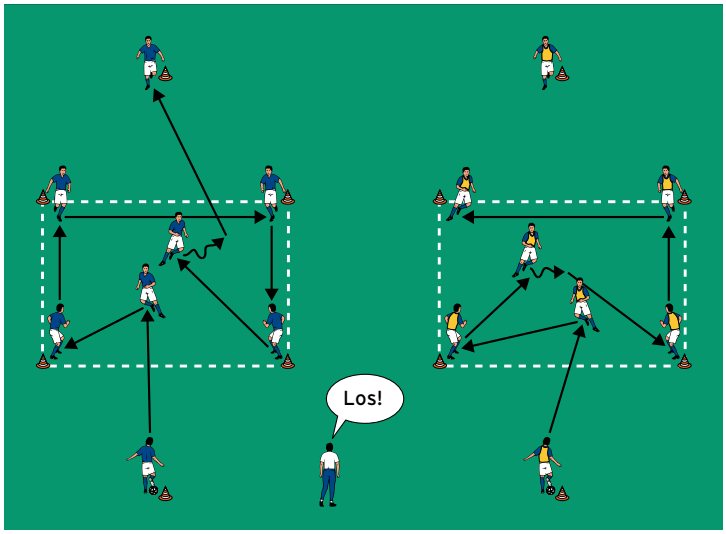
THEMA: SPASS BEIM PASSEN



AUFWÄRMEN 1:

SCHNELLE PASSFOLGE

ORGANISATION

- 2 Felder markieren
- Vor jedem Feld je 2 Positionshütchen aufstellen
- 2 Gruppen bilden
- Die Spieler besetzen die vorgegebenen Positionen
- Die Startspieler haben je 1 Ball

ABLAUF

- Auf ein Trainerkommando passen die Startspieler ins Feld.
- Hier müssen die Spieler der Gruppen jeweils zu allen Mitspielern passen.
- Die letzten Passempfänger spielen zum Anspieler auf der jeweils anderen Seite, der die nächste Aktion startet.
- Welche Gruppe schafft in 2 Minuten mehr gelungene Passdurchläufe?

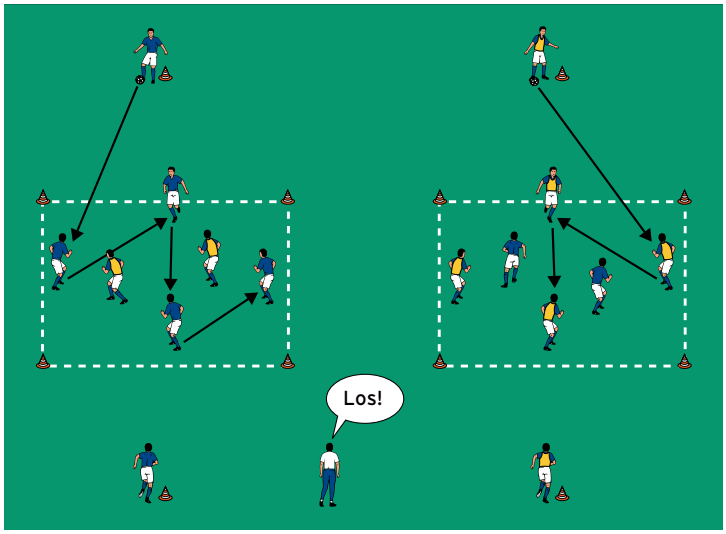
VARIATIONEN

- Den Wettbewerb variieren: Welcher Ball ist zuerst wieder auf seiner Ausgangsposition? Anschließend rücken alle Spieler eine Position weiter.
- Alle Spieler müssen im Direktspiel agieren.

TIPPS UND KORREKTUREN

- Die Spieler können die Passreihenfolge selbst bestimmen.
- Die Spieler können zum Reinkommen zunächst mit einer beliebigen Anzahl an Kontakten spielen. Diese später nach und nach bis zum Direktspiel (siehe Variationen) reduzieren.

THEMA: SPASS BEIM PASSEN



AUFWÄRMEN 2:

4-GEGEN-2-PENDEL

ORGANISATION

- Den Aufbau beibehalten
- 2 Mannschaften bilden
- Pro Mannschaft 2 Störspieler benennen
- Die Spieler besetzen die vorgegebenen Positionen
- Pro Feld 1 Ball

ABLAUF

- Auf ein Trainerkommando passen die Startspieler zu einem Mitspieler im Feld.
- Hier müssen die Spieler 5 Pässe im 4 gegen 2 spielen, ohne dass ein Gegenspieler den Ball berührt.
- Der Empfänger des letzten Passes passt zum jeweils anderen Anspieler.
- Die Mannschaft, die die Aktion zuerst abschließt, erhält 1 Punkt.

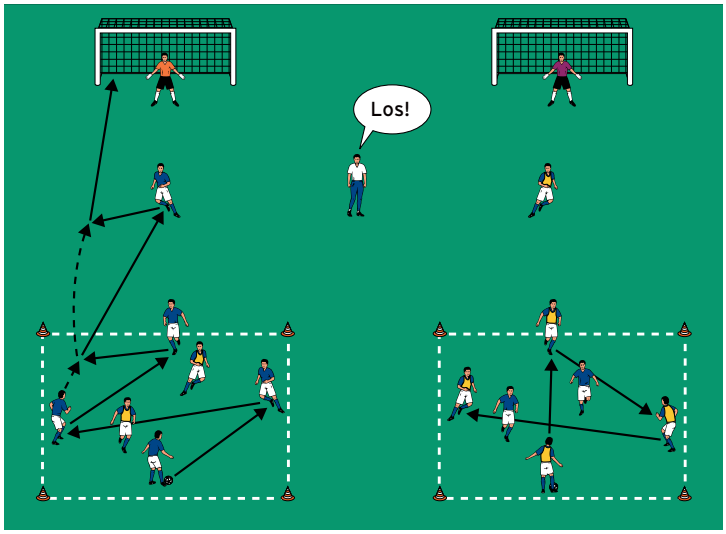
VARIATIONEN

- Die Zahl der erforderlichen Pässe variieren.
- Die Störpsieler müssen den Ball erobern, um die Aktion zu beenden.

TIPPS UND KORREKTUREN

- Die Angreifer dürfen sich frei im Feld bewegen.
- Der Empfänger des letzten Passes darf vor dem Abspiel zum Anspieler nicht mehr unter Druck gesetzt werden.
- Die Stör- und die Anspieler regelmäßig wechseln.

THEMA: SPASS BEIM PASSEN



HAUPTTEIL 1:

4-GEGEN-2-AUFTAKT

ORGANISATION

- 2 Felder mit jeweils 1 Tor mit Torhüter und 1 Hütchenfeld errichten
- 2 Mannschaften bilden
- Pro Mannschaft 2 Störspieler benennen
- Die Spieler besetzen die vorgegebenen Positionen
- Pro Feld 1 Ball

ABLAUF

- Auf ein Trainerkommando müssen die Spieler in den Feldern jeweils 4 Pässe im 4 gegen 2 spielen.
- Der Empfänger des letzten Passes spielt zum Anspieler vor dem Tor, der das Zuspiel prallen lässt.
- Gleichzeitig startet der Passgeber vor das Tor nach und schließt ab.
- Der Spieler, der zuerst 1 Treffer erzielt, erhält 1 Zusatzpunkt.

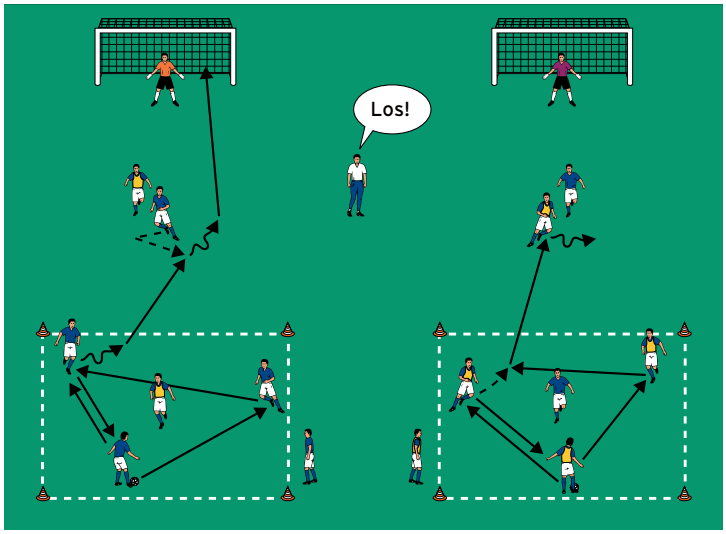
VARIATIONEN

- Die Zahl der erforderlichen Pässe variieren.
- Die Torschüsse müssen per Direktschuss erfolgen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- Die 4-gegen-2-Aktion wird durch einen Torabschluss erweitert.
- Der Anspieler tauscht mit dem Torschützen nach jeder Aktion die Positionen und Aufgaben.
- Die Störspieler nach jeweils 3 Aktionen wechseln.

THEMA: SPASS BEIM PASSEN



HAUPTTEIL 2:

3-GEGEN-1-AUFTAKT

ORGANISATION

- Den Aufbau und die Mannschaften beibehalten
- Jetzt postieren sich je 3 Angreifer und 1 Verteidiger in den Feldern
- Zusätzlich stellen sich je 1 Angreifer und 1 Verteidiger vor den Toren auf
- Pro Feld 1 Ball

ABLAUF

- Auf ein Trainerkommando müssen die Ballbesitzer in den Feldern jeweils 4 Pässe in den eigenen Reihen spielen.
- Der Empfänger des letzten Passes spielt zum Mitspieler vor dem Tor und rückt zum 2 gegen 1 nach.
- Die Angreifer versuchen, auf das Tor mit Torhüter abzuschließen.
- Die Gruppe, die zuerst 1 Treffer erzielt, erhält 1 Zusatzpunkt.

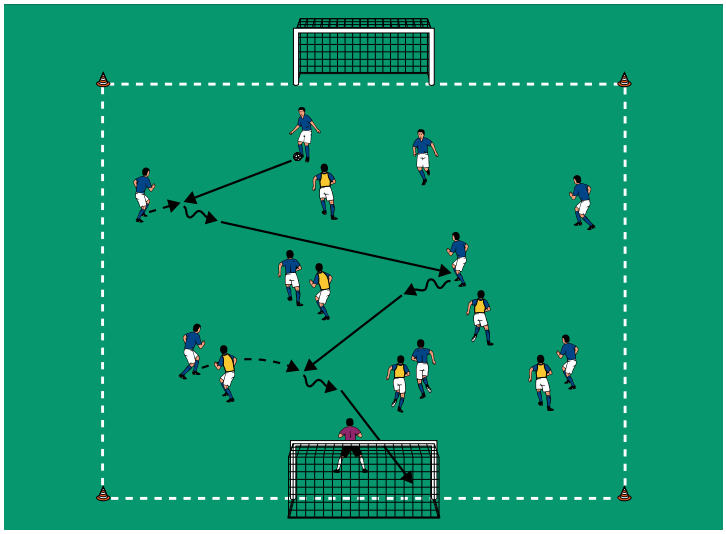
VARIATIONEN

- Die Zahl der erforderlichen Pässe variieren.
- Die Spieler im Feld müssen mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen, passen).

TIPPS UND KORREKTUREN

- Die Passaktion im Feld wird um eine 2-gegen-1-Aktion vor dem Tor erweitert.
- Nach der Aktion tauschen die Angreifer vor den Toren mit den jeweils letzten Passgebern die Positionen und Aufgaben.
- Die Störspieler nach jeweils 3 Aktionen wechseln.

THEMA: SPASS BEIM PASSEN



SCHLUSSTEIL:

ABSCHLUSSSPIEL IM 9 GEGEN 6

ORGANISATION

- 1 Spielfeld mit 2 Toren errichten
- 1 Tor mit Torhüter besetzen
- 9 Angreifer und 6 Verteidiger bestimmen

ABLAUF

- Jede Aktion wird vom Tor der Angreifer aus gestartet.
- Die Angreifer versuchen, im 9 gegen 6 auf das Tor mit Torhüter abzuschließen.
- Erobern die Verteidiger den Ball, so kontern sie auf das gegenüberliegende Tor, das unbesetzt ist.
- Spielzeit pro Durchgang: 5 Minuten.

VARIATIONEN

- Die Angreifer dürfen mit maximal 5 Kontakten spielen.
- Kontertore zählen doppelt.

TIPPS UND KORREKTUREN

- Durch die Überzahlsituation wird der Schwerpunkt der Trainingseinheit in den Schlussteil übertragen.
- Die Angreifer sollen trotz einer großen Überzahl möglichst zielgerichtet spielen und den Torabschluss suchen.
- Nach einem Ballverlust müssen die Angreifer schnell umschalten, da der Gegner auf das leere Tor abschließen kann.