

D-Jugend: T003 (1 gegen 1)

90 Minuten · 5 Positionen · D-Jugend · 11.09.2008

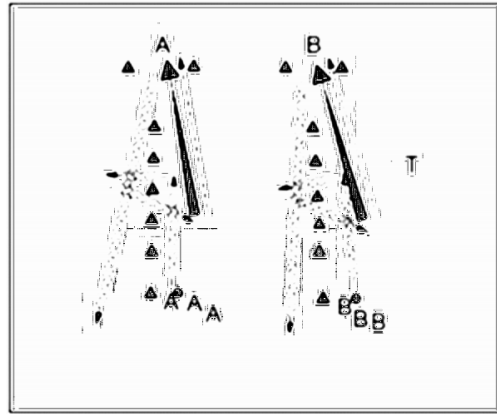
1 Die Staffeln stehen an einem Hütchen (Nr. 3279)

10 min · Hauptteil

Aufbau: Mehrere Staffeln, je Staffel 1 Ball, 8 Hütchen

Die Staffeln stehen an einem Hütchen. Vor ihnen steht ein Slalom aus 5 Hütchen und dahinter ein Hütchentor. Hinter dem Hütchentor steht ein Spieler ohne Ball. Die ersten Spieler der Staffel haben einen Ball.

Der Trainer ruft eine Zahl zwischen 1 und 5. Die Spieler müssen das entsprechende Hütchen umrunden, dem Spieler hinter dem Tor den Ball durch das Tor zu spielen und seine Position einnehmen. Der angespielte Spieler nimmt den Ball mit und dribbelt zur Gruppe zurück. Punkte werden nach Einlaufreihenfolge verteilt.



2 Leibchen in Gruppen — Koordination, D-Jugend

10 min · Hauptteil

Aufbau: 2 Mannschaften, 2 Tore, 1 Ball, Leibchen

Spiel auf zwei Tore mit einem Tennisball.

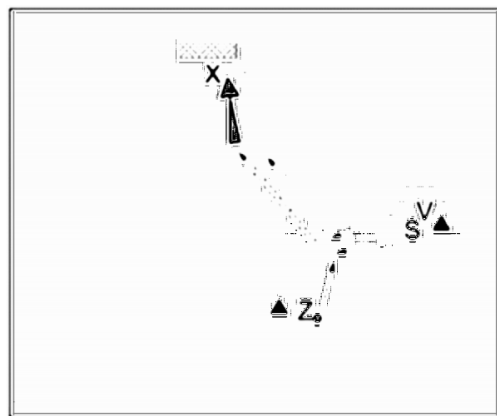
3 Am Flügel stehen die Spielerpaare (1Stürmer und 1

30 min · Hauptteil

Aufbau: 1 Tor mit Torwart, 2 Hütchen, 1 Zuspeler, mehrere Spielerpaare

Am Flügel stehen die Spielerpaare (1Stürmer und 1 Verteidiger), einige Meter davor etwas zur Mitte versetzt ein Zuspeler mit Ball. Der Stürmer soll den Ball durch entgegenstarten vom Zuspeler fordern, um nach einem 1

gegen 1 gegen den Verteidiger zum Torabschluss zu kommen. Wenn der Verteidiger in Ballbesitz kommt, soll er dem Zuspeler den Ball zurückspielen.



4 Das Spielfeld wird mit den Hütchen in drei (Nr. 2738)

30 min · Hauptteil

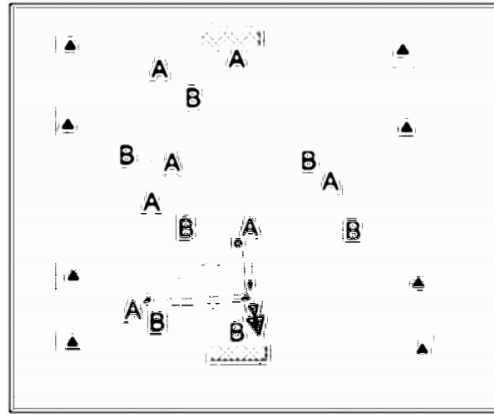
Aufbau: Ein Spielfeld mit zwei Toren, Hütchen, 1 Ball, Leibchen

Das Spielfeld wird mit den Hütchen in drei Drittel abgesteckt. Jede Mannschaft stellt in den Verteidigungsdritteln einen Verteidiger und in den Angriffsdritteln einen Stürmer.

Die restlichen Spieler der Mannschaften

spielen im Mitteldrittel und versuchen ihren Stürmer im Angriffsdrittel anzuspielen.

Erst wenn dies gelingt, können alle Spieler nachrücken.

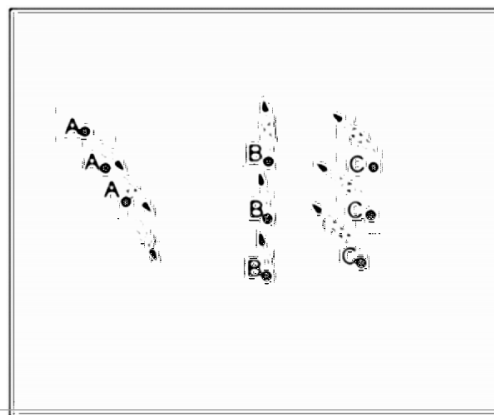


5 Dribbeln hintereinander

10 min · Aufwärmen

Aufbau: Drei Spieler mit je 1 Ball

Die Spieler dribbeln hintereinander. Der erste Spieler gibt die Richtung vor, die anderen folgen ihm. Jeder Spieler soll einmal die Führung übernehmen.



Material für die gesamte Einheit

1× Ball · 8× Hütchen · Leibchen · 2× Tor · Tor (goal_cone)