

D-Jugend: T007 (1 gegen 1)

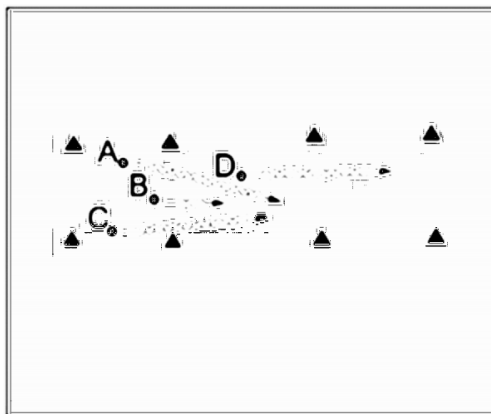
90 Minuten · 7 Positionen · D-Jugend · 25.09.2008

1 Die beiden Felder stehen mit einem größeren Abstand

10 min · Aufwärmen

Aufbau: Alle Spieler 1 Ball, 2 Felder

Die beiden Felder stehen mit einem größeren Abstand nebeneinander. Alle Spieler dribbeln in einem Feld. Auf ein Zeichen des Trainers dribbeln sie im anderen Feld weiter.



2 1 Ball Den Ball aus der Hand hochschießen, halbe Drehung

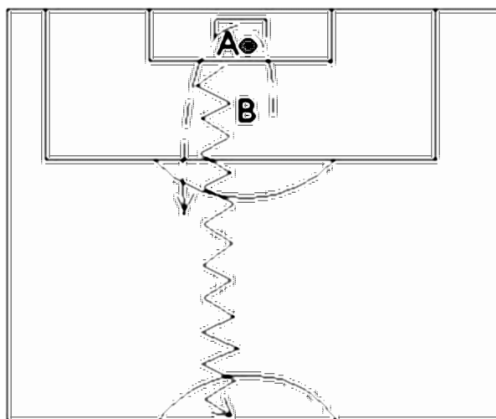
5 min · Hauptteil

Alle Spieler 1 Ball Den Ball aus der Hand hochschießen, halbe Drehung, Ball fangen.
- Ganze Drehung - Den Ball als Rückzieher nach hinten spielen, auffangen nach einmaligen Auftippen

3 Laufweg — Schnelligkeit, A-Jugend

5 min · Hauptteil

Aufbau: 2 Spieler, 1 Ball Spieler A befindet sich mit Ball etwa 1m vor der Torauslinie. Ihm gegenüber steht Spieler B in ca. 10m Entfernung. Spieler B läuft zur Torauslinie, in dem Moment wo er an A vorbei kommt, spurtet A mit Ball in Richtung Mittellinie. Spieler B nimmt die Verfolgung sofort nach Erreichen der Torauslinie auf und versucht A abzufangen, bevor er die Mittellinie erreicht.



Aufbau : 2 Spieler, 1 Ball Spieler A befindet sich mit Ball etwa 1m vor der Torauslinie. Ihm gegenüber steht Spieler B in ca. 10m Entfernung. Spieler B läuft zur Torauslinie, in dem Moment wo er an A vorbei kommt, spurtet A mit Ball in Richtung Mittellinie. Spieler B nimmt die Verfolgung sofort nach Erreichen der Torauslinie auf und versucht A abzufangen, bevor er die Mittellinie erreicht.

4 Zweikampf mit Hütchen — 1 gegen 1, D-Jugend

10 min · Hauptteil

Aufbau: 2 Spieler 1 Ball, 2 Hütchentore

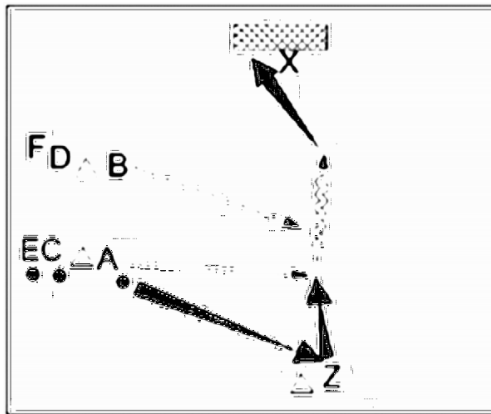
Spiel 1 gegen 1 auf zwei gegenüberstehende Hütchentore.

5 Passen mit Hütchen — 1 gegen 1, C-Jugend, mit Gegenspieler

20 min · Hauptteil

Aufbau: 2 Spieler 1 Ball, 1 Tor mit Torwart, 1 Zuspieler

Mehrere Meter vor dem Tor, wird seitlich versetzt ein Hütchentor aufgestellt. Einige Meter weiter hinten steht ein Zuspieler frontal zum Tor. Spieler A steht mit Ball als Stürmer am Hütchen, welches näher zum Zuspieler steht. B steht als Verteidiger ohne Ball am anderen Hütchen. A spielt den Ball zum Zuspieler und fordert sofort den Rückpass, danach spielt er im 1 gegen 1 gegen den Verteidiger auf das Tor.

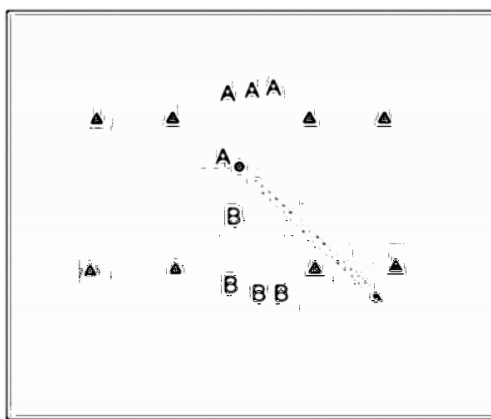


6 Stehen hinter der eigenen Grundlinie

10 min · Hauptteil

Aufbau: 2 Mannschaften, 1 abgestecktes Feld mit jeweils 2 Hütchentoren auf zwei gegenüberliegenden Grundseiten

Alle Spieler stehen hinter der eigenen Grundlinie. Die ersten Spieler jeder Mannschaft spielen 1 gegen 1, mit dem Ziel durch ein gegnerisches Hütchentor zu dribbeln. Wenn ein Spieler dies schafft, erhält er einen Punkt für seine Mannschaft und seine Mannschaft erhält das Startrecht für die nächsten beiden Spieler. Geht der Ball ins Aus, bekommt die Mannschaft das Startrecht, welches den Ball nicht ins Aus geschossen hat.



7 Übung nicht überliefert

30 min

Im Alt-Bestand fehlt die Übung Nr. 0.

Material für die gesamte Einheit

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