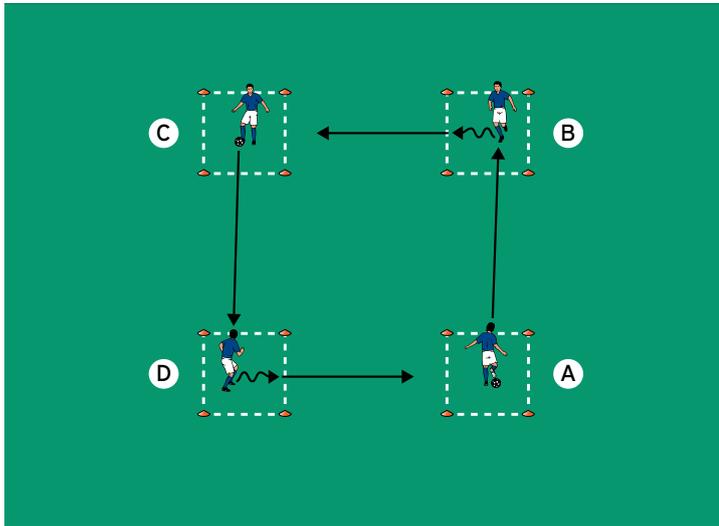


THEMA: PASSEN



TRAININGSFORM 1:

PASSEN UND ENTGEGENKOMMEN

ORGANISATION

- ▶ Vier 6 x 6 Meter große Quadrate im Abstand von 12 Metern zueinander markieren
- ▶ Die Spieler in den Feldern verteilen
- ▶ Die Spieler bei A und C haben je 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Die jeweils ersten Spieler bei A und C starten gleichzeitig, dribbeln kurz an und passen von außerhalb der Quadrate zu den entgegengestartenden B bzw. D.
- ▶ Die Passempfänger nehmen kurz zur Seite aus dem Quadrat mit und passen zum jeweils nächsten Spieler bei C bzw. A usw.

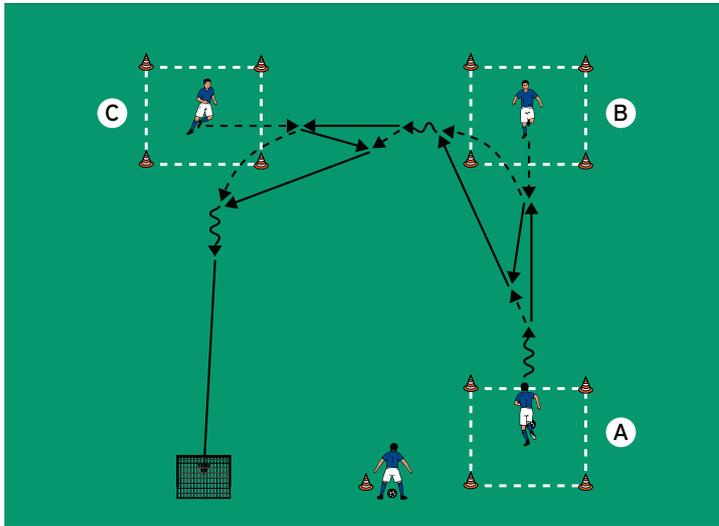
VARIATIONEN

- ▶ Spiel über den Dritten: A passt zu C, C passt zu B, B zu D usw.
- ▶ Die Spielrichtung wechseln.
- ▶ Erschweren: Mit 4 Bällen gleichzeitig spielen.
- ▶ Erleichtern: Den Durchgang mit 1 Ball durchführen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Präzise Pässe in den Fuß fordern.
- ▶ Auf Blickkontakt vor den Zuspielen achten.
- ▶ Den Zuspielen jeweils aktiv entgegenstarten.
- ▶ Mit dem ersten Kontakt sofort in die neue Bewegungsrichtung an- und mitnehmen.

THEMA: PASSEN



TRAININGSFORM 2:

QUADRAT-PASSEN

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ 1 Quadrat entfernen und stattdessen 1 Minitor errichten
- ▶ 1 Starthütchen hinzufügen
- ▶ Die Spieler in den Feldern und am Starthütchen verteilen
- ▶ Die Spieler bei A haben Bälle

ABLAUF

- ▶ A dribbelt aus dem Feld und passt zum entgegenkommenden B, der direkt prallen lässt.
- ▶ Anschließend durchläuft B sein Feld und erhält ein Zuspiel von A.
- ▶ B passt zum entgegenkommenden C, der direkt klatschen lässt.
- ▶ C durchläuft sein Feld und erhält ein Zuspiel von B.
- ▶ C nimmt an und mit und passt ins Minitor.
- ▶ Alle Spieler rücken eine Position weiter.

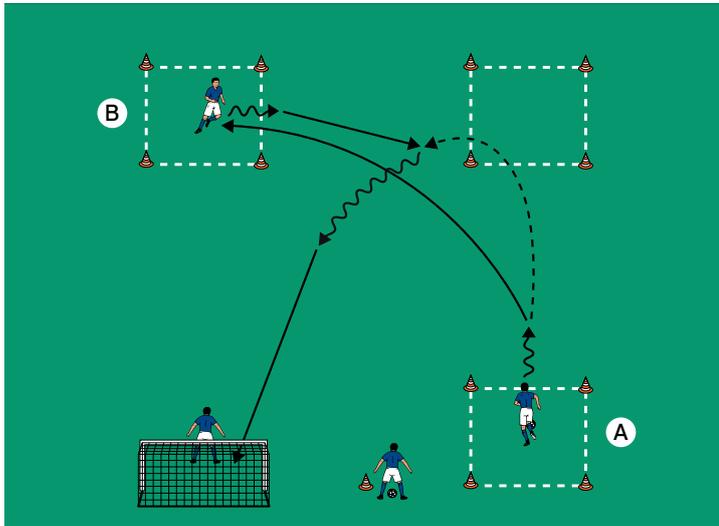
VARIATIONEN

- ▶ Wettbewerb I: Welcher Spieler erzielt die meisten Tore?
- ▶ Wettbewerb II: Weiterführung von Durchgang I. Welcher Spieler übertrifft seine Trefferanzahl aus dem ersten Durchlauf?
- ▶ A spielt seinen letzten Pass zu C, der auf B klatschen lässt usw.
- ▶ Die Spielrichtung wechseln.

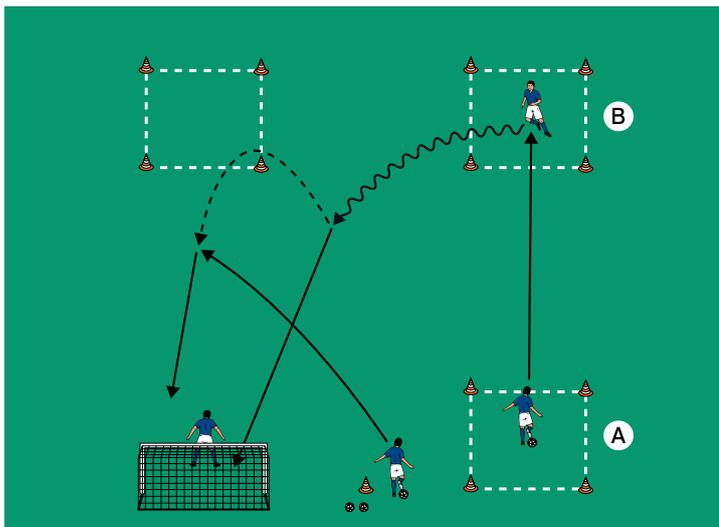
TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ In offener Stellung anbieten, um möglichst viel vom Feld zu sehen und den Ablauf beschleunigen zu können.
- ▶ Mit der nötigen Schärfe in den richtigen Fuß des sich anbietenden Mitspielers passen
- ▶ Die Zuspiele sowohl akustisch als auch durch Entgegenstarten aktiv fordern.
- ▶ Mit dem ersten Kontakt sofort in die neue Bewegungsrichtung an- und mitnehmen.

THEMA: PASSEN



Übung 1



Übung 2

TRAININGSFORM 3:

QUADRAT-TORSCHUSS

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Das Minitor durch ein Großtor ersetzen
- ▶ Die Spieler gemäß Abbildung an den Positionen verteilen
- ▶ Die Spieler bei A haben Bälle

ABLAUF ÜBUNG 1

- ▶ A dribbelt aus dem Feld, spielt einen Flugball zu B und durchläuft das nächste Feld.
- ▶ B nimmt an und mit und passt zu A, der nach einem Dribbling auf das Tor mit Torhüter abschließt.
- ▶ Alle Spieler rücken eine Position weiter.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welcher Spieler erzielt die meisten Treffer?

ABLAUF ÜBUNG 2

- ▶ Spieler B postiert sich im zweiten Feld.
- ▶ A passt zu B, der aus dem Feld an- und mitnimmt und auf das Tor mit Torhüter abschließt.
- ▶ Anschließend durchläuft B das dritte Feld, erhält ein Zuspiel vom Spieler neben dem Tor und schießt auf das Tor mit Torhüter ab.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welcher Torhüter kassiert die wenigsten Treffer?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der Spieler im Tor rückt ebenfalls eine Position weiter.
- ▶ Auf ein präzises und in der Schärfe angemessenes Passspiel achten.
- ▶ Zielstrebig den Torabschluss suchen.