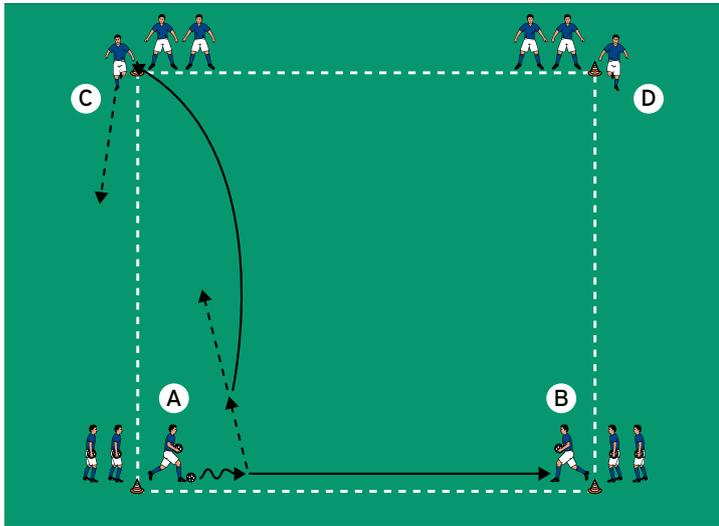


## THEMA: PASSEN UND SCHIESSEN IN WETTBEWERBEN



### AUFWÄRMEN 1:

#### VOLLEY-FELD

##### ORGANISATION

- ▶ Ein 20 x 20 Meter großes Feld markieren
- ▶ Die Spieler an den 4 Eckhütchen verteilen
- ▶ Die Spieler bei A und B haben jeweils 1 Ball in den Händen
- ▶ Der erste Spieler bei A hat zusätzlich 1 Ball am Fuß

##### ABLAUF

- ▶ A dribbelt an und passt zu B.
- ▶ Anschließend läuft A ins Feld, spielt per Volleyschuss aus der Hand zu C und geht dem Zuspiel nach.
- ▶ C fängt den Ball und stellt sich bei A an.
- ▶ Gleichzeitig kontrolliert B das vorherige Zuspiel und passt zum nächsten Spieler bei A.
- ▶ Danach läuft B ins Feld, spielt per Volleyschuss aus der Hand zu D und geht dem Zuspiel nach.
- ▶ D fängt den Ball und stellt sich bei B an.

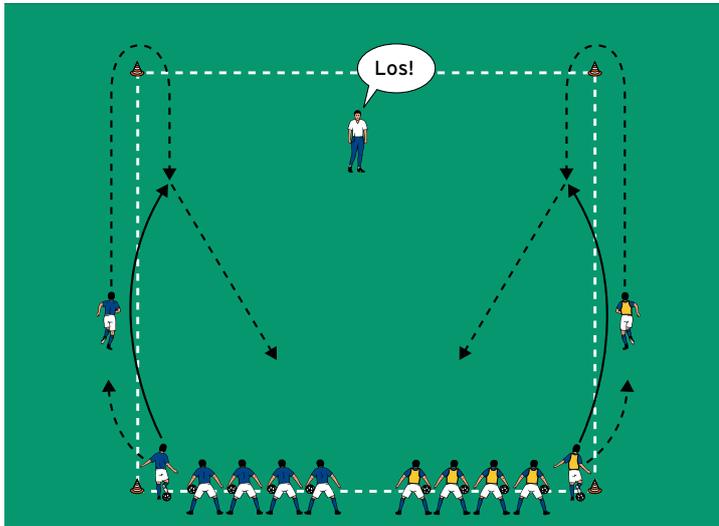
##### VARIATIONEN

- ▶ Den Volleyschuss aus der Hand nur mit dem Spann spielen.
- ▶ Nur mit rechts/links passen.
- ▶ Den Volleyschuss zum Spieler am diagonal gegenüberliegenden Hütchen spielen.
- ▶ Das hohe Zuspiel kontrollieren und zum jeweils nächsten Hütchen dribbeln.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Den Volleyschuss aus der Hand zunächst mit der Innenseite spielen.
- ▶ Beim Volleyschuss das Knie zur Brust anziehen und so einen Vorwärtsdrall erzeugen.
- ▶ Präzise Pässe einfordern.

## THEMA: PASSEN UND SCHIESSEN IN WETTBEWERBEN



### AUFWÄRMEN 2:

#### VOLLEY-STAFFEL

##### ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Teams beibehalten
- ▶ Die Mannschaften jeweils an 1 Starthütchen postieren
- ▶ Die Spieler, abgesehen vom jeweils ersten Spieler, haben je 1 Ball in den Händen

##### ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando läuft der jeweils erste Spieler um das gegenüberliegende freie Hütchen.
- ▶ Danach fängt er einen Pass, den ihm der nächste Mitspieler per Volleyschuss aus der Hand zuspielt.
- ▶ Anschließend läuft der Passempfänger zum Starthütchen zurück.
- ▶ Welches Team absolviert zuerst 3 vollständige Durchgänge?

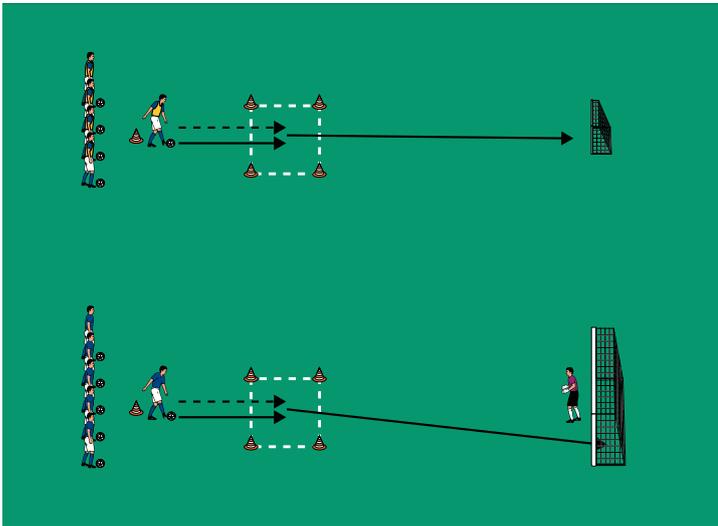
##### VARIATIONEN

- ▶ Den Pass aus der Hand nur mit der Innenseite/dem Spann spielen.
- ▶ Kann der Spieler das Zuspiel nicht fangen, so muss er das Hütchen nochmals umlaufen und einen weiteren Pass anfordern.
- ▶ Die Spieler laufen um das diagonal gegenüberliegende Hütchen.
- ▶ Den Ball zum Mitspieler köpfen, anstatt zu fangen.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Erst nach Blickkontakt zum Mitspieler spielen.
- ▶ Auf eine saubere und präzise Ausführung achten.
- ▶ Um das siegreiche Team feststellen zu können, setzen sich die Spieler hin, sobald alle Durchgänge absolviert sind.

## THEMA: PASSEN UND SCHIESSEN IN WETTBEWERBEN



### HAUPTTEIL 1:

#### PASS-TIMING-WETTBEWERB I

##### ORGANISATION

- ▶ 1 Tor und 1 Minitor nebeneinander errichten
- ▶ Vor den Toren jeweils 1 Schusszone und 1 Starthütchen gemäß Abbildung markieren
- ▶ 2 Teams bilden
- ▶ Die Mannschaften mit Bällen jeweils an 1 Starthütchen postieren
- ▶ Das Team vor dem Minitor stellt 1 Torhüter für das Tor

##### ABLAUF

- ▶ Die jeweils ersten Spieler passen in die Schusszone, starten nach und schließen auf das Minitor bzw. Tor mit Torhüter ab.
- ▶ Wenn das Team vor dem Minitor 8 Treffer erzielt, wechseln die Teams die Positionen und Aufgaben.
- ▶ Welches Team erzielt beim Tor mit Torhüter die meisten Treffer?

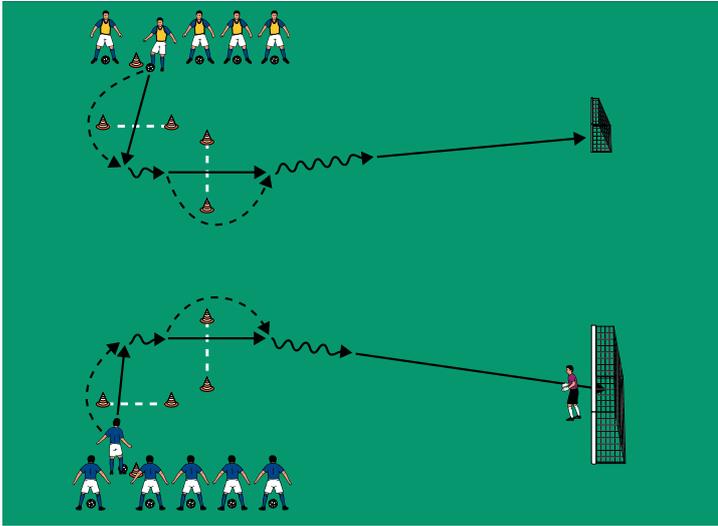
##### VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links passen und schießen.
- ▶ In die Schusszone laufen und per Volleyschuss aus der Hand abschließen.
- ▶ Vor dem Torschuss 2 Hütchen umdribbeln.
- ▶ Der Spieler läuft in die Zone und erhält einen Einwurf vom nächsten Mitspieler.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der jeweils nächste Spieler startet, wenn der Vordermann auf das Tor abgeschlossen hat.
- ▶ Möglichst mit dem ersten Kontakt ins Schussfeld passen und dem zweiten Kontakt abschließen.
- ▶ Die Distanz zwischen den Schusszonen und den Toren dem Leistungsstand der Spieler entsprechend anpassen.

## THEMA: PASSEN UND SCHIESSEN IN WETTBEWERBEN



### HAUPTTEIL 2:

### PASS-TIMING-WETTBEWERB II

#### ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau und die Organisation beibehalten
- ▶ Die Schusszonen entfernen, stattdessen jeweils 2 Hütchentore markieren

#### ABLAUF

- ▶ Die Spieler passen jeweils durch die Hütchentore und umlaufen diese.
- ▶ Danach schießen sie auf das Minitor bzw. Tor mit Torhüter ab.
- ▶ Wenn das Team vor dem Minitor 8 Treffer erzielt, wechseln die Teams die Positionen und Aufgaben.
- ▶ Welches Team erzielt beim Tor mit Torhüter die meisten Treffer?

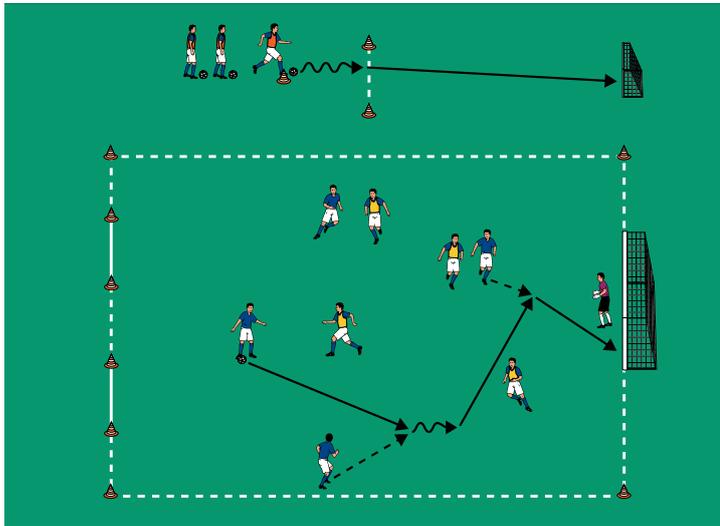
#### VARIATIONEN

- ▶ Jedes Hütchentor mit maximal 2 Kontakten durchspielen.
- ▶ Die Hütchentore direkt durchspielen.
- ▶ Jeweils ein drittes Hütchentor aufstellen.

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der jeweils nächste Spieler startet, wenn der Vormann auf das Tor abgeschlossen hat.
- ▶ Gegebenenfalls eine Schussgrenze markieren, ab der die Spieler spätestens schießen müssen.
- ▶ Genauigkeit vor Schnelligkeit!

## THEMA: PASSEN UND SCHIESSEN IN WETTBEWERBEN



### SCHLUSSTEIL:

### 10-TREFFER-WECHSEL

#### ORGANISATION

- ▶ Ein 30 x 20 Meter großes Feld mit 1 Tor und 2 Hütchentoren markieren
- ▶ Neben dem Feld 1 Minitor mit 1 Schusslinie und 1 Starthütchen gemäß Abbildung errichten
- ▶ 3 Teams bilden
- ▶ 2 Teams mit 1 Ball dem Feld zuteilen
- ▶ Das dritte Team stellt einen Torhüter für das Feld
- ▶ Die übrigen Spieler mit Bällen am Starthütchen postieren

#### ABLAUF

- ▶ Im Feld: 4 gegen 4 auf die Tore.
- ▶ Die Spieler des dritten Teams dribbeln bis zur Schusslinie und passen ins Minitor.
- ▶ Sobald das dritte Team 10 Treffer erzielt, endet das Spiel im Feld.
- ▶ Ein Turnier nach dem Modus "jeder gegen jeden" durchführen: Welches Team erzielt insgesamt die meisten Treffer im Feld?

#### VARIATIONEN

- ▶ Die Anzahl der Treffer am Minitor verringern/-erhöhen.
- ▶ Die Distanz der Passgrenze zum Minitor verringern/erhöhen.
- ▶ Nur mit rechts/links ins Minitor passen.
- ▶ Nur mit zwei Kontakten ins Minitor passen.

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der jeweils nächste Spieler des dritten Teams startet, wenn der Vordermann auf das Minitor abgeschlossen hat.
- ▶ Jedes Team bestimmt einen Kapitän, der die erzielten Treffer mitzählt.