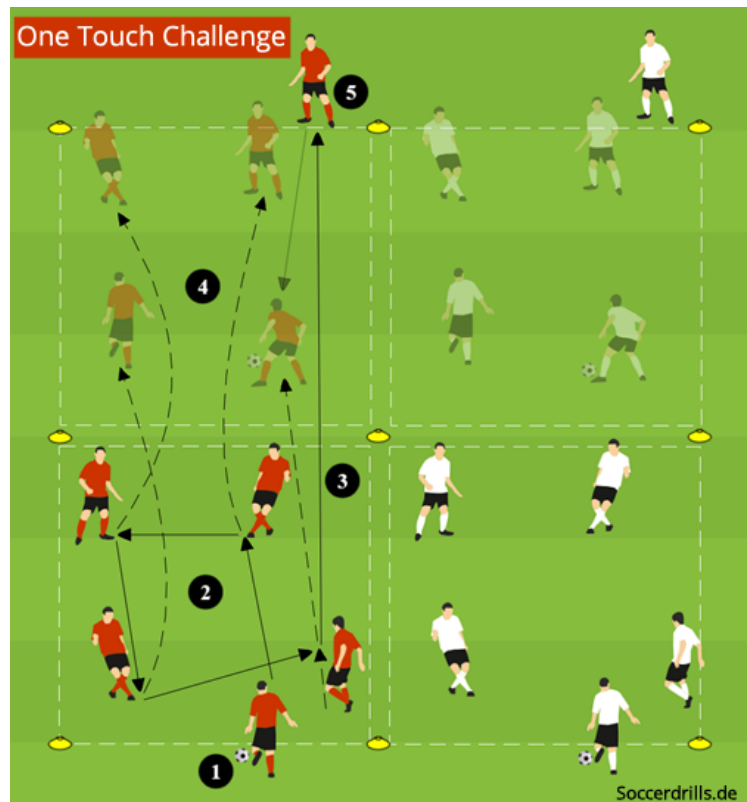


## Passen - One Touch Challenge

### Organisation:

- Markiere die Spielfelder wie in der Grafik (siehe auch PDF am Ende der Beschreibung) und Animation zu erkennen ist. Ein kleines Feld sollte mindestens 10 x 10 Meter groß sein.
- Wir benötigen 6 Bodenmarkierungen, für die Challenge 9. Durchgeführt wird die Übung in unserem Beispiel von einer Gruppe mit 6 Spielern. Der Ball befindet sich beim Spieler, der außerhalb des Spielfeldes postiert ist, in dem der Ablauf startet.
- Die Startspieler stehen frontal zueinander außerhalb der Spielfelder.
- Das One Touch-Team befindet sich in einem Halbfeld, beim Start in jeder Ecke ein Spieler.



### Ablauf:

1. Der Startspieler passt einen Mitspieler im Feld an.
2. Im Feld passt sich die Mannschaft den Ball nur mit Direktspiel (One Touch) zu. Dabei muss jeder Spieler den Ball einmal passen, aber auch nicht öfter.
3. Der vierte und letzte Passempfänger passt auf die gegenüberliegende Seite des Spielfeldes zum Startspieler.
4. Die Spieler starten ins andere Übungshalbfeld. Die Position im neuen Feld ist frei wählbar.
5. Jetzt beginnt der Ablauf auf der anderen Seite erneut. So geht es immer weiter ...

### Varianten:

- Zur Vereinfachung dürfen die Startspieler den Ball kurz kontrollieren.
- Die Spieler müssen nach dem Feldwechsel immer die Ecken im anderen Feld besetzen.
- Am Ende der Passkette erhält der Startspieler den Ball zurück, der den Ball ins Feld gebracht hatte. Er passt dann zum Startspieler auf die andere Seite. So haben wir einen Pass mehr im Ablauf.

### Challenge:

- Ein Team startet eine Challenge gegen sich selbst. Wie viele korrekte Abläufe werden in einer vorgegebenen Zeit ausgeführt (ca. 2 Minuten)?
- Zwei Teams treten in zwei nebeneinanderliegenden Felder gegeneinander an. Welches Team schafft die meisten korrekten Abläufe in einer vorgegebenen Zeit (ca. 2 Minuten)?

### Trainertipps:

- Lasse deine Spieler in den Übungspausen selbständig Lösungen finden, wie sie den Ablauf weiter beschleunigen können.
- Diskutieren nach Beendigung der Trainingsübung mit deinem Team über Lösungsansätze.
- Zähle bei der Challenge das Ergebnis laut mit: „1:0, 1:1, 2:1 ...“. Einen Punkt gibt es immer, wenn der Ball von allen Spielern im Feld gepasst wurde und der Ball beim Spieler auf der anderen Spielfeldseite ankommt.
- Starte die Erklärung in Zeitlupe und gebe dem Team Eingewöhnungszeit.