

D-Jugend: T013 (Technik)

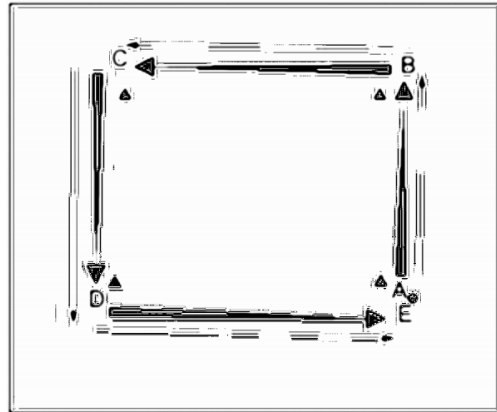
90 Minuten · 6 Positionen · D-Jugend · 14.10.2008

1 Laufweg mit Hütchen im Quadrat — Aufwärmen, C-Jugend

10 min · Aufwärmen

Aufbau: Mehrere Spieler 1 Ball, 4 Hütchen

Mit den 4 Hütchen wird ein Quadrat abgesteckt. Die Spieler werden auf die Hütchen gleichmäßig aufgeteilt. Der Spieler in Ballbesitz spielt dem nächsten Spieler den Ball zu und läuft auf dessen Position. So wird der Ball von Hütchen zu Hütchen weitergespielt.

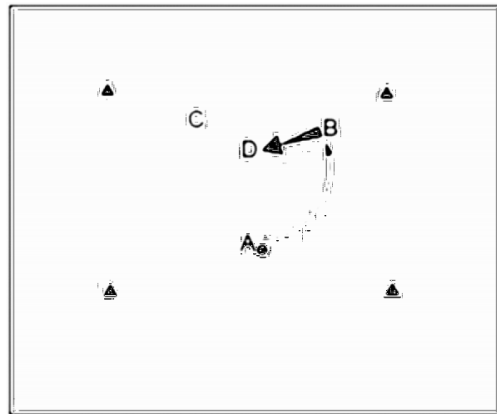


2 Kopfball — Koordination, C-Jugend

10 min · Hauptteil

Aufbau: 4 Spieler, 1 Ball, 1 abgestecktes Feld

Ein Spieler geht in die Mitte, dieser Spieler hat 6 Punkte. Die anderen haben 5 Punkte. Sie werfen sich den Ball so zu, dass einer den Spieler in der Mitte abköpfen kann. Gelingt es, wird dem Spieler in der Mitte ein Punkt abgezogen und es kommt der nächste Spieler in die Mitte. Gelingt es nicht, behält er seinen Punktestand und der nächste Spieler kommt in die Mitte. Wenn der Spieler in der Mitte den Ball mit dem Kopf berühren kann, erhalten alle Außenspieler einen Punkt abgezogen und der nächste Spieler kommt in die Mitte. Welcher Spieler hat zum Schluss noch die meisten Punkte ?

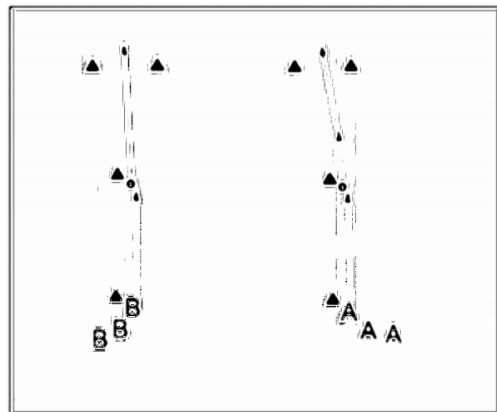


3 Hütchen in Gruppen — Schnelligkeit, C-Jugend

10 min · Hauptteil

Aufbau: 2 Mannschaften, 2 Bälle, 4 Hütchen, 2 Hütchentore

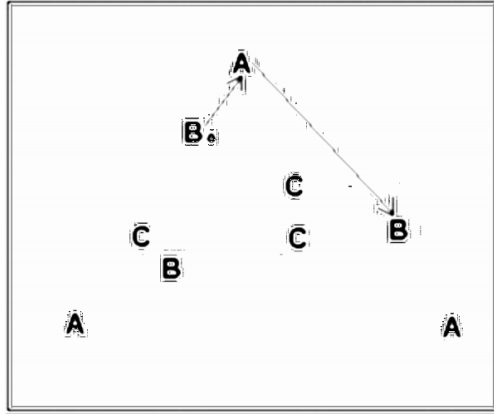
Jede Mannschaft steht an einem Hütchen. Zehn Meter davor steht ein weiteres Hütchen, an dem ein Ball liegt. Weitere zehn Meter davor steht ein Hütchentor. Auf ein Zeichen des Trainers starten die ersten Spieler beider Mannschaften zum Ball und versuchen, den Ball als erster durch das Hütchentor zu spielen. Der erste erhält einen Punkt für seine Mannschaft.



4 **Passen im Dreieck — Kondition, B-Jugend**

20 min · Hauptteil

9 Spieler, mehrere Bälle 3 Spieler stellen sich als Anspieler so hin, dass sie ein großes Dreieck bilden. Die anderen teilen sich in 3 Angreifer und 3 Verteidiger auf. Sie spielen innerhalb des Dreiecks 3 gegen 3. Die Angreifer sollen aus dem Kombinationsspiel heraus versuchen, einen Anspieler den Ball zuzuspielen, der diesen, mit höchstens drei Ballkontakten, der Mannschaft wieder zurückspielt. Dafür gibt es einen Punkt. Die Angreifer dürfen nie dem gleichen Anspieler zweimal hintereinander den Ball zuspielen. Wenn die Verteidiger in Ballbesitz gelangen, sollen sie den Ball in den eigenen Reihen halten. Nach 5 Minuten werden die Aufgaben getauscht. Wer hat die meisten Punkte erzielt? Danach bildet eine andere Gruppe das Dreieck als Anspieler. Es soll jeweils jede Gruppe gegen jede einmal gespielt haben. Mehrere Bälle bereitlegen, damit es zu keinen großen Pausen kommt.



5 **Aufbau : alle Spieler mit Ball Die Spieler dribbeln im Raum**

10 min · Hauptteil

Aufbau: alle Spieler mit Ball Die Spieler dribbeln im Raum , wobei ein Spieler, der "Jäger", sich bemüht den Ball eines Mitspielers mit seinem Ball abzutreffen. Der getroffene Spieler wird auch zum "Jäger" .

Aufbau : alle Spieler mit Ball Die Spieler dribbeln im Raum , wobei ein Spieler, der "Jäger", sich bemüht den Ball eines Mitspielers mit seinem Ball abzutreffen. Der getroffene Spieler wird auch zum "Jäger" .

6 **Übung nicht überliefert**

30 min

Im Alt-Bestand fehlt die Übung Nr. 0.

Material für die gesamte Einheit

2× Ball · 4× Hütchen · 2× Tor (goal_cone)