

T-Schwerpunkt: Verbesserung des Passspiels		TE-Nr: 001
Datum: 15.03.05	TR-Ort: Uhlenkrug, Aschenplatz	erstellt: 12.03.05
Tag: Montag	Mannschaft: FC Mustermann	TN: 18
Zeit: 19.00 Uhr	Alter/Spiel-Klasse: C-Junioren	Wetter: sonnig
Dauer: 90 Min.	Zyklus: Wettkampfperiode	Belastung: mittel
Bemerkungen: Im letzten Meisterschaftsspiel sehr viele Fehlpässe, deshalb Schwerpunkt Passspiel. Im Abschlussturnier 3 gegen 3 auf 4 Tore		

A) Aufwärmen/Einstimmen

0012	Spiel: Kommando Dribbling	Dauer: 15 Min.
Ziele: Aufwärmen mit Dribbling, Reagieren auf Zurufe des Trainers Organisation: 18 Bälle, 4 Hütchen (aus Suchmaske) Übung im Rechteck oder Quadrat Ablauf (Kurzbeschreibung) Kommandos: Dribbling, Stopp, hoch, Bock, Boden, Kreis, oder: Bock 3, hoch 5. Wer ein falsche Kommando oder dieses als letzter ausführt, verlässt das Feld und beginnt zu Jonglieren, Sieger ist, wer als letzter übrig bleibt.		

0047	Fußball-Ping-Pong	Dauer: 10 Min
Ziel: Verbesserung der Passtechnik Organisation: 1 Ball 4 Hütchen pro Gruppe (5-8 Spieler) Ablauf (Kurzbeschreibung) Der Ball wird zwischen den Hütchen hindurch direkt gespielt, der Passgeber läuft zur anderen Seite und stellt sich dort an. Variation:		

B) Hauptteil

0079	Passen in der Raute - Grundform	Dauer: 15 Min
Ziele: Zusammenspiel des Passgebers und Wandspielers in einer Endlosform Organisation: 1 Ball und 4 Hütchen pro Gruppe (5 Spieler) Ablauf A1 spielt zum Wandspieler B und bietet sich seitlich an, den von B zugespielten Ball leitet A1 direkt zu C weiter; der Ablauf wird dann auf der anderen Seite fortgesetzt, der Zusprieler und Wandspieler wechseln ihre Position Variation: 1 Ball, 8 Spieler, mit Attacke und Doppelpass		

0079	Y-Form - direkt	Dauer: 15 Min.
<p>Ziele: Zusammenspiel des Passgebers und Wandspielers in einer Endlosform</p> <p>Organisation: 1 Ball und 4 Hütchen pro Gruppe (5 Spieler)</p> <p>Ablauf A spielt zu B, B zurück zu A. A spielt steil zu C, C spielt ein Wandspiel mit B und passt zurück zur Startposition zu E. Fortsetzung über die andere Seite. Jeder geht eine Position weiter.</p> <p>Variation: Y-Form mit Kreuzen und Torschuss</p>		

C) Schluss

1089	Turnier 3 gegen 3 auf 4 Tore	Dauer: 30 Min
<p>Ziele: Zusammenspiel des Passgebers und Wandspielers in einer Endlosform</p> <p>Organisation: 1 Ball und 4 Tore pro Gruppe (6 Spieler) 3 Spielfelder,</p> <p>Ablauf Es wird 3 gegen 3 auf 2 Tore gespielt. Jede Mannschaft spielt auf zwei nebeneinander liegende Tore ein Turnier mit 6 Mannschaften. Spielzeit: 4 Minuten, 1 Minute für Wechsel und Erholung, Turnierplan für 6 Mannschaften und 2 Spielfelder</p>		

Gesamtdauer: 85 Min.

Notizen: