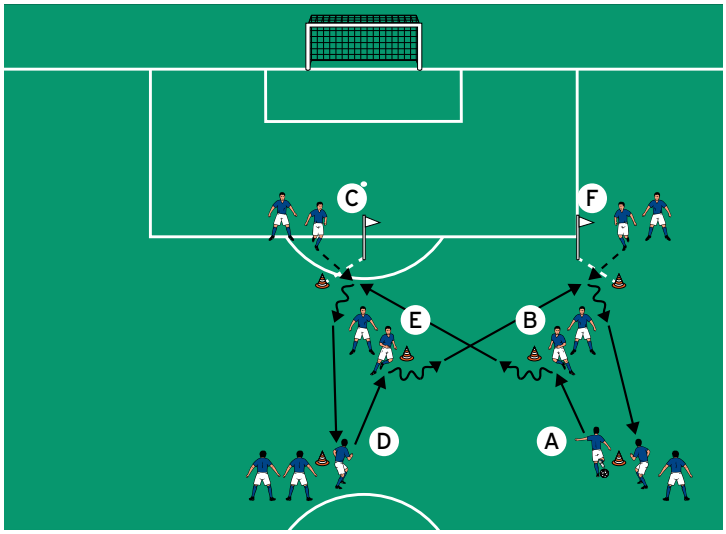
THEMA: KOMBINIERTES PASSEN UND MITNEHMEN



AUFWÄRMEN 1:

PASSEN UND MITNEHMEN

ORGANISATION

- Einen Parcours mit 2 Stangen und 6 Hütchen aufbauen.
- Die Spieler auf den Positionen verteilen.

ABLAUF

- A passt zu B, der nach hinten mitnimmt und auf den entgegenkommenden C passt.
- C nimmt kurz an und mit und spielt auf D.
- D passt zu E, der ebenfalls nach hinten mitnimmt und auf den entgegenkommenden F passt.
- F kontrolliert das Zuspiel und passt abschließend auf den jeweils nächsten Spieler bei A.
- Alle Passgeber laufen ihren Abspielen zur jeweils nächsten Position nach.

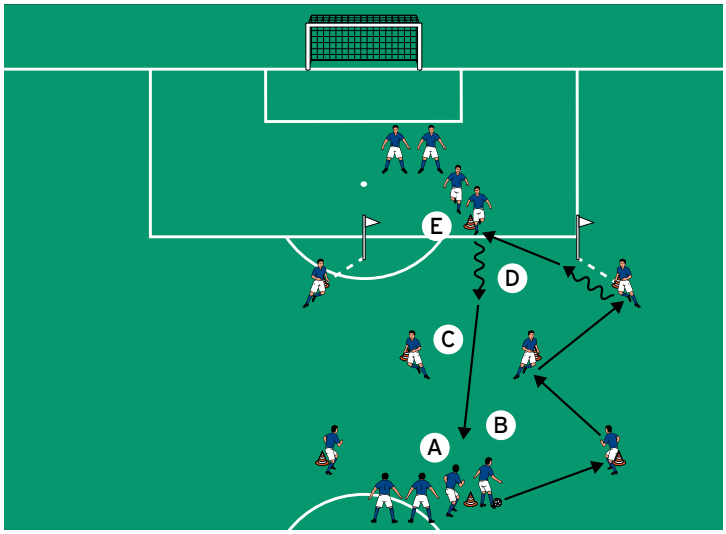
VARIATIONEN

- Mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen, passen).
- Mit rechts an- und mitnehmen und mit links weiterspielen. Nach einer Weile die Seiten tauschen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- Präzise Zuspiele in den Fuß der Mitspieler einfordern.
- B und E sollen die Zuspiele möglichst in offener Stellung kontrollieren und mit dem ersten Kontakt in die neue Bewegungsrichtung mitnehmen.
- Den Zuspielen jeweils aktiv entgegenkommen.

THEMA: KOMBINIERTES PASSEN UND MITNEHMEN



AUFWÄRMEN 2:

PASSEN, MITNEHMEN UND DRIBBELN

ORGANISATION

- Den Grundaufbau aus Aufwärmen 1 beibehalten.
- Zusätzlich 2 Hütchen ergänzen.
- Eine Passlinie markieren.
- Die Spieler auf den Positionen verteilen.

ABLAUF

- Abwechselnd im Uhrzeiger- und im Gegenuhrzeigersinn von Position zu Position passen.
- Die Spieler bei D nehmen zur Stange an und mit und passen von dort auf E weiter.
- Der erste Spieler bei E nimmt nach vorne an und mit, dribbelt zur Passlinie und passt von dort zum jeweils nächsten Spieler bei A, der den Ablauf über die jeweils andere Seite fortsetzt usw.
- Alle Spieler laufen ihren Abspielen zur jeweils nächsten Position nach.

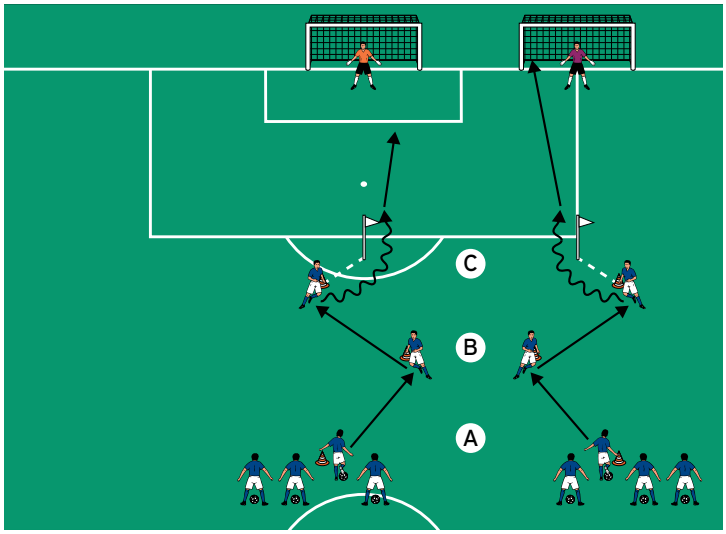
VARIATIONEN

- Die Spieler bei A, B und C müssen mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen, passen).
- Bei A und E mit 2 Spielern starten und gleichzeitig im Uhrzeiger- bzw. Gegenuhrzeigersinn von Position zu Position passen. Welcher Zielspieler E passt zuerst zurück zu A, nachdem er die Passlinie überquert hat?

TIPPS UND KORREKTUREN

- Auf eine offene Stellung vor der Ballmitnahme achten.
- Präzise Zuspiele in den Fuß des Mitspielers fordern.
- Die Zuspiele stets in die Bewegung an- und mitnehmen.
- Den Abspielen jeweils sofort mit hohem Tempo folgen.

THEMA: KOMBINIERTES PASSEN UND MITNEHMEN



HAUPTTEIL 1:

PASSEN, MITNEHMEN UND DRIBBELN

ORGANISATION

- Den Grundaufbau weiter verwenden
- Auf der Grundlinie 2 Tore mit Torhütern aufstellen.
- Die Spieler auf den Positionen verteilen.
- Die Spieler bei A haben Bälle.

ABLAUF

- A passt auf B, der auf C weiterleitet.
- C nimmt in die Bewegung um die Stange herum an und mit und schließt auf das Tor mit Torhüter ab.
- Alle Spieler folgen ihren Zuspielen zur jeweils nächsten Position.
- Die Torschützen wechseln die Seite zum jeweils anderen Tor.

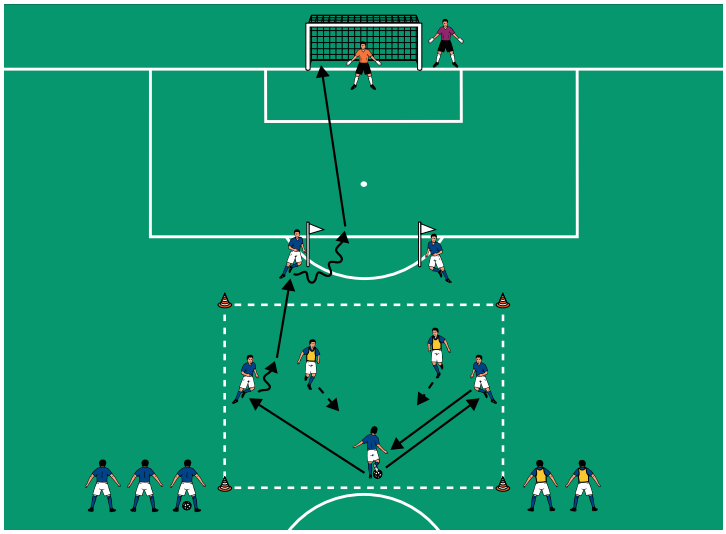
VARIATIONEN

- B soll mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen, passen).
- Anstelle der beiden Stangen je 1 Verteidiger bestimmen, der im 1 gegen 1 versucht, den Ballbesitzer am Torabschluss zu hindern.

TIPPS UND KORREKTUREN

- Möglichst mit der Ballannahme sofort in die neue Abspielrichtung aufdrehen.
- Stramme Zuspiele in den Fuß des Mitspielers fordern.
- Auf präzise Torschüsse achten.

THEMA: KOMBINIERTES PASSEN UND MITNEHMEN



HAUPTTEIL 2:

TORSCHUSS NACH ZUSPIEL AUF EINEN STÜRMER

ORGANISATION

- Vor dem Strafraum und einem Tor mit Torhüter ein 30 x 20 Meter großes Feld aufbauen.
- Vor dem Halbkreis 2 Stangen aufstellen.
- 2 Angreifer bestimmen und an den Stangen aufstellen.
- 2 Angreifer- zu je 3 und 2 Verteidiger-Teams zu je 2 Spielern einteilen.

ABLAUF

- 3 gegen 2 im Feld.
- Die Angreifer versuchen, einen der beiden Stürmer an den Stangen anzuspielen.
- Gelingt dies, so dreht der Passempfänger zum Tor hon auf und schließt ab.
- Erobern die Verteidiger den Ball, so versuchen sie, über die gegenüberliegende Grundlinie des Feldes zu dribbeln.

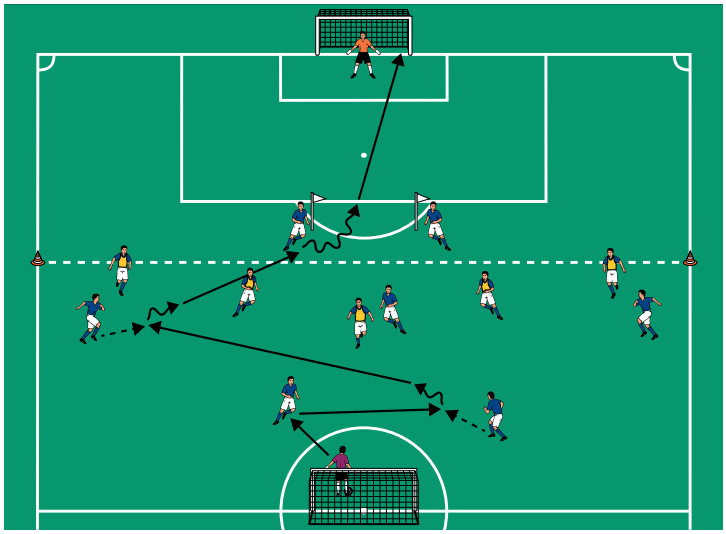
VARIATIONEN

- Im Feld im 3 gegen 3 spielen.
- Anstelle der beiden Stangen weitere Verteidiger aufstellen, die die Stürmer am Torabschluss hindern sollen.
- Die Angreifer und Verteidiger an der Strafraumgrenze spielen im 2 gegen 2 bis zum Torabschluss.
- Ein zweites Großtor auf der Mittellinie errichten, auf das die Verteidiger bei Ballgewinn kontern können.

TIPPS UND KORREKTUREN

- Die Ballbesitzer sollen versuchen, im Feld gezielt einen offenen Passweg auf einen der Stürmer an den Stangen herauszuspielen.
- Darauf achten, dass die beiden Stürmer an den Stangen jederzeit in der Ballerwartungshaltung auf den Vorfüßen agieren.
- Als Passempfänger sofort zum Tor aufdrehen und mit dem ersten Kontakt zum Torabschluss in Richtung Strafraum vorlegen.
- Die Positionen und Aufgaben regelmäßig wechseln.

THEMA: KOMBINIERTES PASSEN UND MITNEHMEN



SCHLUSSTEIL:

STÜRMER-SPIEL IM 5 GEGEN 5

ORGANISATION

- Vor dem Strafraum auf ganzer Feldbreite eine etwa 25 Meter tiefe Zone aufbauen.
- Ein zweites Großtor auf der Mittellinie aufstellen.
- 2 Stangen vor dem Halbkreis aufstellen.
- 2 Stürmer bestimmen und an den Stangen aufstellen.
- 2 Teams zu je 5 Spielern einteilen.
- Die Tore mit Torhütern besetzen.

ABLAUF

- 5 gegen 5 in der Zone mit dem Ziel, einen der beiden Stürmer an der Strafraumgrenze anzuspielen.
- Gelingt dies, so dreht der betreffende Passempfänger zum Tor auf und schließt ab.
- Erobern die Verteidiger den Ball, so kontern sie auf das Tor auf der Mittellinie.

VARIATIONEN

- Anstelle der beiden Stangen 1 zusätzlichen Verteidiger im Halbkreis aufstellen, der versucht, den Passempfänger am Torabschluss zu hindern.
- Zum Schluss die Zone und die Stangen entfernen, 2 Teams zu je 6 Spielern bilden und im 6 gegen 6 frei spielen lassen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- Im Angriff die Breite des Feldes vollständig nutzen, um geeignete Räume für ein Zuspiel auf einen der Stürmer herauszuspielen.
- Ein schnelles Kombinationsspiel fordern.
- Zielstrebig abschließen!