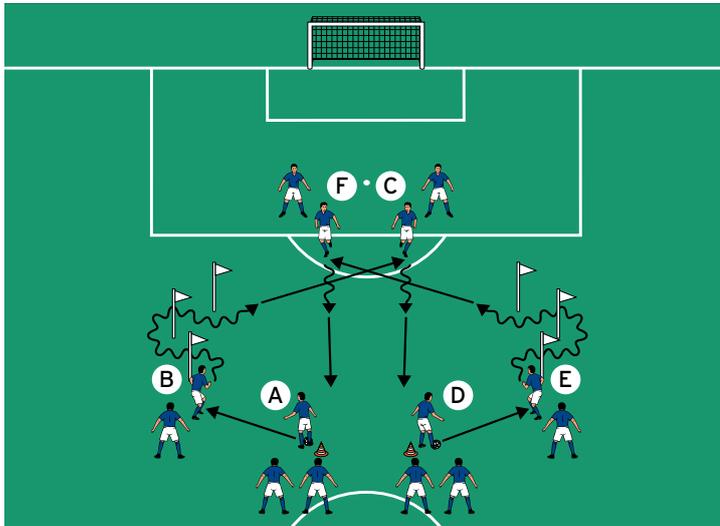


THEMA: PASS IN DIE SCHNITTSTELLE AUS DEM DRIBBLING



AUFWÄRMEN 1:

DRIBBELN UND PASSEN I

ORGANISATION

- ▶ Mit Stangen und Hütchen einen Parcours markieren
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Die jeweils ersten Spieler bei A und D haben je 1 Ball

ABLAUF

- ▶ A und D starten gleichzeitig.
- ▶ A passt zu B, der um die Stangen dribbelt und zu C spielt.
- ▶ C nimmt nach vorne an und mit und passt auf D, der auf E weiterleitet.
- ▶ E umdribbelt die Stangen und spielt zu F, der ebenfalls nach vorne an- und mitnimmt, zum jeweils nächsten Spieler bei A passt usw.
- ▶ Alle Spieler laufen ihren Abspielen zur jeweils nächsten Position nach.

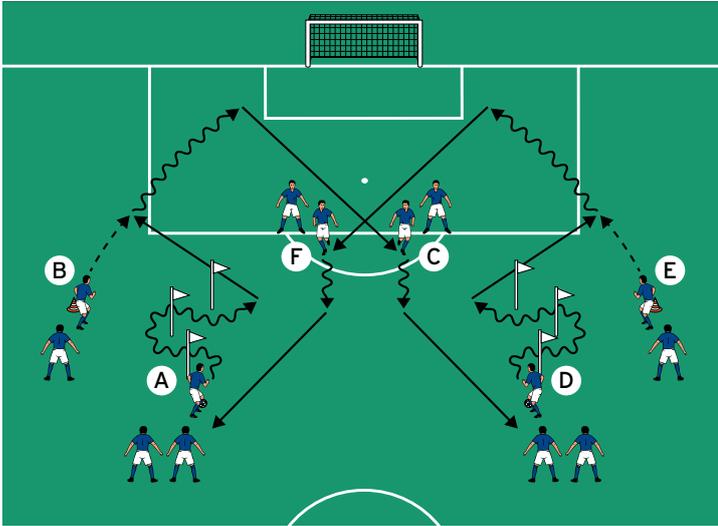
VARIATIONEN

- ▶ Mit nur 1 Ball spielen.
- ▶ C und F dribbeln zu D bzw. A und übergeben dort den Ball.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Ein enges und beidfüßiges Dribbling fordern.
- ▶ Präzise Pässe in den Fuß der Mitspieler spielen.
- ▶ C und F sollen jeweils in die Bewegung nach vorne an- und mitnehmen.

THEMA: PASS IN DIE SCHNITTSTELLE AUS DEM DRIBBLING



AUFWÄRMEN 2:

DRIBBELN UND PASSEN II

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau weiter verwenden
- ▶ Zusätzlich auf den Seiten noch 2 zusätzliche Hütchen aufstellen
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Die jeweils ersten Spieler bei A und D haben je 1 Ball

ABLAUF

- ▶ A und D starten gleichzeitig.
- ▶ A dribbelt im Slalom um die Stangen und passt in den Lauf auf B, der in Richtung Torraumcke dribbelt und von dort zurück auf C spielt.
- ▶ C nimmt in die Drehung mit und passt auf D.
- ▶ Gleicher Ablauf von D, E und F auf der anderen Seite.
- ▶ F spielt abschließend zum jeweils nächsten Spieler bei A usw.
- ▶ Alle Spieler laufen ihren Abspielen zur jeweils nächsten Position nach.

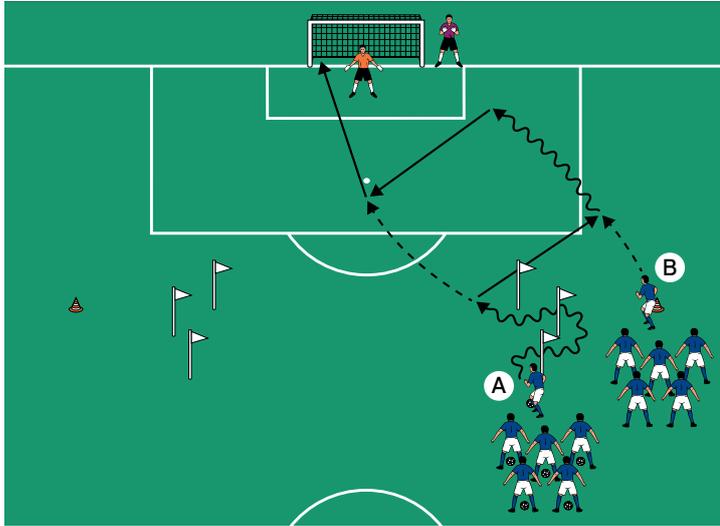
VARIATIONEN

- ▶ Nur mit 1 Ball spielen.
- ▶ C und F laufen zum Torraumcke und übernehmen hier die Bälle von B bzw. E. Anschließend dribbeln sie zurück an die Strafraumgrenze und passen weiter zu D bzw. zum jeweils nächsten Spieler bei A.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Torhüter können entweder in den Parcours integriert werden oder sich individuell aufwärmen.
- ▶ Darauf achten, dass A und D kurz hinter die Strafraumcke passen.
- ▶ B und E sollen sich beim Rückpass so zu C bzw. F aufdrehen, dass ein Blickkontakt entsteht.

THEMA: PASS IN DIE SCHNITTSTELLE AUS DEM DRIBBLING



HAUPTTEIL 1:

TORSCHUSS NACH RÜCKPASS I

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau weiter verwenden
- ▶ Zusätzlich auf der Grundlinie 1 Tor mit Torhüter aufstellen
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Die Spieler bei A haben Bälle

ABLAUF

- ▶ A dribbelt im Slalom um die Stangen und passt in den Lauf von B, der zur Torraumecke dribbelt.
- ▶ A startet vor das Tor.
- ▶ B passt zurück auf A, der auf das Tor mit Torhüter abschließt.
- ▶ Nach jeder Aktion tauschen die Spieler die Positionen und Aufgaben.

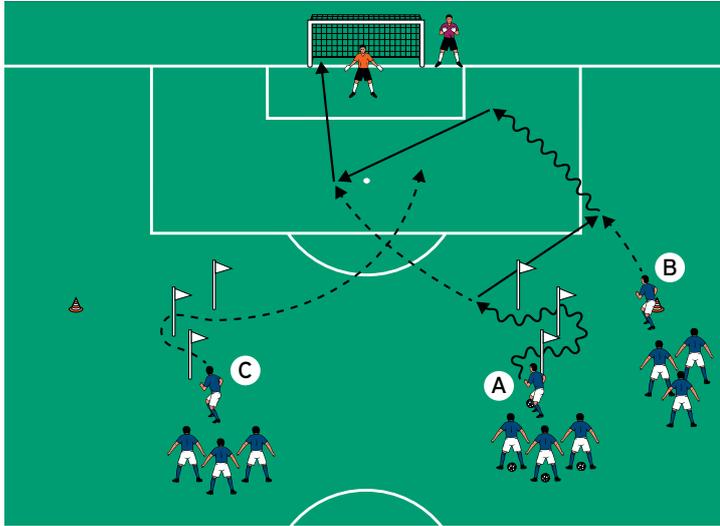
VARIATIONEN

- ▶ Den Ablauf über die jeweils andere Seite durchführen.
- ▶ A muss per Direktschuss abschließen.
- ▶ A muss mit genau 2 Kontakten abschließen (annehmen, schießen).
- ▶ 2 Gruppen bilden und im Wechsel von beiden Seiten üben.
- ▶ Einen Mannschaftswettbewerb durchführen: Welche Mannschaft erzielt die meisten Treffer?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Darauf achten, dass B mit höchstem Tempo zum Ball läuft und dann schnellstmöglich zur Torraumecke dribbelt.
- ▶ Flache und präzise Rückpässe von B fordern.
- ▶ A muss mit höchstmöglichem Tempo in den Rückpass starten und möglichst ohne Tempoverlust abschließen.
- ▶ Die Torhüter wechseln sich jeweils nach einigen Schüssen ab.

THEMA: PASS IN DIE SCHNITTSTELLE AUS DEM DRIBBLING



HAUPTTEIL 2:

TORSCHUSS NACH RÜCKPASS II

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Die Spieler bei A haben je 1 Ball

ABLAUF

- ▶ A dribbelt im Slalom um die Stangen und passt in den Lauf von B, der zur Torraumecke mitnimmt.
- ▶ Gleichzeitig läuft C im Slalom durch die Stangen und kreuzt/hinterläuft mit A in den Strafraum.
- ▶ B passt flach auf die vor das Tor startenden Angreifer ins Zentrum.
- ▶ Der jeweilige Passempfänger schließt per Direktschuss ab.
- ▶ Nach jeder Aktion rücken die Spieler eine Position weiter.

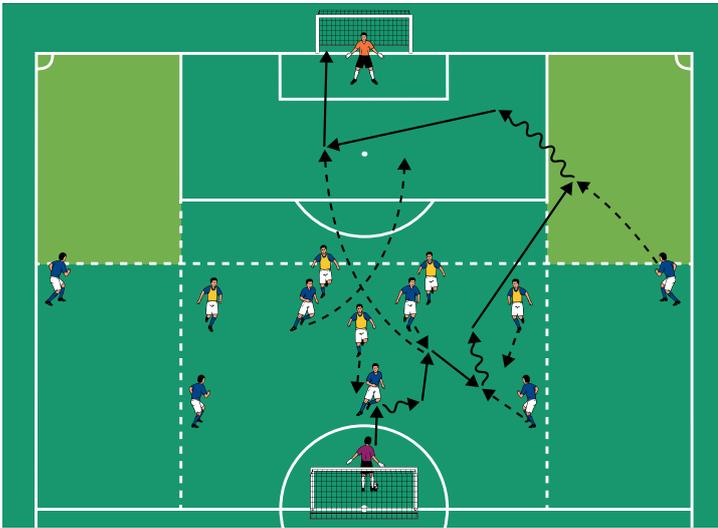
VARIATIONEN

- ▶ Den Ablauf über die jeweils andere Seite durchführen.
- ▶ 1 Verteidiger bestimmen, der versucht, den Torabschluss von A bzw. C zu verhindern.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Den Ablauf zügig durchführen und zielstrebig abschließen.
- ▶ Vor dem Tor sowohl den 'kurzen' als auch den 'langen' Pfosten besetzen.
- ▶ Die Torhüter wechseln sich jeweils nach einigen Schüssen ab.

THEMA: PASS IN DIE SCHNITTSTELLE AUS DEM DRIBBLING



SCHLUSSTEIL:

TORE NACH PASS AUF DEN FLÜGEL UND RÜCKPASS

ORGANISATION

- ▶ Auf einem Spielfeld mit Toren mit Torhütern markieren
- ▶ 25 Meter vor einem Tor sowie auf den Außenpositionen seitlich vom Strafraum Zonen markieren
- ▶ 7 Angreifer und 5 Verteidiger bestimmen
- ▶ Je 1 Angreifer in beiden Flügelzonen postieren
- ▶ Alle übrigen Spieler stellen sich in der torfernen Zone im Zentrum auf

ABLAUF

- ▶ 5 plus 2 gegen 5 auf die Tore mit Torhütern.
- ▶ Gültige Treffer können nur nach einem Zuspiel auf einen der Außenspieler in die jeweilige Angriffszone erfolgen.
- ▶ Mit dem Pass in die Angriffszone dürfen alle Spieler frei nachrücken.
- ▶ Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so kontern sie sofort auf das gegenüberliegende Tor.

VARIATIONEN

- ▶ Die Angreifer im Zentrum müssen sich zunächst 5-mal in den eigenen Reihen zuspielen, ehe sie in die Flügelzone passen dürfen.
- ▶ Mit dem Zuspiel auf den Flügel dürfen nur 2 Angreifer und 1 Verteidiger vor das Tor nachrücken.
- ▶ Zum Schluss die Zonen entfernen, 2 Teams zu je 6 Spielern bilden und frei spielen lassen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Ziel ist das Herausspielen einer Möglichkeit über einen der beiden Außenspieler in den seitlichen Zonen.
- ▶ Mit Abseits spielen!
- ▶ Der Außenspieler darf erst nach dem Ball in die Endzone starten. Entsprechend muss er dann mit höchstem Tempo in Richtung Torraumecke laufen.
- ▶ Auf stramme und präzise Rückpässe ins Zentrum achten.
- ▶ Zielstrebig abschließen!
- ▶ Die Flügelspieler regelmäßig wechseln.