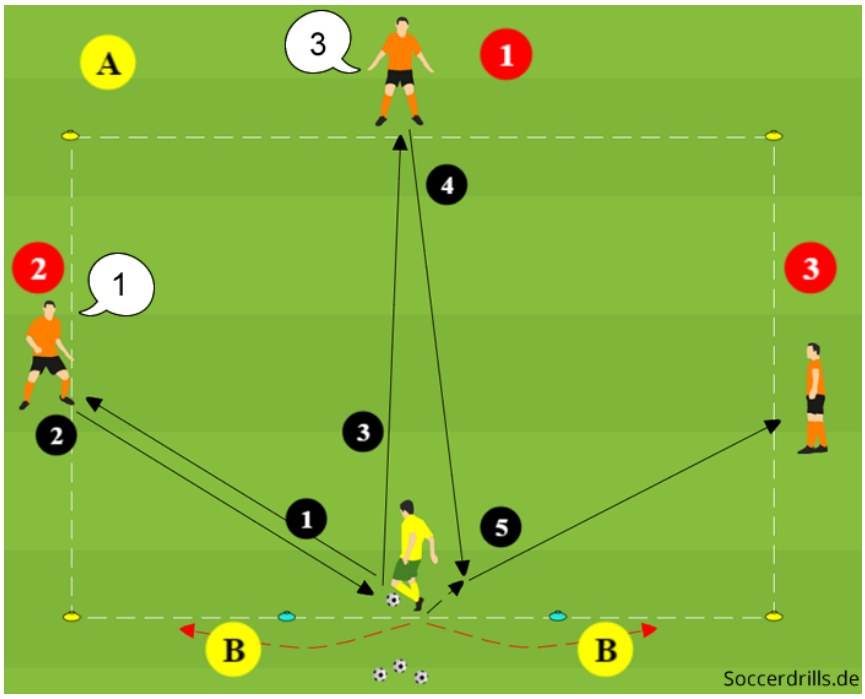
Passen - Passfrüchte

Organisation:

- 6 Bodenmarkierungen und ausreichend Bälle werden benötigt.
- Markiere ein Rechteck, die Größe ist dem Leistungsniveau geschuldet.
- Eine Seite (Grafik = unten) wird mit zwei weiteren Markierungen in drei gleich große Strecken eingeteilt.
- An jede Seite des Rechtecks postiert sich ein Spieler, der Ballverteiler (Gelb) hat einen Ball.
- Jeder Seite im Feld wird eine Nummer zugeordnet (1 bis 3), nur die Ballverteiler-Seite benötigt keine.
- Ersatzbälle liegen beim Ballverteiler bereit.



Ablauf A:

1. Der Ballverteiler startet und passt zu einem Mitspieler seiner Wahl, in der Grafik nach links.
2. Der Passempfänger ruft kurz vor oder nach seinem Rückpass eine Nummer von 1 bis 3 auf, hier 1.
3. Entsprechend passt der Ballverteiler auf die Position 1 weiter.
4. Der Spieler dort ruft beispielhaft die 3 und passt zurück.
5. Der Ballverteiler leitet den Ball entsprechend auf die 3 weiter.

Ablauf B:

- Wie Ablauf A, jetzt bietet sich der Ballverteiler für den Rückpass auf einer Seite oder mittig an, dazu umläuft er die Markierungen.

Varianten:

- Statt Nummern werden für die Seiten Früchte vergeben, zum Beispiel: Apfel, Birne, Kirsche. Jetzt rufen die Spieler vor dem Pass eine Frucht auf.
- Es werden andere Bezeichnungen vergeben, zum Beispiel: Dortmund, Bayern, Leipzig.
- Jede Position erhält zwei Bezeichnungen, zum Beispiel: 1/Apfel, 2/Kirsche und 3/Birne. Die Passgeber können hier wahlweise eine Zahl oder eine Frucht aufrufen.
- Jede Position erhält drei Bezeichnungen …
- Wettkampf zwischen Gruppen: Welche Gruppe schafft die meisten Pässe über den Ballverteiler innerhalb einer bestimmten Zeit?

Trainertipps:

- Fordere schnelles Passspiel, immer schneller …
- Baue verschiedene Passtechniken ein.