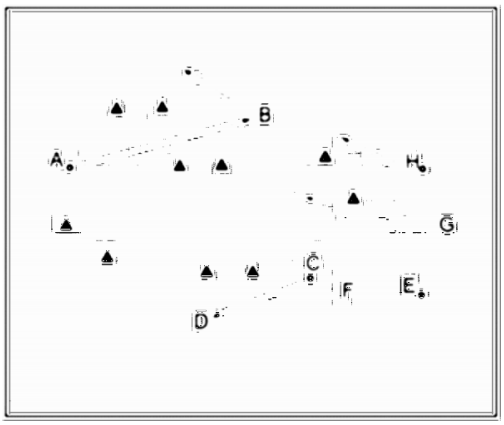
E-Jugend: T024 (1 gegen 1 defensiv)

90 Minuten · 6 Positionen · E-Jugend · 08.11.2007

1 **Passen zu zweit im Lauf zwischen Hütchentoren**

10 min · Hauptteil



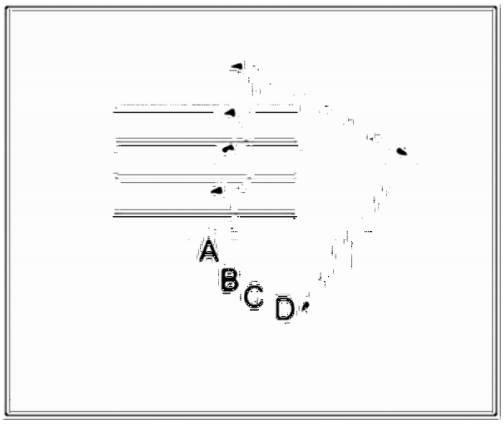
Aufbau: Ein 15 x 15 Meter großes Feld markieren.
Mehrere Hütchentore frei verteilen.
Paare mit 1 Ball bilden.

Die beiden Spieler spielen sich den Ball im Lauf zu.
Der Empfänger nimmt den Ball an.
Erst nach Annahme und kurzem Dribbling passt er den Ball zurück zum Partner, der sich zwischen den Hütchentoren neu anbietet.

Mit Zeichnung online: fussballuebungen.de/uebungen/zuspiel/passen-zu-zweit-im-lauf-zwischen-huetchentoren

2 **Koordinationslauf über vier quer gelegte Seile**

10 min · Hauptteil



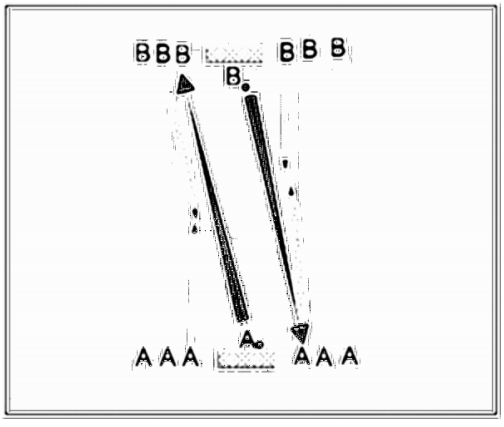
Aufbau: Vier Seile quer hintereinander auf den Boden legen.
Alle Spieler stellen sich ohne Ball davor auf.

Der erste Spieler überläuft nacheinander alle Seile.
Danach läuft er zurück zur Gruppe.
Der Nächste startet.

Mit Zeichnung online: fussballuebungen.de/uebungen/koordination/koordinationslauf-ueber-vier-quer-gelegte-seile

3 **1 gegen 1 nach Zuwurf des Torhüters mit Abdrängen**

20 min · Hauptteil



Aufbau: Ein 20 x 20 Meter großes Feld markieren.
Zwei Tore gegenüber aufstellen.
Jede Mannschaft stellt einen Torwart ins eigene Tor.
Die übrigen Spieler verteilen sich rechts und links neben ihrem Tor.
Rechts stehen die Angreifer, links die Verteidiger.

Beide Torhüter werfen gleichzeitig dem ersten Angreifer der anderen Mannschaft den Ball zu.
Der Angreifer dribbelt aufs Tor.

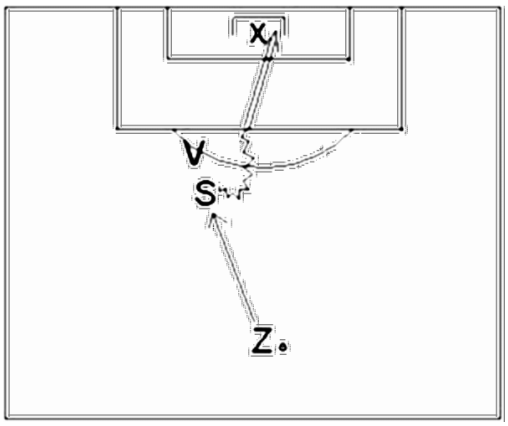
Gleichzeitig läuft der erste Verteidiger der gegenüberstehenden Mannschaft los.
Beide spielen 1 gegen 1.
Danach wechseln die Stürmer in die Verteidigergruppe und umgekehrt.

Mit Zeichnung online: fussballuebungen.de/uebungen/abwehrverhalten/1-gegen-1-nach-zuwurf-des-torhueters-mit-abdraengen

---

4 **Zuspiel auf den gedeckten Stürmer im Eins gegen eins**

10 min · Hauptteil



Aufbau: Am Strafraum mit einem Tor aufbauen.
Das Tor mit einem Torwart besetzen.
Den Stürmer vor den Strafraum stellen.
Einen Verteidiger dicht an den Stürmer stellen.
Den Zuspieler mit Ball aufstellen.
Ersatzbälle bereitlegen.

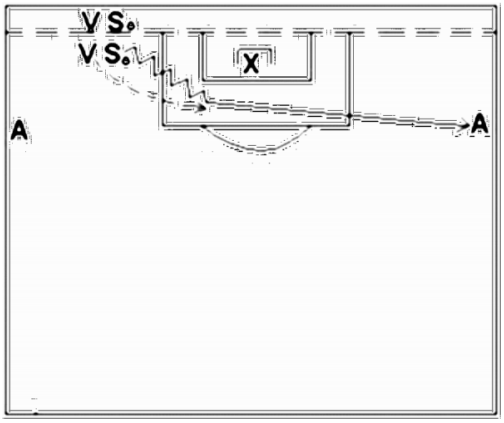
Der Zuspieler spielt dem gedeckten Stürmer den Ball zu.
Der Stürmer nimmt den Ball an und will sich im Eins gegen eins durchsetzen.
Der Verteidiger bleibt im Rücken des Stürmers und drängt ihn nach der Ballannahme nach außen, um den Torschuss zu verhindern.
Gelingt der Torschuss, beginnt der nächste Durchgang.

Mit Zeichnung online: fussballuebungen.de/uebungen/abwehrverhalten/zuspiel-auf-den-gedeckten-stuermer-im-eins-gegen-eins

---

5 **Eins gegen eins in den Strafraum mit zwei Anspielern**

10 min · Hauptteil



Aufbau: Am Strafraum mit einem Tor aufbauen.
Stürmer und Verteidiger an die Torauslinie außerhalb des Strafraums stellen.
Je einen Anspieler an die beiden Außenlinien stellen.
Ersatzbälle bereitlegen.
Einen Torwart einteilen.

Der Stürmer dribbelt von der Torauslinie in den Strafraum.
Er versucht dabei, ein Tor zu erzielen.
Der Verteidiger soll den Torabschluss verhindern und den Ball erobern.
Kommt der Verteidiger in Ballbesitz, spielt er den Ball ohne Zögern zu einem der beiden Anspieler an der Außenlinie.

Mit Zeichnung online: fussballuebungen.de/uebungen/abwehrverhalten/eins-gegen-eins-in-den-strafraum-mit-zwei-anspielern

---

6 **Übung nicht überliefert**

30 min

Im Alt-Bestand fehlt die Übung Nr. 0.

Material für die gesamte Einheit

2× Ball · Hütchen · Leibchen · 2× Tor

ccp-plan:1a1eac33-2b25-41ce-9b04-9bf1f5de7e95@v1 · erstellt mit fussballuebungen.de — 3.370 Fußballübungen, kostenlos
Die Vereinssoftware dahinter: clubcopilot.de