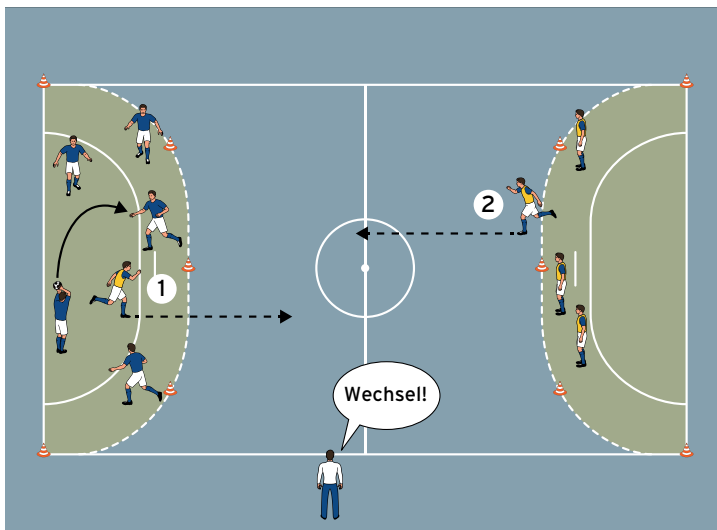


THEMA: DIE GEGEBENHEITEN DER HALLE NUTZEN



AUFWÄRMEN 1:

TEAM-SPIEL

ORGANISATION

- ▶ In jeder Hallenhälfte ein kleines Spielfeld markieren (z. B. die Freiwurflinien vom Handball nutzen).
- ▶ 2 Mannschaften einteilen.
- ▶ Jedes Team in einem Spielfeld postieren.
- ▶ Eine Mannschaft hat 1 Ball.

ABLAUF

- ▶ Die Ballbesitzer werfen sich in den eigenen Reihen zu.
- ▶ Dabei dürfen die Spieler mit dem Ball in der Hand höchstens 3 Schritte laufen.
- ▶ Ein Spieler der gegnerischen Mannschaft läuft ins Feld und versucht, den Ball zu erobern.
- ▶ Auf das Trainerkommando "Wechsel" tauscht der Verteidiger mit dem jeweils nächsten Spieler seiner Mannschaft Position und Aufgabe.
- ▶ Gelingt es einem Verteidiger, den Ball zu erobern, so wirft er zu einem Mitspieler im anderen Feld, und die Mannschaften wechseln die Aufgaben.

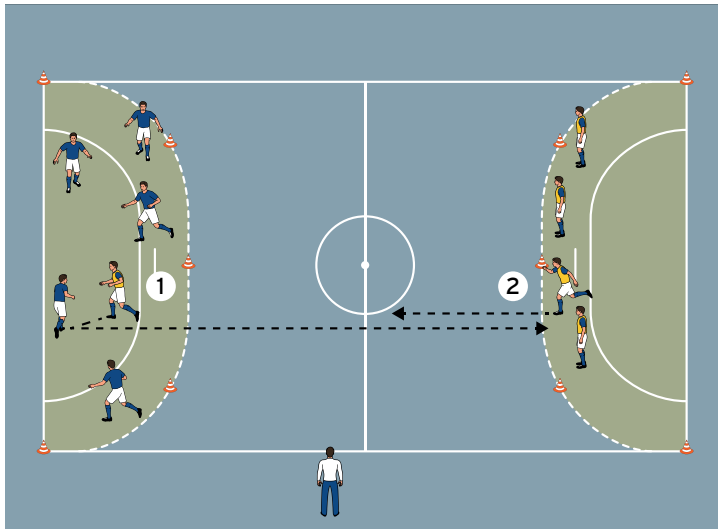
VARIATIONEN

- ▶ Den Ball in der Hand tragen und sich per Volleysschuss aus der Hand in den eigenen Reihen zuspelen.
- ▶ Die Ballbesitzer werfen sich selbst zum Kopfball an und köpfen zum jeweils nächsten Mitspieler.
- ▶ Jeweils 2 Spieler der gegnerischen Mannschaft laufen als Verteidiger ins andere Spielfeld.
- ▶ Die Ballbesitzer agieren mit 2 Bällen gleichzeitig.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spielfeldgröße dem Können der Spieler anpassen. Je größer die Spielfelder, desto leichter wird die Aufgabe für die Ballbesitzer.
- ▶ Der Ball darf nur in der Luft abgefangen werden. Ein Schlagen des Balles aus der Hand des Gegners ist nicht erlaubt.
- ▶ Jeder Spieler sollte höchstens 20 Sekunden als Verteidiger agieren. Als Trainer entsprechend häufig die jeweils nächsten Verteidiger aufrufen.

THEMA: DIE GEGEBENHEITEN DER HALLE NUTZEN



AUFWÄRMEN 2:

TEAM-FANGEN

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Mannschaften beibehalten.
- ▶ 1 Fänger- und 1 Läufer-Team bestimmen.
- ▶ Die Spieler jeweils durchnummerieren.

ABLAUF

- ▶ Der Fänger mit der Nummer 1 läuft in das gegnerische Spielfeld und versucht, einen Spieler abzuschlagen.
- ▶ Sobald er einen Spieler gefangen hat, läuft er ins eigene Spielfeld zurück und klatscht den Fänger mit der Nummer 2 ab, der ebenfalls startet usw.
- ▶ Sobald jeder Fänger einen Spieler gefangen hat, wechseln die Mannschaften die Aufgaben.
- ▶ Welcher Mannschaft gelingt die Fängeraufgabe am schnellsten?

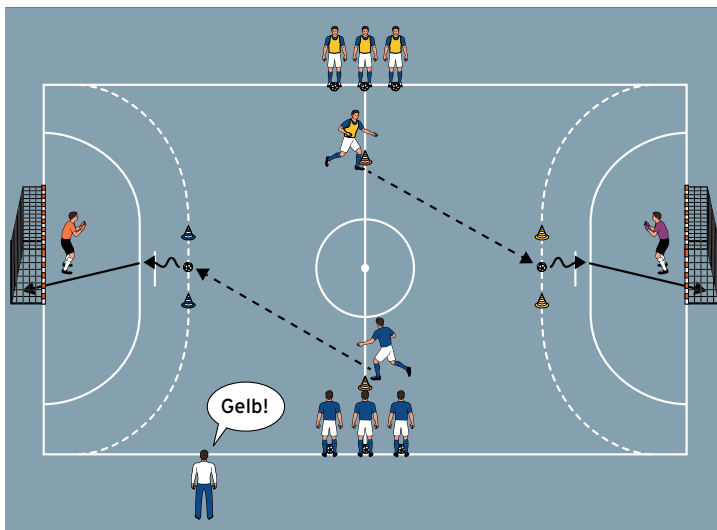
VARIATIONEN

- ▶ Die Fänger tragen je 1 Ball in der Hand und versuchen, die gegnerischen Läufer mit dem Ball zu berühren.
- ▶ Die Fänger und Läufer dribbeln durch das Feld.
- ▶ Je 2 Fänger ins gegnerische Spielfeld laufen lassen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Feldgröße dem Könnensstand der Spieler anpassen. Je größer die Spielfelder, desto leichter wird die Aufgabe für die Läufer.
- ▶ Es scheidet kein Spieler aus, selbst wenn dieser gefangen wurde.
- ▶ Darauf achten, dass jeder Spieler maximal 20 Sekunden als Fänger agiert. Kann er in dieser Zeit keinen gegnerischen Läufer abschlagen, den jeweils nächsten Fänger aufrufen.

THEMA: DIE GEGEBENHEITEN DER HALLE NUTZEN



HAUPTTEIL 1:

FARB-ZURUF UND TORSCHUSS I

ORGANISATION

- ▶ Auf den Grundlinien des Hallenspielfeldes je 1 Tor mit Torhüter aufstellen
- ▶ Auf einer Hallenlinie vor jedem Tor (z. B. die Freiwurflinien vom Handball nutzen) je 1 verschiedenfarbiges Hütchentor (Breite: 2 Meter) markieren.
- ▶ In jedem Hütchentor 1 Ball auslegen.
- ▶ 2 Mannschaften einteilen und einander gegenüber auf der Mittellinie postieren.

ABLAUF

- ▶ Der Trainer startet jeden Durchgang, indem er eine Farbe aufruft.
- ▶ Der Farb-Zuruf gilt jeweils für ein zuvor bestimmtes Team: Der erste Spieler dieser Mannschaft läuft zum aufgerufenen Hütchentor, nimmt in Richtung Tor mit und schießt ab.
- ▶ Gleichzeitig läuft der erste Spieler der jeweils anderen Mannschaft zum jeweils anderen Hütchentor und schießt nach einem kurzen Dribbling ebenfalls auf das Tor.
- ▶ Nach einer Weile die Aufgaben wechseln.
- ▶ Welche Mannschaft erzielt insgesamt mehr Treffer?

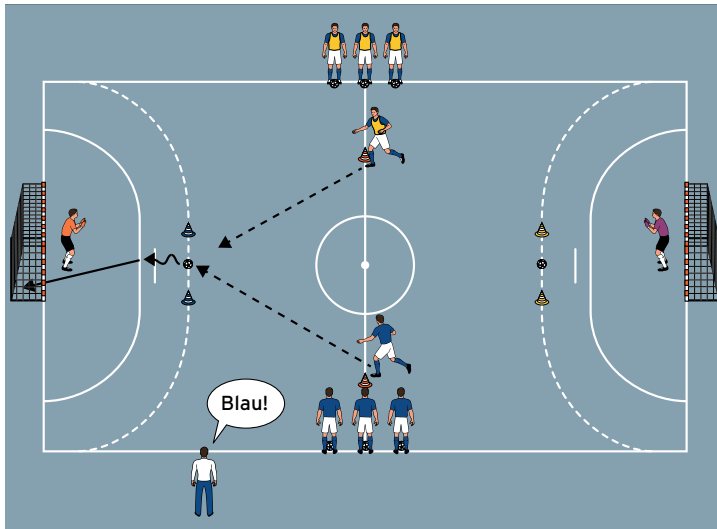
VARIATIONEN

- ▶ Den Ball im Hütchentor in die Hand nehmen und per Volleyschuss aus der Hand auf das Tor abschließen.
- ▶ Nur mit rechts/links schießen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Torhüter agieren neutral.
- ▶ Die Torhüter regelmäßig wechseln.
- ▶ Als Trainer den Spielstand nach jedem Durchgang laut ansagen.

THEMA: DIE GEGEBENHEITEN DER HALLE NUTZEN



HAUPTTEIL 2:

**FARB-ZURUF UND
TORSCHUSS II**

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Mannschaften beibehalten.

ABLAUF

- ▶ Den Grundablauf beibehalten.
- ▶ Jetzt gilt der Farb-Zuruf für die ersten Spieler beider Mannschaften, die zum aufgerufenen Hütchentor laufen.
- ▶ Der Spieler, der zuerst am Ball ist, versucht, im 1 gegen 1 auf das Tor abzuschließen.
- ▶ Welche Mannschaft erzielt die meisten Treffer?

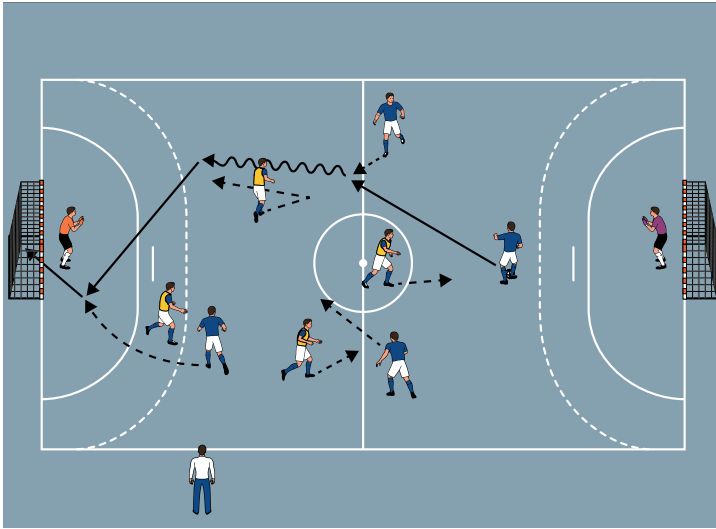
VARIATIONEN

- ▶ Nicht zum aufgerufenen, sondern zum jeweils anderen Hütchentor laufen.
- ▶ Gelingt es dem Verteidiger, den Ball zu erobern, so kontert er auf das Hütchentor.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Entfernung der Hütchentore zu den Toren dem Leistungsstand der Spieler anpassen.
- ▶ Der Spieler, der zuerst am Ball ist, soll mutig den Laufweg des Verteidigers kreuzen und zielstrebig abschließen.

THEMA: DIE GEGEBENHEITEN DER HALLE NUTZEN



SCHLUSSTEIL:

TORSCHUSS-VORGABEN

ORGANISATION

- ▶ Die gesamte Halle als Spielfeld nutzen.
- ▶ Auf jeder Grundlinie 1 Tor aufstellen
- ▶ 2 Mannschaften einteilen.

ABLAUF

- ▶ 4 gegen 4 auf die Tore mit Torhütern.
- ▶ Gültige Treffer können nur aus der gegnerischen Hälfte erzielt werden.
- ▶ Innerhalb der Torräume können gültige Treffer nur per Direktschuss erzielt werden.
- ▶ Welche Mannschaft erzielt zuerst 5 Treffer?

VARIATIONEN

- ▶ Ohne Torhüter spielen.
- ▶ Die Ballbesitzer dürfen mit maximal 3 Kontakten agieren.
- ▶ Gültige Treffer sind nur dann möglich, wenn sich alle Spieler der Ballbesitzer in der gegnerischen Hälfte befinden.
- ▶ Gültige Treffer von innerhalb der Torräume können nur mit dem schwächeren Fuß erzielt werden.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Hat eine Mannschaft 5 Treffer erzielt, neue Teams zusammenstellen und erneut spielen lassen.
- ▶ Die Torschussvorgaben immer wieder wechseln.
- ▶ Die Torhüter regelmäßig wechseln, sodass jeder Spieler einmal als Torhüter agieren muss.
- ▶ Als Trainer den Spielstand nach jedem erzielten Treffer laut mitzählen.