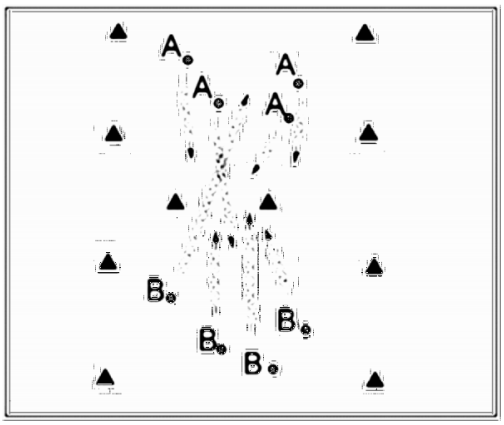
E-Jugend: T006 (1 gegen 1 offensiv)

90 Minuten · 5 Positionen · E-Jugend · 21.06.2007

1 **Dribbling in zwei Feldern mit Wechsel durchs Hütchentor**

15 min · Hauptteil



Aufbau: Zwei 15 x 15 Meter große Felder abstecken.
Zwischen beiden Feldern ein Hütchentor aufstellen.
Die Spieler gleichmäßig auf beide Felder aufteilen.
Jedem Spieler einen Ball geben.

Alle dribbeln in ihrem Feld.
Dabei ändern sie oft die Richtung.
Auf ein Zeichen des Trainers wechseln beide Gruppen die Felder, wobei jeder mit Ball durch das Hütchentor zwischen den beiden Feldern dribbeln muss.

Mit Zeichnung online: fussballuebungen.de/uebungen/dribbling/dribbling-in-zwei-feldern-mit-wechsel-durchs-huetchentor

2 **Hüpfen mit eingebauten Drehungen zur Koordination**

5 min · Hauptteil

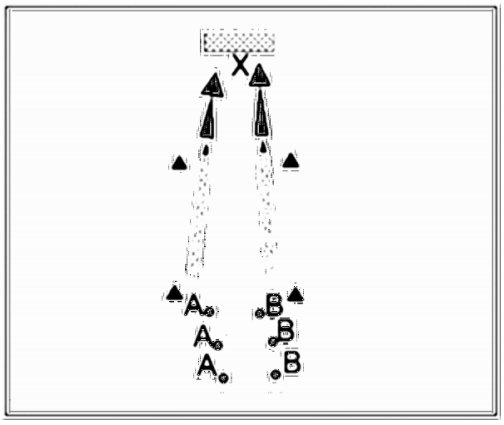
Aufbau: Die Übung ohne Ball und ohne Material ansetzen.
Jedem Spieler genug Platz zum Hüpfen geben.
Alle gleichzeitig üben lassen.

Alle hüpfen zunächst ohne Ball auf beiden Beinen.
Dabei fügen sie immer wieder Drehungen ein.
Danach hüpft A nur noch auf einem Bein und dreht sich auch dabei, wobei die Sprunghöhe kleiner bleibt als auf beiden Beinen.
Dann wechselt A das Bein.

Mit Zeichnung online: fussballuebungen.de/uebungen/koordination/huepfen-mit-eingebauten-drehungen-zur-koordination

3 **Dribbelduell zweier Gruppen mit Torschuss**

40 min · Hauptteil



Aufbau: Ein Tor mit Torwart aufstellen.
Mehrere Meter vor dem Tor zwei Hütchen mit kleinem Abstand nebeneinander stellen.
Kurz vor dem Strafraum vor jedes dieser Hütchen ein weiteres Hütchen stellen.
Die Spieler auf die beiden hinteren Hütchen aufteilen.
Jedem Spieler einen Ball geben.

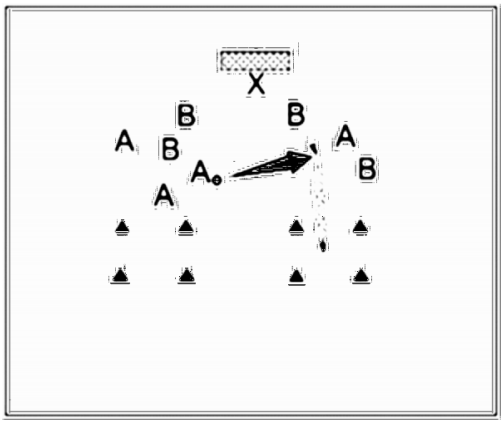
Auf ein Zeichen des Trainers starten die ersten Spieler beider Gruppen.
Sie dribbeln an ihrem vorderen Hütchen vorbei.
Danach schießen beide aufs Tor.
Wer zuerst schießt und trifft, holt einen Punkt für seine Mannschaft.

Mit Zeichnung online: fussballuebungen.de/uebungen/1-gegen-1/dribbelduell-zweier-gruppen-mit-torschuss

---

4 **Angriff aufs Tor mit Konter über zwei seitliche Felder**

15 min · Hauptteil



Aufbau: Eine Spielfeldhälfte mit Tor und Torhüter nutzen.
Mehrere Meter vor dem Tor rechts und links je ein Feld abstecken.
Zwei Mannschaften mit Leibchen bilden.
Einen Ball bereitlegen.

A beginnt als angreifende Mannschaft.
Sie versucht, gegen B ein Tor zu erzielen.
Erobert B den Ball, dribbelt sie in eines der beiden Felder.
Gelingt das, greift B an.
Jetzt versucht B, gegen A ein Tor zu erzielen.
Nach einem Torerfolg tauschen beide Mannschaften die Aufgaben.

Mit Zeichnung online: fussballuebungen.de/uebungen/1-gegen-1/angriff-aufs-tor-mit-konter-ueber-zwei-seitliche-felder

---

5 **Übung nicht überliefert**

15 min

Im Alt-Bestand fehlt die Übung Nr. 0.

Material für die gesamte Einheit

1× Ball · 4× Hütchen in 2 Farben · Leibchen · 2× Tor

---

ccp-plan:b1ba2dcf-a69b-4aab-a30a-4c435feae304@v1 · erstellt mit fussballuebungen.de — 3.370 Fußballübungen, kostenlos
Die Vereinssoftware dahinter: clubcopilot.de