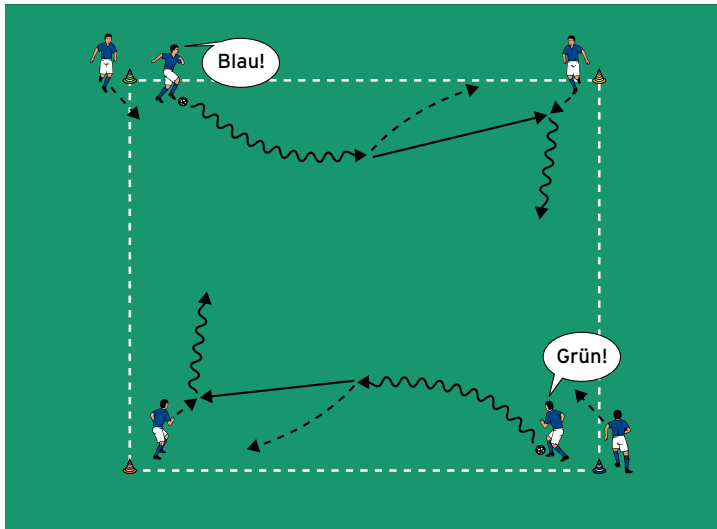


THEMA: KLEINE GRUPPE, VIELE WIEDERHOLUNGEN



AUFWÄRMEN 1:

4-FARBEN-PASSEN

ORGANISATION

- ▶ Mit 4 verschiedenfarbigen Hütchen ein Feld markieren
- ▶ Die Spieler an den Hütchen verteilen
- ▶ Die ersten Spieler an den doppelt besetzten Hütchen haben Bälle

ABLAUF

- ▶ Die Ballbesitzer dribbeln ins Feld, passen zu einem Spieler und rufen eine Farbe zu.
- ▶ Der Passempfänger dribbelt ins Feld, passt zum Spieler am entsprechenden Hütchen und ruft eine Farbe auf.
- ▶ Die Passgeber stellen sich am Hütchen des Passempfängers an.

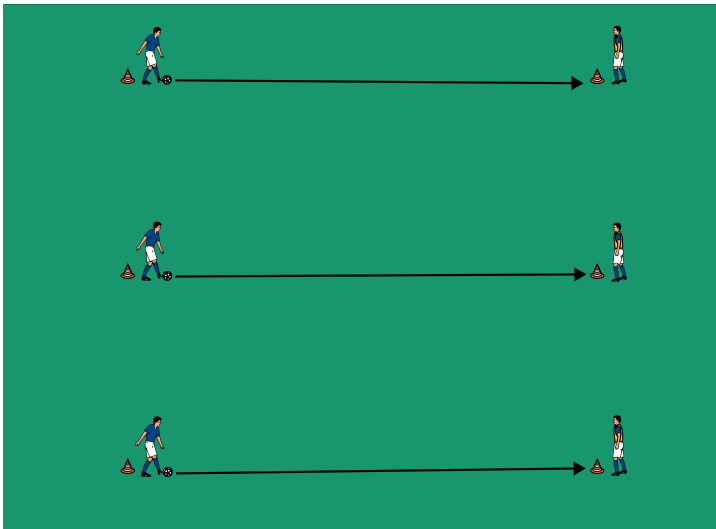
VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links passen.
- ▶ Aus der Hand per Volleyschuss zuspielen.
- ▶ Der Passempfänger spielt zunächst einen Doppelpass mit dem vorherigen Passgeber, ehe er den nächsten anspielt.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Das Zuspiel in den Vorlauf des Passempfängers spielen.
- ▶ Als Passempfänger mit dem ersten Kontakt in die entsprechende Spielrichtung mitnehmen.
- ▶ Möglichst mit dem dritten Kontakt passen.

THEMA: KLEINE GRUPPE, VIELE WIEDERHOLUNGEN



AUFWÄRMEN 2:

TEAM-HÜTCHEN-PASSEN

ORGANISATION

- ▶ 3 x 2 Hütchen in einem Abstand von jeweils 20 Metern gegenüber aufstellen
- ▶ 2 Teams bilden
- ▶ Die Teams jeweils an den Hütchen einer Seite postieren
- ▶ Die Spieler eines Teams haben Bälle

ABLAUF

- ▶ Die Spieler versuchen, mit einem Pass das Hütchen gegenüber zu treffen.
- ▶ Jeder Treffer ergibt 1 Punkt.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welches Team gewinnt die meisten Punkte?
- ▶ Spielzeit jeweils 2 Minuten.

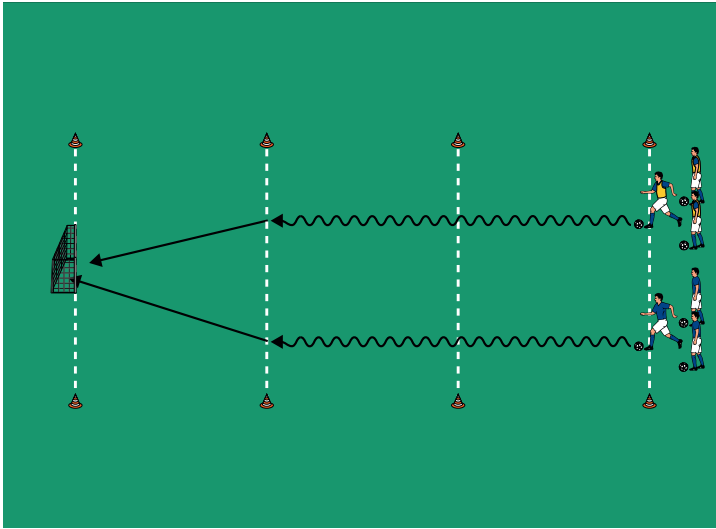
VARIATIONEN

- ▶ Treffer mit dem schwächeren Fuß zählen doppelt.
- ▶ Treffer nach einem Direktpass doppelt werten.
- ▶ Die Distanz der Hütchen verringern/vergrößern.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Jeden Treffer laut mitzählen.
- ▶ Mehrere Durchgänge spielen und die erzielten Treffer addieren.

THEMA: KLEINE GRUPPE, VIELE WIEDERHOLUNGEN



HAUPTTEIL 1:

TEAM-AUFSTIEG-PASSEN

ORGANISATION

- ▶ 1 Minitor aufstellen
- ▶ Davor in 10, 20 und 30 Meter Abstand Hütchenlinien markieren
- ▶ 2 Teams bilden
- ▶ Die Teams mit Bällen an der letzten Hütchenlinie postieren

ABLAUF

- ▶ Die ersten Spieler beider Teams starten gleichzeitig, dribbeln bis zur vordersten Linie und versuchen von dort, in das Minitor zu passen.
- ▶ Trifft ein Spieler, passt der nächste Mitspieler von der nächstentfernten Hütchenlinie (=Aufstieg).
- ▶ Nach einem Fehlschuss passt der nächste Mitspieler von der nächstvorderen Hütchenlinie, sofern möglich (=Abstieg).
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welches Team trifft als erstes von der hintersten Hütchenlinie?

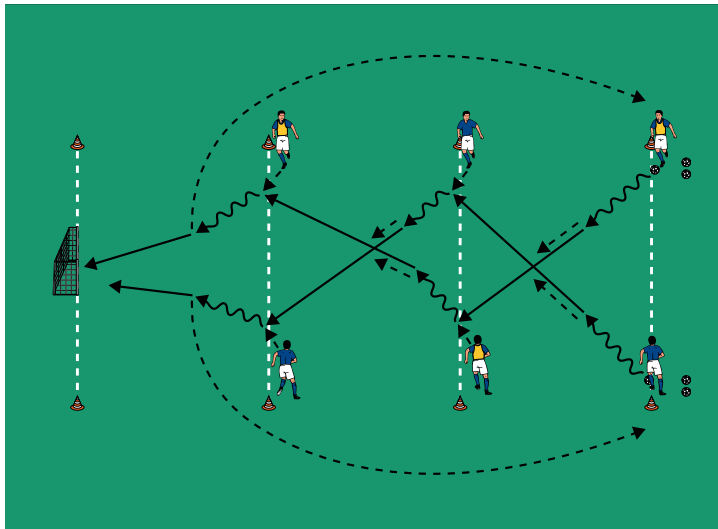
VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links passen.
- ▶ Von jeder Hütchenlinie 2 Treffer erzielen.
- ▶ Die Spieler laufen ins Feld, erhalten vor der Linie ein Zuspiel, drehen auf und passen in das Minitor.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf eine kontrollierte Ballführung achten.
- ▶ Gegebenenfalls die Distanzen der Hütchenlinie vergrößern/verringern.

THEMA: KLEINE GRUPPE, VIELE WIEDERHOLUNGEN



HAUPTTEIL 2:

TEAM-SPIELER-PASSEN

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Teams beibehalten
- ▶ Die Spieler an jeweils 3 Hütchen gemäß Abbildung postieren
- ▶ An den hinteren Hütchen ausreichend Bälle bereitlegen

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando dribbeln die ersten Spieler an und passen zum Mitspieler am nächsten Hütchen.
- ▶ Der Passempfänger nimmt den Ball an und mit und passt zum nächsten Hütchen.
- ▶ Der letzte Passempfänger nimmt den Ball an und mit und passt ins Minitor.
- ▶ Die Spieler laufen ihrem Pass nach.
- ▶ Das Team, das zuerst ins Minitor trifft, erhält 1 Punkt.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welches Team gewinnt 10 Punkte?

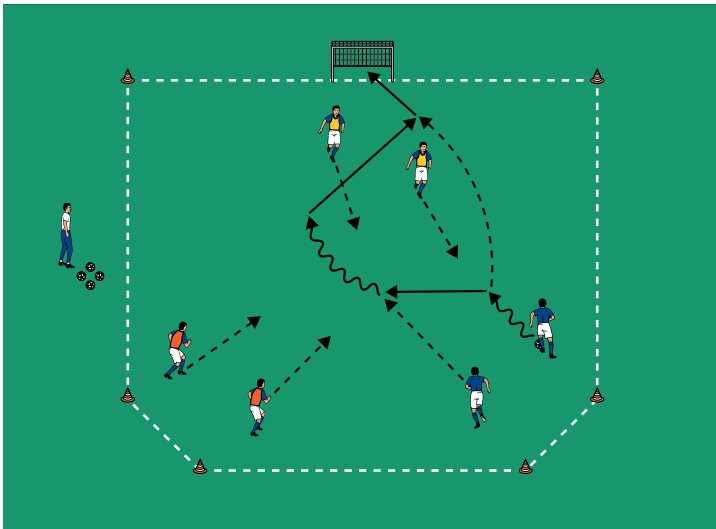
VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links passen.
- ▶ Mit 3 Kontakten spielen.
- ▶ Per Volleyschuss aus der Hand auf das Minitor abschließen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Immer aus dem Dribbling, niemals aus dem Stand passen.
- ▶ Blickkontakt zum Mitspieler suchen und erst dann zuspielen.
- ▶ Auf einen freien Passweg achten und anderen Spielern ausweichen.
- ▶ Der Spieler, der auf das Minitor abschließt, startet den nächsten Durchgang.

THEMA: KLEINE GRUPPE, VIELE WIEDERHOLUNGEN



SCHLUSSTEIL:

3-TEAMS-SPIEL

ORGANISATION

- ▶ Ein 20 x 20 Meter großes Feld mit 1 Minitor und 2 Hütchentore gemäß Abbildung markieren
- ▶ 3 Teams bilden
- ▶ Als Trainer mit ausreichend Bällen neben dem Feld stehen

ABLAUF

- ▶ 2 gegen 2 gegen 2 auf die Hütchentore und das Minitor.
- ▶ Jedes Team verteidigt ein Tor und darf auf ein anderes angreifen.
- ▶ Wird der Ball ins Aus gespielt, so passt der Trainer einen neuen ein.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welches Team erzielt die meisten Treffer?

VARIATIONEN

- ▶ Jedes Team greift auf die beiden anderen Tore an.
- ▶ Erzielt ein Team einen Treffer in einem Tor, so muss das nächste im anderen erzielt werden.
- ▶ 3 gegen 3 spielen und die Hütchentore durchdribbeln.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Als Trainer neutral einspielen.
- ▶ Die Teams zählen jeden eigenen Treffer laut mit.
- ▶ Mehrere Durchgänge spielen und die Teams immer wieder wechseln.