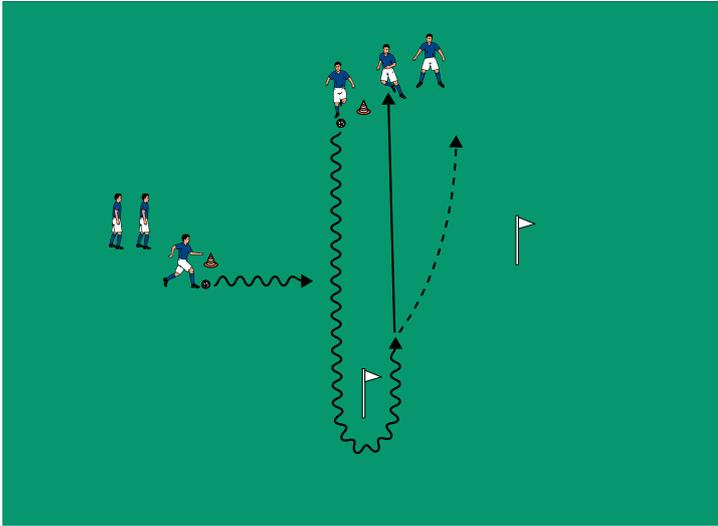


THEMA: BEIDFÜSSIG PERFECT PASSEN LERNEN



AUFWÄRMEN 1:

KREUZ-PASSEN

ORGANISATION

- ▶ 2 Starthütchen versetzt nebeneinander markieren und 10 Meter vor jedem Starthütchen eine Stange aufstellen
- ▶ Die Spieler an den Starthütchen verteilen, der jeweils erste Spieler hat einen Ball

ABLAUF

- ▶ Die jeweils ersten Spieler umdribbeln die Stange vor dem Starthütchen, passen zum nächsten Spieler und laufen zum Starthütchen zurück.
- ▶ Der Passempfänger startet sofort wieder ins Dribbling.

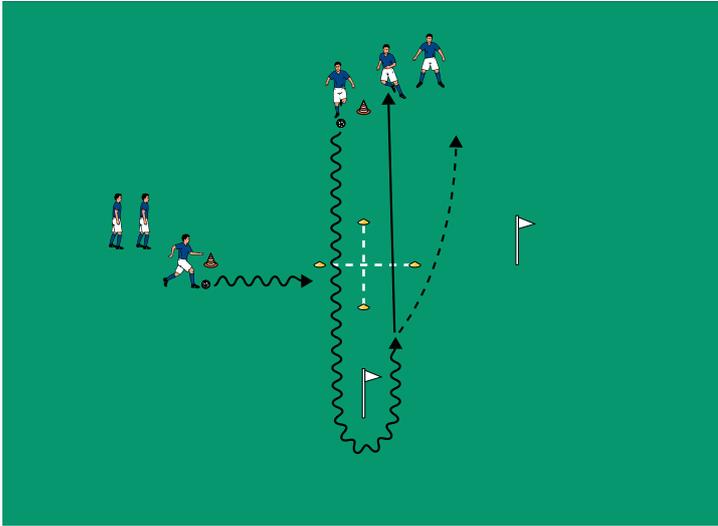
VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links passen.
- ▶ Zum anderen Starthütchen passen.
- ▶ Zum anderen Starthütchen laufen.
- ▶ Die andere Stange umdribbeln.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Immer zielgenau in den Lauf des Mitspielers am Starthütchen zuspielen.
- ▶ Nach Umdribbeln der Stange Blickkontakt zum Mitspieler suchen und erst dann passen.
- ▶ Zusammenstöße zwischen Starthütchen und Stangen vermeiden, sich orientieren und in freie Räume dribbeln bzw. laufen.

THEMA: BEIDFÜSSIG PERFECT PASSEN LERNEN



AUFWÄRMEN 2:

KREUZ-PASS-WETTKAMPF

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Mittig zwischen Starthütchen und Stangen ein gekreuztes Hütchentor aufstellen
- ▶ 2 Teams bilden, der erste Spieler jedes Teams hat einen Ball

ABLAUF

- ▶ Die jeweils ersten Spieler umdribbeln die Stange vor dem Starthütchen, passen durch das Hütchentor zum nächsten Mitspieler und laufen zum Starthütchen zurück.
- ▶ Der Passempfänger startet sofort wieder ins Dribbling.
- ▶ Welches Team spielt zuerst 20 Pässe durch das Hütchentor?

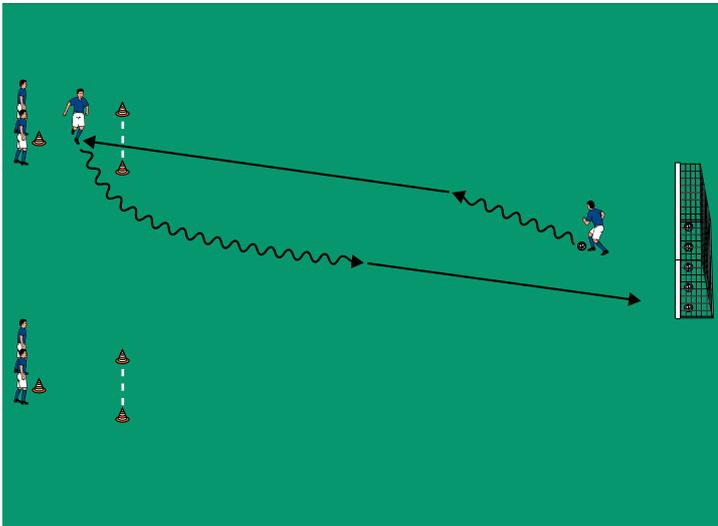
VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links passen.
- ▶ Jedes Team spielt mit 2 Bällen.
- ▶ Die Hütchentore vergrößern oder verkleinern.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf einen freien Passweg achten, um das Hütchentor zielgenau durchspielen zu können.
- ▶ Berührt der Ball das Hütchen eines Hütchentores, ist der Pass nicht gültig.

THEMA: BEIDFÜSSIG PERFECT PASSEN LERNEN



HAUPTTEIL 1:

PASS-PRÄZISION UND TORSCHUSS

ORGANISATION

- ▶ 20 Meter vor einem Tor zwei 1,5 Meter breite Hütchentore errichten und hinter jedem Hütchentor ein Starthütchen aufstellen
- ▶ Einen Spieler als Torhüter mit Ball im Tor postieren und die anderen Spieler an den Starthütchen verteilen

ABLAUF

- ▶ Der Torwart dribbelt kurz an, passt durch ein Hütchentor zum ersten Spieler am Starthütchen und läuft ins Tor zurück.
- ▶ Der Passempfänger nimmt den Ball um das Hütchentor herum an und mit und schießt.
- ▶ Nach jedem Torschuss die Positionen und Aufgaben wechseln.

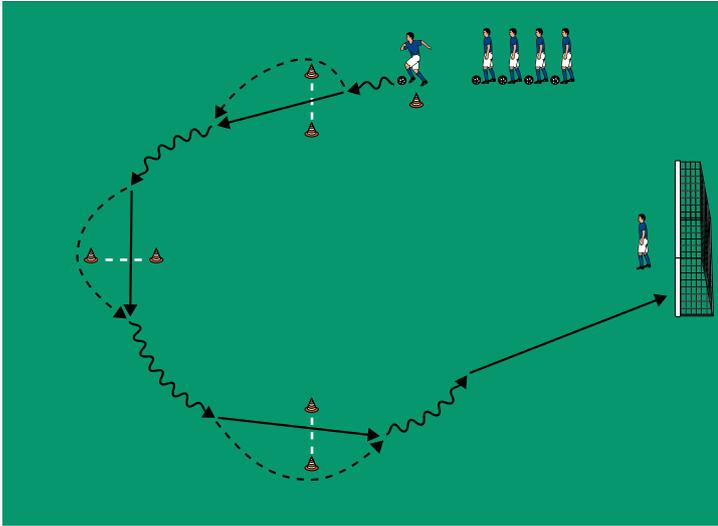
VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links passen.
- ▶ Die Hütchentore vergrößern oder verkleinern.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Ausreichend Ersatzbälle ins Tor legen, so dass jeder neue Torwart direkt einen Ball hat.
- ▶ Der Torhüter muss nach dem Pass sofort zurücklaufen, aber so, dass er den Angreifer immer im Blick hat.

THEMA: BEIDFÜSSIG PERFEKT PASSEN LERNEN



HAUPTTEIL 2:

PASS-TIMING UND TORSCHUSS

ORGANISATION

- ▶ 15 Meter auf jeder Seite und 20 Meter mittig vor einem Tor jeweils ein 1,5 Meter breites Hütchentor errichten
- ▶ Vor einem seitlichen Hütchentor ein Starthütchen markieren
- ▶ Einen Spieler im Tor und die anderen Spieler mit Bällen am Starthütchen postieren

ABLAUF

- ▶ Der erste Spieler durchspielt und umläuft die Hütchentore nacheinander und schießt.
- ▶ Der jeweils nächste Spieler startet, sobald sein Vordermann das letzte Hütchentor durchspielt hat.
- ▶ Nach dem Torschuss übernimmt der jeweilige Spieler die Torhüterposition.

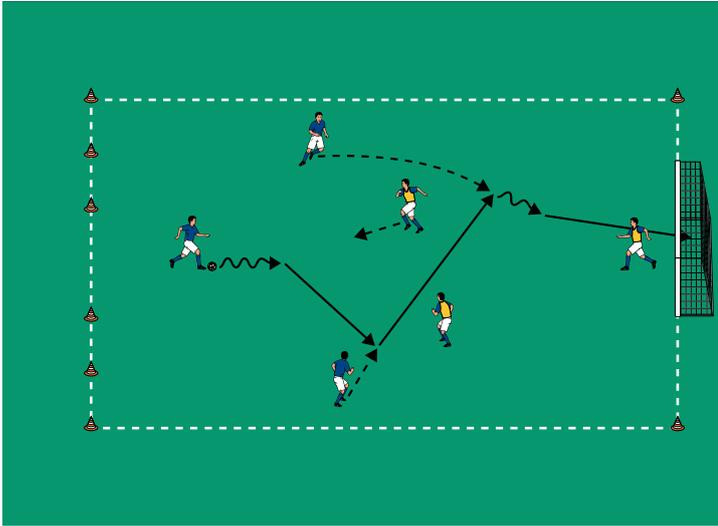
VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links passen.
- ▶ Die Hütchentore vergrößern oder verkleinern.
- ▶ Zwischen den Hütchentoren mit 2 Ballkontakten spielen.
- ▶ Zwischen den Hütchentoren direkt spielen.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welcher Spieler erzielt zuerst 5 Treffer?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Hütchentore nicht durchlaufen, sondern nur durchspielen.
- ▶ Trifft ein Spieler mit seinem Pass ein Hütchen, beginnt er erneut vom Starthütchen.

THEMA: BEIDFÜSSIG PERFECT PASSEN LERNEN



SCHLUSSTEIL:

ANGRIFFS-WECHSEL

ORGANISATION

- ▶ Ein etwa 20 x 40 Meter großes Spielfeld markieren
- ▶ Auf einer Grundlinie ein Tor und auf der anderen Grundlinie zwei 2 Meter breite Hütchentore aufstellen
- ▶ 2 Teams zu je 3 Spielern bilden

ABLAUF

- ▶ Die Teams spielen im 3 gegen 3.
- ▶ Das Angreifer spielen auf das Tor und verteidigen die Hütchentore
- ▶ Die Verteidiger stellen den Torhüter
- ▶ Treffen die Verteidiger in eines der Hütchentore, wechselt direkt die Spielrichtung.

VARIATIONEN

- ▶ Die Hütchentore vergrößern oder verkleinern.
- ▶ Die Position der Hütchentore verändern
- ▶ Die Anzahl der Hütchentore erhöhen.
- ▶ Die Spielrichtung nach jeweils 3 Minuten wechseln.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Nach einem Spielrichtungswechsel stellen die Verteidiger sofort einen Torhüter.
- ▶ Die Hütchentore durchspielen, nicht durchdribbeln.