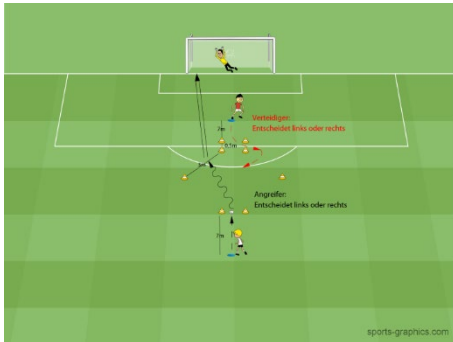




1 VS. 1 – ENTSCHEIDUNG (LINKS ODER RECHTS)



Organisation:



Feldgröße **30 x 15 Meter**



Material **8 Hütchen, 1 Tor, Bälle**



Anzahl Spieler **9**



Dauer **15 - 20 Minuten**



Altersgrupp(en)

**U7 und U8
U9 und U10
U11 und U12**



Basistechnik(en)

**Ballführung, Dribbling mit
Tricks und Finten**



Trainingsform

Übungsform

Ablauf:

Der Verteidiger startet vom Startpunkt zum ersten Hütchentor und läuft durch eines der seitlichen Hütchentore (links oder rechts). Der Angreifer in Weiß startet gleichzeitig zum Ball und versucht durch eines der beiden freien seitlichen Hütchentore zu dribbeln (siehe Bild) um anschließend ein Tor zu schießen.

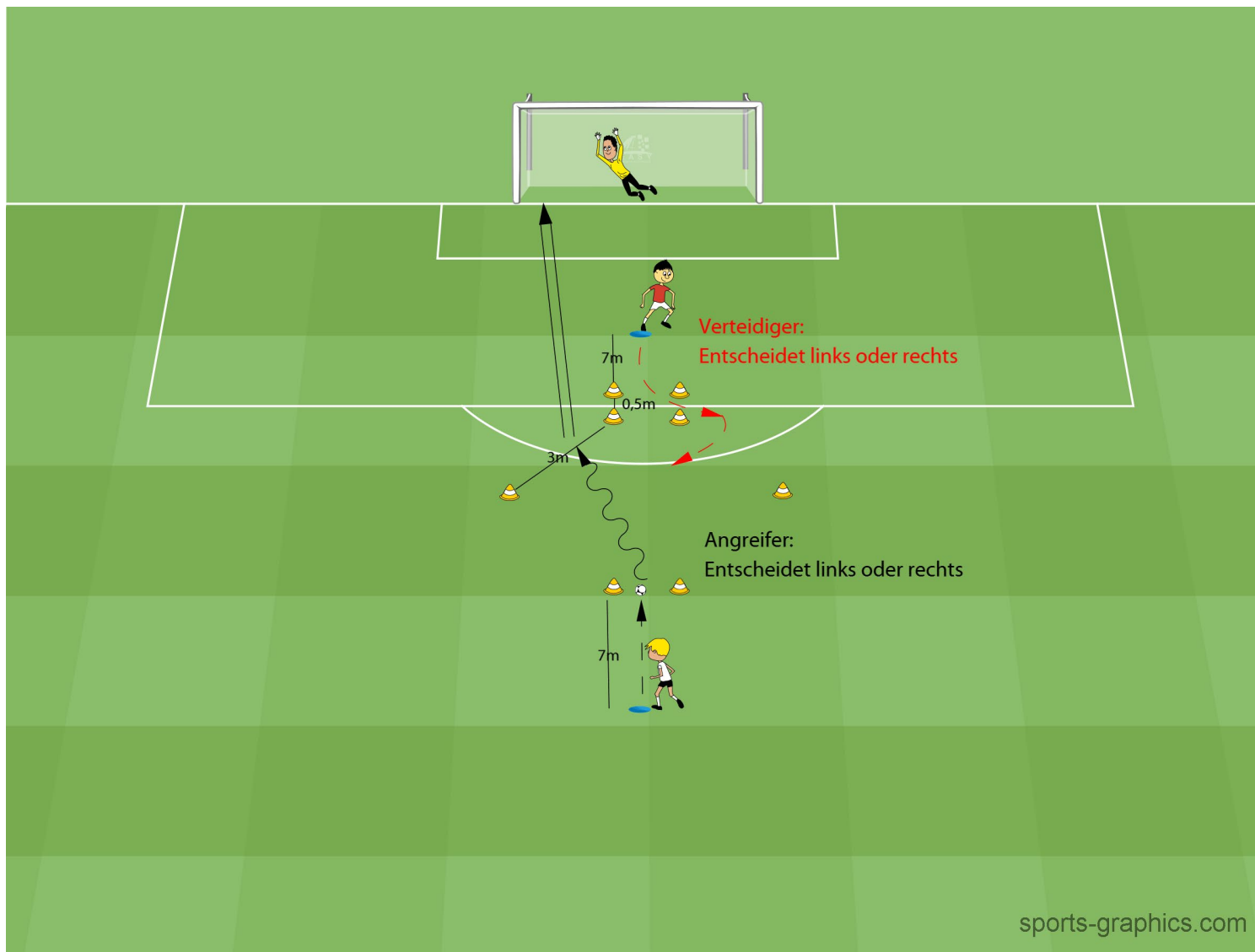
Welches Team erzielt mehr Tore?

Varianten:

- Auf 2 Minutoren
- Linien überdribbeln

Coachingtipps:

- Angreifer:
 - Im Tempo bleiben - so schnell wie möglich
 - Finte einbauen
 - Finte im richtigen Moment setzen
 - Schnellen Abschluss suchen
 - Blick vom Ball lösen - von welcher Seite kommt der Gegner (Weg vom Gegner dribbeln)
- Abwehrspieler:
 - Im Tempo bleiben
 - seitliche Stellung
 - Körpertäuschungen einbauen



1 VS. 1 - ENTSCHEIDUNG (LINKS ODER RECHTS)