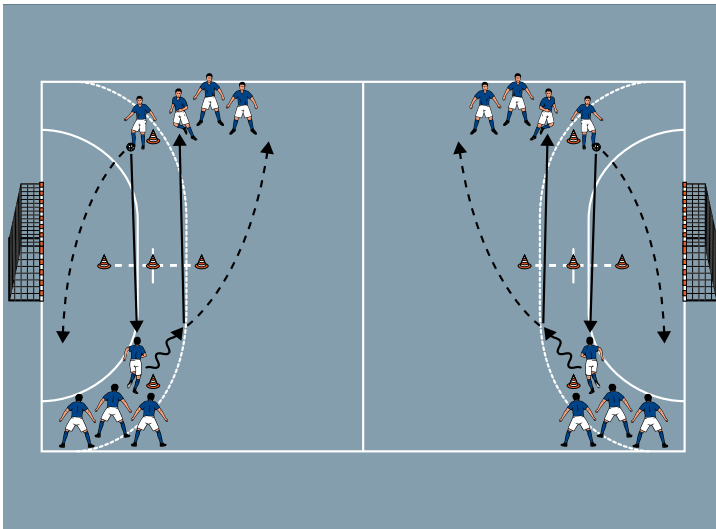


THEMA: UNTER ZEITDRUCK GEZIELT PASSEN



AUFWÄRMEN 1:

DOPPEL-TOR-PASSSPIEL

ORGANISATION

- ▶ In jeder Hallenhälfte mit 3 Hütchen ein 4 Meter breites Doppel-Tor aufstellen
- ▶ 10 Meter vor und hinter jedem Doppel-Tor ein Starthütchen postieren
- ▶ Die Spieler besetzen die Starthütchen, der jeweils erste hat einen Ball

ABLAUF

- ▶ Der erste Spieler passt durch das rechte Hütchentor zum Spieler gegenüber und läuft seinem Abspiel nach.
- ▶ Der angespielte Spieler nimmt mit dem linken Fuß nach rechts mit, passt durch das rechte Hütchentor zum Spieler gegenüber und läuft seinem Abspiel nach.

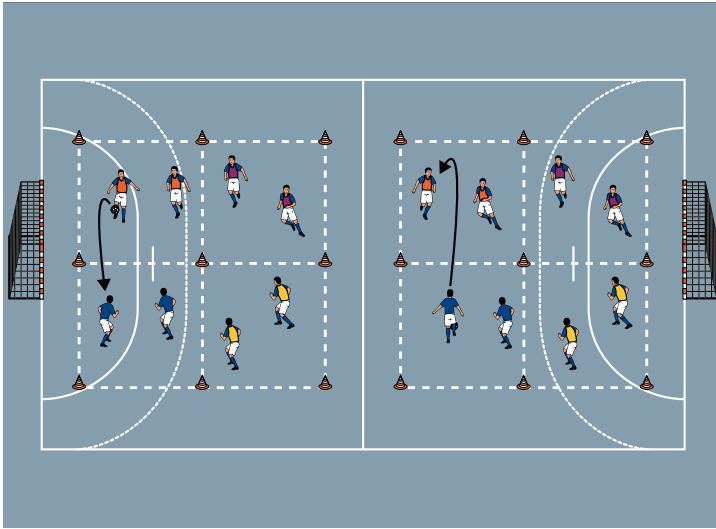
VARIATIONEN

- ▶ Nach dem Pass am nebenstehenden Starthütchen des anderen Doppel-Tores anstellen.
- ▶ Mit links durch das linke Hütchentor passen und den zugespielten Ball mit rechts nach links annehmen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Doppeltore vergrößern und so das Passspiel erleichtern.
- ▶ Den zugespielten Ball schräg nach vorne mitnehmen und mit zwei Ballkontakten verarbeiten.

THEMA: UNTER ZEITDRUCK GEZIELT PASSEN



AUFWÄRMEN 2:

4-TEAM-TENNIS

ORGANISATION

- ▶ In jeder Hallenhälfte ein 20 x 20 Meter großes Feld markieren und dieses Feld in 4 kleine 10 x 10 Meter große Felder unterteilen
- ▶ In jedem Feld ein Team mit je 2 Spielern postieren

ABLAUF

- ▶ Die Teams spielen Fußball-Tennis über jeweils 4 Felder.
- ▶ Spätestens mit dem vierten Kontakt muss ein Team in ein beliebiges Feld weiterspielen.
- ▶ Der Ball darf nur zweimal im Feld aufkommen.
- ▶ Wird das Feld verfehlt, oder zu viele Ball- oder Bodenkontakte verwendet, gibt es einen Minuspunkt.
- ▶ Es verliert das Team, das zuerst 5 Minuspunkte hat.

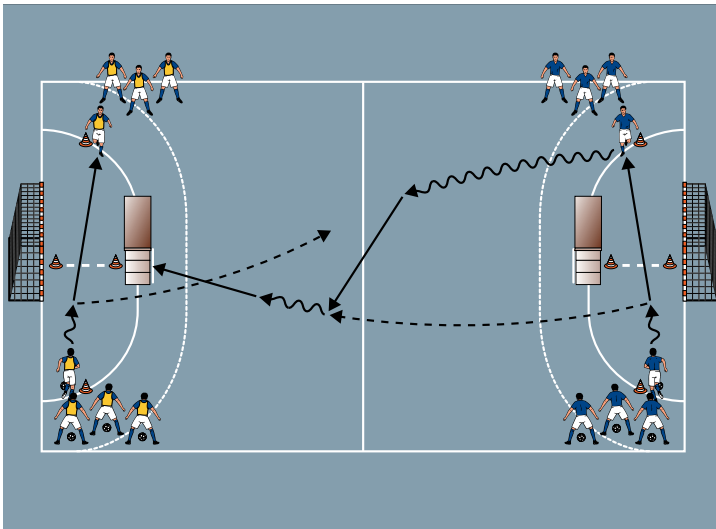
VARIATIONEN

- ▶ Die erlaubten Ballkontakte erhöhen oder verringern.
- ▶ Die erlaubten Bodenkontakte erhöhen oder verringern.
- ▶ Nur mit rechts/links in ein anderes Feld spielen.
- ▶ Mit 2 Bällen spielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Gegebenenfalls Kästen als Feldabgrenzungen verwenden.
- ▶ Nach fünf Minuten die Teams in den Feldern rotieren lassen.

THEMA: UNTER ZEITDRUCK GEZIELT PASSEN



HAUPTTEIL 1:

PASS-MINISPIEL I

ORGANISATION

- ▶ In der Halle ein 30 x 15 Meter großes Feld markieren und auf jeder Grundlinie einen Turnkasten als Tor aufstellen
- ▶ Hinter jedem Turnkasten ein Hütchentor aufstellen
- ▶ An jeder Seite auf der durchgezogenen Strafraumlinie ein Starhütchen postieren
- ▶ 2 Teams einteilen und jedes Team an den beiden Starhütchen einer Seite postieren

ABLAUF

- ▶ Die ersten Spieler starten gleichzeitig, passen aus dem kurzen Dribbling durch das Hütchentor zum Mitspieler gegenüber und laufen ins Feld.
- ▶ Der Mitspieler, der den Ball zuerst annimmt, dribbelt zum 2 gegen 1 auf den gegenüberliegenden Turnkasten ins Feld.
- ▶ Sobald ein Treffer erzielt oder der Ball ins Aus gespielt wird, dribbelt der Mitspieler des anderen Teams zum 2 gegen 2 ins Feld.
- ▶ Positionswechsel der Spieler innerhalb der Teams nach jedem Durchgang.

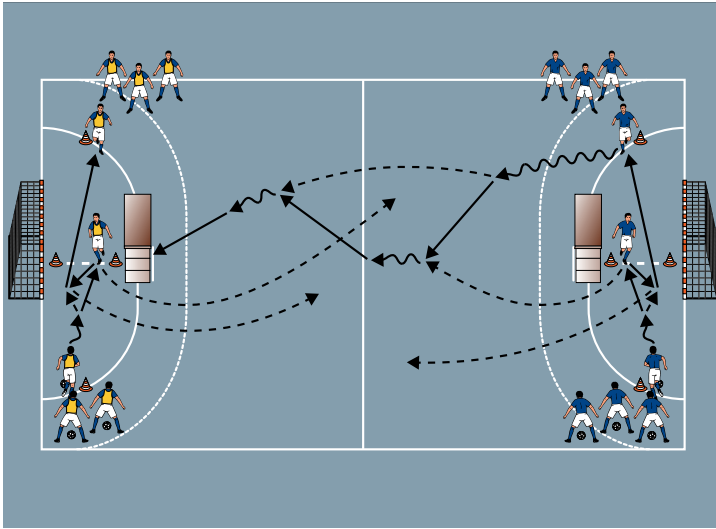
VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links durch das Hütchentor passen.
- ▶ 2 Pässe durch das Hütchentor spielen.
- ▶ 3 Pässe durch das Hütchentor spielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Als Trainer das Team aufrufen, dessen Spieler den Ball zum 2 gegen 1 eindribbeln darf.
- ▶ Die Spieler müssen schnell reagieren und ihre Rolle als Angreifer oder Verteidiger annehmen.

THEMA: UNTER ZEITDRUCK GEZIELT PASSEN



HAUPTTEIL 2:

PASS-MINISPIEL II

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Einen Spieler jedes Teams im Hütchentor postieren

ABLAUF

- ▶ Die ersten Spieler starten gleichzeitig, passen aus dem kurzen Dribbling zum Spieler im Hütchentor, der prallen lässt und ins Feld läuft.
- ▶ Den zurückgespielten Ball passt der erste Spieler durch das Hütchentor zum Mitspieler gegenüber und läuft dann auch ins Feld.
- ▶ Der Mitspieler, der den Ball zuerst annimmt, dribbelt zum 3 gegen 2 auf den Turnkasten gegenüber ins Feld.
- ▶ Sobald ein Treffer erzielt oder der Ball ausgespielt wird, dribbelt der Mitspieler des anderen Teams zum 3 gegen 3 ins Feld.

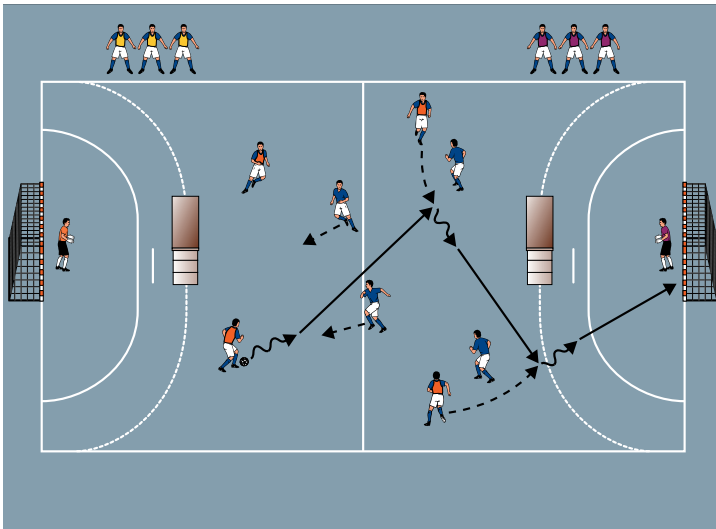
VARIATIONEN

- ▶ Doppelpass am Hütchentor spielen.
- ▶ Beide Mannschaften greifen gleichzeitig im 2 gegen 1 an, der Spieler am Hütchentor wird jeweils zum Verteidiger.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Das Hütchentor immer weiter verkleinern und so eine höhere Passgenauigkeit fordern.
- ▶ Als Trainer das Team aufrufen, dessen Spieler den Ball zum 3 gegen 2 eindribbeln darf.

THEMA: UNTER ZEITDRUCK GEZIELT PASSEN



SCHLUSSTEIL:

DOPPEL-TOR-SPIEL

ORGANISATION

- ▶ Die gesamte Halle als Spielfeld markieren
- ▶ Auf jeder Grundlinie ein Tor aufstellen
- ▶ 10 Meter vor jedem Tor einen Turnkasten als weiteres Tor aufstellen
- ▶ 4 Teams einteilen

ABLAUF

- ▶ 4 gegen 4.
- ▶ Das pausierende Team stellt die Torhüter.
- ▶ Jedes Team kann bei einem Tor und einem Turnkasten Treffer erzielen.
- ▶ Die Spielzeit beträgt jeweils 5 Minuten.

VARIATIONEN

- ▶ Auch an den Turnkästen jeweils einen Torhüter postieren, der Bälle aber nur mit den Füßen abwehren darf.
- ▶ Treffer an den Turnkästen können von beiden Seiten erzielt werden.
- ▶ Treffer im Tor zählen doppelt
- ▶ Nach Treffern gegen den Turnkasten kann sofort weitergespielt werden.
- ▶ Ein Team greift auf die Tore, das andere Team auf die Turnkästen an.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Torhüter agieren nur im Tor. Der Turnkasten wird von den Abwehrspielern verteidigt.
- ▶ Das Spiel schult die Reaktions- und Handlungsschnelligkeit und die Orientierung, da den Spielern mehrere Lösungsmöglichkeiten präsentiert werden.