

33 KREATIVE FUSSBALLÜBUNGEN

ENTWICKELT IM DFB-NACHWUCHSLEISTUNGSZENTRUM

FÜR ALLE ALTERSKLASSEN VON U4-U19

INHALTSVERZEICHNIS

KAPITEL	NAME	TIMECODE (STD:MIN:SEK)
1	Einleitung	00:00:00
2	Leitbild der SpVgg Unterhaching	00:01:32
3	Gründe für ein Ausbildungskonzept	00:03:40
4	Mission und Vision	00:06:29
5	Sportlicher Ausbildungsplan	00:11:26
6	Leitungsteam	00:16:44
7	Duale Ausbildung	00:18:31
8	Torwartakademie	00:19:21
9	Gesundheit	00:20:08
10	Zusammenfassung	00:20:57
11	Einleitung Vier-Minitore Spiel	00:23:18
12	Der Baukasten	00:24:47
13	Aufbau- und Regelbeispiele	00:29:57
14	Übungen für C- und B-Jugend: Aufwärmen	00:36:00
15	Kreis Varianten	00:37:21
16	Dreifarbenspiel	00:39:27

33 KREATIVE FUSSBALLÜBUNGEN

ENTWICKELT IM DFB-NACHWUCHSLEISTUNGSZENTRUM

FÜR ALLE ALTERSKLASSEN VON U4-U19

KAPITEL	NAME	TIMECODE
17	Kognitive Fähigkeiten	00:43:16
18	Farbenwurf	00:46:09
19	Kreiswurf	00:48:13
20	Ballan- und mitnahme	00:49:39
21	Torschuss-Kombination	00:52:34
22	Passkombination	00:53:16
23	Kettenspiel	00:57:54
24	Torschuss-Rundlauf	00:59:50
25	3 gegen1 auf 6 Felder	01:02:31
26	Technikviereck	01:06:10
27	Schattenspiel	01:10:47
28	Schuss auf 4 Tore	01:12:57
29	Hütchenlauf	01:14:49
30	Torschuss-Wettbewerb	01:15:45
31	Übungen für F- und E-Jugend: Inneres und äußeres Viereck	01:16:35
32	Ball pendeln	01:17:41
33	Drehung mit Aussenseite	01:18:12
34	Ball ablegen	01:19:14

33 KREATIVE FUSSBALLÜBUNGEN

ENTWICKELT IM DFB-NACHWUCHSLEISTUNGSZENTRUM

FÜR ALLE ALTERSKLASSEN VON U4-U19

KAPITEL	NAME	TIMECODE
35	Passlauf	01:20:24
36	Ballübergabe	01:20:58
37	Pass im Technikviereck	01:21:38
38	Torschuss im Technikviereck	01:22:36
39	Passtrapez	01:23:57
40	Ajaxviereck	01:24:56
41	Torschussübung	01:26:52
42	Eins gegen Eins	01:28:52
43	Zweikampfspiel	01:31:24
44	Schnelles Umschalten	01:34:38
45	Zweikampfübung	01:37:21
46	Torwahl	01:40:16
47	Interview mit Präsident Manfred Schwalb	01:41:34
48	Interview mit Jugendleiter Hans Reitingner	01:44:02
49	Interview mit Jugendtrainer Andreas Haidl	01:50:27
50	Interview mit Jugendtrainer Marc Unterberger	01:54:27
51	Interview mit U-19 Bundesligatrainer Daniel Wimmer	02:04:16