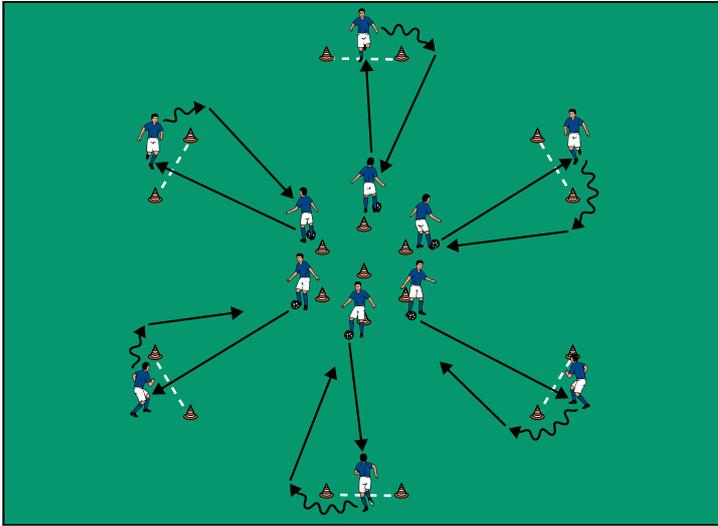


THEMA: DAS KORREKTE PASS-TIMING VOR DEM TORABSCHLUSS ERLERNEN



AUFWÄRMEN 1:

PASS-STERN

ORGANISATION

- ▶ 6 Starthütchen sternförmig zueinander anordnen
- ▶ Jeweils 10 Meter hinter jedem Starthütchen 1 Hütchentor errichten
- ▶ 1 zentrales Hütchen aufstellen
- ▶ Die Spieler an den Starthütchen und hinter den Hütchentoren postieren
- ▶ Die Spieler an den Starthütchen haben je 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Die Spieler an den Starthütchen passen durch die Hütchentore zu ihren Mitspielern.
- ▶ Diese kontrollieren die Zuspiele und passen zur Mitte zurück.

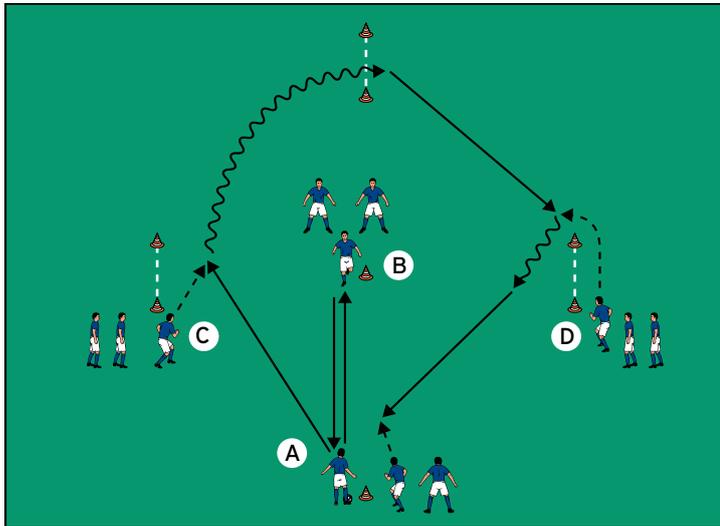
VARIATIONEN

- ▶ Der Passempfänger passt rechts/links am Hütchentor vorbei zur Mitte zurück.
- ▶ Die Passempfänger nehmen das Zuspiel zum Starthütchen an und mit. Gleichzeitig läuft der Passgeber hinter das Hütchentor. Dann die Aufgaben wechseln.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welchem Spielerpaar gelingt es zuerst, 10 Pässe in Folge präzise durch das Hütchentor zu spielen?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Darauf achten, dass die Spieler stets in Erwartungshaltung mit Körperspannung agieren.
- ▶ Präzise Zuspiele fordern.
- ▶ Die Passdistanzen dem Leistungsstand der Spieler anpassen.
- ▶ Die Passhärte nach und nach steigern.

THEMA: DAS KORREKTE PASS-TIMING VOR DEM TORABSCHLUSS ERLERNEN



AUFWÄRMEN 2:

PASSKOMBINATIONEN

ORGANISATION

- ▶ 3 Hütchentore in Dreiecksform errichten und dabei das obere Hütchentor leicht diagonal stellen
- ▶ 2 Positionshütchen markieren
- ▶ Die Spieler an den Positionshütchen sowie den beiden seitlichen Hütchentoren aufstellen
- ▶ Der Startspieler hat 1 Ball

ABLAUF

- ▶ A passt zu B, der direkt zurückprallen lässt.
- ▶ Anschließend passt A auf den vor das linke Hütchentor startenden C, der das Zuspiel kontrolliert, durch das obere Hütchentor dribbelt und auf D weiterleitet, der dem Zuspiel hinten um das rechte Hütchentor herum entgegenstartet.
- ▶ D nimmt in die Drehung an und mit und passt zum nächsten Spieler am Starthütchen, der die Passfolge erneut startet usw.
- ▶ Alle Spieler laufen ihren Abspielen zur jeweils nächsten Position nach.

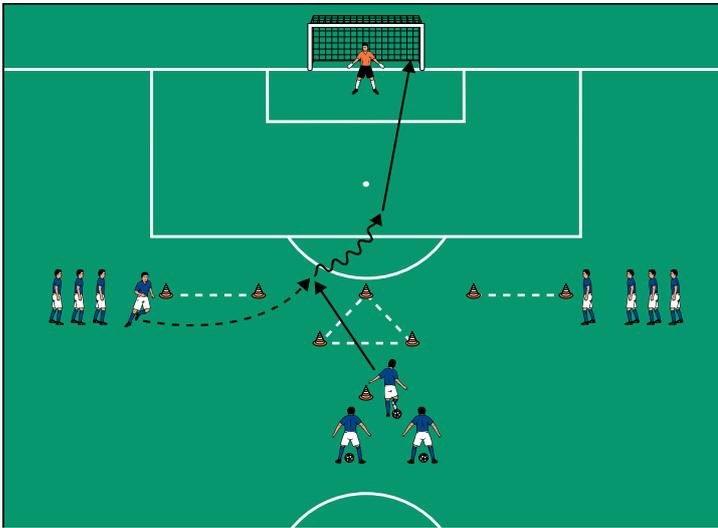
VARIATIONEN

- ▶ Abgesehen von C, der durch das mittlere Hütchentor dribbelt, mit genau 2 oder 3 Kontakten zuspielen.
- ▶ Im Direktspiel zupassen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler sollen nach jedem Pass mit einer explosiven Temposteigerung zur jeweils nächsten Position sprinten.
- ▶ Präzise in den Lauf des Mitspielers passen.
- ▶ Den Zuspielen jeweils aktiv entgegenstarten.
- ▶ Auf das richtige Passtiming achten.

THEMA: DAS KORREKTE PASS-TIMING VOR DEM TORABSCHLUSS ERLERNEN



HAUPTTEIL 1:

STEILPASS – BALLANNAHME – TORSCHUSS

ORGANISATION

- ▶ 1 Tor mit Torhüter errichten
- ▶ Zentral vor dem Strafraum 1 Hütchendreieck und 1 Starhütchen markieren
- ▶ Auf beiden Seiten neben dem Hütchendreieck je 1 Hütchentor errichten
- ▶ 3 Spieler mit Bällen an den Starhütchen aufstellen
- ▶ Alle übrigen Spieler verteilen sich an den beiden Hütchentoren

ABLAUF

- ▶ Der erste Spieler an einem Hütchentor startet um das Hütchentor herum ins Angriffszentrum.
- ▶ Gleichzeitig passt der erste Spieler am Starhütchen durch das Hütchendreieck hindurch in den Lauf des Stürmers, der kurz mitnimmt und auf das Tor mit Torhüter abschließt.
- ▶ Anschließend startet der erste Spieler von der jeweils anderen Seite usw.
- ▶ Die Stürmer stellen sich nach jedem Torschuss auf der jeweils anderen Seite wieder an.

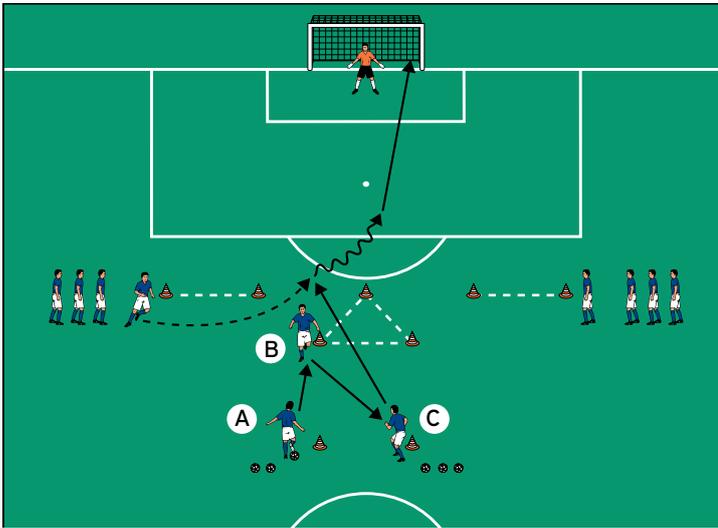
VARIATIONEN

- ▶ Die Außenspieler starten die Aktion, indem sie zu den Anspielern am zentralen Positionshütchen zurückpassen und dann sofort ins Angriffszentrum starten.
- ▶ Die Anspieler starten ihren Zuspielen in die Spitze nach und setzen den Stürmer unter Druck.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf ein korrektes Timing zwischen Mittelfeldspieler und Stürmer achten.
- ▶ Präzise Zuspiele fordern.
- ▶ Als Stürmer den Ball möglichst mit dem ersten Kontakt so vorlegen, dass er möglichst schnell abschließen kann.
- ▶ Mit "Abseits" spielen: Die Hütchentore und das Hütchendreieck symbolisieren die gegnerische Abwehrreihe!
- ▶ Die Anspieler regelmäßig wechseln.

THEMA: DAS KORREKTE PASS-TIMING VOR DEM TORABSCHLUSS ERLERNEN



HAUPTTEIL 2:

PASSKOMBINATION IM ANGRIFFSZENTRUM

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Vor dem Hütchendreieck 2 Positionshütchen errichten
- ▶ Die Anspieler an den beiden Positionshütchen sowie seitlich vom Hütchendreieck aufstellen
- ▶ Der Startspieler hat die Bälle

ABLAUF

- ▶ Den Grundablauf aus Hauptteil 1 beibehalten.
- ▶ Jetzt passen sich die Anspieler im Zentrum in vorgegebener Reihenfolge zu: A passt auf B, der auf C weiterleitet.
- ▶ Anschließend spielt C auf den vom seitlichen Hütchentor in die Spitze startenden Stürmer.
- ▶ Die Anspieler rücken nach jeder Aktion eine Position weiter.

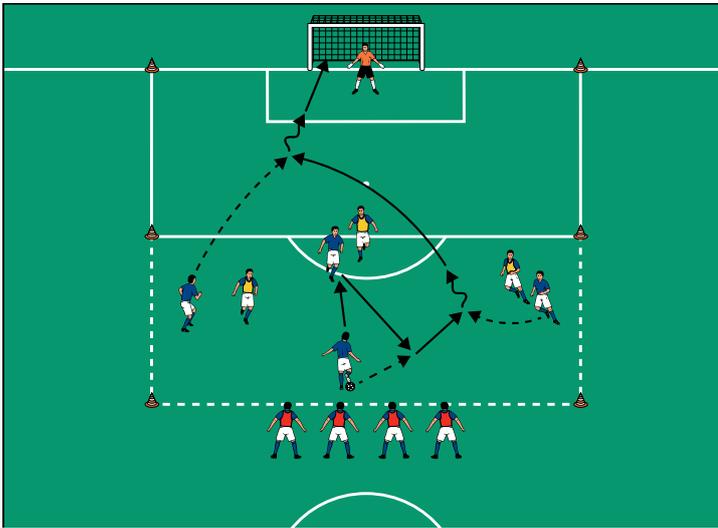
VARIATIONEN

- ▶ Die Außenspieler starten die Aktion, indem sie zum ersten Anspieler am zentralen Positionshütchen passen, der dann direkt die Passkombination im Zentrum startet.
- ▶ Der Anspieler am Hütchendreieck läuft in den Strafraum und setzt den Stürmer unter Druck.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf ein korrektes Timing zwischen den Mittelfeldspielern und dem Stürmer achten.
- ▶ Präzise Zuspiele fordern.
- ▶ Als Stürmer den Ball möglichst mit dem ersten Kontakt so vorlegen, dass er möglichst schnell abschließen kann.
- ▶ Mit "Abseits" spielen: Die Hütchentore bzw. das Hütchendreieck symbolisieren die gegnerische Abwehrreihe!
- ▶ Die Anspieler regelmäßig wechseln.

THEMA: DAS KORREKTE PASS-TIMING VOR DEM TORABSCHLUSS ERLERNEN



SCHLUSSTEIL:

4 GEGEN 3 PLUS TORHÜTER

ORGANISATION

- ▶ Auf doppeltem Strafraum 1 Tor und 2 Hütchentore markieren
- ▶ 3 Teams zu je 4 Spielern bilden
- ▶ 2 Mannschaften im Feld postieren, 1 Mannschaft stellt 1 Torhüter
- ▶ 1 Team pausiert außerhalb

ABLAUF

- ▶ 4 gegen 3 auf das Tor mit Torhüter und die beiden Hütchentore.
- ▶ Jeder Angriff wird von der Überzahlmannschaft aus der eigenen Hälfte heraus gestartet.
- ▶ Ein Turnier nach dem Modus "jeder gegen jeden" durchführen.

VARIATIONEN

- ▶ Treffer nach einem gut getimten Steilpass ins Angriffszentrum zählen doppelt.
- ▶ 2 Mannschaften zu je 6 Spielern bilden und zum Schluss frei spielen lassen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Beim Turnier mit Hin- und Rückrunde spielen, so dass jede Mannschaft einmal als Angreifer in Überzahl und einmal als Konterteam agiert.
- ▶ Auf ein korrektes "Hineinstarten" der Angreifer achten!
- ▶ Mit Abseits spielen!