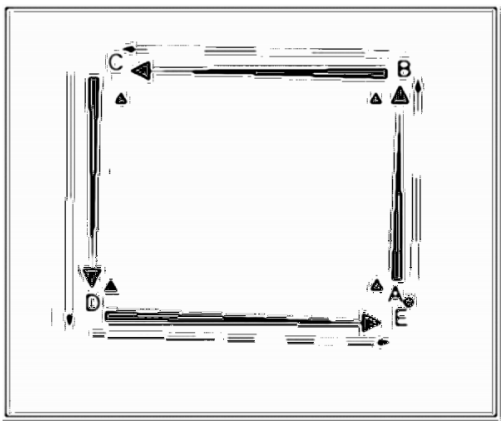
E-Jugend: T036 (Überzahl) Halle

90 Minuten · 6 Positionen · E-Jugend · 11.02.2008

1 **Passen im Hütchenquadrat mit Nachlaufen zur nächsten Ecke**

10 min · Aufwärmen



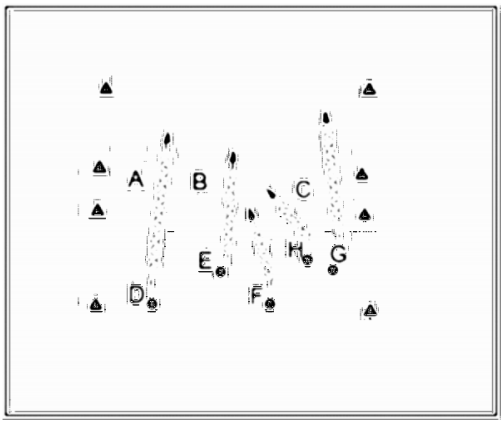
Aufbau: Ein 15 x 15 Meter großes Quadrat mit 4 Hütchen abstecken.
Die Spieler gleichmäßig auf die Hütchen verteilen.
Ein Ball genügt.

Der Spieler mit Ball passt zum nächsten Hütchen.
Danach läuft er auf dessen Position.
So wandert der Ball von Hütchen zu Hütchen.
Der Ball läuft immer in dieselbe Richtung um das Quadrat.

Mit Zeichnung online: fussballuebungen.de/uebungen/aufwaermen/passen-im-huetchenquadrat-mit-nachlaufen-zur-naechsten-ecke

2 **Dribbeln durch ein Viereck mit Fängern im Spinnengang**

10 min · Hauptteil



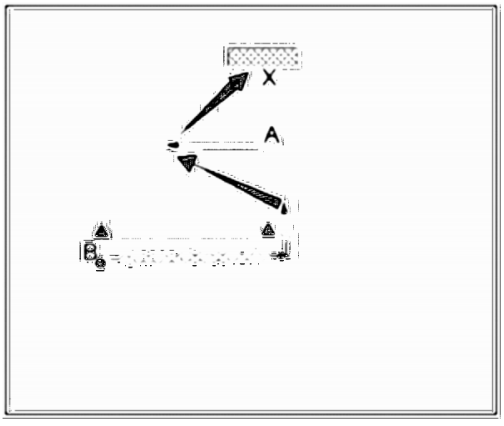
Aufbau: Ein 20 x 20 Meter großes Feld mit Hütchen abstecken.
In der Mitte ein kleineres Viereck markieren.
Drei Spieler ohne Ball ins mittlere Viereck setzen.
Die anderen Spieler mit Ball an eine Seite stellen.

Die drei Spieler in der Mitte bewegen sich nur im Spinnengang vorwärts.
Die anderen dribbeln durch das mittlere Viereck auf die andere Seite.
Wer ohne Ball einen Ball berührt, tauscht mit dessen Besitzer die Aufgabe.
Dann folgt der nächste Durchgang.

Mit Zeichnung online: fussballuebungen.de/uebungen/koordination/dribbeln-durch-ein-viereck-mit-faengern-im-spinnengang

3 **Querdribbling mit Pass nach außen und Torschuss**

20 min · Hauptteil



Aufbau: Vor einem Tor mit Torwart im Strafraum arbeiten.
A an die Strafraumlinie stellen.
B mit Ball außen an ein Hütchen stellen.
Mehrere Meter vor B ein Hütchen frontal zum Tor aufstellen.

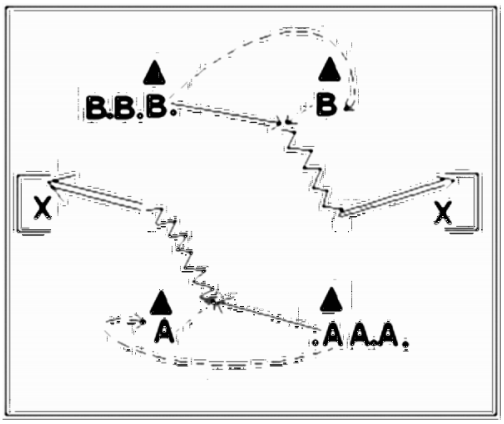
B dribbelt quer zum Hütchen.
Von dort läuft er Richtung Tor.
In diesem Moment läuft A nach außen.
B spielt A den Ball zu.
A nimmt den Ball mit und schießt aufs Tor.

Mit Zeichnung online: fussballuebungen.de/uebungen/zuspiel/querdribbling-mit-pass-nach-aussen-und-torschuss

---

4 **Pass zum Gegenüber, Mitnahme und Torschuss**

10 min · Hauptteil



Aufbau: Ein Feld mit je einem Tor einige Meter hinter den gegenüberliegenden Seiten abstecken.
Am linken Hütchen neben jedem Tor eine Mannschaft aufstellen.
Ihr gegenüber einen Spieler ohne Ball an ein Hütchen stellen.
Genug Bälle bereithalten.

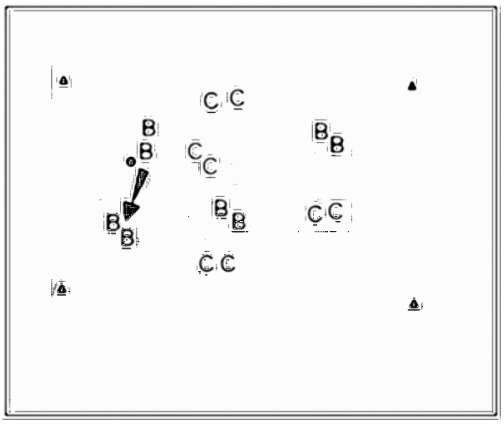
Beide Mannschaften üben gleichzeitig.
Der erste Spieler spielt dem gegenüberstehenden Spieler den Ball zu.
Danach läuft er selbst zum gegenüberliegenden Hütchen und postiert sich dort für den nächsten Durchgang, während der angespielte Spieler dem Ball entgegengeht.
Er nimmt den Ball zum Tor hin mit und schießt.

Mit Zeichnung online: fussballuebungen.de/uebungen/zuspiel/pass-zum-gegenueber-mitnahme-und-torschuss

---

5 **Ballhalten Hand in Hand, ein Paar spielt zum nächsten**

10 min · Hauptteil



Aufbau: Eine Spielfeldhälfte für beide Mannschaften abstecken.
Zwei gleich starke Mannschaften einteilen.
Alle Spieler paarweise an den Händen fassen lassen.
Einen Ball ins Feld geben.

Die Paare einer Mannschaft spielen sich den Ball von Paar zu Paar zu.
Die andere Mannschaft versucht, den Ball zu erobern.
Gelingt die Eroberung, spielt von da an die andere Mannschaft von Paar zu Paar weiter.
Jedes angekommene Zuspiel von Paar zu Paar zählt einen Punkt. Gewonnen hat am Ende die Mannschaft mit den meisten Zuspielen.

Mit Zeichnung online: fussballuebungen.de/uebungen/zuspiel/ballhalten-hand-in-hand-ein-paar-spielt-zum-naechsten

6 **Übung nicht überliefert**

30 min

Im Alt-Bestand fehlt die Übung Nr. 0.

Material für die gesamte Einheit

1× Ball · 8× Hütchen in 2 Farben · 2× Tor

ccp-plan:1c9fde40-2bd6-4141-85aa-627fd00de6fc@v1 · erstellt mit fussballuebungen.de — 3.370 Fußballübungen, kostenlos

Die Vereinssoftware dahinter: clubcopilot.de