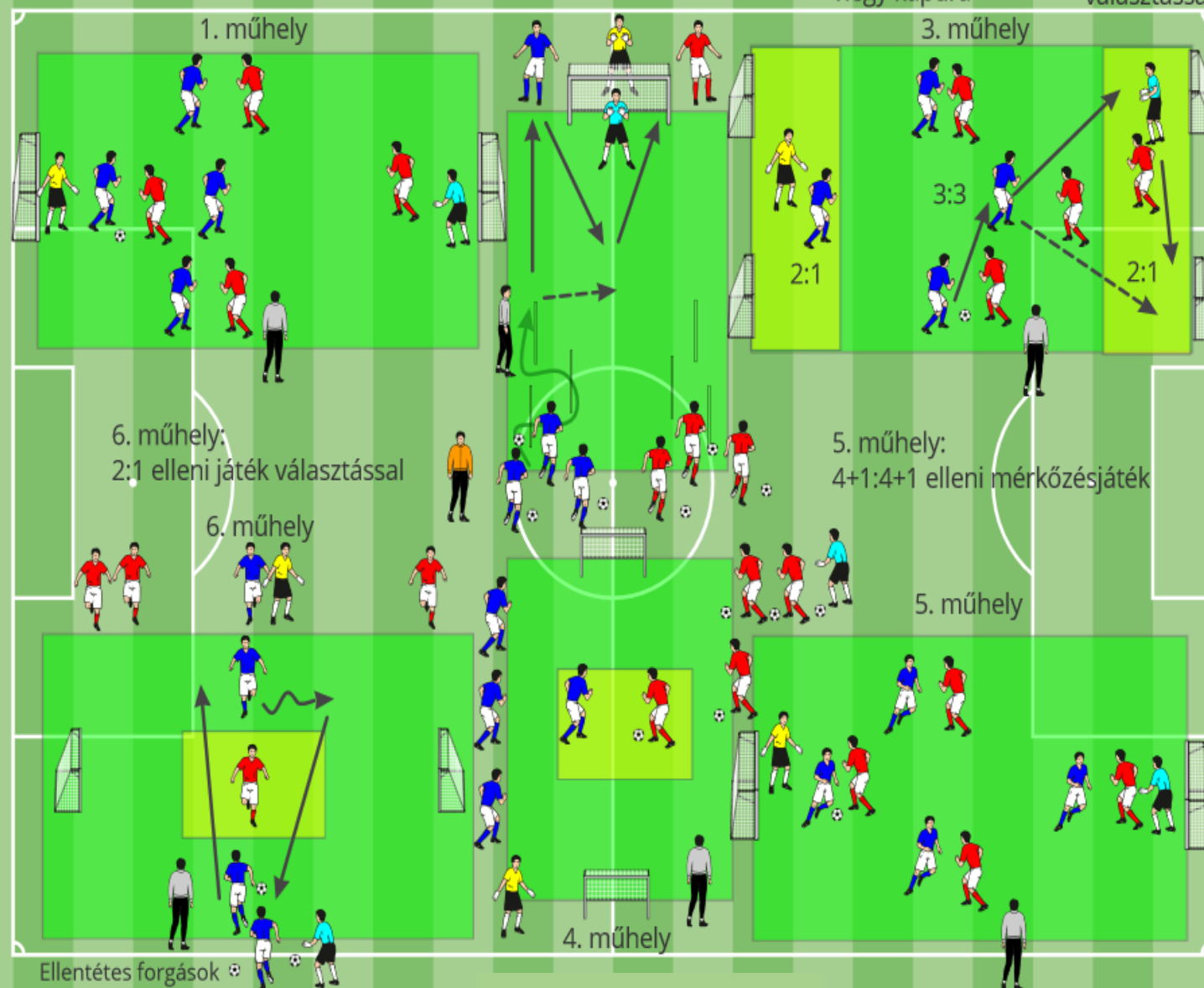


Ellentétes irányú forgások  
 Kék 1-2-3-4-5  
 Piros 5-4-3-2-1

2017/2018

fussballtraining-graphics.de

1. műhely: 4+1:4+1 elleni mérkőzésjáték  
 2. műhely: Kapuralövés  
 U8/9 6. állomásos fesztivál 60 fő  
 2. műhely  
 3. műhely: 3:3 és 2:1 elleni játék négy kapura  
 4. műhely: 1:1 elleni játék választással



Ellentétes forgások  
 Kék 1-2-3-4-5-6  
 Piros 6-5-4-3-2-1

2017/2018

fussballtraining-graphics.de

1. műhely: 4+1:4+1 elleni mérkőzésjáték.  
Cél: labdavezetés, labdakontroll, cselek, irányváltások, együttműködés.  
Feladat: gólszerzés ill. gólszerzés megakadályozása, átváltások.
2. műhely: „Kapuralövés”.  
Cél: labdakontroll, átadás, első érintés, rúgótechnika.  
Feladat: szalalom labdavezetés a karók között, mélységi átadás után átvétel és kapuralövés.
3. műhely: 3:3 játék, majd 2:1 elleni játék a zónákon belül.  
Cél: együttműködés, térváltás, üres területbe elmozgás.  
Feladat: a középső zónában 3:3 elleni játék, majd felpassz a másik zónába ahol 2:1 elleni játék után gólszerzés.
4. műhely: 1:1 elleni játék választással.  
Cél: 1:1 elleni játékhelyzet megoldások.  
Feladat: labdavezetés a középső területre, majd csel alkalmazása és gólszerzés bármelyik kapura.
5. műhely: 4+1:4+1 elleni mérkőzésjáték.  
Cél: labdavezetés, labdakontroll, cselek, irányváltások, együttműködés.  
Feladat: gólszerzés ill. gólszerzés.
6. műhely: 2:1 elleni játék választással.  
Cél: együttműködés üres területbe való elmozgás.  
Feladat: két játékos együttműködése, védő árnyékából való elmozgás, három átadás után gólszerzés, bármelyik kapura.

1. műhely  
4+1:4+1 elleni mérkőzésjáték

U8/9 7. állomásos fesztivál 70 fő

2. műhely:  
Kapuralövés

3. műhely:  
3:1 elleni játék négy kapura



1. műhely: 4+1:4+1 elleni mérkőzésjáték.

Cél: labdavezetés, labdakontroll, cselek, irányváltások, együttműködés.

Feladat: gólszerzés ill. gólszerzés megakadályozása, átváltások.

2. műhely: „Kapuralövés”

Cél: átadás, átvétel, első érintés, rúgótechnika.

Feladat: labda átadása- átfutás, majd átvétel és kapuralövés meghatározott felülettel. Gólszerzés.

3. műhely: 3:1+1 elleni játék két-két kapura.

Cél: hároszögjáték, együttműködés

Feladat: a védőzónában elhelyezkedő játékosok átjátszása, gólszerzés a gólzónán belülről.

4. műhely: Pontszerző

Cél: rúgótechnika, pontosság

Feladat: a bójakapukra betalálni, verseny, belő-csúd rúgások.

5. műhely: 4+1:4+1 elleni mérkőzésjáték.

Cél: labdavezetés, labdakontroll, cselek, irányváltások, együttműködés.

Feladat: gólszerzés ill. gólszerzés megakadályozása, átváltások.

6. műhely: „Rondó játék”

Cél: technikai fejlesztése

Feladat: kört alakítunk, labda körön kívül, futás a tárhoz, átadás- átvétel, láb, comb, használata.

7. műhely: 4:4 elleni szélességi és mélységi faljáték.

Cél: együttműködés, hároszögjáték, mélységi átadás

Feladat: gólszerzés miután megjátszották a szélességi és mélységi falakat, gólszerzés a gólzónán belülről.



6. műhely

6. műhely:  
Rondó játék

7. műhely

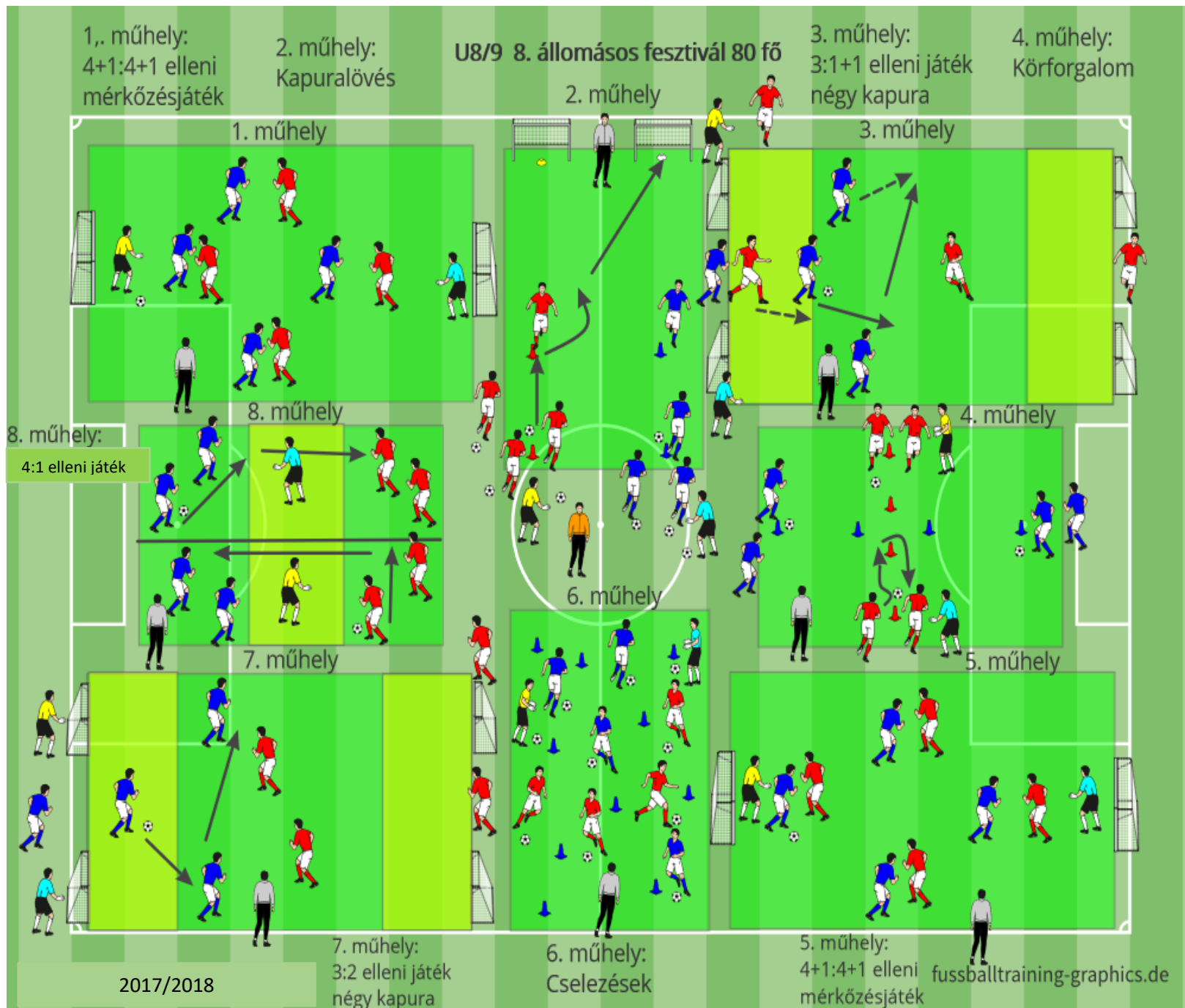
5. műhely:  
4+1:4+1 elleni  
mérkőzésjáték

7. műhely:  
3:3 elleni  
négy kapus játék

Ellentétes irányú forgások  
Kék 1-2-3-4-5-6-7  
Piros 7-6-5-4-3-2-1

2017/2018

fussballtraining-graphics.de



**1. műhely: 4+1:4+1 elleni mérkőzésjáték.**

Cél: labdavezetés, labdakontroll, cselek, irányváltások, együttműködés.

Feladat: gólszerzés ill. gólszerzés megakadályozása, átváltások.

**2. műhely: „Kapuralövés”**

Cél: passztechnika, rúgótechnika, pontosság

Feladat: labdavezetés után mélységi átadás-átfutás, labda felé mozgás lefordulás gólszerzés, az edző által rámutatott kapura.

**3. műhely: 3:1+1 játék két-két kapura.**

Cél: együttműködés, háromszögjáték

Feladat: három játékos együttműködése után gólszerzés, nyomást adó visszafutó játékos, gólszerzés gólzónán belülről, átmenetek.

**4. műhely: „Körforgalom”**

Cél: labdakontroll, labdavezetések, ritmus kialakítás

Feladat: egyszerre indulnak a játékosok labdavezetéssel, bóják megkerülésével, fordulatok mindkét irányból

**5. műhely: 4+1:4+1 elleni mérkőzésjáték.**

Cél: labdavezetés, labdakontroll, cselek, irányváltások, együttműködés.

Feladat: gólszerzés ill. gólszerzés megakadályozása, átváltások.

**6. műhely: „Cselek”.**

Cél: labdakontroll, cselezés

Feladat: labdavezetés után edző által bemozdott cselek alkalmazása a bójánál

**7. 3:2 elleni játék két-két kapura.**

Cél: háromszögjáték, együttműködés.

Feladat: gólszerzés, gólzónán belülről. átváltások, egyéni játék, kényszerítő játék, mögérülés.

**8. műhely: 4:1 elleni mélységi játék.**

Cél: együttműködés, helyezkedés, átadás-átvétel, mélységi átadás.

Feladat: 4 játékos együttműködése, a védőjátékos csak a védőzónában helyezkedhet el, ha megfogta a labdát akkor csere lehetséges, vagy meghatározott számú átadás után.