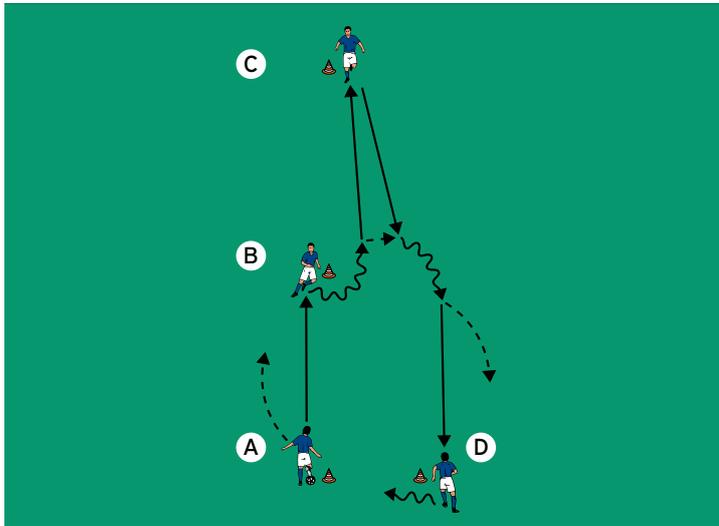


THEMA: PASSEN



## DREH-MOMENT

### ORGANISATION

- ▶ Einen Pass-Parcours gemäß Abbildung errichten
- ▶ Die Spieler auf die Positionen verteilen

### ABLAUF

- ▶ A passt flach zu B, der das Zuspiel kontrolliert, sich mit Ball am Fuß dreht und anschließend zu C weiterleitet.
- ▶ C lässt möglichst direkt klatschen, der nach der An- und Mitnahme zu D passt.
- ▶ D dribbelt zum nächsten Hütchen, passt zu B usw.
- ▶ A, B und D tauschen jeweils die Positionen.
- ▶ C verbleibt für mehrere Aktionen auf der Position.

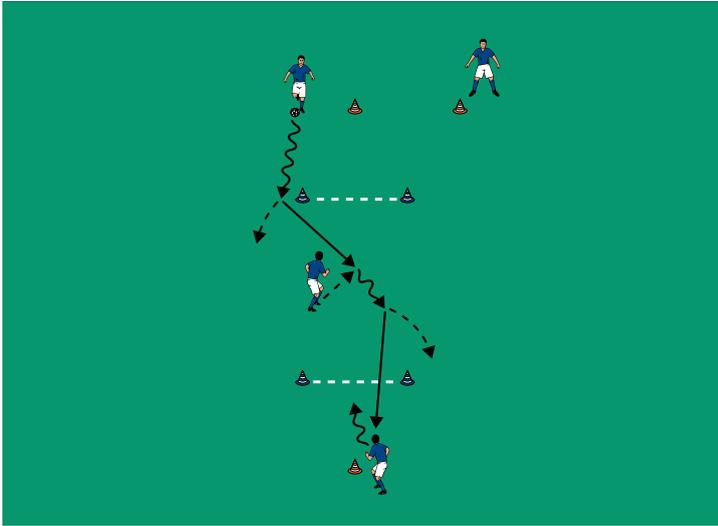
### VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links passen.
- ▶ Mit maximal 2 Kontakten passen.
- ▶ Erschweren: A und C spielen nur direkt.
- ▶ Erleichtern: Das Hütchen von B versetzt aufstellen. Die offene Spielstellung erleichtert die An- und Mitnahme.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ B führt die Drehungen zu unterschiedlichen Richtungen aus. Dabei soll er durch eine offene, leicht schräge Grundposition anzeigen, in welchen Fuß er den Pass gespielt haben möchte.
- ▶ Die Spieler C nach 2 Minuten tauschen.
- ▶ Auf ein kontrolliertes Passspiel achten.
- ▶ Vor dem Zuspiel stets Blickkontakt mit dem Passempfänger aufbauen.

## THEMA: PASSEN



### HÜTCHENTOR-PASSEN

#### ORGANISATION

- ▶ 2 Hütchentore und 3 Starthütchen errichten
- ▶ 1 Spieler zwischen den Hütchentoren postieren
- ▶ Die übrigen Spieler an den Hütchen verteilen, wobei der vordere Spieler am doppelten Starthütchen 1 Ball hat

#### ABLAUF

- ▶ Der Ballbesitzer passt durch das Hütchentor zum Mitspieler zwischen den Hütchentoren.
- ▶ Der Passempfänger nimmt an und mit und passt durch das nächste Hütchentor zum Spieler gegenüber.
- ▶ Jeder Spieler läuft seinem Abspiel nach.

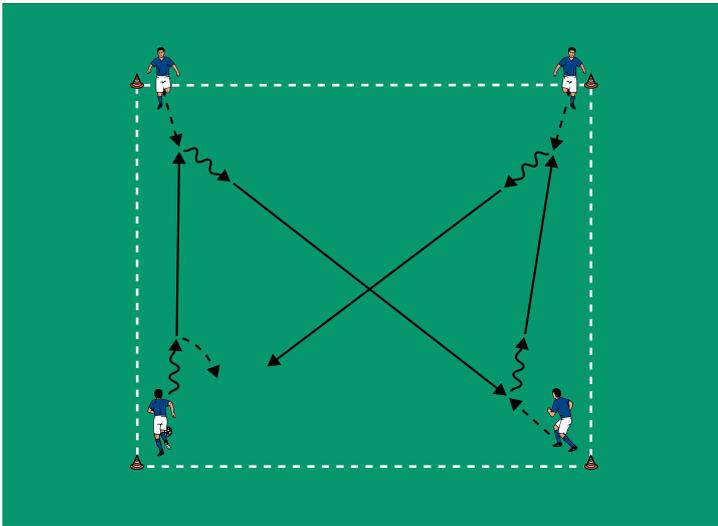
#### VARIATIONEN

- ▶ Erschweren: Mit maximal 2 Kontakten agieren.
- ▶ Erleichtern: Die Hütchentore vergrößern.

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Jeden Pass durch ein Hütchentor spielen und nach dem Pass das Hütchentor umlaufen.
- ▶ Verfehlt ein Pass ein Hütchentor, direkt zum Spieler zurückspielen, sodass er erneut passen kann.
- ▶ Die Hütchentore immer weiter verkleinern und so ein noch genaueres Passspiel fordern.

## THEMA: PASSEN



### VIERECKS-PASSEN

#### ORGANISATION

- ▶ Ein 20 x 20 Meter großes Feld markieren
- ▶ Die Spieler an den Hütchen verteilen
- ▶ Ein Spieler hat 1 Ball

#### ABLAUF

- ▶ Der Ballbesitzer passt zum Spieler am gegenüberliegenden Hütchen.
- ▶ Der Passempfänger leitet diagonal weiter.
- ▶ Der nächste Spieler passt wieder entlang der Seitenlinie zum gegenüberliegenden Hütchen usw.

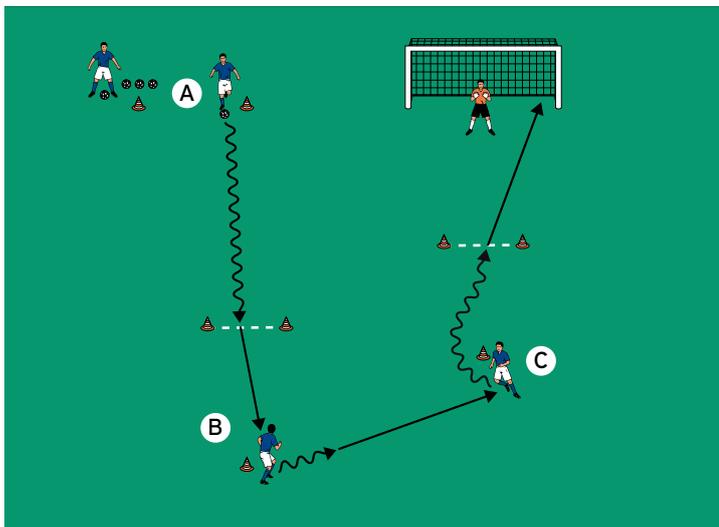
#### VARIATIONEN

- ▶ Erschweren: Mit 2 Bällen gleichzeitig spielen.
- ▶ Erleichtern: Einen beliebigen Mitspieler anspielen.

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler sollen immer aus der Bewegung heraus sicher mit 2 Kontakten agieren (annehmen, passen).
- ▶ Innerhalb des markierten Feldes spielen.
- ▶ Nur bei Blickkontakt zum jeweils nächsten Spieler zuspielen.

## THEMA: AN- UND MITNAHME



### KONTAKTVORGABEN

#### ORGANISATION

- ▶ 1 Tor mit Torhüter aufstellen
- ▶ Vor dem Tor 1 Dribbel- und Pass-Parcours mit je 1 Positionshütchen aufbauen
- ▶ Die Spieler auf die Positionen verteilen
- ▶ Die Spieler bei A haben Bälle

#### ABLAUF

- ▶ A dribbelt im Tempodribbling über die Hütchenlinie und passt anschließend zu B, der an- und mitnimmt und mit dem dritten Kontakt zu C weiterleitet.
- ▶ C nimmt direkt in die Bewegung mit und schließt von der Schusslinie nach maximal 3 Kontakten ab.
- ▶ Nach jeder Aktion rücken die Spieler eine Position weiter.

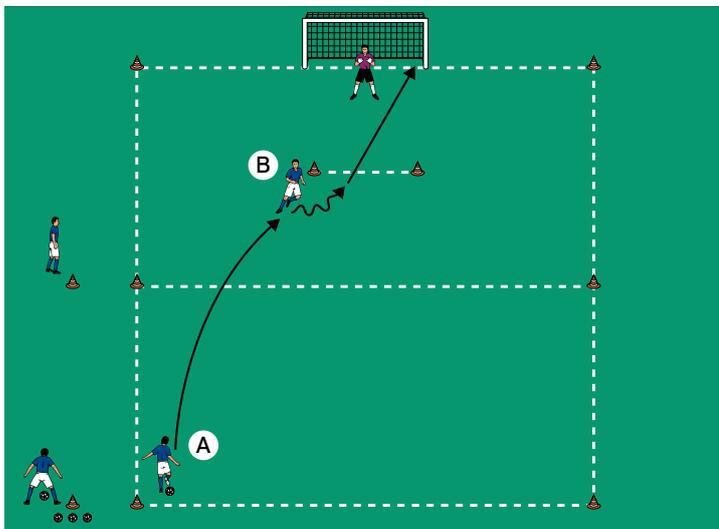
#### VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links passen und schießen.
- ▶ Erschweren: Die Anzahl der Kontakte auf 2 begrenzen.
- ▶ Erleichtern: Den Ablauf mit beliebig vielen Kontakten durchführen.

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Aktionen im höchstmöglichen Tempo durchführen.
- ▶ Auf ein sauberes Flachpassspiel achten.
- ▶ Das Zuspiel direkt in die Bewegung mitnehmen und nicht 'totstoppen'.
- ▶ Konzentriert in die Ecken abschließen.

## THEMA: AN- UND MITNAHME



### SCHNELLE BALLKONTROLLE

#### ORGANISATION

- ▶ 1 Tor mit Torhüter errichten
- ▶ Vor dem Tor eine Hütchenlinie errichten
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Die Spieler bei A haben Bälle

#### ABLAUF

- ▶ A spielt einen Flugball auf B vor dem Tor.
- ▶ B nimmt zur Schusslinie an und mit und schließt auf das Tor mit Torhüter ab.
- ▶ Anschließend wechseln die beiden Spieler mit ihrem jeweiligen Mitspieler.
- ▶ Nach 6 Torschüssen tauschen die beiden Spielergruppen ihre Positionen und Aufgaben.

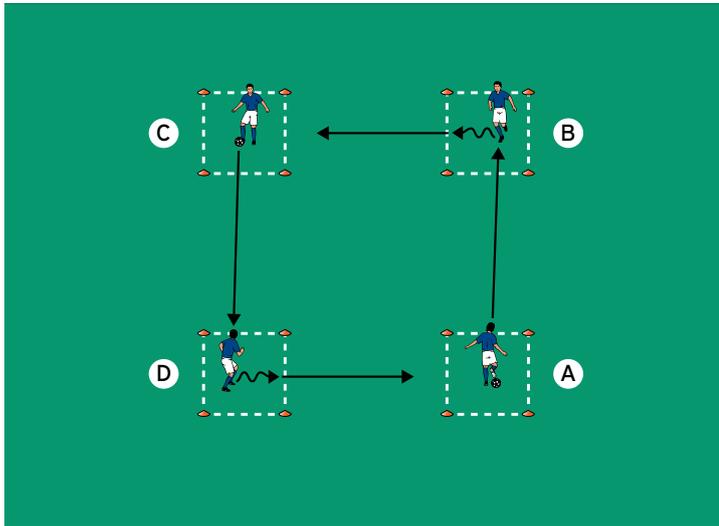
#### VARIATIONEN

- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welches Duo erzielt die meisten Treffer?
- ▶ Der Spieler, der zuerst einen Treffer erzielt, erhält 1 Zusatzpunkt.
- ▶ Erschweren: Der Passempfänger hat maximal 3 Ballkontakte.
- ▶ Erleichtern: Flachpässe anstatt Flugbälle spielen.

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Je nach Höhe des Zuspiels gibt es verschiedene Möglichkeiten, den Ball schnell in die entsprechende Spielrichtung mitzunehmen.
- ▶ Wichtig ist jeweils, dass der Ball nicht weit vom Körper wegspringt.

THEMA: AN- UND MITNAHME



## 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 entgegenstartenden B bzw. D.
- ▶ Die Passempfänger nehmen kurz zur Seite aus dem Quadrat mit und passen zum jeweils nächsten Spieler bei C bzw. A usw.

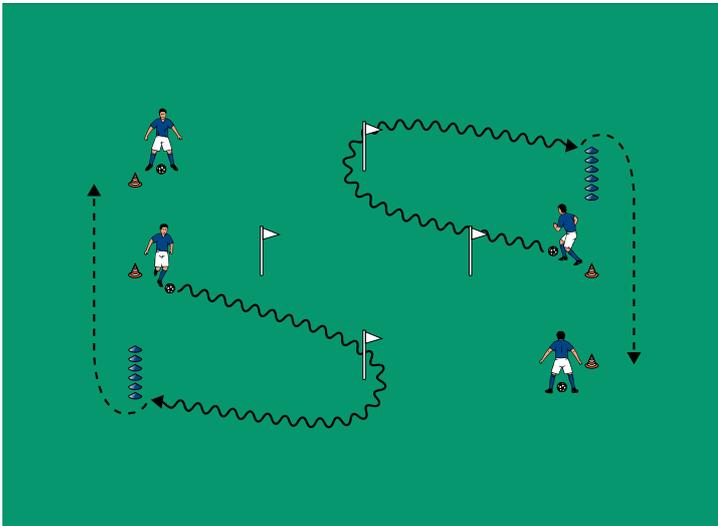
### VARIATIONEN

- ▶ Die Spielrichtung wechseln.
- ▶ Erschweren: Mit 4 Bällen gleichzeitig spielen.
- ▶ Erleichtern: Den Durchgang mit 1 Ball durchführen.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Präzise Pässe in den Fuß der Mitspieler 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: DRIBBLING



### HÜTCHEN-BALL

#### ORGANISATION

- ▶ 2 Starthütchen und 2 Stangen gemäß Abbildung errichten (2-mal aufbauen)
- ▶ Neben jedem Starthütchen 6 weitere Hütchen aufstellen
- ▶ Die Spieler mit Bällen an den Starthütchen postieren
- ▶ Die übrigen Bälle an den vorderen Hütchen platzieren

#### ABLAUF

- ▶ Die jeweils ersten Spieler umdribbeln eine Stange und legen den Ball auf eines der Hütchen neben dem Starthütchen.
- ▶ Sobald der Spieler den Ball auf ein Hütchen gelegt hat, startet der nächste Spieler, der eine andere Stange umdribbelt usw.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welches Duo hat zuerst auf allen 6 Hütchen einen Ball gelegt?

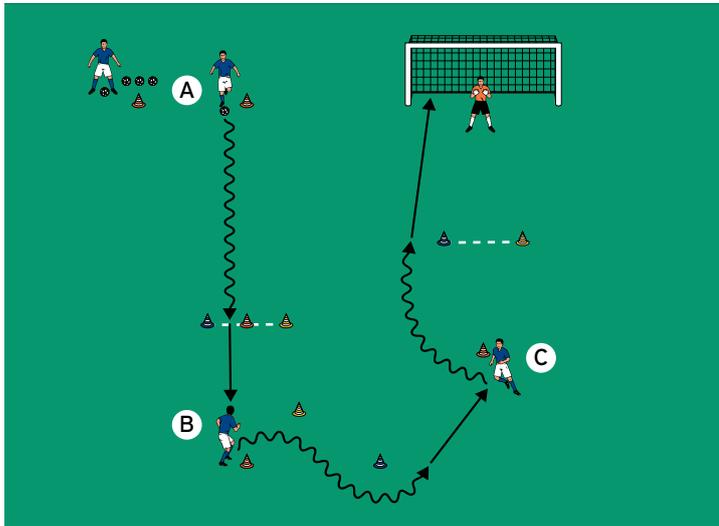
#### VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler umdribbeln 2 Stangen.
- ▶ Erschweren: Die Spieler dribbeln in Form einer '8' um die Stangen.
- ▶ Erleichtern: Den Ball in den Händen halten und um die Stange laufen.

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler dürfen den Ball mit den Händen auf das Hütchen legen. Bis zu den Hütchen müssen die Spieler jedoch dribbeln.
- ▶ Der nächste Spieler darf erst starten, wenn der Vordermann seinen Ball sicher auf ein Hütchen gelegt hat.
- ▶ Rollt ein Ball wieder vom Hütchen herunter, muss der Spieler nochmals vom Starthütchen starten.
- ▶ Der nachfolgende Spieler darf niemals die gleiche erste Stange umdribbeln, die der Vordermann umdribbelt hat.

## THEMA: DRIBBLING



### FARBEN-DRIBBLING

#### ORGANISATION

- ▶ 1 Tor mit Torhüter aufstellen
- ▶ Vor dem Tor 3 verschiedenfarbige Hütchentore und 4 Positionshütchen gemäß Abbildung aufbauen
- ▶ Die Spielern auf die Positionen verteilen
- ▶ Die Spieler bei A haben Bälle

#### ABLAUF

- ▶ A dribbelt über die Hütchenlinie.
- ▶ Dabei wählt er durch die Dribbelrichtung eine Farbe für sein Team aus.
- ▶ A passt zu B, der um das entsprechende Hütchen vor ihm dribbelt und zu C weiterleitet.
- ▶ C kontrolliert das Zuspiel und schießt neben dem vorgegebenen Hütchen ab.
- ▶ Nach jeder Aktion rücken die Spieler 1 Position weiter.

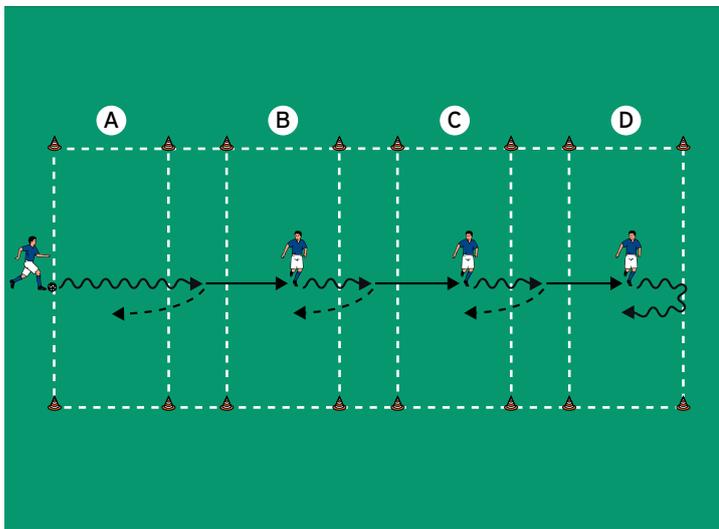
#### VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links passen und schießen.
- ▶ Erschweren: Dribbelt A um das blaue Hütchen, folgt B mit dem Dribbling um das gelbe usw.
- ▶ Erleichtern: Die Farben außer Acht lassen und den Mitspielern die jeweiligen Richtungen mit "rechts" und "links" zurufen.

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Aktionen im höchstmöglichen Tempo durchführen.
- ▶ Auf ein sauberes Flachpassspiel achten.
- ▶ Das Zuspiel direkt in die Bewegung mitnehmen.
- ▶ Konzentriert in die Ecken abschließen.

## THEMA: DRIBBLING



### PASS-DRIBBEL-LEITER

#### ORGANISATION

- ▶ 4 Felder mit 3 Zwischenzonen aufbauen
- ▶ Die Spieler auf vorgegebenen Positionen verteilen
- ▶ Der Spieler an Position A hat 1 Ball

#### ABLAUF

- ▶ A dribbelt in die nächste Zone und passt zu B.
- ▶ B nimmt an und mit, dribbelt in die nächste Zone und passt zu C.
- ▶ C kommt entgegen und passt wiederum zu D, der an- und mitnimmt und zum Ende des Feldes dribbelt.
- ▶ Dort kappt D ab, dribbelt in die nächste Zone usw.
- ▶ Die Spieler bleiben jeweils in ihren Feldern.

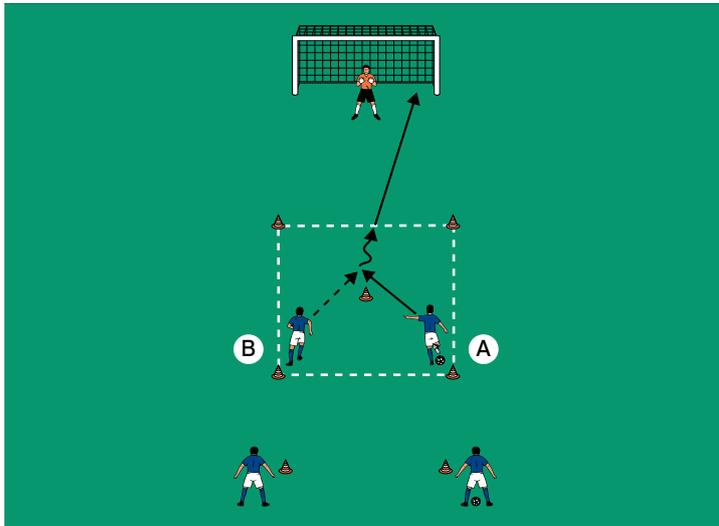
#### VARIATIONEN

- ▶ Erschweren: Die Spieler bauen vorgegebene Finten (z. B. Übersteiger oder Schere) in ihr Dribbling ein.
- ▶ Erleichtern: Den Ball prellen und werfen.

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Präzision vor Geschwindigkeit: Darauf achten, dass die Zuspiele jeweils in den Fuß des Mitspielers erfolgen.
- ▶ Auf eine möglichst enge Ballführung achten.

## THEMA: TORSCHUSS



### SCHNELLER TORABSCHLUSS

#### ORGANISATION

- ▶ 1 Tore mit Torhüter aufstellen
- ▶ Vor dem Tor mehrere Hütchen in Form einer 'Würfel-Fünf' aufstellen
- ▶ Davor 2 Starthütchen platzieren
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Die Spieler bei A haben jeweils Bälle

#### ABLAUF

- ▶ A passt am zentralen Hütchen vorbei auf den ins Feld startenden B, der kurz an- und mitnimmt und aus dem Feld auf das Tor mit Torhüter abschließt.
- ▶ Anschließend stellen sich die beiden Spieler wieder an und tauschen die Positionen und Aufgaben.

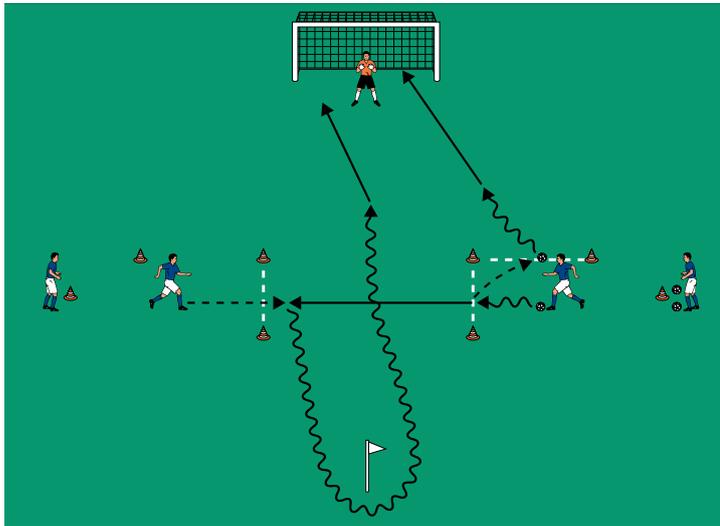
#### VARIATIONEN

- ▶ B muss mit maximal 2 Kontakten abschließen (annehmen, schießen).
- ▶ Erschweren: B schießt per Direktschuss auf das Tor mit Torhüter ab.
- ▶ Erleichtern: Das Feld verlängern, sodass B mehr Raum zur Schusslinie hat.

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf ein gutes Passtiming achten, damit B das Zuspiel rechtzeitig vor der Schusslinie erreichen kann.
- ▶ Da auch im Spiel nur wenig Zeit für den Torschuss besteht, muss die Aktion mit wenig Kontakten abgeschlossen werden.
- ▶ Die Spielerpaare nach einer Weile durchwechseln, damit nicht immer die gleichen Spieler miteinander spielen.

## THEMA: TORSCHUSS



### DOPPEL-AKTION

#### ORGANISATION

- ▶ 1 Tor mit Torhüter errichten
- ▶ Vor dem Tor 3 Hütchentore, 4 Starthütchen und 1 Stange aufbauen
- ▶ Die Spieler an den Hütchen postieren
- ▶ Die Spieler am doppelten Hütchentor haben jeweils 2 Bälle

#### ABLAUF

- ▶ Der erste Ballbesitzer legt einen Ball in das seitliche Hütchentor und dribbelt mit dem anderen Ball kurz an, den er zum Spieler am Starthütchen gegenüber spielt.
- ▶ Dann nimmt er den Ball im anderen Hütchentor zum Tor ins Dribbling an und mit und schließt auf das Tor mit Torhüter ab.
- ▶ Der Passempfänger nimmt vor dem Hütchentor an, um die Slalomstange mit und schließt ebenfalls auf das Tor mit Torhüter ab.

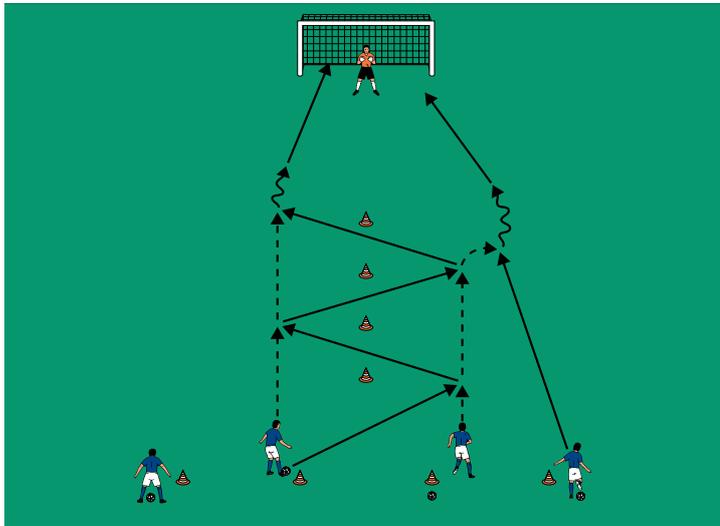
#### VARIATIONEN

- ▶ Erschweren: Der Ballbesitzer spielt einen Flugball zum Spieler gegenüber.
- ▶ Erleichtern: Vor dem Tor stoppen und aus der Hand per Volleyschuss auf das Tor abschließen.

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Nach jedem Durchgang wechseln die Spieler die Positionen und Aufgaben.
- ▶ Die Starthütchen stets einfach besetzen!
- ▶ Aus der Distanz schießen und kein 1 gegen 1 gegen Torhüter bestreiten.

## THEMA: TORSCHUSS



### BALLKONTROLLE MIT TORSCHUSS

#### ORGANISATION

- ▶ 1 Tore mit Torhütern aufstellen
- ▶ 20 Meter vor dem Tor 4 Starthütchen errichten
- ▶ Mittig 1 Hütchenparcours markieren
- ▶ Die Spieler gleichmäßig an die Starthütchen verteilen
- ▶ Die Spieler an einem der beiden Starthütchen vor jedem Tor haben keine Bälle
- ▶ Alle übrigen Spieler mit Ball

#### ABLAUF

- ▶ Die jeweils ersten Spieler starten in den Hütchenparcours und passen sich durch die Hütchen zu.
- ▶ Der Spieler, der nach Durchspielen aller Hütchen in Ballbesitz ist, schließt auf das Tor ab.
- ▶ Der jeweils andere dreht sich, fordert ein Zuspiel vom nächsten Spieler am Starthütchen und nimmt ebenfalls zum Torabschluss an und mit.
- ▶ Nach jedem Durchgang die Positionen und Aufgaben wechseln.

#### VARIATIONEN

- ▶ Zum zweiten Torabschluss hoch zuwerfen/per Volleyschuss aus der Hand hoch zuspelen.
- ▶ Erschweren: Mit 2 Kontakten oder direkt zupassen.
- ▶ Erleichtern: Die Entfernung der Hütchen im Parcours vergrößern.

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Darauf achten, dass der erste Torschütze stets rechtzeitig vor dem zweiten Schützen abgeschlossen hat.
- ▶ Gegebenenfalls eine Schussgrenze vor dem Tor markieren, ab der die Spieler spätestens schießen müssen.