

**Zeitschrift:** Jugend und Sport : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen

**Herausgeber:** Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

**Band:** 38 (1981)

**Heft:** 5

**Rubrik:** Unsere Monatslektion

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

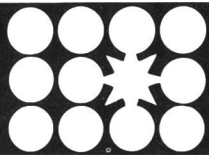
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 30.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



# UNSERE MONATSLEKTION

## Fussball – Methodische Spielreihe am Beispiel 3:1

Autoren:

Fässler, Bruggmann, Hasler E., Hasler H.-R.

*Aktive Pause:*

*Ball hochhalten mit verschiedenen Auflagen  
Auswechslungen nach Fehler oder  
intervallmässig  
Spielfeld: 15 x 15 m*

*Beispiele*

*3:1 ohne Begrenzung und Auflagen:*

- Einführung in richtiges Freilaufen

*3:1 in begrenztem Feld ohne Auflagen:*

- Fussball/Handball

*3:1 in begrenztem Feld mit Auflagen:*

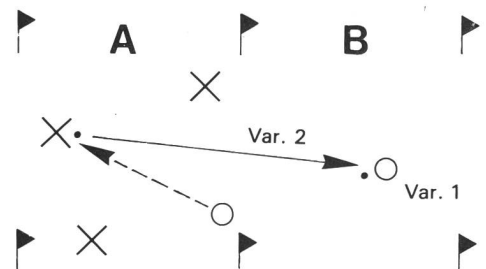
- 2 Ballberührungen
- Direktspiel
- Innenristspiel usw.

*3:1 in begrenztem Feld/der Angreifer ist der TH*

*3:1 in begrenztem Feld:*

- Gelangt der Angreifer in Ballbesitz, versucht er mit Ball am Fuss das Spielfeld zu verlassen.

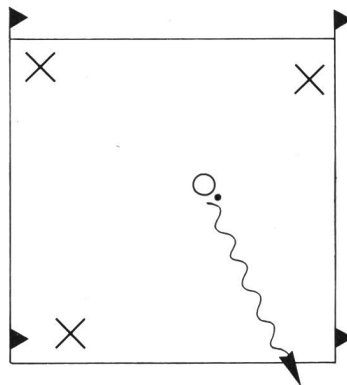
*3:1 mit Spielfeldwechsel*



Der Spielfeldwechsel erfolgt auf Pfiff oder bei Fehlzuspiel. Der letzte Spieler der 3er-Gruppe, der das Spielfeld wechselt, wird zum Angreifer. Beim Wechsel wird der 2. Ball im Besitz des im Feld B pausierenden Spielers verwendet (Variante 1).

Beim Wechsel wird der Ball aus Feld A ins Feld B gespielt (Variante 2).

Der Angreifer in Feld A kann pausieren bis zum nächsten Wechsel.



### 1. Spielformen ohne Tore

*Zielsetzungen:*

für Angreifer

- Freilaufen
- präzises Zuspiel (Direktspiel)
- Schnelligkeitsausdauer

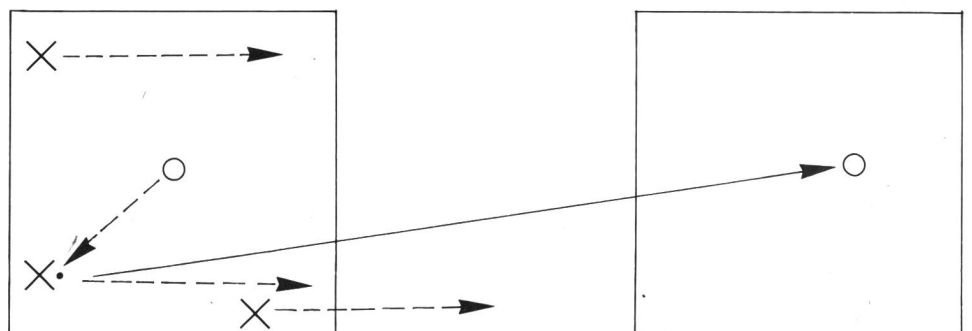
für einzelnen Verteidiger

- Tackeln
- Ball halten, behaupten
- Schnelligkeitsausdauer

*Didaktische Bemerkungen*

*Mittelzeitintervallararbeit:  
mehrmalig 30 bis 120''*

*3:1 in 2 Spielfeldern mit Spielverlagerung  
(weites Zuspiel)*



## 2. Spielformen mit Neutralen

### Zielsetzungen:

- zusätzlich: rasches Erfassen neuer Spielsituationen

### Didaktische Bemerkungen:

#### Mittelzeitintervall:

mehrmalig 30 bis 120"

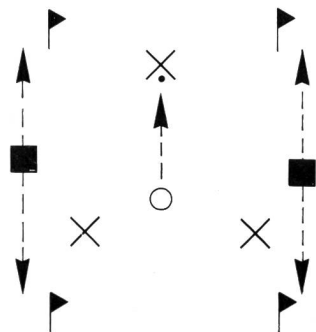
#### Auswechslung intervallmässig

#### Aktive Pause

### Beispiele

#### 3:1 mit 2 Neutralen,

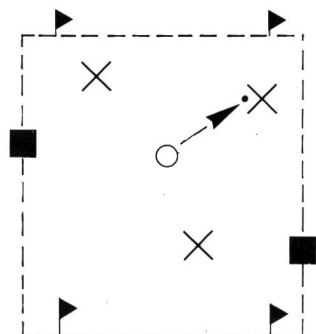
die sich auf einer Seite des Spielfeldes bewegen dürfen.



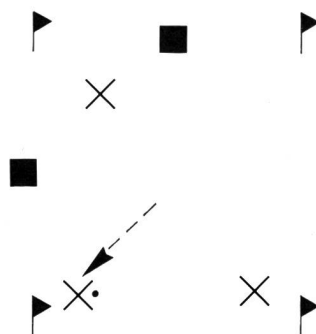
Der Verteidigende darf auch mit den Neutralen zusammenspielen. Die Neutralen müssen direkt spielen.

#### 3:1 mit 2 Neutralen,

die sich ausserhalb des Spielfeldes frei bewegen.



#### 3:1 mit 2 Neutralen und Rollenwechsel



Die 3 Angreifer spielen im Feld. Bei Fehlzuspiel wird der Verteidiger zusammen mit den 2 Neutralen Angreifer.

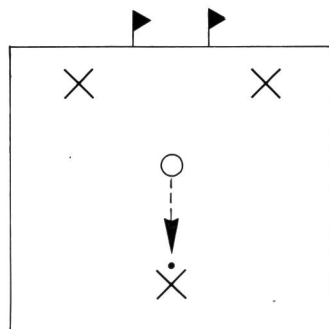
## 3. Spielformen auf Tore

### Zielsetzungen:

- zusätzlich:
  - Abschlusspositionen schaffen
  - Abschluss verhindern

### Beispiele

#### 3:1 auf 1 kleines Tor im begrenzten Feld

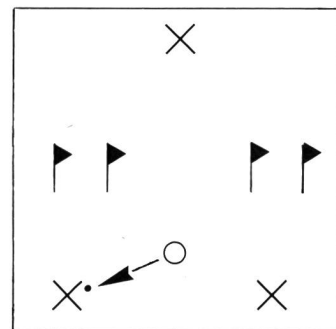
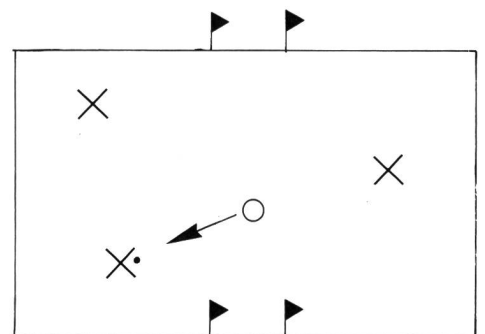


Kleines Tor: 2 bis 3 m  
Spielfeld: 20 x 20 m

Der Spieler, der einen Fehlpass verursacht, wird zum Verteidiger. Nach 3 erfolgreichen Angriffen werden die Rollen gewechselt.

#### 3:1 auf 2 kleine Tore im begrenzten Feld

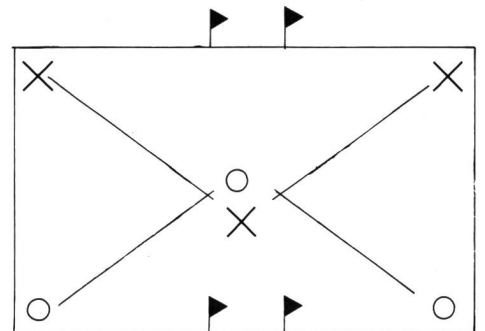
Bestimmungen wie Beispiel auf 1 kleines Tor im begrenzten Feld



Spielfeld: 20 x 20 m

Tore: 2 bis 3 m

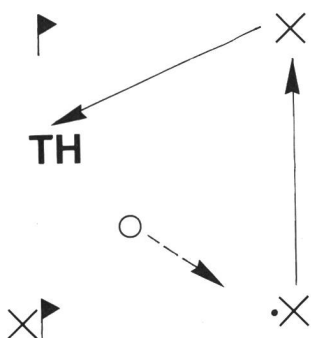
#### 3:1 auf 2 kleine Tore mit spielenden Eckfahnen



Ohne Torhüter/mit Torhüter  
Mannschaft, die Tor erhält, kann Spieler im Feld durch spielende Eckfahnen ersetzen.

Eckfahnen spielen statisch und im Direktspiel.

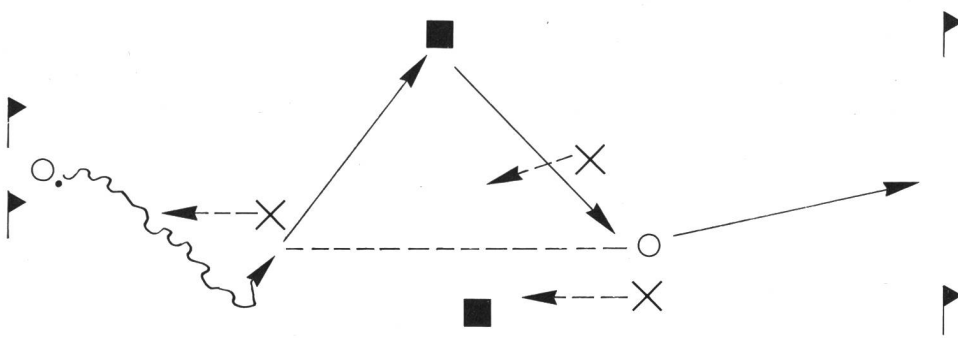
3:1 mit 1 Tor und Torhüter



Tore können von beiden Seiten erzielt werden.  
Torlinie darf nicht durchlaufen werden.

Torbreite: 5 bis 7 m

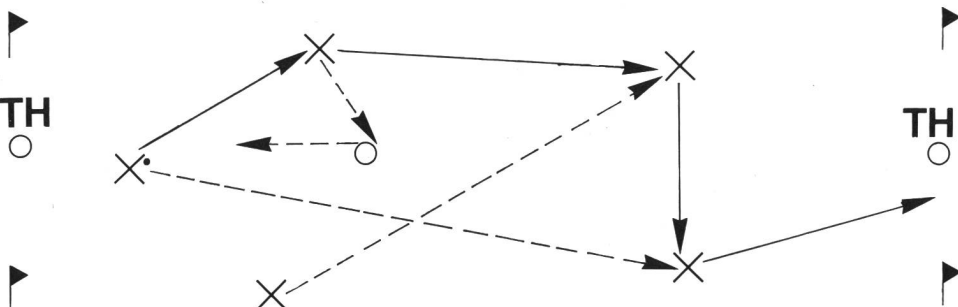
3:1 mit 2 Toren und 2 Neutralen ohne Torhüter



Neutrale müssen ihre Position einhalten und direkt spielen.  
Auflage für 3er-Gruppe: 2 Ballberührungen, Direktspiel usw.

Verschiedene Torbreiten  
Kleines Tor: 2 bis 3 m  
Grosses Tor: 5 bis 7 m  
Spielfeldbreite: 30 bis 40 m

3:1 auf 2 Tore mit Torhüter (6 Spieler)



Nach 5 Angriffen Wechsel der Mannschaften.  
Verschiedene Angriffsvarianten erarbeiten.

Torbreite: 5 bis 7 m  
Spielfeldbreite: 30 bis 40 m

Wichtig:

zielstrebig freilaufen/Ball verlangen/  
Angriffsdreieck bilden

Auflagen:

- Abschluss nach Doppelpass
- Abschluss mit Kopfstoss auf Flanke
- Direktspiel usw.

