E-Jugend: T002 (1 gegen 1 offensiv)

90 Minuten · 7 Positionen · E-Jugend · 07.06.2007

1 **Finten vorzeigen und den eigenen Trick finden**

10 min · Hauptteil

Aufbau: Ein 15 x 15 Meter großes Feld markieren.
Jeder Spieler hat einen Ball.

Der Trainer zeigt mehrere Finten vor.
Alle probieren sie aus.
Danach bekommt jeder Spieler genügend Zeit, um aus den gezeigten Finten mit seinem eigenen Ball im Feld seinen persönlichen Trick zu finden.

Mit Zeichnung online: fussballuebungen.de/uebungen/finten/finten-vorzeigen-und-den-eigenen-trick-finden

2 **Ball mit Hand, Fuß, Oberschenkel und Kopf jonglieren**

10 min · Hauptteil

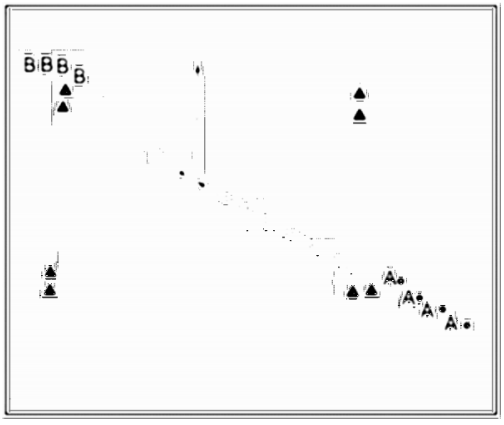
Aufbau: Ein 15 x 15 Meter großes Feld markieren.
Jedem Spieler einen Ball geben.
Alle Spieler frei im Feld verteilen.

Zuerst hält jeder Spieler den Ball mit der rechten Hand hoch, danach mit der linken.
Anschließend jongliert er den Ball von einer Hand zur anderen.
Danach prellt er den Ball mit der rechten Hand, dann mit der linken und zuletzt abwechselnd mit beiden Händen.
Es folgt das Jonglieren mit dem rechten Fuß, dann mit dem linken und danach abwechselnd mit beiden Füßen.
Anschließend jongliert er abwechselnd mit rechtem und linkem Oberschenkel.
Zuletzt folgt der Kopf.
Zum Abschluss jongliert er abwechselnd mit Kopf, Oberschenkel und Fuß.

Mit Zeichnung online: fussballuebungen.de/uebungen/ballgewoehnung/ball-mit-hand-fuss-oberschenkel-und-kopf-jonglieren

3 **Eins gegen eins diagonal auf vier Hütchentore**

10 min · Hauptteil



Aufbau: Ein 20 x 20 Meter großes Feld abstecken.
Vier große Hütchentore in zwei Farben auf die Linien stellen.
Je zwei gleichfarbige Tore nahe einem der beiden Starthütchen aufstellen.
Zwei Mannschaften an zwei diagonal gegenüberliegenden Hütchen aufstellen.
Die Bälle an Mannschaft A verteilen.

A startet mit Ball.
A dribbelt gegen den Ersten von B.

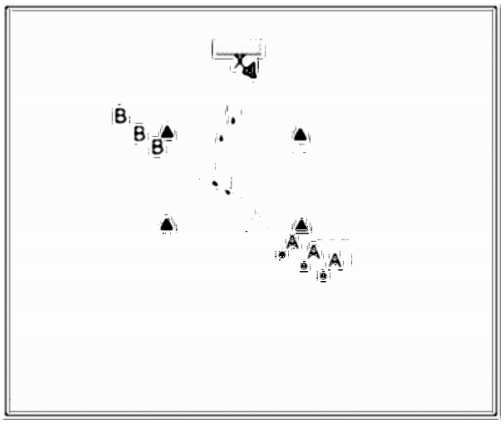
A versucht, durch eines der beiden Hütchentore in der Nähe des Hütchens von B zu dribbeln.
Erobert B den Ball, kontert er auf die anderen beiden Tore.
Waren alle Spieler von A einmal Angreifer, starten die Spieler von B mit Ball, bis am Ende feststeht, welche Mannschaft die meisten Tore erzielt hat.

Mit Zeichnung online: fussballuebungen.de/uebungen/1-gegen-1/eins-gegen-eins-diagonal-auf-vier-huetchentore

---

4 **Eins gegen eins im Viereck mit Abschluss aufs Tor**

15 min · Hauptteil



Aufbau: Einige Meter vor dem Strafraum ein 15 x 15 Meter großes Viereck abstecken.
Das Tor mit einem Torwart besetzen.
Zwei Mannschaften A und B bilden.
A mit Bällen am torentfernten Hütchen aufstellen.
B am diagonal gegenüberliegenden Hütchen aufstellen.

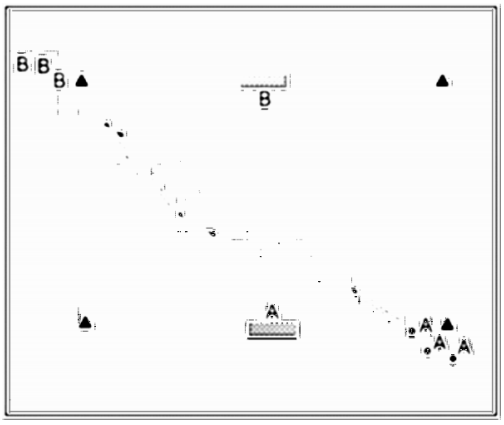
A dribbelt gegen B.
A versucht, über die tornahe Grundlinie des Vierecks zu dribbeln, um danach in Richtung Tor weiterzudribbeln und gegen den Torwart ein Tor zu erzielen.
B will den Ball erobern oder aus dem Viereck schießen.
Schafft A die Grundlinie, setzt B nach.

Mit Zeichnung online: fussballuebungen.de/uebungen/1-gegen-1/eins-gegen-eins-im-viereck-mit-abschluss-aufs-tor

---

5 **Flugball annehmen und im Eins gegen eins abschließen**

15 min · Hauptteil



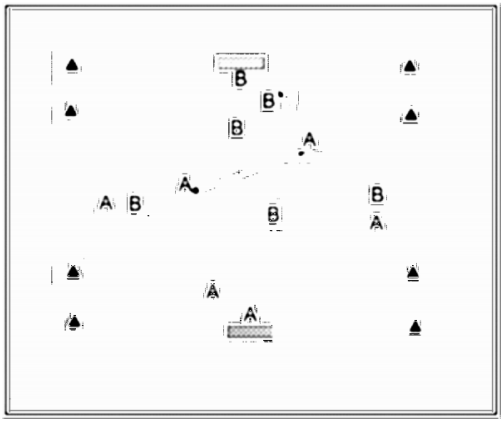
Aufbau: Ein 30 x 20 Meter großes Feld mit zwei Toren abstecken.
Zwei Mannschaften mit Leibchen bilden.
Die Mannschaften diagonal an zwei Eckstoßpunkte stellen.
Aus jeder Mannschaft einen Torwart ins Tor stellen.
Die Bälle an A verteilen.

Der erste Spieler von A dribbelt ins Feld.
Er spielt einen Flugball auf den ersten Spieler von B.
B nimmt den Ball mit.
Danach versucht B, bei A ein Tor zu erzielen.
Kommt A in Ballbesitz, versucht er seinerseits, bei B ein Tor zu erzielen.
Haben alle Spieler von A einen Flugball gespielt, übernimmt B die Bälle und spielt nun seinerseits die Flugbälle auf die Spieler von A.
Die Mannschaft mit den meisten Toren gewinnt.

Mit Zeichnung online: fussballuebungen.de/uebungen/1-gegen-1/flugball-annehmen-und-im-eins-gegen-eins-abschliessen

6 **Dribbling ins Drittel zum Eins gegen eins vor dem Tor**

15 min · Hauptteil



Aufbau: Ein Spielfeld mit zwei Toren mit Hütchen in drei Drittel aufteilen.
Zwei Mannschaften mit Leibchen bilden.
Je Mannschaft einen Verteidiger ins eigene Verteidigungsdrittel stellen.
Einen Ball bereitlegen.

Kein weiterer Verteidiger darf hinein.
Die angreifende Mannschaft gelangt nur durch ein Dribbling in ihr Angriffsdrittel.
Nur der Spieler, der hineingedribbelt ist, darf dort gegen den einzelnen Verteidiger versuchen, ein Tor zu erzielen, während seine Mitspieler außerhalb des Drittels bleiben.

Mit Zeichnung online: fussballuebungen.de/uebungen/1-gegen-1/dribbling-ins-drittel-zum-eins-gegen-eins-vor-dem-tor

7 **Übung nicht überliefert**

15 min

Im Alt-Bestand fehlt die Übung Nr. 0.

Material für die gesamte Einheit

4× Ball · 8× Hütchen in 2 Farben · Leibchen · 2× Tor

ccp-plan:ccbf8e62-8e9f-45b0-aafa-5474a25119a7@v1 · erstellt mit fussballuebungen.de — 3.370 Fußballübungen, kostenlos
Die Vereinssoftware dahinter: clubcopilot.de