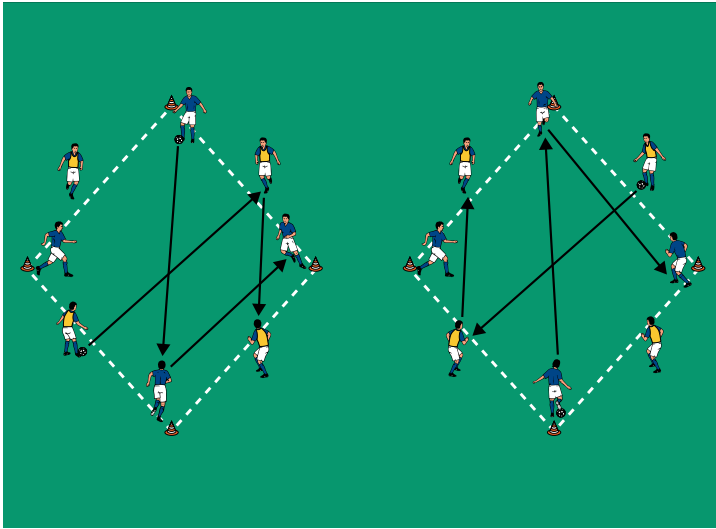


THEMA: PASS-WETTBEWERBE



AUFWÄRMEN 1:

PASS-RAUTEN I

ORGANISATION

- ▶ 2 Pass-Rauten errichten
- ▶ 2 Gruppen bilden
- ▶ Die Spieler beider Gruppen besetzen die vorgegebenen Positionen
- ▶ Jede Gruppe hat in beiden Feldern je 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Die Spieler an den Hütchen und den Seitenlinien passen sich jeweils in der Gruppe zu.
- ▶ Dabei dürfen sie mit maximal 2 Kontakten spielen.
- ▶ Nach jeweils 2 Minuten wechseln die Gruppen die Positionen und Aufgaben.

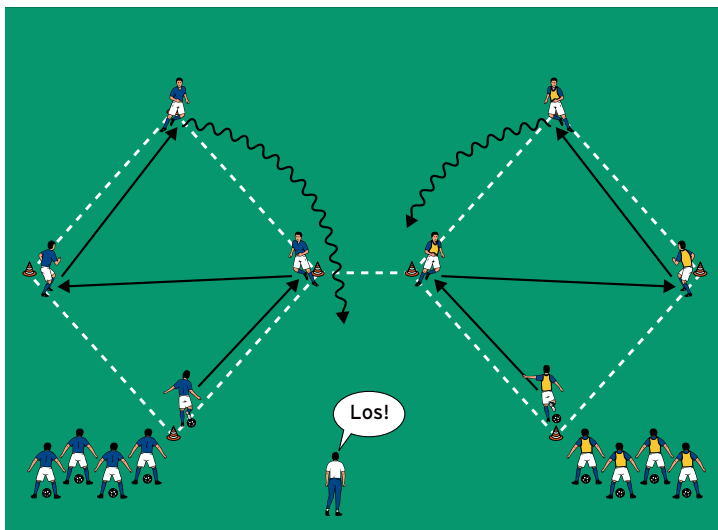
VARIATIONEN

- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welche Gruppe schafft zuerst 20 Pässe?
- ▶ Die Spieler an den Hütchen müssen zu einem Spieler an den Seitenlinien passen und umgekehrt.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Dadurch, dass 2 Bälle gleichzeitig im Spiel sind, müssen die Spieler den Ball der jeweils anderen Gruppe stets beobachten und das Spiel notfalls mit einem weiteren Ballkontakt zunächst einmal beruhigen.
- ▶ Darauf achten, dass die Zuspiele stets flach und scharf erfolgen.

THEMA: PASS-WETTBEWERBE



AUFWÄRMEN 2:

PASS-RAUTEN II

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau und die Gruppen beibehalten
- ▶ Zwischen den Feldern eine Ziellinie markieren
- ▶ Die Gruppen jeweils den Feldern zuweisen
- ▶ Die Spieler an den Eckhütchen verteilen
- ▶ Die Spieler bei A haben Bälle

ABLAUF

- ▶ A passt zu B, der auf C weiterleitet.
- ▶ C passt anschließend zu D, der das Zuspiel kontrolliert und über die Ziellinie zwischen den beiden Pass-Rauten dribbelt.
- ▶ Der Spieler, der zuerst die Ziellinie überquert, erhält 1 Punkt für die Teamwertung.
- ▶ Nach jeder Aktion rücken alle Spieler eine Position weiter.

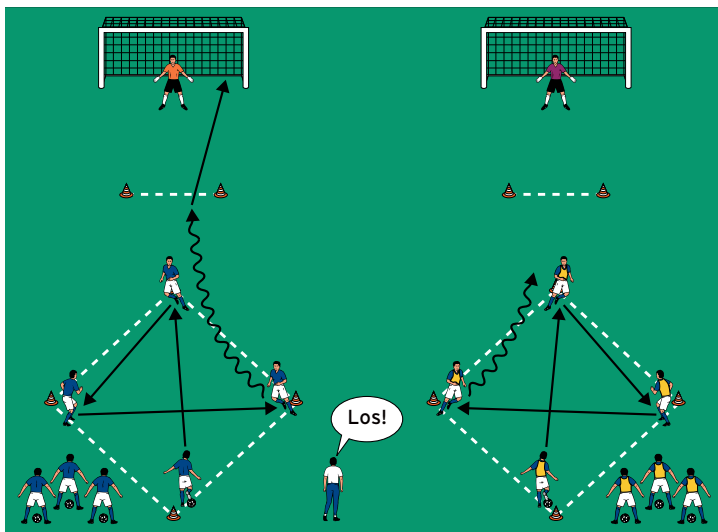
VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler müssen mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen, passen).
- ▶ Die Spieler bei D müssen jeweils eine Finte ins Dribbling einbauen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Nach einem kompletten Durchgang sollen die Gruppen die Felder tauschen, da jeweils in entgegengesetzter Richtung gespielt wird.
- ▶ Auf präzise Zuspiele in den Fuß der Mitspieler achten.
- ▶ Der Wettbewerb garantiert höchstmögliches Tempo in den Aktionen.
- ▶ Dabei müssen die Spieler darauf achten, dass dies nicht zu Lasten der Präzision geht, da sie das Wett-dribbeln dadurch verlieren würden.

THEMA: PASS-WETTBEWERBE



HAUPTTEIL 1:

PASS-DUELL I

ORGANISATION

- ▶ 2 Felder mit jeweils 1 Tor, 1 Hütchenlinie und 1 Hütchenraute errichten
- ▶ Die Tore mit Torhütern besetzen
- ▶ 2 Mannschaften bilden
- ▶ Die Spieler besetzen jeweils die vorgegebenen Positionen
- ▶ Die Spieler am Starthütchen haben Bälle

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando müssen die Spieler an den Eckhütchenden zu jedem Spieler der Gruppe passen.
- ▶ Die jeweils letzten Passempfänger nehmen in die Bewegung an und mit und schließen von den Hütchenlinien auf die Tore mit Torhütern ab.
- ▶ Der Spieler, der zuerst 1 Treffer erzielt, erhält für seine Mannschaft 1 Punkt.

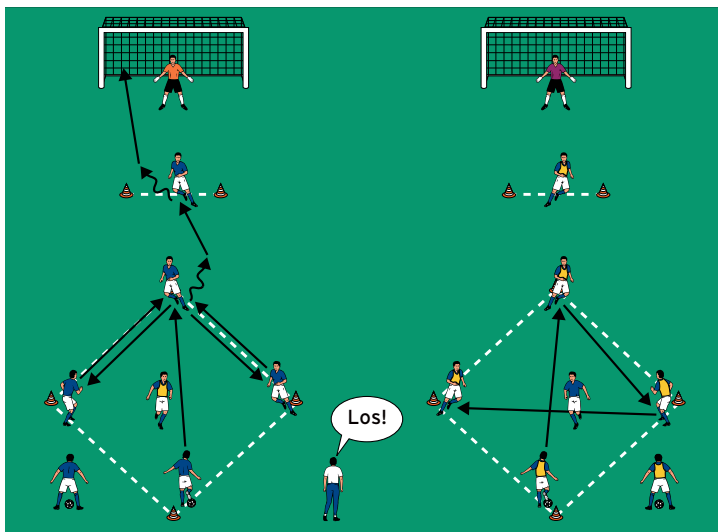
VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler müssen mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen, passen).
- ▶ Die Spieler müssen eine vorgegebene Anzahl an Pässen in den eigenen Reihen spielen, ehe sie auf die Tore mit Torhütern abschließen dürfen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Schwierigkeit der Übung ist bewusst leicht gewählt, um einen schnellen Ablauf zu garantieren.
- ▶ Durch den Wettbewerb entsteht ein gewisser Zeitdruck und somit auch 'Stress' für die Spieler.
- ▶ Diesen sollte der Trainer durch ein entsprechendes Coaching weiter verstärken.

THEMA: PASS-WETTBEWERBE



HAUPTTEIL 2:

PASS-DUELL II

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Mannschaften beibehalten
- ▶ Jedes Team stellt 1 Störspieler
- ▶ Die Angreifer postieren zudem je 1 Abschluss-Spieler auf der Hütchenlinie
- ▶ Pro Feld 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando versuchen die Ballbesitzer, jeweils 5 Pässe im 4 gegen 1 in den eigenen Reihen zu spielen.
- ▶ Gelingt dies, so kontrolliert der Empfänger des fünften Passes das Zuspiel und passt zum Mitspieler auf der Hütchenlinie.
- ▶ Dieser dreht sich und schließt auf das Tor mit Torhüter ab.
- ▶ Der Spieler, der zuerst 1 Treffer erzielt, erhält 1 Zusatzpunkt für seine Mannschaft.
- ▶ Nach jeder Aktion holen die Abschlussspieler die Bälle und die finalen Passgeber rücken auf die Hütchenlinie.

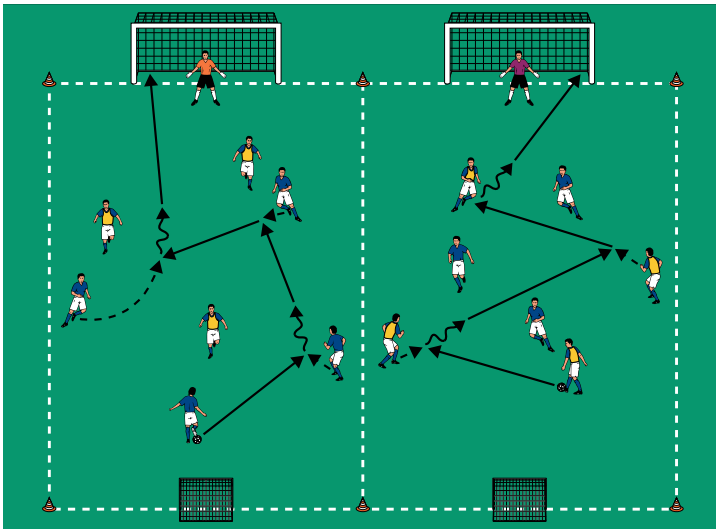
VARIATIONEN

- ▶ Jeder Spieler in der Raute muss in die Aktion eingebunden werden.
- ▶ Die Passempfänger dürfen jeweils nicht zu den Passgebern zurückspielen.
- ▶ Je 1 weiteren Verteidiger bestimmen: Die Zielspieler versuchen jeweils, im 1 gegen 1 auf das Tor mit Torhüter abzuschließen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Störspieler sorgen für einen leichten Gegnerdruck.
- ▶ Zusätzlich müssen die Spieler nach den kurzen Pässen in der Raute einen scharfen Pass in die Tiefe über eine größere Distanz spielen.
- ▶ Der jeweilige Vorlagengeber rückt nach der Aktion auf die Hütchenlinie. Der pausierende Spieler nimmt dessen Position in der Raute ein.
- ▶ Die Störspieler regelmäßig wechseln.

THEMA: PASS-WETTBEWERBE



SCHLUSSTEIL:

DOPPELTES 4 GEGEN 3

ORGANISATION

- ▶ 2 Felder mit jeweils 1 Großtor und 1 Minitor nebeneinander errichten
- ▶ 2 Mannschaften bilden
- ▶ Pro Mannschaft 4 Angreifer und 3 Verteidiger benennen

ABLAUF

- ▶ Jede Aktion wird von den Angreifern von der Grundlinie aus gestartet.
- ▶ Die Angreifer versuchen jeweils, innerhalb von 3 Minuten möglichst viele Treffer im 4 gegen 3 zu erzielen.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, so kontern sie auf das Minitor.

VARIATIONEN

- ▶ Die Angreifer müssen mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen, passen). Lediglich die Torschüsse dürfen auch per Direktschuss erfolgen.
- ▶ Die Minitore durch Hütchenlinien ersetzen, über die die Verteidiger kontern müssen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Angreifer müssen die Torabschlüsse trotz Zeitdrucks mit einem sicheren Passspiel von hinten heraus vorbereiten.
- ▶ Ohne Ecken und Einwürfe spielen.
- ▶ Nach jedem Durchgang tauscht ein Angreifer von jeder Mannschaft mit einem Verteidiger im jeweils anderen Feld die Positionen und Aufgaben.