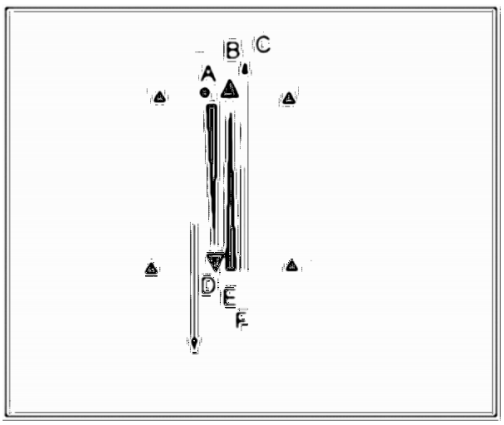
E-Jugend: T039 (Zuspiel) Halle

90 Minuten · 5 Positionen · E-Jugend · 26.02.2008

1 **Pendelpass durch zwei gegenüberliegende Hütchentore**

10 min · Aufwärmen



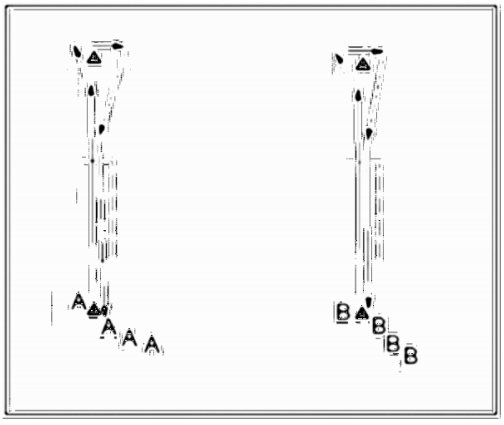
Aufbau: Ein 15 x 10 Meter großes Feld markieren.
An beiden Enden je ein großes Hütchentor aufstellen.
Die Spieler gleichmäßig hinter beide Tore verteilen.
Ein Ball genügt.

Der Erste spielt den Ball zum Ersten der anderen Gruppe.
Danach läuft er hinterher.
Er stellt sich hinter dieser Gruppe an.
Der angespielte Spieler führt die Übung in die andere Richtung aus, sodass der Ball zwischen den beiden Hütchentoren ständig hin- und herpendelt.

Mit Zeichnung online: fussballuebungen.de/uebungen/aufwaermen/pendelpass-durch-zwei-gegenueberliegende-huetchentore

2 **Laufstaffel über die Langbank mit Wendehütchen**

10 min · Hauptteil



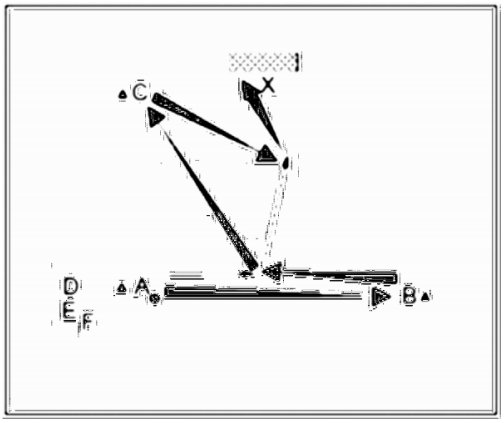
Aufbau: Je Staffel eine 20 x 10 Meter große Bahn markieren.
Vor jede Staffel eine Langbank stellen.
Dahinter ein Wendehütchen setzen.
Staffeln gleicher Größe bilden.

Auf ein Zeichen des Trainers starten die ersten Spieler.
Sie laufen über die Langbank.
Am Wendehütchen drehen sie um.
Über die Bank geht es zurück zur Gruppe.
Der Sieger jedes Laufs erhält einen Punkt für seine Mannschaft, danach starten die nächsten Spieler der Staffeln auf ein neues Zeichen des Trainers.

Mit Zeichnung online: fussballuebungen.de/uebungen/koordination/laufstaffel-ueber-die-langbank-mit-wendehuetchen

3 **Klatschen lassen und Rückpass von außen zum Torschuss**

25 min · Hauptteil



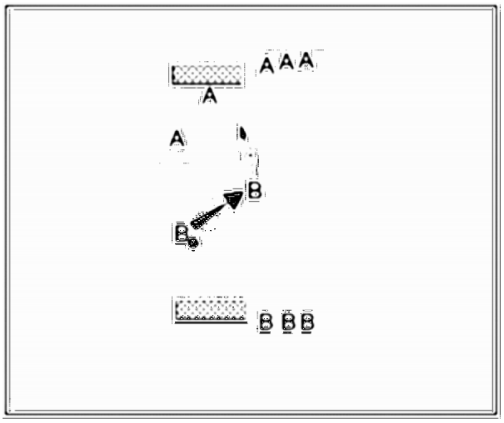
Aufbau: Auf einer Spielfeldhälfte ein Tor mit Torwart aufstellen.
Spieler A mit Ball an die Mittellinie stellen.
B mehrere Meter neben A postieren.
C außen vor der Torauslinie aufstellen.
Übrige Spieler hinter A anstellen.

A spielt den Ball auf B.
B lässt ihn zurückklatschen.
A spielt nun auf C.
C spielt den Ball zum Torschuss für A zurück.
A schießt aufs Tor.
Danach stellt sich A hinter der Gruppe an, B und C wechseln eine Position weiter und der nächste Spieler aus der Gruppe übernimmt die freigewordene Position.

Mit Zeichnung online: fussballuebungen.de/uebungen/zuspiel/klatschen-lassen-und-rueckpass-von-aussen-zum-torschuss

4 **Zwei gegen zwei auf zwei Tore, Wechsel nach jedem Tor**

15 min · Hauptteil



Aufbau: Ein 20 x 20 Meter großes Feld markieren.
An beiden Enden ein Tor aufstellen.
Zwei Mannschaften mit Leibchen bilden.
Einen Ball bereitlegen.

Je zwei Spieler beider Mannschaften spielen gegeneinander.
Der letzte Mann darf die Hand nehmen.
Nach einem Torerfolg kommen neue Spieler aufs Feld.
Das nächste Duell beginnt sofort.

Mit Zeichnung online: fussballuebungen.de/uebungen/zuspiel/zwei-gegen-zwei-auf-zwei-tore-wechsel-nach-jedem-tor

5 **Spiel auf zwei Tore mit höchstens drei Ballkontakten**

30 min · Hauptteil

Aufbau: Ein 40 x 30 Meter großes Feld markieren.
An beiden Enden ein Tor aufstellen.
Zwei Mannschaften bilden.
Ein Ball ist im Spiel.

Beide Mannschaften spielen auf die Tore.
Jeder Spieler darf den Ball höchstens drei Mal berühren.
Spätestens dann muss er abspielen.

Die Kontaktgrenze gilt für jeden Ballbesitz, deshalb muss jeder Spieler schon vor der Annahme wissen, wohin er den Ball als Nächstes spielt.

Mit Zeichnung online: fussballuebungen.de/uebungen/zuspiel/spiel-auf-zwei-tore-mit-hoechstens-drei-ballkontakten

Material für die gesamte Einheit

1× Ball · 1× Bank · 4× Hütchen · Leibchen · 2× Tor · Tor (goal_cone)

ccp-plan:57b28aba-78f5-451e-b453-a1eaead10778@v1 · erstellt mit fussballuebungen.de — 3.370 Fußballübungen, kostenlos

Die Vereinssoftware dahinter: clubcopilot.de