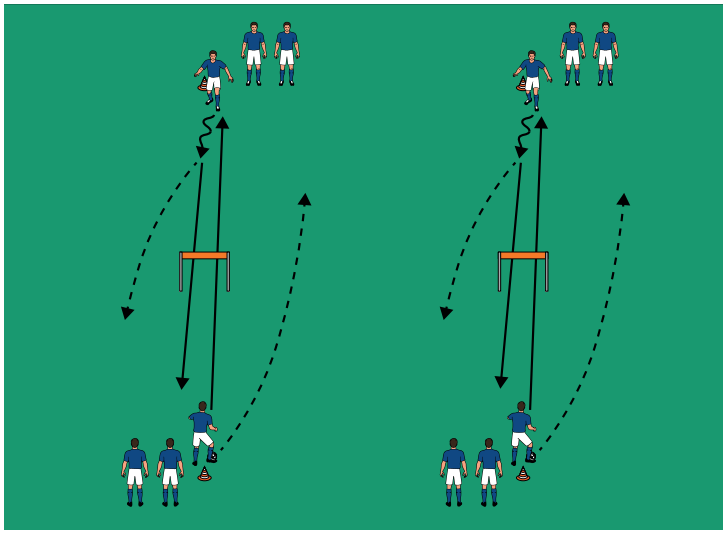
THEMA: DIE GRUNDLAGEN DES PASSSPIELS ERLERNEN



AUFWÄRMEN 1:

HÜRDEN-PASS

ORGANISATION

- 2 Hürden nebeneinander aufstellen und jeweils 5 Meter davor und dahinter ein Starthütchen markieren.
- Die Spieler an die Starthütchen verteilen, wobei ein erster Spieler an jeder Hürde einen Ball hat.

ABLAUF

- Der Spieler mit Ball passt unter der Hürde hindurch zum Spieler gegenüber, umläuft die Hürde und stellt sich beim Starthütchen gegenüber an.
- Der Passempfänger nimmt mit einem Kontakt an und passt mit dem zweiten Kontakt zum Mitspieler gegenüber.

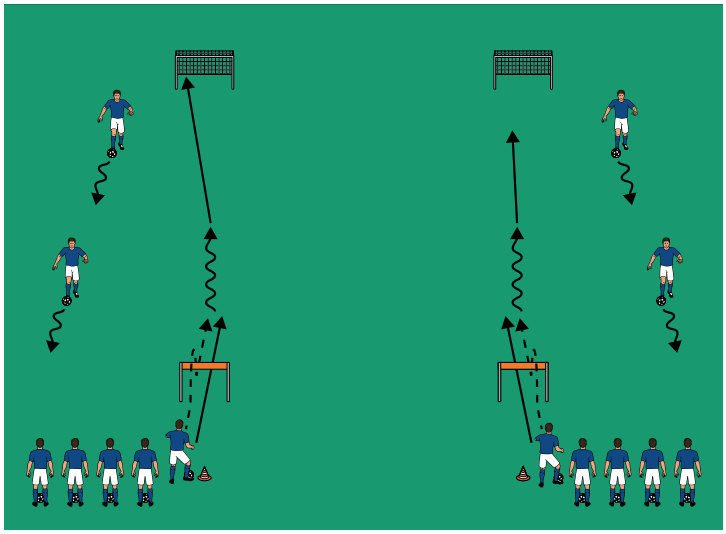
VARIATIONEN

- Nach jedem Pass stellen sich die Spieler am eigenen Starthütchen wieder an.
- Nach jedem Pass wechseln die Spieler zu einem Starthütchen an der anderen Hürde.
- Über die Hürde zuwerfen.
- Im Direktspiel agieren.

TIPPS UND KORREKTUREN

- Zielgenau mit der Fußinnenseite unter der Hürde hindurch passen.
- An den Starthütchen immer aktionsbereit auf den Vorfüßen bewegen.
- Beim Wechsel zur anderen Hürde orientieren und so anstellen, dass alle Starthütchen immer ausreichend besetzt sind.
- Als Trainer einige Bälle bereithalten und verspielte Bälle sofort ersetzen.

THEMA: DIE GRUNDLAGEN DES PASSSPIELS ERLERNEN



AUFWÄRMEN 2:

HÜRDEN-PASS-WETTKAMPF

ORGANISATION

- Den Grundaufbau beibehalten.
- 20 Meter hinter jeder Hürde ein Minitor aufstellen.
- 2 Teams einteilen und jedes Team mit Bällen an einem Starthütchen postieren.

ABLAUF

- Auf ein Trainerkommando passen die jeweils ersten Spieler unter der Hürde hindurch, überspringen die Hürde und passen in das Minitor.
- Der Spieler, der zuerst trifft, gewinnt einen Punkt für sein Team.
- Welches Team gewinnt zuerst 10 Punkte?

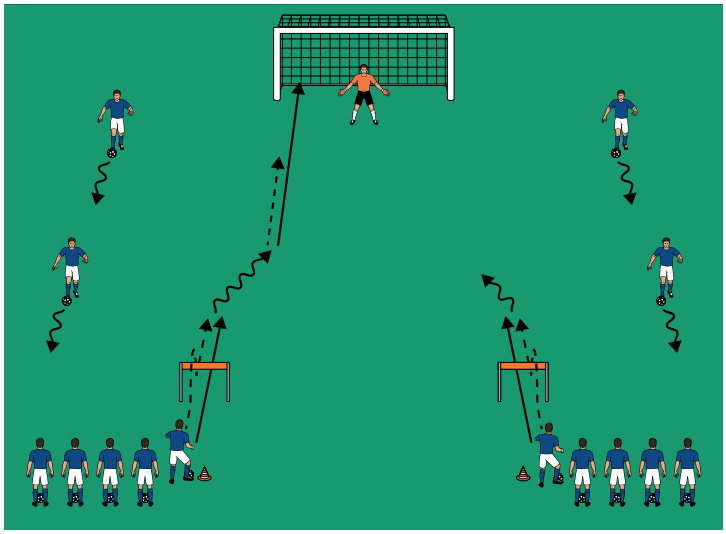
VARIATIONEN

- Die Hürde umlaufen.
- Die Hürde auf Trainerzuruf nach dem Pass außen oder innen umlaufen.
- Die Hürde ohne Ball überspringen und zum Trainer als Abschlagposten sprinten.

TIPPS UND KORREKTUREN

- Falls keine Minitore vorhanden sind, lassen sich auch Stangen- oder Hütchentore nutzen.
- Beim Überspringen der Hürde immer neben den Ball springen, um Verletzungen zu vermeiden.
- Treffer beim Minitor zählen nur, wenn die Hürde korrekt durchspielt wird.
- Als Trainer die erzielten Treffer jeweils laut mitzählen.

THEMA: DIE GRUNDLAGEN DES PASSSPIELS ERLERNEN



HAUPTTEIL 1:

HÜRDEN-PASS UND TORSCHUSS

ORGANISATION

- Den Grundaufbau beibehalten.
- 20 Meter mittig hinter den Hürden ein Tor mit Torhüter aufstellen.
- Die Spieler mit Bällen an die Starthütchen verteilen.

ABLAUF

- Der erste Spieler von einem Starthütchen passt unter der Hürde hindurch, überspringt sie und schießt.
- Der erste Spieler vom anderen Starthütchen startet, sobald der Vordermann geschossen hat.
- Nach jedem Durchgang stellen sich die Spieler am anderen Starthütchen an.

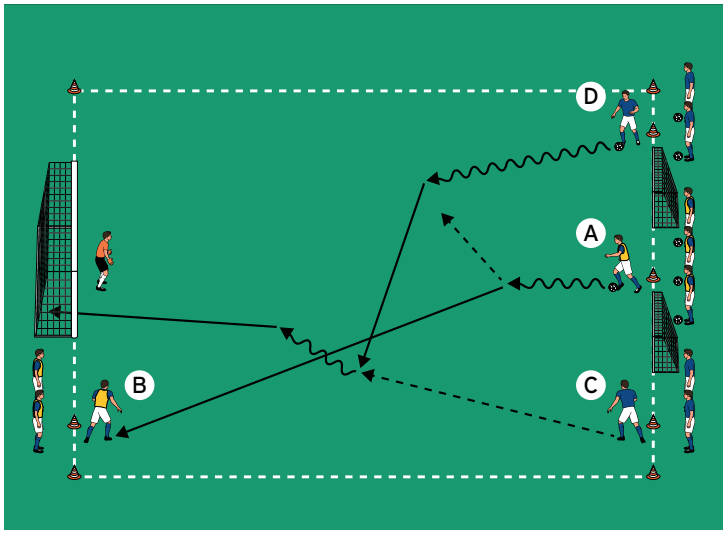
VARIATIONEN

- Die Hürde nach dem Pass umlaufen.
- Nur mit rechts/links passen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- Beim Überspringen der Hürde immer neben den Ball springen, um Verletzungen zu vermeiden.
- Gegebenenfalls eine Schusszone markieren, in der die Spieler schießen müssen.
- Die Ballkontakte bis zum Torschuss auf drei/zwei Kontakte begrenzen.
- Den Torhüter regelmäßig entweder nach jedem Treffer oder nach jedem Fehlschuss wechseln.

THEMA: DIE GRUNDLAGEN DES PASSSPIELS ERLERNEN



HAUPTTEIL 2:

PASSEN UND SPIELEN

ORGANISATION

- Ein 30 x 20 Meter großes Spielfeld markieren.
- Auf einer Grundlinie ein Tor mit Torhüter und ein Starthütchen und auf der anderen 2 Mintore und 3 Starthütchen aufstellen.
- 2 Teams einteilen: Die Spieler eines Teams am mittleren Starthütchen sowie neben dem Tor und die Spieler des anderen Teams an den anderen beiden Starthütchen postieren.
- Die Spieler am mittleren Starthütchen und neben einem Minitor haben Bälle.

ABLAUF

- A dribbelt ins Feld, passt zu B und wird Verteidiger.
- Sobald A gepasst hat, starten C und D als Angreifer zum 2 gegen 1 ins Feld und versuchen beim Tor einen Treffer zu erzielen.
- Wird ein Tor erzielt oder der Ball ausgespielt, spielt B den zuvor zugespielten Ball zum 2 gegen 2 ein.
- Nach mehreren Durchgängen die Positionen und Aufgaben wechseln.

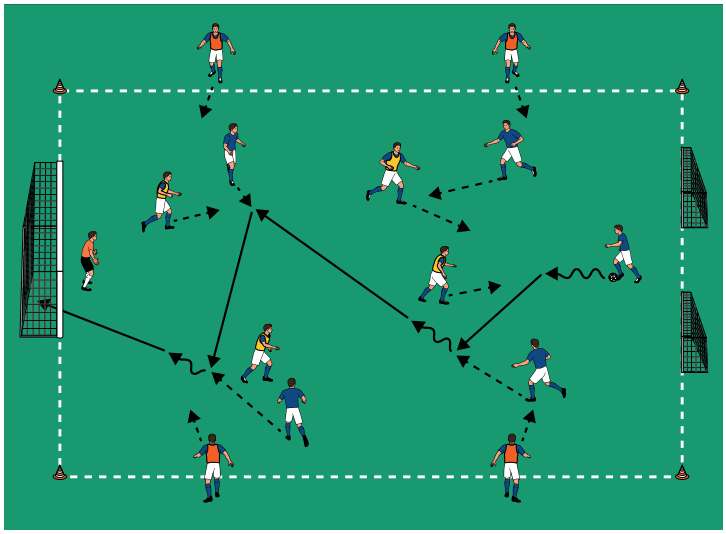
VARIATIONEN

- Den zweiten Ball einwerfen.
- Als Trainer einen weiteren Ball einspielen, sobald der Ball im 2 gegen 2 verspielt wurde.

TIPPS UND KORREKTUREN

- Falls keine Minitore vorhanden sind, lassen sich auch Stangen- oder Hütchentore nutzen.
- Gewinnt der Verteidiger im 1 gegen 2 den Ball, kontert er auf die Minitore.
- Als startender Spieler A weit ins Feld dribbeln, um nach dem Pass direkt verteidigen zu können.
- C und D dürfen immer erst ins Feld dribbeln, nachdem A gepasst hat.

THEMA: DIE GRUNDLAGEN DES PASSSPIELS ERLERNEN



SCHLUSSTEIL:

3-TEAMS-SPIEL

ORGANISATION

- Ein 40 x 20 Meter großes Spielfeld markieren.
- Auf einer Grundlinie ein Tor und auf der anderen Grundlinie zwei Minitore aufstellen.
- 3 Mannschaften einteilen: 2 Teams stellen sich im Feld auf, das andere pausiert außerhalb.

ABLAUF

- 5 gegen 5: Ein Team stellt einen Torwart und spielt auf die Minitore, das andere Team greift auf das Tor an.
- Wird ein Treffer erzielt, bleibt das erfolgreiche Team in Ballbesitz und wechselt die Spielrichtung.
- Das Team, das ein Gegentor kassiert hat, wechselt mit dem pausierenden Team.

VARIATIONEN

- Die Teams behalten nach einem Treffer die Spielrichtung bei.
- Die Teams wechseln nach jeweils 3 Spielminuten.
- Das ins Feld rückende Team hat Ballbesitz.
- Das ins Feld rückende Team greift immer auf das Tor an.

TIPPS UND KORREKTUREN

- Falls keine Minitore vorhanden sind, lassen sich auch Stangen- oder Hütchentore nutzen.
- Das Team, das auf die Minitore angreift, stellt immer einen Torhüter.
- Bei ungleicher Spielerzahl das Team in Unterzahl mit einem Spieler des pausierenden Teams ergänzen.
- Als Trainer die erzielten Treffer für jedes Team jeweils mitzählen.