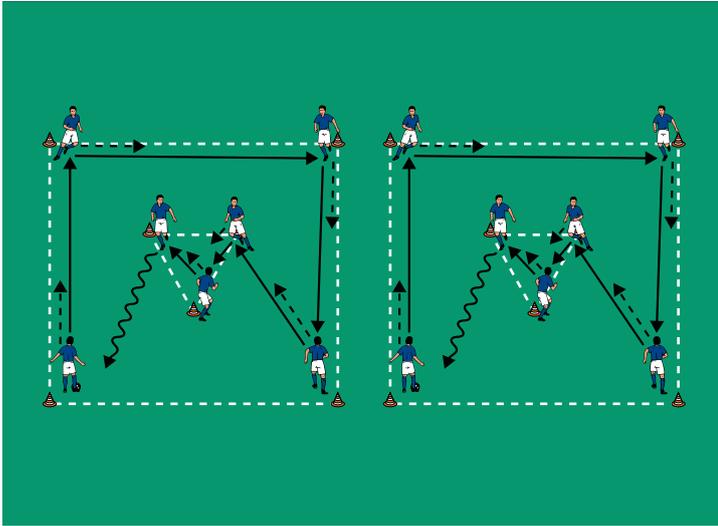


THEMA: DAS PASSEN IN WETTBEWERBEN ANWENDEN



AUFWÄRMEN 1:

2-FELDER-PASSEN

ORGANISATION

- ▶ 2 Quadrate errichten
- ▶ In jedem Feld 1 Dreieck markieren
- ▶ 2 Gruppen bilden
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Die Startspieler in jedem Feld haben je 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Die Spieler an den Eckhütchen passen sich im Uhrzeigersinn zu.
- ▶ Der letzte Passempfänger im Quadrat spielt ins Dreieck weiter.
- ▶ Auch die Spieler im Dreieck passen sich im Uhrzeigersinn zu.
- ▶ Der letzte Passempfänger im Dreieck kontrolliert das Zuspiel, dribbelt zum äußeren Starthütchen und startet von hier die jeweils nächste Passfolge.
- ▶ Alle Passgeber laufen ihren Abspielen zur jeweils nächsten Position nach.

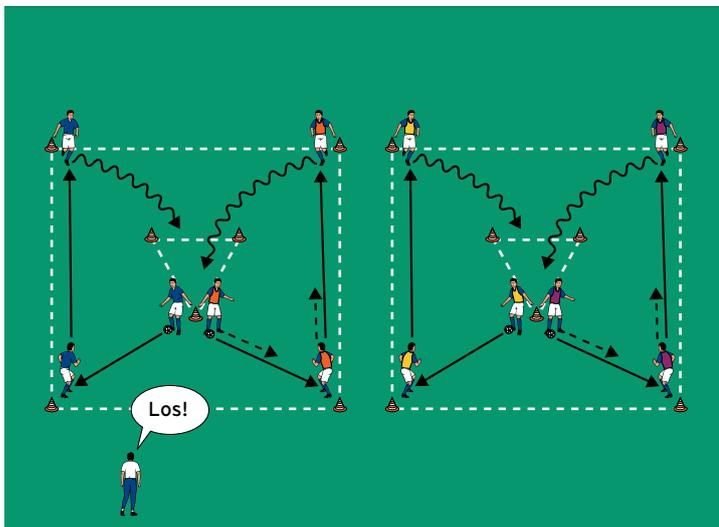
VARIATIONEN

- ▶ Mit genau 2 Kontakten zuspielen (annehmen, passen).
- ▶ Die Spielrichtung ändern: Im Gegenuhrzeigersinn von Position zu Position passen.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welche Mannschaft absolviert die Passfolge zuerst?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler müssen in dieser Übungsform Pässe über unterschiedliche Distanzen spielen.
- ▶ Die Zuspiele auf allen Positionen in einer offenen Grundposition erwarten.
- ▶ Das Tempo und die Passschärfe mit zunehmender Dauer kontinuierlich steigern.

THEMA: DAS PASSEN IN WETTBEWERBEN ANWENDEN



AUFWÄRMEN 2:

SCHNELLER PASSAUFTAKT

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ 4 Mannschaften bilden
- ▶ Die Spieler auf den vorgegebenen Positionen verteilen
- ▶ Die Startspieler bei A haben je 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando passt A zu B, der möglichst direkt auf C weiterleitet.
- ▶ C dribbelt abschließend über die Ziellinie.
- ▶ Der Spieler, der zuerst die Ziellinie überdribbelt, erhält 1 Punkt für die Mannschaftswertung.
- ▶ Nach der Aktion rücken alle Spieler jeweils eine Position weiter.

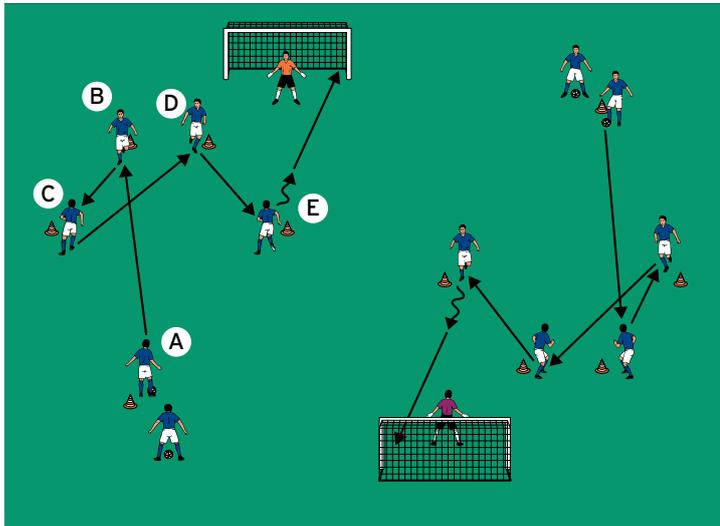
VARIATIONEN

- ▶ B muss mit genau 2 Kontakten zu C weiterspielen (annehmen, passen).
- ▶ C muss zunächst sein Positionshütchen umdribbeln, bevor er über die Ziellinie dribbeln kann.
- ▶ Die beiden Teams in den Feldern spielen jeweils gegeneinander: Ein Turnier nach dem Modus 'jeder gegen jeden' durchführen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der Aufbau muss nicht verändert werden. Hierdurch ist ein flüssiger Übergang der beiden Aufwärmteile garantiert.
- ▶ Die Aktionen sind kurz und können somit mit höchstmöglichem Tempo erfolgen.
- ▶ Nach einigen Aktionen sollten jeweils 2 Mannschaften das Feld wechseln, so dass es zu neuen Duellen kommt.

THEMA: DAS PASSEN IN WETTBEWERBEN ANWENDEN



HAUPTTEIL 1:

PASSRUNDLAUF

ORGANISATION

- ▶ 2 Tore diagonal gegenüber aufstellen
- ▶ Vor jedem Tor Positionshütchen aufstellen
- ▶ 2 Gruppen bilden und jeweils den Toren zuweisen
- ▶ Die Spieler besetzen die vorgegebenen Positionen
- ▶ Die Spieler bei A haben Bälle

ABLAUF

- ▶ A passt zu B, der das Zuspiel auf C ablegt.
- ▶ C spielt anschließend zu D, der auf E prallen lässt.
- ▶ E schießt nach einem kurzen Dribbling auf das Tor mit Torhüter ab.
- ▶ Alle Spieler rücken eine Position weiter.

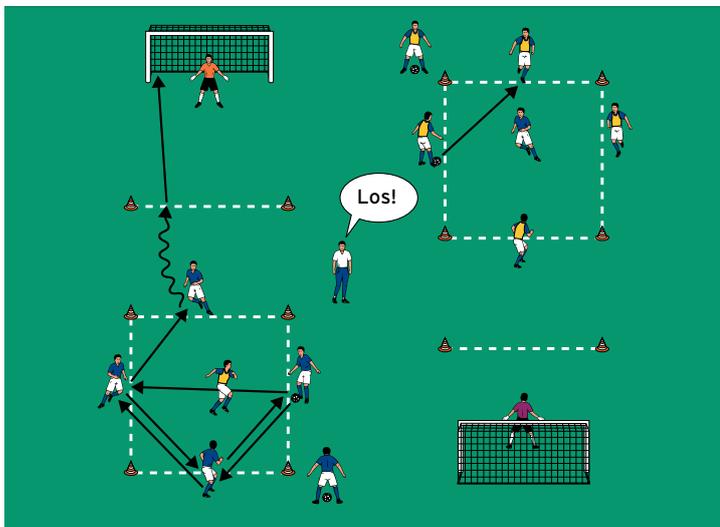
VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler müssen sich mit genau 2 Kontakten zuspielen (annehmen, passen).
- ▶ Im Direktspiel agieren.
- ▶ E muss versuchen, den Torhüter im Alleingang auszuspielen.
- ▶ Einen Teamwettbewerb durchführen: Welche Gruppe erzielt die meisten Treffer?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Passrundläufe sind leicht zu organisieren und haben einen sehr geringen Komplexitätsgrad.
- ▶ Entsprechend muss der Trainer die Passtechnik in den Mittelpunkt seines Coachings stellen.
- ▶ Die Pässe sollten scharf und präzise erfolgen.
- ▶ Als Spieler dabei so postieren, dass sie möglichst direkt weiterspielen können.
- ▶ Nach einer Weile die Seiten wechseln.

THEMA: DAS PASSEN IN WETTBEWERBEN ANWENDEN



HAUPTTEIL 2:

4-GEGEN-1-AUFTAKT

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau weiter verwenden
- ▶ Jetzt vor jedem Tor 1 Hütchenquadrat und 1 Hütchenlinie errichten
- ▶ 2 Mannschaften bilden und jeweils den Feldern zuweisen
- ▶ Pro Mannschaft 1 Störspieler benennen und im jeweils anderen Feld postieren
- ▶ Pro Feld 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando versuchen die Ballbesitzer, im 4-gegen-1-Eckespiel 5 Pässe in den eigenen Reihen zu spielen, ohne dass der gegnerische Verteidiger den Ball berührt.
- ▶ Gelingt dies, so versuchen die Ballbesitzer, den Spieler auf der tornahen Seite des Feldes anzuspielen.
- ▶ Dieser dribbelt zur Hütchenlinie und schießt von dort auf das Tor mit Torhüter ab.
- ▶ Die Mannschaft, die zuerst einen Treffer erzielt, erhält 1 Zusatzpunkt.
- ▶ Nach jeder Aktion rücken alle Spieler eine Position weiter.
- ▶ Welches Team erzielt insgesamt die meisten Treffer?

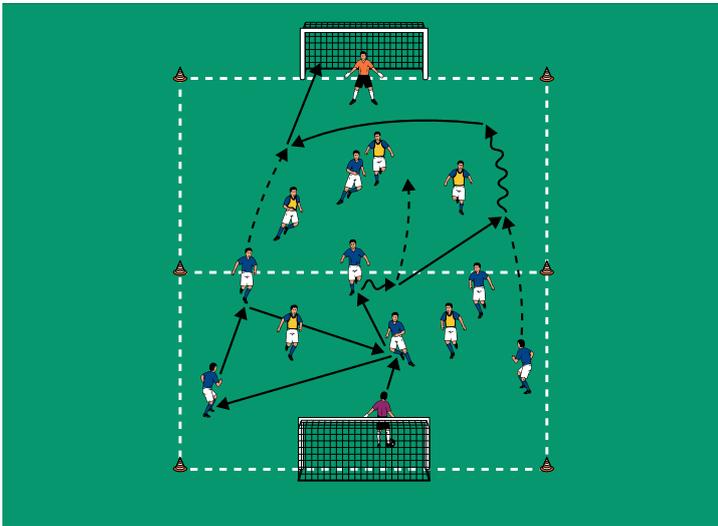
VARIATIONEN

- ▶ Die Ballbesitzer dürfen nur im Direktspiel agieren.
- ▶ Die Zahl der erforderlichen Pässe variieren.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Im zweiten Hauptteil erfolgt ein motivierender Übergang von einer Übungs- in eine Spielform.
- ▶ Die Spieler müssen das Passspiel nun in einem Wettbewerb unter einem geringen Gegnerdruck anwenden.
- ▶ Die Störspieler nach jeweils 4 Aktionen wechseln.

THEMA: DAS PASSEN IN WETTBEWERBEN ANWENDEN



SCHLUSSTEIL:

PASS-SPIEL IM 7 GEGEN 5

ORGANISATION

- ▶ 1 Spielfeld mit 2 Toren mit Torhütern errichten
- ▶ Die Mittellinie markieren
- ▶ 7 Angreifer und 5 Verteidiger bestimmen

ABLAUF

- ▶ Jede Aktion wird vom Torhüter der Angreifer aus gestartet.
- ▶ Die Angreifer müssen zunächst 5 Pässe in der eigenen Hälfte spielen.
- ▶ Anschließend dürfen sie in die gegnerische Hälfte passen und versuchen, auf das Tor mit Torhüter abzuschließen.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, so kontern sie sofort auf das gegenüberliegende Tor.

VARIATIONEN

- ▶ Treffer der Verteidiger zählen doppelt.
- ▶ Die Angreifer müssen 2 Spieler benennen, die nur im Direktspiel agieren dürfen.
- ▶ 2 Teams zu je 6 Spielern bilden und zum Schluss frei spielen lassen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Über-/Unterzahlspiele akzentuieren das Passspiel.
- ▶ In der aktuellen Spielform müssen die Spieler das Spiel sicher von hinten heraus eröffnen.
- ▶ Ohne Ecken und Freistöße spielen.
- ▶ Nach jeweils 5 Minuten die Aufgaben wechseln.
- ▶ Dafür müssen 2 Angreifer ins andere Team wechseln.