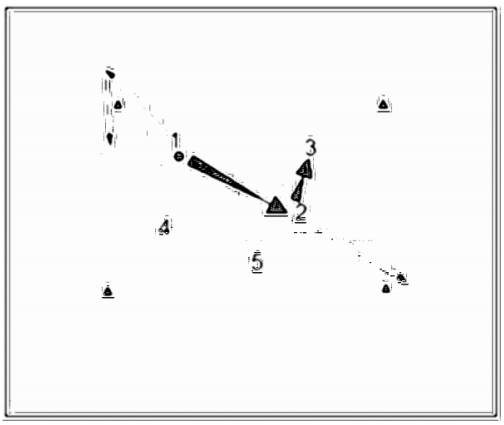
E-Jugend: T038 (Überzahl) Halle

90 Minuten · 5 Positionen · E-Jugend · 24.03.2008

1 **Passen in fester Reihenfolge mit Lauf um ein Hütchen**

10 min · Aufwärmen



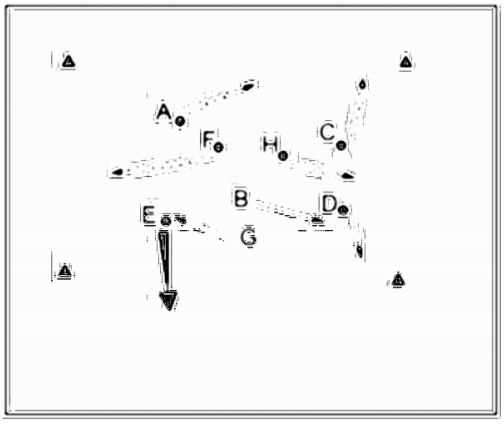
Aufbau: Ein 15 x 15 Meter großes Feld abstecken.
Im Feld mehrere Hütchen verteilen.
Gruppen zu je 5 Spielern bilden.
Ein Ball je Gruppe.
Alle Spieler der Gruppe durchnummerieren.

Der Ballbesitzer passt zum Partner mit der nächsten Nummer.
Danach läuft er sofort um ein Hütchen.
Der Angespielte setzt die Kette fort.
So wandert der Ball in fester Reihenfolge durch die Gruppe, während jeder Passgeber nach seinem Abspiel einen Lauf um ein freies Hütchen im Feld anhängt.

Mit Zeichnung online: fussballuebungen.de/uebungen/aufwaermen/passen-in-fester-reihenfolge-mit-lauf-um-ein-huetchen

2 **Bälle aus dem Feld kicken: Dribbeln gegen Jäger**

5 min · Hauptteil



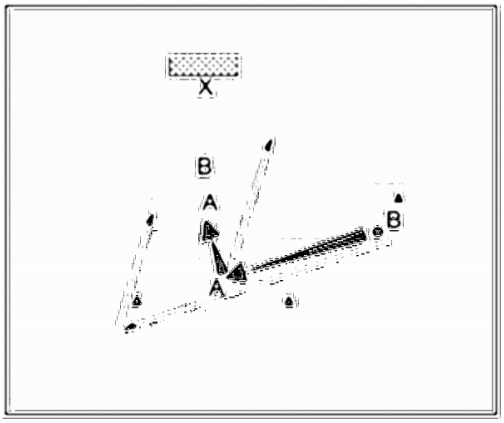
Aufbau: Ein 20 x 20 Meter großes Feld abstecken.
Jedem Spieler einen Ball geben.
Ein Viertel der Spieler als Jäger ohne Ball bestimmen.

Die Dribbler führen ihren Ball frei im Feld.
Die Jäger versuchen, die Bälle aus dem Feld zu kicken.
Gelingt es einem Jäger, tauschen beide die Aufgabe und der Dribbler, dessen Ball das Feld verlassen hat, erhält zusätzlich einen Minuspunkt.
Eine Runde dauert fünf Minuten.
Wer hat die wenigsten Minuspunkte?

Mit Zeichnung online: fussballuebungen.de/uebungen/dribbling/baelle-aus-dem-feld-kicken-dribbeln-gegen-jaeger

3 **Zwei gegen eins auf das Tor mit nachrückendem Helfer**

25 min · Hauptteil



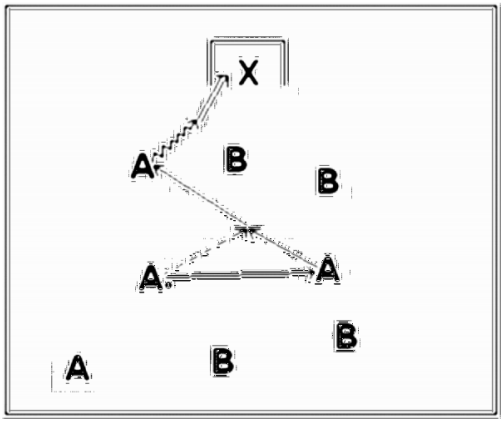
Aufbau: Auf einer Spielfeldhälfte ein Tor mit Torwart aufstellen.
Ein Hütchentor an der Mittellinie markieren.
Spielerpaare bilden.
Einen Ball je Paar bereitlegen.

Spieler A steht als Stürmer vor dem Tor, B bewacht ihn.
Das nächste Paar wartet an der Mittellinie.
Dort steht A im Hütchentor, sein Partner B mit Ball an der Außenlinie.
B spielt A im Hütchentor an.
A spielt mit dem Stürmer vor dem Tor 2 gegen 1 gegen den Verteidiger auf das Tor.
Nach seinem Zuspiel läuft B von der Außenlinie um das hintere Hütchen des Hütchentores und hilft danach dem Verteidiger vor dem Tor.
Erobern die Verteidiger den Ball, dribbeln sie durch das Hütchentor.

Mit Zeichnung online: fussballuebungen.de/uebungen/ueberunterzahl/zwei-gegen-eins-auf-das-tor-mit-nachrueckendem-helfer

4 **Spiel auf ein Tor mit drei Pflichtzuspielen**

20 min · Hauptteil



Aufbau: Ein 30 x 20 Meter großes Feld markieren.
An einer Schmalseite ein Tor mit Torhüter aufstellen.
2 Mannschaften zu je 4 Spielern einteilen.
Eine Mannschaft mit 4 Leibchen kennzeichnen.
Einen Ball bereitlegen.

Beide Mannschaften spielen auf dasselbe Tor.
Eine Mannschaft darf erst dann auf das Tor abschließen, wenn sie zuvor drei Zuspiele ohne Unterbrechung des Gegners in der eigenen Reihe gespielt hat.
Erobert der Torwart den Ball, schießt er ihn neutral hoch ab.
Beide Mannschaften können diesen Ball erobern.

Mit Zeichnung online: fussballuebungen.de/uebungen/zuspiel/spiel-auf-ein-tor-mit-drei-pflichtzuspielen

5 **Übung nicht überliefert**

30 min

Im Alt-Bestand fehlt die Übung Nr. 0.

Material für die gesamte Einheit

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

ccp-plan:b72d58b2-9434-4069-b10e-dd7bd7bc5dde@v1 · erstellt mit fussballuebungen.de — 3.370 Fußballübungen, kostenlos
Die Vereinssoftware dahinter: clubcopilot.de