



TRAINING ONLINE

THEMA: PRÄZISE PASSEN LERNEN

TRAININGSEINHEIT FÜR HANDICAP-FUSSBALLER/-INNEN

KATEGORISIERUNG

ORT: Feld

TRAININGSSCHWERPUNKT: Passen

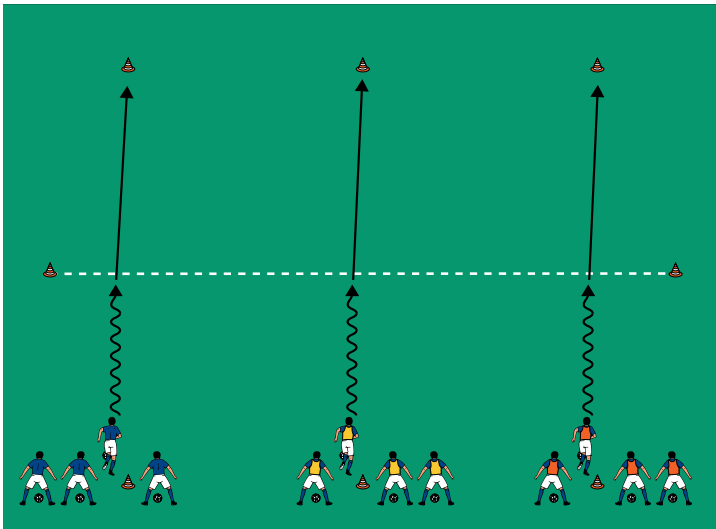
SCHWIERIGKEITSGRAD: Mittel

FACETTEN: Inklusive Spielformen, CP-Fußball, Werkstattfußball, GB-Fußball

ERFORDERLICHE MATERIALIEN

- ▶ 1 Jugendtor
- ▶ 12 Bälle
- ▶ 12 Hütchen und 3 in einer weiteren Farbe
- ▶ 6 Leibchen in einer und 4 Leibchen in einer weiteren Farbe

THEMA: PRÄZISE PASSEN LERNEN



AUFWÄRMEN 1:

HÜTCHENKEGEL-TREFFER I

ORGANISATION

- ▶ 3 Starthütchen nebeneinander aufstellen
- ▶ 10-15 Meter vor jedem Starthütchen ein weiteres Hütchen aufstellen
- ▶ Mittig dazwischen eine Passlinie markieren
- ▶ 3 Teams einteilen und die Spieler mit Bällen an den Starthütchen verteilen

ABLAUF

- ▶ Die jeweils ersten Spieler von jedem Starthütchen dribbeln zur Passlinie und schießen auf das gegenüberliegende Hütchen.
- ▶ Die jeweils nächsten Spieler starten, sobald die Mitspieler abgeschlossen haben.
- ▶ Jeder Treffer am Hütchenkegel ergibt 1 Punkt.
- ▶ Welches Team erreicht zuerst 10 Punkte?

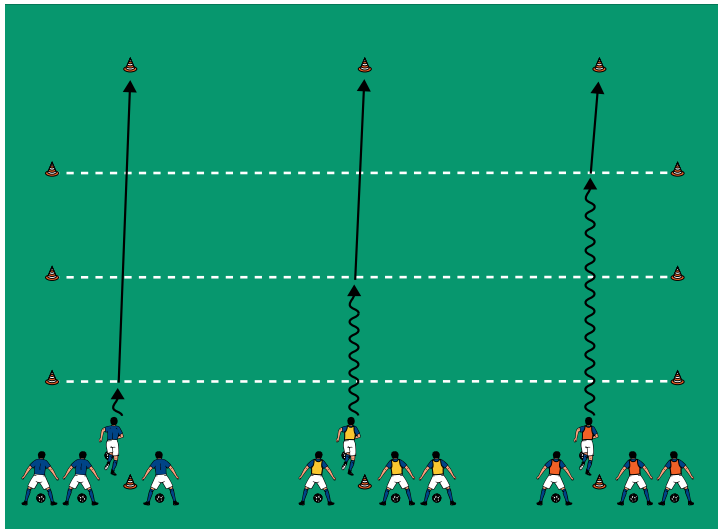
VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts oder nur mit links passen.
- ▶ Den Ball in der Hand tragen und zu den Hütchenkegeln rollen.
- ▶ Die Distanz der Passlinien zu den Hütchenkegeln vergrößern/verkleinern und auf das Leistungsniveau der Spieler anpassen.
- ▶ Treffer an den Hütchenkegeln nach einem Pass mit dem schwächeren Fuß doppelt werten.
- ▶ Anstatt von Hütchenkegeln kleinere Tore verwenden.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Schwächere Spieler stoppen an der Passlinie, stärkere Spieler passen aus dem Dribbling heraus.
- ▶ Umgeschossene Hütchenkegel stellt der Passgeber oder der Trainer direkt wieder auf, so dass der nächste Spieler sofort starten kann.
- ▶ Nach jedem Pass sofort den Passweg zu den Hütchenkegeln frei machen, damit der nächste Spieler starten und punkten kann.

THEMA: PRÄZISE PASSEN LERNEN



AUFWÄRMEN 2:

HÜTCHENKEGEL-TREFFER II

ORGANISATION

- ▶ 3 Starthütchen nebeneinander aufstellen
- ▶ 20 Meter vor jedem Starthütchen ein weiteres Hütchen aufstellen
- ▶ 5 Meter, 10 Meter und 15 Meter vor den Starthütchen jeweils eine Passlinie markieren
- ▶ 3 Teams einteilen und die Spieler mit Bällen an den Starthütchen verteilen

ABLAUF

- ▶ Die jeweils ersten Spieler von jedem Starthütchen dribbeln zur vordersten Passlinie und schießen auf den Hütchenkegel.
- ▶ Trifft der Spieler den Hütchenkegel, passt der nächste Spieler von der mittleren Passlinie.
- ▶ Verfehlt der Spieler den Hütchenkegel, passt der nächste Spieler von der gleichen Passlinie.
- ▶ Welches Team trifft den Hütchenkegel zuerst von der hintersten Passlinie?

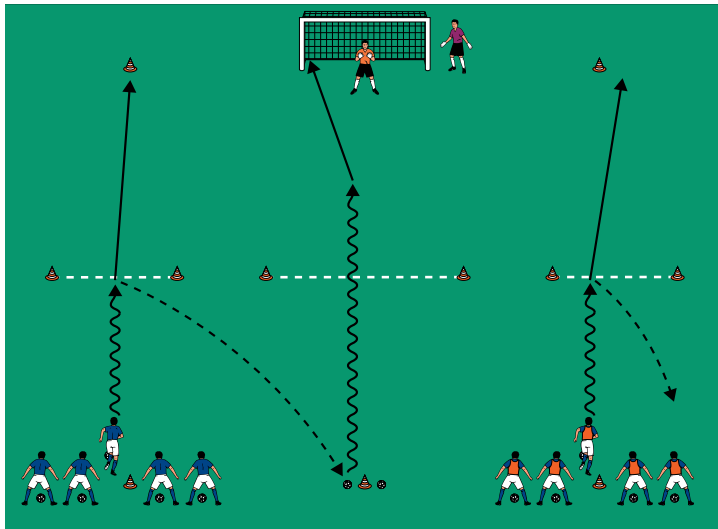
VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts oder nur mit links passen.
- ▶ Den Ball in der Hand tragen und zu den Hütchenkegeln rollen.
- ▶ Kleine Tore statt Hütchenkegel verwenden.
- ▶ Die Distanz der Passlinien vergrößern/verkleinern und an das Leistungsniveau der Spieler anpassen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Nicht stoppen, sondern aus dem Dribbling passen.
- ▶ Umgeschossene Hütchenkegel stellt der Passgeber direkt wieder auf, so dass der nächste Spieler sofort starten kann.
- ▶ Die Passlinien zur besseren Orientierung mit verschiedenfarbigen Hütchen markieren.
- ▶ Als Trainer mittig postieren, um alle Teams beobachten zu können.

THEMA: PRÄZISE PASSEN LERNEN



HAUPTTEIL 1:

HÜTCHENKEGEL-TREFFER UND TORSCHUSS I

ORGANISATION

- ▶ 20 Meter vor einem Tor ein Starthütchen aufstellen
- ▶ Auf jeder Seite neben dem Tor einen Hütchenkegel aufstellen und 20 Meter vor den Hütchenkegeln jeweils ein weiteres Starthütchen markieren
- ▶ 10 Meter vor den Starthütchen jeweils eine Pass-/Schusslinie markieren
- ▶ 2 Teams mit Torhütern einteilen und die Spieler mit Bällen an den Starthütchen vor den Hütchenkegeln verteilen

ABLAUF

- ▶ Die ersten Spieler von jedem Starthütchen dribbeln zur Passlinie und schießen auf den Hütchenkegel.
- ▶ Trifft ein Spieler den Hütchenkegel erhält er einen Torschuss, startet vom Starthütchen vor dem Tor, dribbelt zur Schusslinie und schießt gegen den gegnerischen Torwart.
- ▶ Verfehlt ein Spieler den Hütchenkegel, stellt er sich beim Starthütchen wieder an.
- ▶ Welches Team erzielt zuerst 10 Treffer beim Tor?

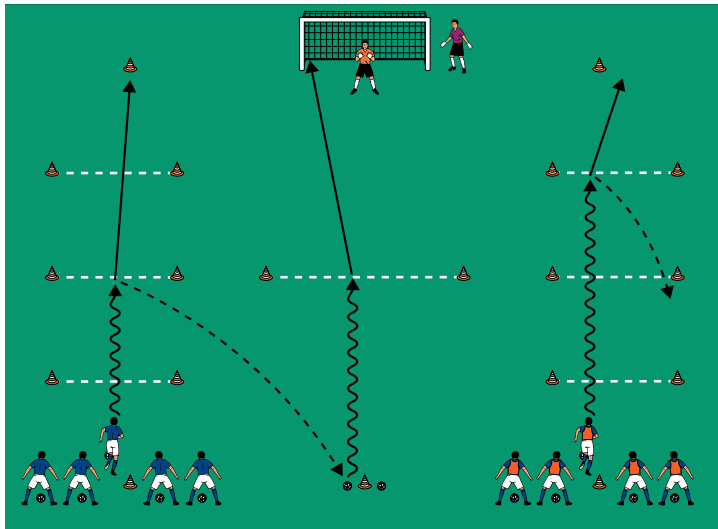
VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts oder nur mit links passen und schießen.
- ▶ Den Ball in der Hand tragen und zu den Hütchenkegeln rollen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Wichtig: Die Distanz der Pass- und Schusslinien vergrößern oder verringern und so dem Leistungsstand der Spieler anpassen.
- ▶ Als Trainer die erzielten Treffer jedes Teams mitzählen und den Spielstand immer wieder laut ansagen.
- ▶ Die Torhüter regelmäßig wechseln.
- ▶ Trainer steuert schwächere Spieler gezielt und erinnert sie an die Anschlussaktionen.

THEMA: PRÄZISE PASSEN LERNEN



HAUPTTEIL 2:

HÜTCHENKEGEL-TREFFER UND TORSCHUSS II

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ 5 Meter, 10 Meter und 15 Meter vor den Hütchenkegeln jeweils eine Passlinie markieren

ABLAUF

- ▶ Die ersten Spieler von jedem Starthütchen dribbeln zu einer Passlinie und schießen auf den Hütchenkegel.
- ▶ Trifft ein Spieler den Hütchenkegel von der vordersten Passlinie erhält er einen Zusatzpunkt von der mittleren Passlinie zwei Zusatzpunkte und von der hinteren Passlinie 3 Zusatzpunkte von der Schusslinie gegen den Torwart des anderen Teams.
- ▶ Verfehlt ein Spieler den Hütchenkegel, stellt er sich beim Starthütchen wieder an.
- ▶ Welches Team erzielt zuerst 10 Treffer beim Tor?

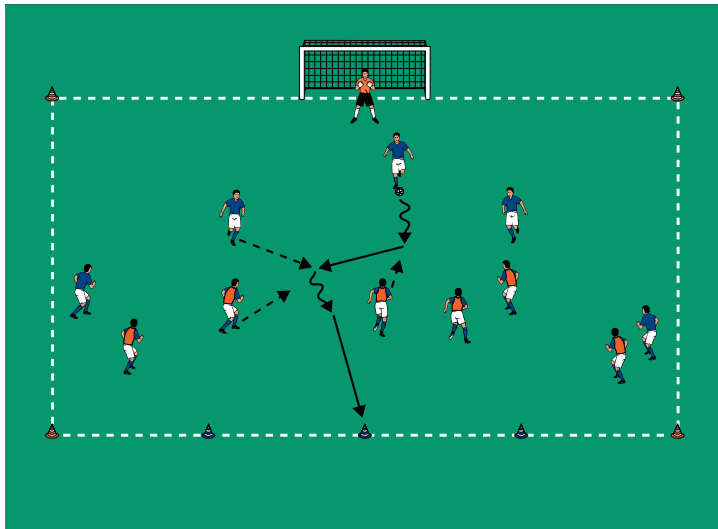
VARIATIONEN

- ▶ Trainer gibt vor, welcher Spieler von welcher Distanz schießen muss.
- ▶ Nur mit rechts oder nur mit links passen und schießen.
- ▶ Den Ball in der Hand tragen und zu den Hütchenkegeln rollen.
- ▶ Bei einem Treffer am Hütchenkegel mit dem schwächeren Fuß, verdoppelt sich die Anzahl der Torschüsse für den Spieler.
- ▶ Starke Spieler passen mit dem schwächeren Fuß.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Bei mehreren Torschüssen nach jedem Torschuss wieder am Starthütchen vor dem Tor anstellen.
- ▶ Als Trainer die erzielten Treffer jedes Teams mitzählen und den Spielstand immer wieder laut ansagen.
- ▶ Die Torhüter regelmäßig wechseln.

THEMA: PRÄZISE PASSEN LERNEN



SCHLUSSTEIL:

HÜTCHENKEGEL-TREFFER UND SPIEL

ORGANISATION

- ▶ Ein 20 x 40 Meter großes Spielfeld markieren
- ▶ Auf einer Grundlinie ein Tor und auf der anderen Grundlinie 3 Hütchenkegel aufstellen
- ▶ 2 Teams einteilen

ABLAUF

- ▶ 6 gegen 6 auf das Tor mit Torhüter und die 3 Hütchenkegel.
- ▶ Bei einem Treffer an einem Hütchenkegel wechseln die Teams sofort die Spielrichtung, wobei das erfolgreiche Team in Ballbesitz bleibt.
- ▶ Welches Team erzielt die meisten Treffer beim Tor?

VARIATIONEN

- ▶ Die Anzahl der Hütchenkegel erhöhen oder verringern.
- ▶ Eine Passlinie vor den Hütchenkegeln markieren, ab der die Spieler spätestens passen müssen.
- ▶ Zielzone einrichten, in der die Spieler nicht angegriffen werden dürfen.
- ▶ Trifft ein Handicap-Spieler zählt das nächste Tor doppelt.
- ▶ Bei schwächeren Spielern Minitore anstatt Hütchenkegel verwenden.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Schwächere Spieler dürfen nach der Ballannahme drei Sekunden lang nicht attackiert werden.
- ▶ Sobald ein Team das Tor verteidigt, stellt es einen Torhüter.
- ▶ Umgeschossene Hütchenkegel sofort wieder aufstellen.
- ▶ Bei den Pässen auf die Hütchenkegel werden einige Bälle schnell verspielt. Deshalb ausreichend Ersatzbälle bereit halten, um sofort wieder einspielen zu können.
- ▶ Als Trainer die erzielten Treffer beim Tor mitzählen und den Spielstand immer wieder laut ansagen.