E-Jugend: T040 (Ballmitnahme) Halle

90 Minuten · 4 Positionen · E-Jugend · 28.02.2008

1 **Geräteparcours in der Halle mit Kästen, Bänken und Matten**

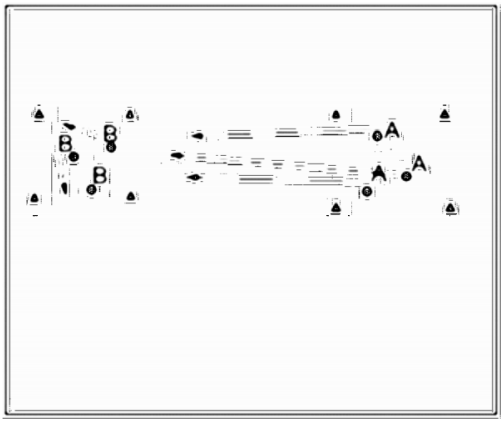
10 min · Hauptteil

Aufbau: Matten, Langbänke und Kästen frei in der Halle verteilen.
Jeder Spieler hat einen Ball.

Die Spieler laufen ohne Ball durch die Halle.
Über die Bänke balancieren sie.
Über die Kästen laufen sie.
Auf den Matten führen sie Drehungen aus.
Kommt ein Spieler an ein Gerät, erledigt er dessen Aufgabe und läuft danach ohne Pause zum nächsten freien Gerät in der Halle weiter.

Mit Zeichnung online: fussballuebungen.de/uebungen/koordination/geraeteparcours-in-der-halle-mit-kaesten-baenken-und-matten

2 **Auf Zuruf ins andere Feld sprinten und Bälle hinauskicken**



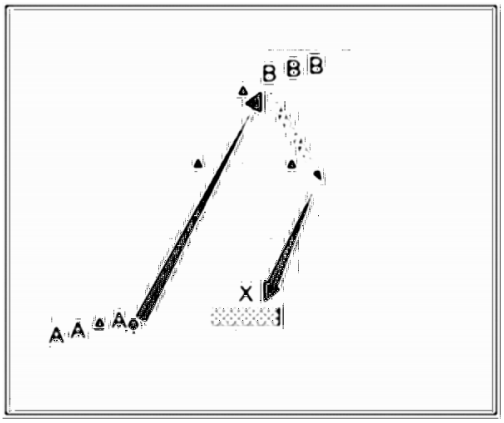
10 min · Hauptteil

Aufbau: Zwei 20 x 20 Meter große Felder markieren.
Zwischen beiden Feldern einen größeren Abstand lassen.
Zwei Mannschaften bilden und durchnummerieren.
Jeder Spieler hat einen Ball.

Jede Mannschaft dribbelt in einem Feld.
Der Trainer ruft eine Mannschaft auf.
Deren Spieler lassen ihren Ball liegen.
Sie laufen ins andere Feld und versuchen, die Bälle der anderen Mannschaft so schnell wie möglich aus deren Feld zu kicken.
Welche Mannschaft schafft das schneller?

Mit Zeichnung online: fussballuebungen.de/uebungen/schnelligkeit/auf-zuruf-ins-andere-feld-sprinten-und-baelle-hinauskicken

3 **Ballmitnahme um ein Hütchen mit anschließendem Torschuss**



40 min · Hauptteil

Aufbau: Im Strafraum ein Tor mit Torwart aufstellen.
Neben das Tor ein Hütchen für die Gruppe A stellen.
Mehrere Meter vor dem Tor ein Hütchentor markieren.
Dahinter ein Hütchen für die Gruppe B

setzen.
Bälle an Gruppe A verteilen.

A spielt den Ball flach auf den rechten Fuß von B.
B nimmt den Ball um ein Hütchen des Hütchentores mit.
Danach schießt B aufs Tor.
Nach dem Torschuss stellen sich A und B jeweils bei der anderen Gruppe an, sodass jeder Spieler abwechselnd zuspielt und den Ball mitnimmt.

Mit Zeichnung online: fussballuebungen.de/uebungen/ballmitnahme/ballmitnahme-um-ein-huetchen-mit-anschliessendem-torschuss

---

4 **Spiel auf zwei Tore mit Direktspiel in der eigenen Hälfte**

30 min · Hauptteil

Aufbau: Ein 40 x 30 Meter großes Feld markieren.
Die Mittellinie deutlich kennzeichnen.
An beiden Enden ein Tor aufstellen.
Zwei Mannschaften mit Leibchen einteilen.

Beide Mannschaften spielen auf die beiden Tore.
In der eigenen Hälfte spielt jede Mannschaft den Ball direkt.
Eine Ballannahme ist dort nicht erlaubt.
Wer den Ball in der eigenen Hälfte erobert, muss ihn sofort weiterleiten und darf erst nach dem Überqueren der Mittellinie mit dem Ball dribbeln.

Mit Zeichnung online: fussballuebungen.de/uebungen/spielformen/spiel-auf-zwei-tore-mit-direktspiel-in-der-eigenen-haelfte

Material für die gesamte Einheit

1× Ball · Bank · 7× Hütchen · Kasten · Leibchen · 2× Tor · 1× Tor (goal_cone)

---

ccp-plan:2fc476cb-71cf-4367-8f2d-3201d41a4917@v1 · erstellt mit fussballuebungen.de — 3.370 Fußballübungen, kostenlos
Die Vereinssoftware dahinter: clubcopilot.de