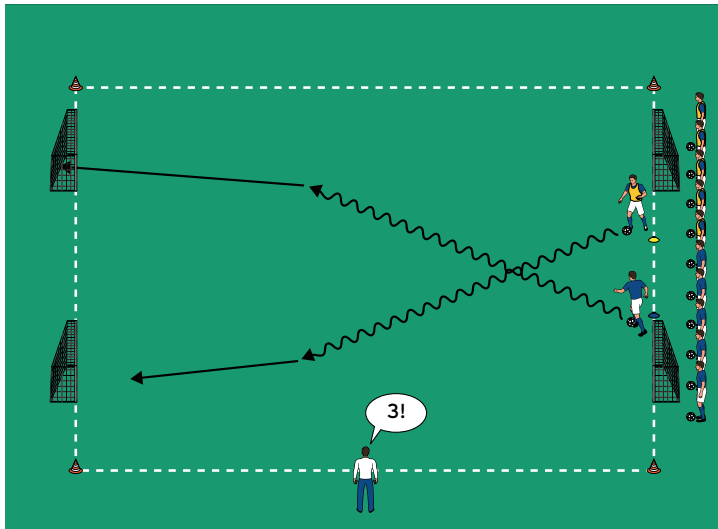


## THEMA: IM SPIEL SCHNELL SEIN!



### AUFWÄRMEN 1:

## MINITOR-SPRINT

### ORGANISATION

- ▶ Ein 20 x 30 Meter großes Feld mit 4 Minitoren errichten.
- ▶ Auf einer Grundlinie 2 Starthütchen aufstellen.
- ▶ 2 Teams bilden.
- ▶ Die Teams mit Bällen an den Starthütchen verteilen.

### ABLAUF

- ▶ Der Trainer ruft eine Zahl 1 bis 4 auf.
- ▶ Die jeweils ersten Spieler dribbeln ins Feld.
- ▶ Bei 1 passen die Spieler ins Minitor gerade, bei 3 diagonal gegenüber.
- ▶ Bei 2 und 4 zunächst das Minitor gegenüber umdribbeln und dann ins Minitor neben dem eigenen bzw. anderen Starthütchen passen.
- ▶ Der Spieler, der zuerst trifft, erhält einen Punkt für sein Team.
- ▶ Welches Team gewinnt zuerst 10 Punkte?

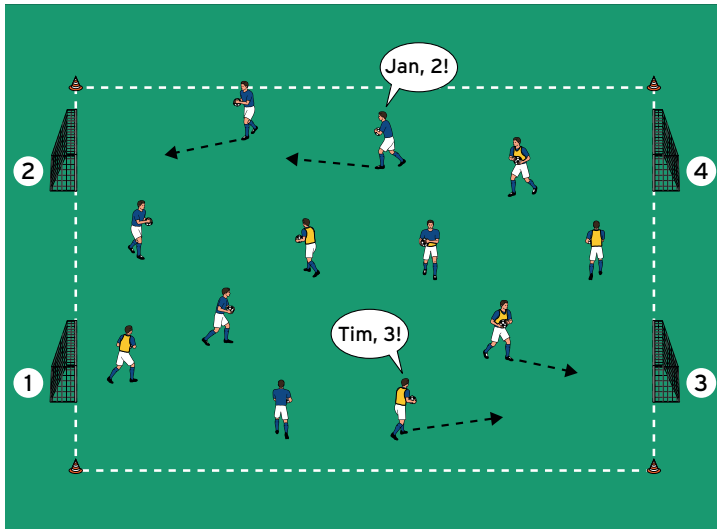
### VARIATIONEN

- ▶ Die Ballkontakte vorgeben.
- ▶ Den Ball im Sprint in der Hand tragen und dann passen.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Gegebenenfalls eine Mittellinie markieren, die die Spieler zunächst überdribbeln müssen.
- ▶ Als Trainer den Spielstand nach jedem Durchgang laut ansagen.

THEMA: IM SPIEL SCHNELL SEIN!



AUFWÄRMEN 2:

MINITOR-FLUCHT

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten.
- ▶ Die Minitore mit Zahlen 1 bis 4 bezeichnen.
- ▶ Die Spieler mit Ball in der Hand im Feld verteilen.
- ▶ 2 Fänger bestimmen.

ABLAUF

- ▶ Die Fänger rufen den Namen des Spielers auf, den sie fangen wollen und gleichzeitig ein Minitor, in das er den Ball rollen kann.
- ▶ Gelingt es dem Spieler den Ball ins Minitor zu rollen, ruft der Fänger einen neuen Spieler auf.
- ▶ Fängt der Fänger den Spieler zuvor, wechseln Fänger und Spieler die Aufgaben.

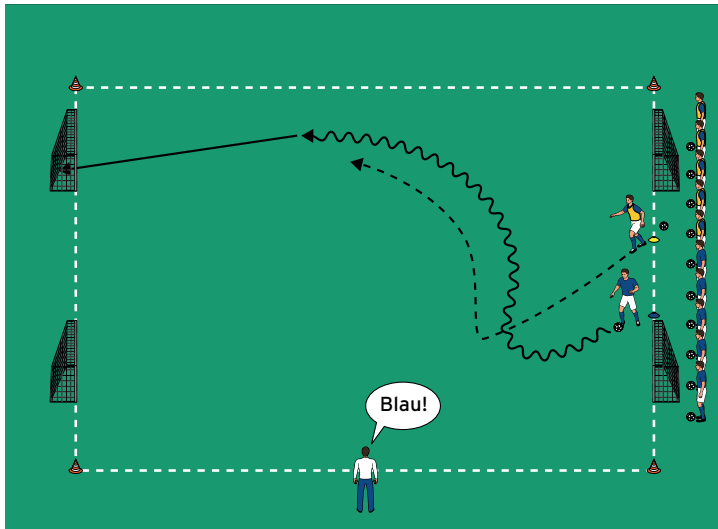
VARIATIONEN

- ▶ Weniger/mehr Fänger bestimmen.
- ▶ Fänger/Spieler flüchten hinter das Minitor.
- ▶ Fänger/Spieler dribbeln und passen ins Minitor.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Fängt ein Fänger zu lange, als Trainer einen neuen Fänger bestimmen.
- ▶ Als Fänger auch im laufenden Spiel andere Namen und Minitore aufrufen.

THEMA: IM SPIEL SCHNELL SEIN!



HAUPTTEIL 1:

MINITOR-EINZEL-ANGRIFF

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten.

ABLAUF

- ▶ Der Trainer ruft ein Team auf.
- ▶ Der erste Spieler des aufgerufenen Teams dribbelt ins Feld und greift auf die Minitore gegenüber an.
- ▶ Der erste Spieler des anderen Teams läuft als Verteidiger ins Feld und kontert bei Ballgewinn auf die anderen Minitore.

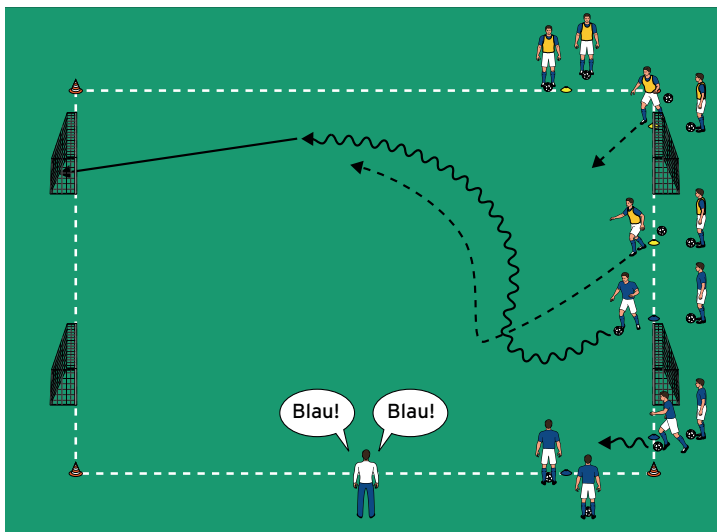
VARIATIONEN

- ▶ Auf jeweils 2 Minitore diagonal gegenüber angreifen.
- ▶ Die jeweils ersten beiden Spieler starten zum 2 gegen 2 ins Feld.
- ▶ Die Position der Starthütchen variieren.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Gegebenenfalls eine Mittellinie markieren, die die Spieler zunächst überdribbeln müssen.
- ▶ Jeder Durchgang endet, wenn ein Treffer erzielt oder ins Aus gespielt wird.

THEMA: IM SPIEL SCHNELL SEIN!



HAUPTTEIL 2:

MINITOR-DREIER-ANGRIFF

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten.
- ▶ Für jedes Team 2 weitere Starthütchen aufstellen.

ABLAUF

- ▶ Der Trainer ruft nacheinander jeweils ein Team auf.
- ▶ Die ersten Spieler des jeweils aufgerufenen Teams dribbeln ins Feld und greifen im 1 gegen 1, 2 gegen 2 und 3 gegen 3 auf die Minitore gegenüber an.
- ▶ Die ersten Spieler des jeweils anderen Teams laufen als Verteidiger ins Feld und kontern bei Ballgewinn auf die anderen Minitore.

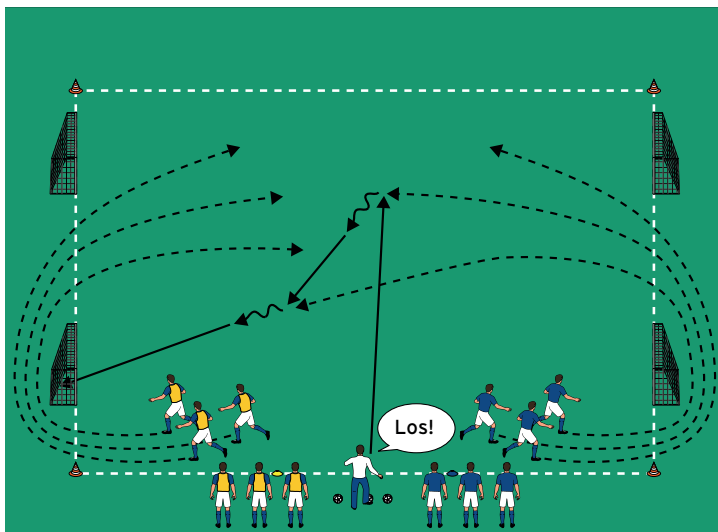
VARIATIONEN

- ▶ Auf jeweils 2 Minitore diagonal gegenüber angreifen.
- ▶ Die Positionen der Starthütchen variieren.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Als angreifendes Team nicht zurücklaufen, sondern vor dem Ball in der Tiefe anbieten.
- ▶ Es können sich Spielrichtungswechsel ergeben.
- ▶ Nach jedem Durchgang am nächsten Starthütchen anstellen.

THEMA: IM SPIEL SCHNELL SEIN!



**SCHLUSSTEIL:**

**MINI-TOR-TEAM-ANGRIFF**

**ORGANISATION**

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten.
- ▶ Auf einer Seitenlinie 2 Starthütchen aufstellen.
- ▶ Die Teams an den Starthütchen verteilen.
- ▶ Der Trainer steht mit Bällen zwischen den Starthütchen.

**ABLAUF**

- ▶ Auf ein Trainerkommando sprinten die ersten 3 Spieler jedes Teams zwischen den nahen Mini-toren hindurch ins Feld.
- ▶ Das Team, das sich zuerst im Feld aufstellt, bekommt vom Trainer den Ball zum 3 gegen 3 zugespielt.
- ▶ Welches Team erzielt zuerst insgesamt 5 Treffer?

**VARIATIONEN**

- ▶ 2 oder 4 Spieler sprinten ins Feld.
- ▶ Der Trainer ruft die Anzahl Spieler auf, die ins Feld sprinten.

**TIPPS UND KORREKTUREN**

- ▶ Jeden Durchgang 2 Minuten laufen lassen.
- ▶ Nach jedem Durchgang stellen sich die Spieler wieder am Starthütchen an