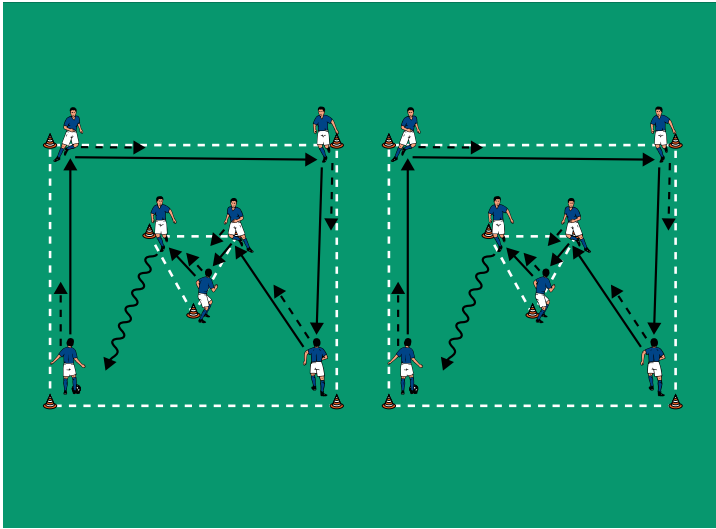


THEMA: DAS PASSEN IN WETTBEWERBEN ANWENDEN



AUFWÄRMEN 1:

2-FELDER-PASSEN

ORGANISATION

- ▶ 2 Quadrate errichten
- ▶ In jedem Feld 1 Dreieck markieren
- ▶ 2 Gruppen bilden
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Die Startspieler in jedem Feld haben je 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Die Spieler an den Eckhütchen passen sich im Uhrzeigersinn zu.
- ▶ Der letzte Passempfänger im Quadrat spielt ins Dreieck weiter.
- ▶ Auch die Spieler im Dreieck passen sich im Uhrzeigersinn zu.
- ▶ Der letzte Passempfänger im Dreieck kontrolliert das Zuspiel, dribbelt zum äußeren Starthütchen und startet von hier die jeweils nächste Passfolge.
- ▶ Alle Passgeber laufen ihren Abspielen zur jeweils nächsten Position nach.

VARIATIONEN

- ▶ Mit genau 2 Kontakten zuspelen (annehmen, passen).
- ▶ Die Spielrichtung ändern: Im Gegenuhrzeigersinn von Position zu Position passen.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welche Mannschaft absolviert die Passfolge zuerst?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler müssen in dieser Übungsform Pässe über unterschiedliche Distanzen spielen.
- ▶ Die Zuspiele auf allen Positionen in einer offenen Grundposition erwarten.
- ▶ Das Tempo und die Passschärfe mit zunehmender Dauer kontinuierlich steigern.