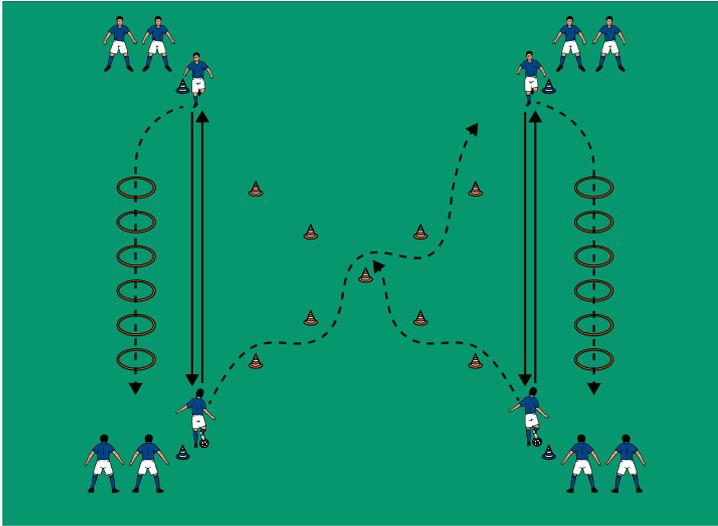


THEMA: DAS PASSSPIEL GEZIELT VERBESSERN



AUFWÄRMEN 1:

PASSEN UND LAUF-KOORDINATION

ORGANISATION

- ▶ Eine Kreuzform aus 9 Hütchen aufbauen
- ▶ An jeder Ecke ein Starhütchen aufstellen
- ▶ An der einen Seitenlinie eine Koordinationsleiter auslegen
- ▶ An der gegenüberliegenden Seitenlinie fünf Mini-Hürden aufstellen

ABLAUF

- ▶ Die Spieler an zwei gegenüberliegenden Stationen passen sich zu.
- ▶ Nach jedem Pass erfolgt der Lauf durch ein Koordinationselement.
- ▶ Die Kreuzform wird per Sidesteps durchquert.

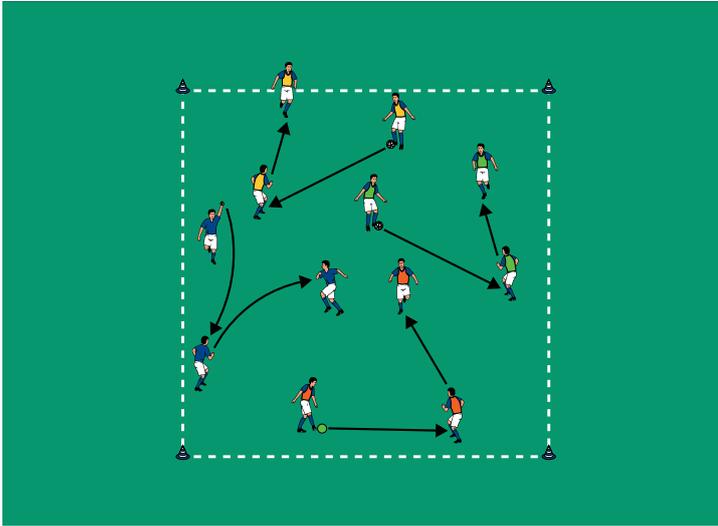
VARIATIONEN

- ▶ Mit nur 2 Kontakten spielen.
- ▶ Die Kreuzform rückwärts per Sidesteps durchqueren.
- ▶ Die Laufvorgaben für die Koordinationsleiter variieren.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Technik und Präzision des Passspiels korrigieren.
- ▶ Die Spieler müssen selbst prüfen, ob ihr Gegenüber anspielbereit ist.

THEMA: DAS PASSSPIEL GEZIELT VERBESSERN



AUFWÄRMEN 2:

BALL-VARIATION

ORGANISATION

- ▶ Ein Feld in der Größe von 15 x 15 Metern aufbauen
- ▶ 4 Teams einteilen
- ▶ 2 Teams erhalten einen Fußball, ein Team einen Tennisball, das letzte Team einen kleinen Fußball

ABLAUF

- ▶ Die Teams passen sich untereinander zu.
- ▶ Das Team mit dem Tennisball wirft sich untereinander zu.

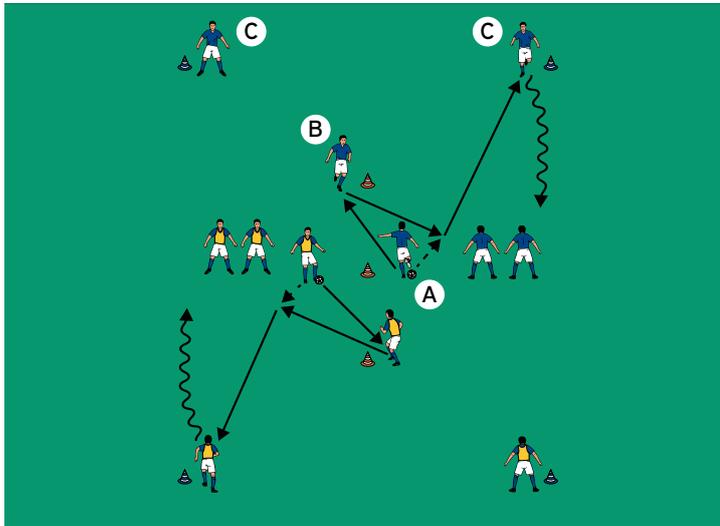
VARIATIONEN

- ▶ Die Bälle werden getauscht.
- ▶ Jedes Team passt zu einem anderem Team, z.B.: Gelb zu Grün, Grün zu Rot, usw.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Einbeziehung verschiedener Bälle schult das Ballgefühl.
- ▶ Die Spieler müssen im Feld die Orientierung behalten und selbst bestimmen, wann der Passweg frei ist.

THEMA: DAS PASSSPIEL GEZIELT VERBESSERN



HAUPTTEIL 1:

PASSEN IN DER Y-FORM

ORGANISATION

- ▶ Mit Hütchen 2 Y-Formen abstecken
- ▶ Jedes Hütchen wird mit einem Spieler besetzt
- ▶ Die verbleibenden Spieler verteilen sich an den Starthütchen

ABLAUF

- ▶ A passt zu B.
- ▶ B löst sich zu einer Seite und lässt prallen.
- ▶ A spielt C an.
- ▶ C nimmt an und dribbelt zum Start zurück.
- ▶ Jeder Spieler rückt eine Position weiter.

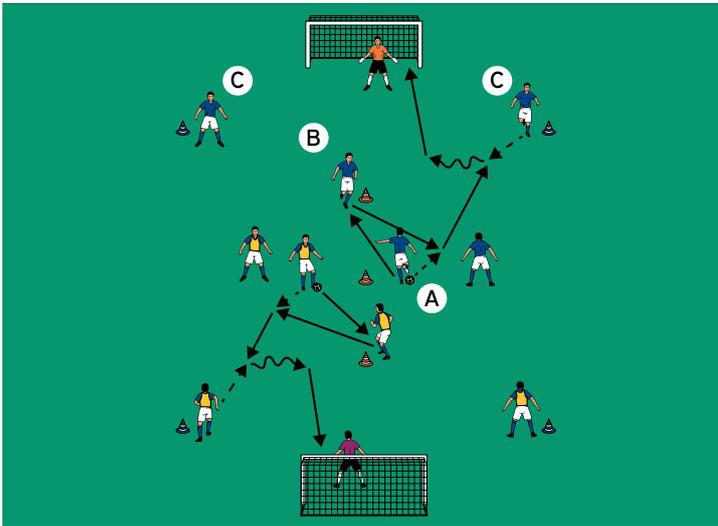
VARIATIONEN

- ▶ B und C spielen einen Doppelpass
- ▶ A spielt den tiefen Pass direkt.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Technik im Detail schulen.
- ▶ B gibt mit der Auftaktbewegung das Startsignal.

THEMA: DAS PASSSPIEL GEZIELT VERBESSERN



HAUPTTEIL 2:

PASSEN UND TORSCHUSS IN DER Y-FORM

ORGANISATION

- ▶ Mit Hütchen 2 Y-Formen vor einem Tor abstecken
- ▶ Jedes Hütchen wird mit einem Spieler besetzt
- ▶ Die verbleibenden Spieler verteilen sich an den Starthütchen

ABLAUF

- ▶ A passt zu B.
- ▶ B löst sich zu einer Seite und lässt prallen.
- ▶ B spielt C an.
- ▶ C nimmt an und schließt auf das Tor ab.
- ▶ Jeder Spieler rückt eine Position weiter.

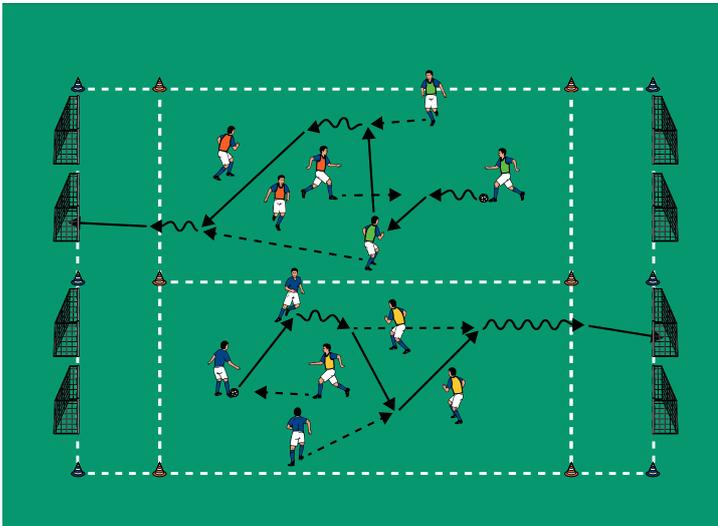
VARIATIONEN

- ▶ C legt für B zum Torschuss ab.
- ▶ C verarbeitet den Ball mit dem Rücken zum Tor

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Technischulung im Detail.
- ▶ B gibt das Startsignal mit einer Auftaktbewegung.

THEMA: DAS PASSSPIEL GEZIELT VERBESSERN



SCHLUSSTEIL:

TURNIER IM 3 GEGEN 3

ORGANISATION

- ▶ 2 Felder mit je 4 Toren aufbauen
- ▶ 5 Meter vor jeder Grundlinie eine Schusszone markieren
- ▶ 4 Teams einteilen

ABLAUF

- ▶ Turnierform im 3 gegen 3
- ▶ Tore dürfen nur innerhalb der Schusszone erzielt werden.
- ▶ Spiellänge je 5 Minuten.

VARIATIONEN

- ▶ Schusszonen aufheben
- ▶ Vor einem Torabschluss muss ein Pass innerhalb der Schusszone gespielt werden.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Das Spielen auf 4 Tore fördert das Passspiel, dadurch schnell die Seite gewechselt werden kann.
- ▶ Turnierform ist sehr motivierend.