

# Kapitänsmappe

## Passen



Hütchen



Laufweg ohne Ball

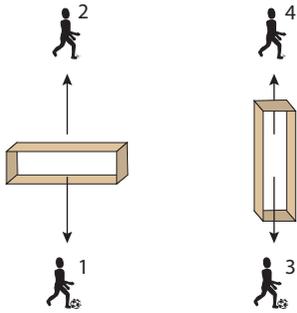


Pass/Ballweg



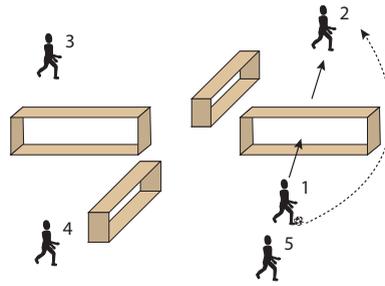
Dribbelweg

## Passen durch Kastenteile I



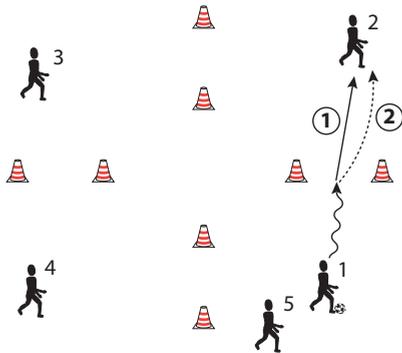
PRAXIS IN BEWEGUNG  
**Sport & Spiel**

## Passen durch Kastenteile II



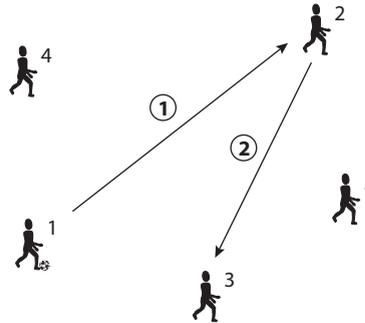
PRAXIS IN BEWEGUNG  
**Sport & Spiel**

## An- und Mitnahme flacher Bälle



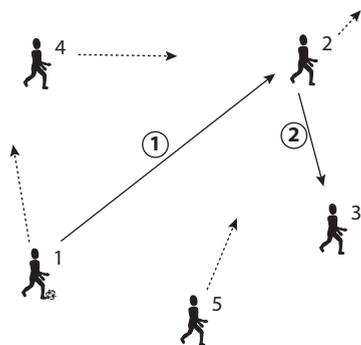
PRAXIS IN BEWEGUNG  
**Sport & Spiel**

## Passen nach Nummern im Stand



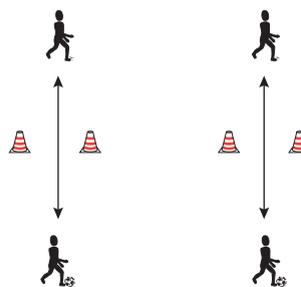
PRAXIS IN BEWEGUNG  
**Sport & Spiel**

## Passen nach Nummern in der Bewegung



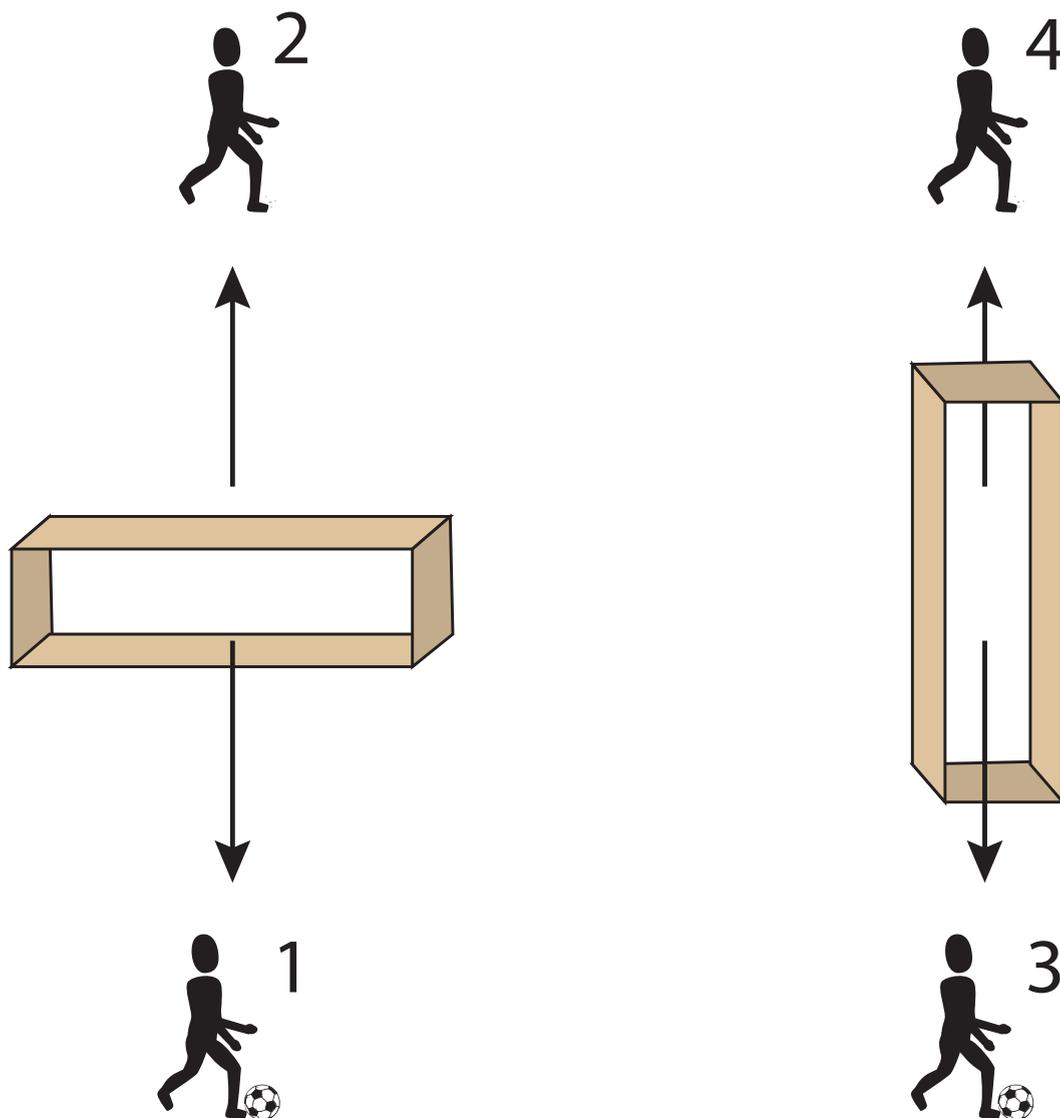
PRAXIS IN BEWEGUNG  
**Sport & Spiel**

## Wettpassen durch Hütchen



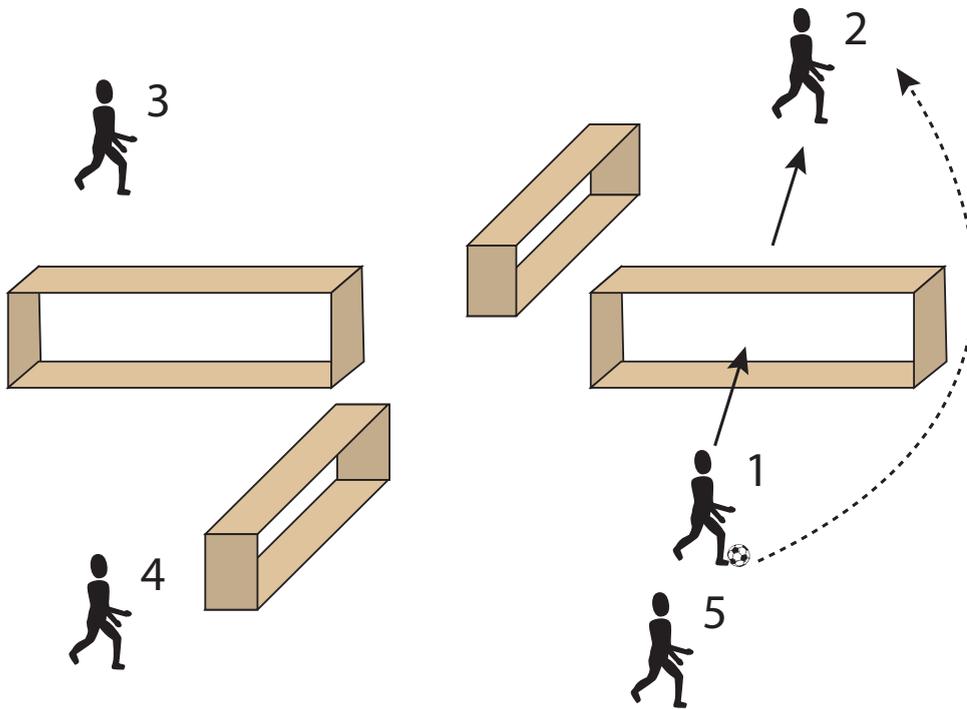
PRAXIS IN BEWEGUNG  
**Sport & Spiel**

## Passen durch Kastenteile I



Die Spieler stehen sich mit einem Abstand von 6–8 Metern jeweils paarweise gegenüber. Zwischen die beiden Spieler wird ein Kasteninnenteil quer auf den Boden gelegt. Aufgabe ist es, den Ball durch das Kastenteil hindurch zum jeweiligen Partner zu passen. Dieser stoppt den Ball und passt ihn wieder zurück. Schwerer wird die Aufgabe, wenn die Kastenteile hochkant aufgestellt werden.

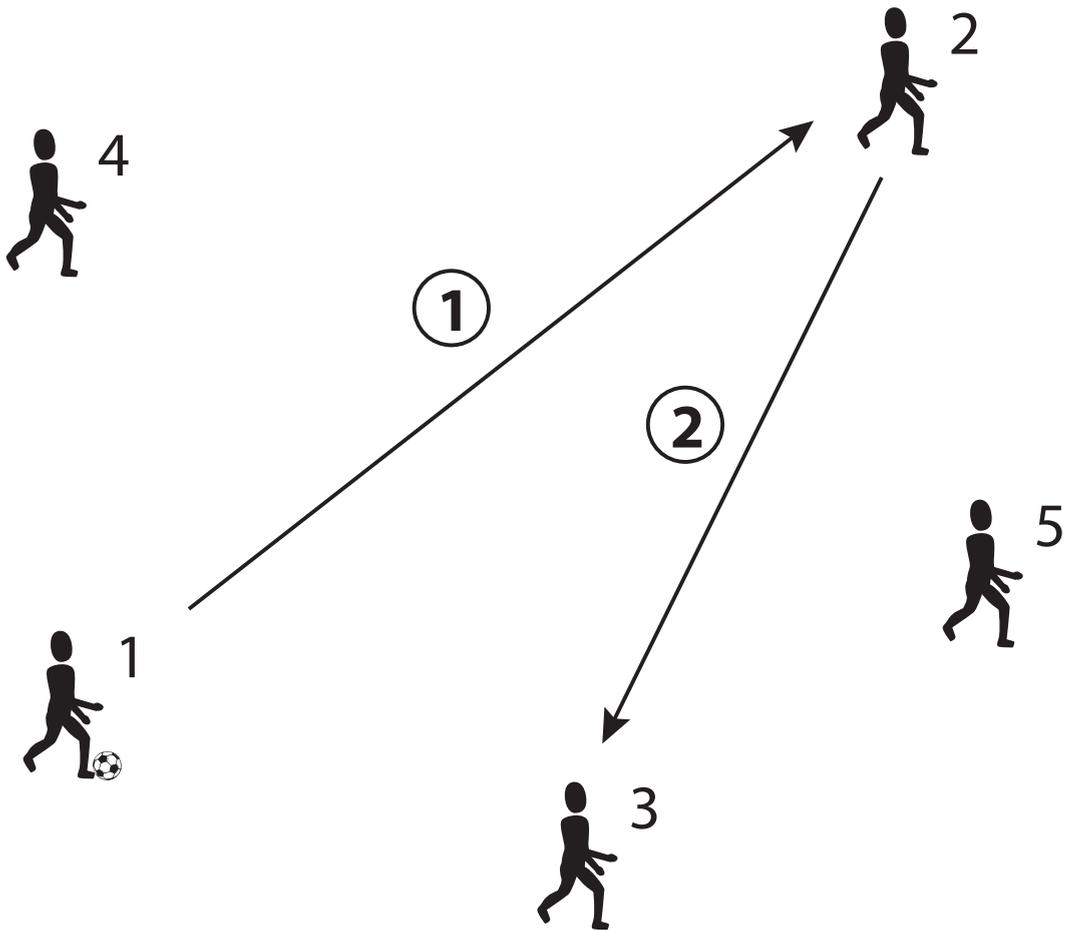
Wenn das gut klappt, probiert es auch mit dem schwächeren Fuß oder direkt!



Spieler 1 passt den Ball durch das Kastenteil zu Spieler 2 und läuft anschließend um das Kastenteil auf Position 2. Spieler 2 stoppt den Ball, passt ihn zu Spieler 3 und läuft auf Position 3. Spieler 3 passt zu Spieler 4 und läuft auf Position 4, Spieler 4 zu Spieler 5 und dieser wieder zu Spieler 1 usw.

Wenn das gut klappt, probiert es auch in die andere Richtung bzw. mit dem schwächeren Fuß!

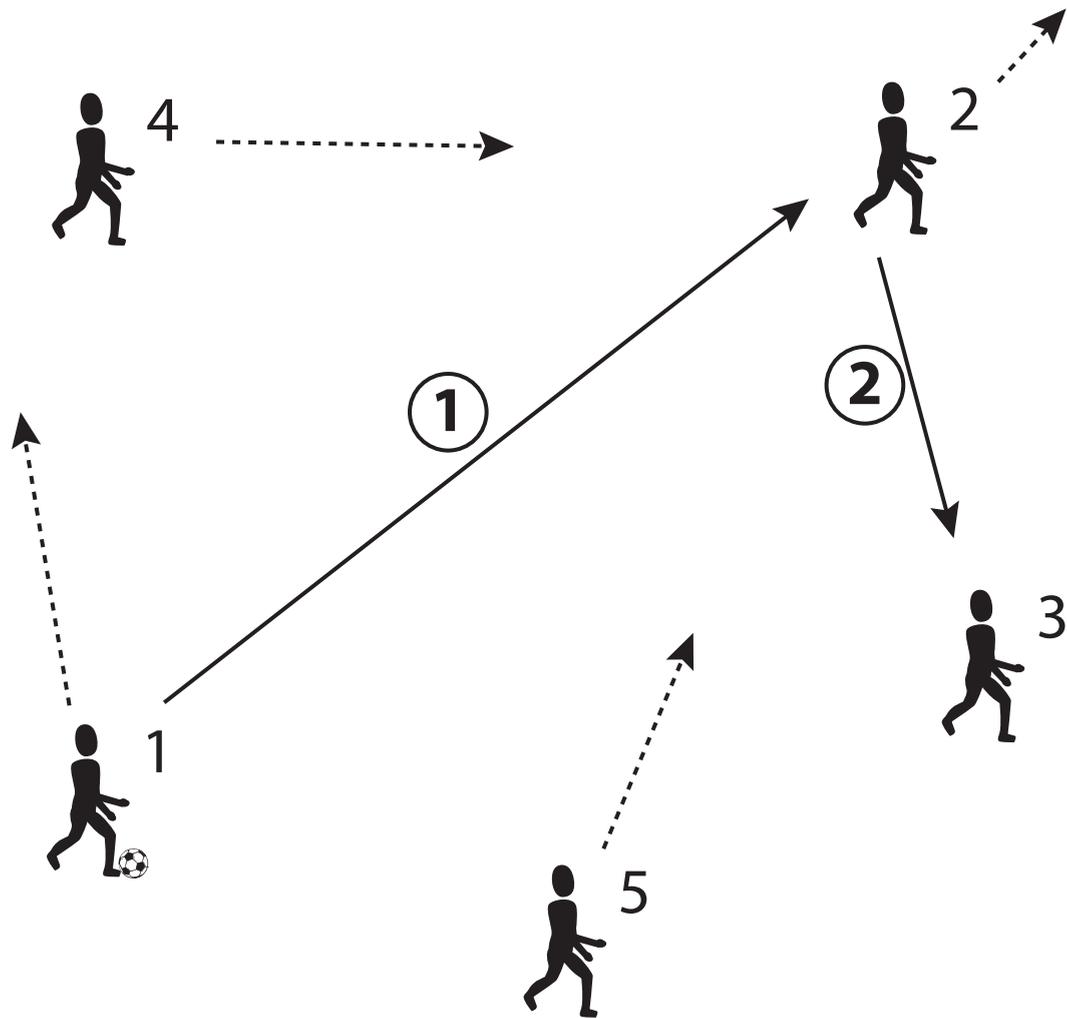




Jeder Spieler bekommt eine Nummer von eins bis fünf. Nummer eins hat am Anfang den Ball. Aufgabe ist es, den Ball nach der Reihenfolge der Nummern zuzupassen, d. h., Spieler eins passt zu zwei, zwei passt zu drei und so weiter.

Wenn das gut klappt, könnt ihr entweder einen zweiten Ball dazunehmen (dann haben am Anfang die Spieler eins und drei einen Ball, der Ablauf bleibt ansonsten der gleiche) oder es in der Bewegung versuchen (siehe nächste Übungskarte).

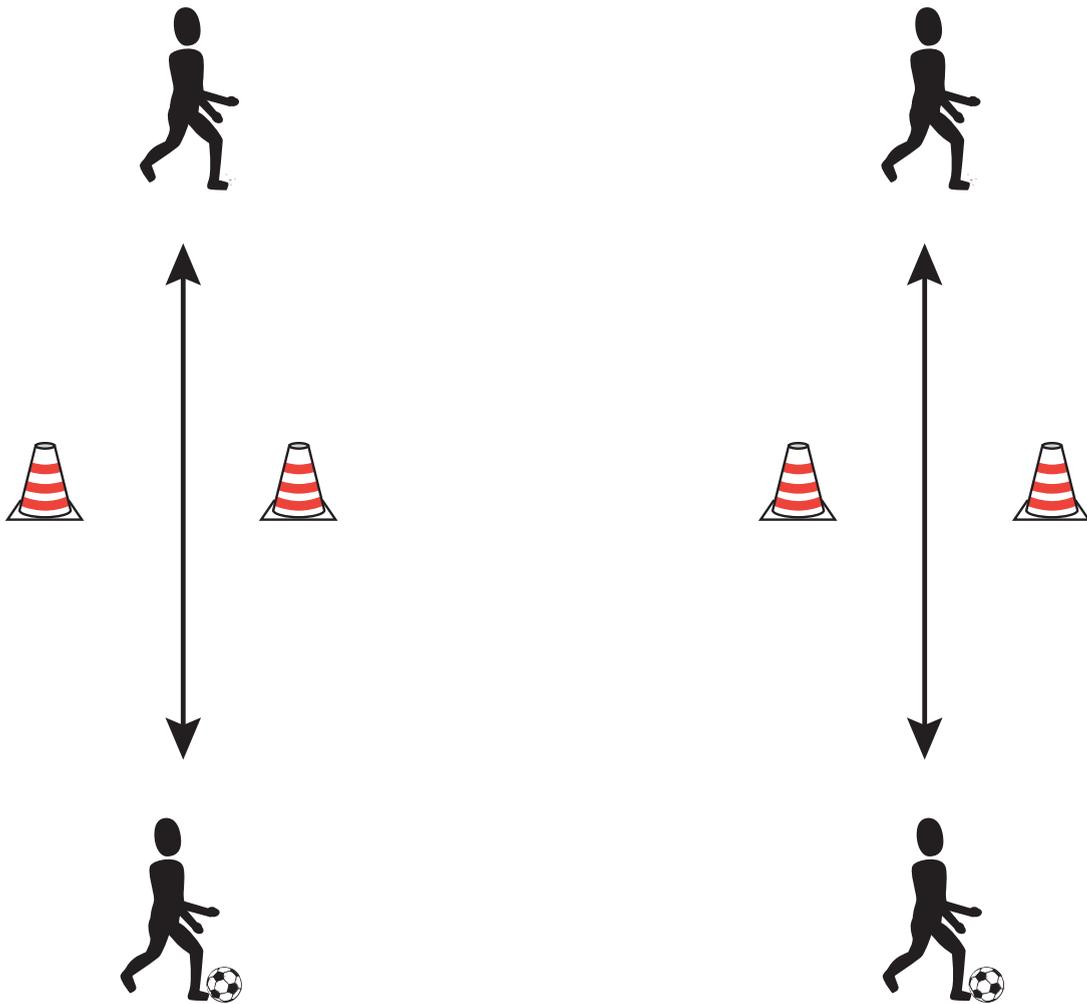
## Passen nach Nummern in der Bewegung



Diese Übung ist eine Erschwerung des Passens nach Nummern im Stand. Der Ablauf bleibt der gleiche, d. h., jeder Spieler bekommt eine Nummer von eins bis fünf. Nummer eins hat am Anfang den Ball. Aufgabe ist es, den Ball nach der Reihenfolge der Nummern zuzupassen, d. h., Spieler eins passt zu zwei, zwei passt zu drei und so weiter.

Der Unterschied zur vorherigen Übung ist, dass die Spieler dieses Mal nicht auf einem Fleck stehen bleiben, sondern sich die ganze Zeit langsam im Raum bewegen. Der Spieler, der gerade den Ball hat, muss also schauen, wo der Spieler mit der nächsten Nummer steht. Erst dann kann er ihm den Ball zupassen.

# Wettpassen durch Hütchen



Immer zwei Spieler stehen sich an einem Hütchentor (1 m breit) gegenüber. Aufgabe ist es, sich den Ball durch das Hütchentor zuzupassen, ohne dabei ein Hütchen zu berühren.

Wettkampf 1: Welches Paar schafft innerhalb von einer Minute die meisten Pässe?

Wettkampf 2: Welches Paar schafft die meisten Pässe hintereinander ohne Fehler (ein Fehler ist dann, wenn der Ball entweder ein Hütchen berührt oder am Tor vorbei geht)?