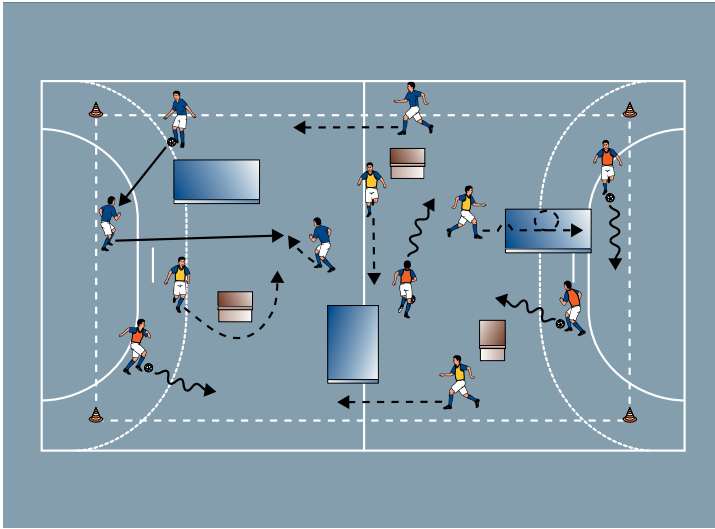


## THEMA: MIT HALLENGERÄTEN FÜR ABWECHSLUNG SORGEN



### AUFWÄRMEN 1:

## HALLEN-EINSTIMMUNG

### ORGANISATION

- ▶ 1 Feld markieren
- ▶ Im Feld Matten und kleine Kästen verteilen
- ▶ 3 Gruppen bilden
- ▶ Gruppe 1 hat 1 und alle Spieler von Gruppe 2 haben je 1 Ball

### ABLAUF

- ▶ Die Spieler führen verschiedene Aufgaben aus und können dabei die Geräte frei in ihre Aktionen einbauen.
- ▶ Gruppe 1: Die Spieler passen sich in der Gruppe zu.
- ▶ Gruppe 2: Die Spieler dribbeln frei durch das Feld.
- ▶ Gruppe 3: Die Spieler laufen frei durch das Feld.

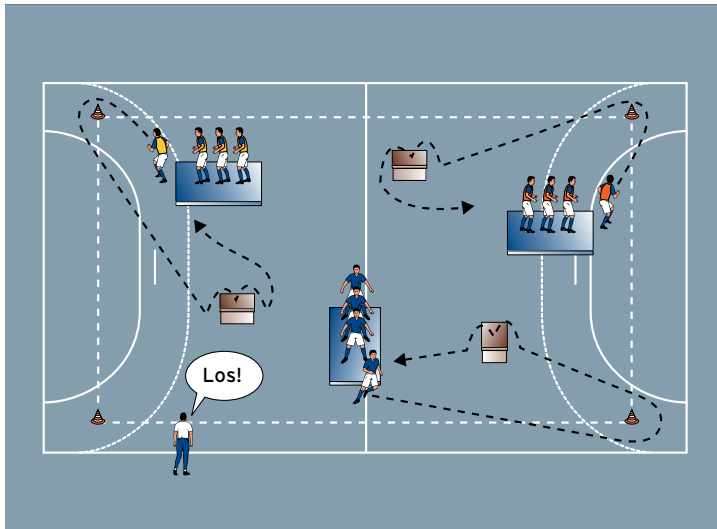
### VARIATIONEN

- ▶ Die Laufgeschwindigkeit auf ein Trainerkommando variieren.
- ▶ Weitere Materialien im Feld verteilen.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Im Aufwärmteil sollen die Spieler ihre Kreativität unter Beweis stellen.
- ▶ Entsprechend sollte der Trainer kaum Vorgaben erteilen.
- ▶ Nach jeweils 1 Minute tauschen die Gruppen die Aufgaben.

## THEMA: MIT HALLENGERÄTEN FÜR ABWECHSLUNG SORGEN



### AUFWÄRMEN 2:

### MATTEN-EINSTIMMUNG

#### ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Gruppen weiter verwenden
- ▶ Jede Gruppe stellt sich ohne Ball auf einer Matte auf

#### ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando umlaufen die Startspieler ein Hütchen und springen danach auf einen kleinen Kasten.
- ▶ Anschließend schlagen sie den jeweils nächsten Spieler bei der eigenen Gruppe ab, der ebenfalls startet, dabei jedoch ein anderes Hütchen und einen anderen Kasten wählen muss.
- ▶ Welche Mannschaft ist zuerst fertig?

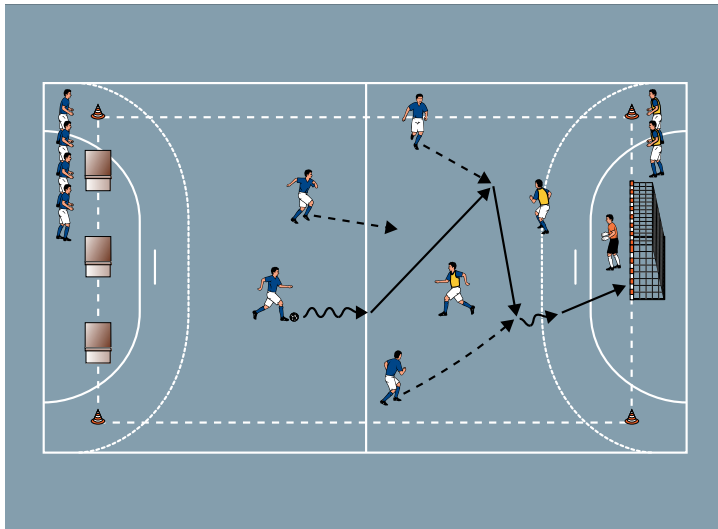
#### VARIATIONEN

- ▶ Die Aktion läuft mit Ball ab. Die Spieler müssen dabei über den kleinen Kasten lupfen.
- ▶ Den Ball mit der Hand prellen.

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Organisation wurde so gewählt, dass kein Umbau erforderlich ist.
- ▶ Bei ungleichen Gruppengrößen muss der Trainer entscheiden, ob der Startspieler doppelt läuft oder ein Spieler einer Überzahl-Gruppe pausiert.
- ▶ Darauf achten, dass jede Gruppe alle Hütchen und alle Kästen mindestens einmal anläuft.

## THEMA: MIT HALLENGERÄTEN FÜR ABWECHSLUNG SORGEN



### HAUPTTEIL 1:

## COUNTDOWN-SPIEL

### ORGANISATION

- ▶ 1 Feld mit 1 Tor und 3 kleinen Kästen als Kontertore errichten
- ▶ 1 Torhüter bestimmen
- ▶ 3 Gruppen bilden
- ▶ 1 Gruppe übernimmt die Verteidiger-Aufgabe
- ▶ Je 2 Spieler im Feld postieren

### ABLAUF

- ▶ Die Angreifergruppen starten abwechselnd Angriffe auf das Tor und versuchen, im 4 gegen 2 zum Abschluss zu kommen.
- ▶ Die Abschlüsse müssen innerhalb von 20 Sekunden erfolgen.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, so versuchen sie, gegen einen kleinen Kasten zu passen.

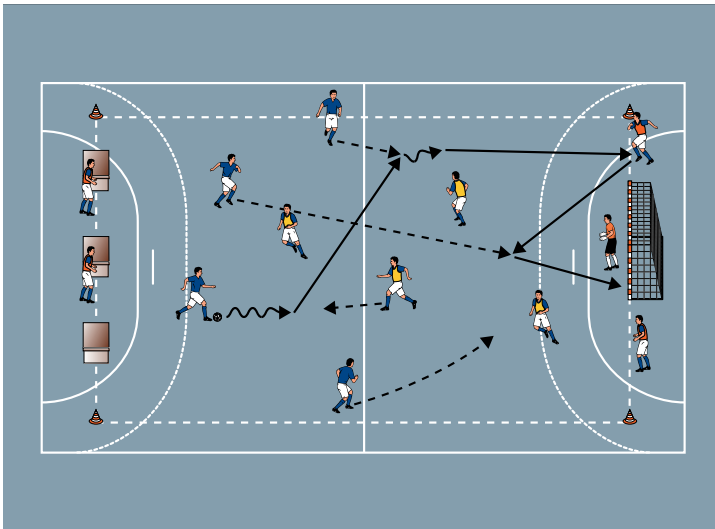
### VARIATIONEN

- ▶ Die Countdown-Zeit variieren.
- ▶ Die Angreifer dürfen mit maximal 3 Kontakten spielen.
- ▶ Kontertore zählen dreifach!

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die beiden Angreifergruppen erhalten pro Durchgang 4 Angriffe.
- ▶ Nach jedem Durchgang die Verteidigergruppe wechseln.

## THEMA: MIT HALLENGERÄTEN FÜR ABWECHSLUNG SORGEN



### HAUPTTEIL 2:

#### 4 PLUS 4 GEGEN 4

##### ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Mannschaften beibehalten
- ▶ Eine Mannschaft übernimmt zunächst die Anspieler-Aufgabe
- ▶ Die beiden anderen Teams postieren sich im Feld

##### ABLAUF

- ▶ 4 gegen 4 auf das Tor und die 3 Kästen.
- ▶ Die Ballbesitzer dürfen die Anspieler jederzeit einbeziehen.
- ▶ Spielzeit pro Durchgang: jeweils 2 Minuten.
- ▶ Anschließend die Positionen und Aufgaben wechseln.

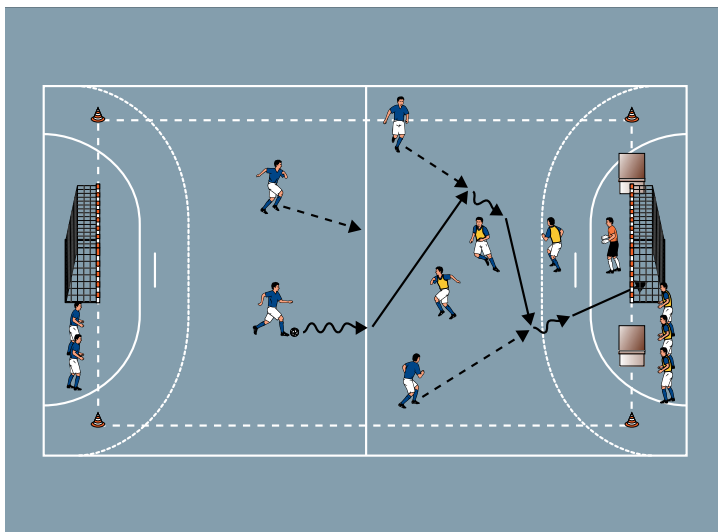
##### VARIATIONEN

- ▶ Nur die Mannschaft, die auf das Tor angreift, kann die Anspieler in ihre Aktionen einbeziehen.
- ▶ Erzielte Treffer beim Tor zählen doppelt.
- ▶ Ein Turnier nach dem Modus 'jeder gegen jeden' mit Hin- und Rückrunde durchführen.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Nach jedem Durchgang die Anspieler-Gruppe wechseln.
- ▶ Die Teams sollen jeweils zweimal gegeneinander antreten. So ist gewährleistet, dass alle Mannschaften auch alle Aufgaben zu absolvieren hatten.

## THEMA: MIT HALLENGERÄTEN FÜR ABWECHSLUNG SORGEN



### SCHLUSSTEIL:

### ERSCHWERTES 4 GEGEN 3

#### ORGANISATION

- ▶ 1 Feld mit 2 Toren und 2 kleinen Kästen als Extratore errichten
- ▶ 2 Mannschaften bilden
- ▶ Blau erhält zunächst das Angriffsrecht
- ▶ Die Verteidiger stellen 1 Torhüter

#### ABLAUF

- ▶ Blau greift zunächst im 4 gegen 3 auf das Tor mit Torhüter und die beiden kleinen Kästen an.
- ▶ Gelingt es Gelb, den Ball zu erobern, so kontern sie auf das gegenüberliegende leere Tor.
- ▶ Spielzeit pro Durchgang: 4 Minuten.

#### VARIATIONEN

- ▶ Die Überzahl-Mannschaft darf mit maximal 3 Kontakten agieren.
- ▶ Erzielte Treffer beim Tor mit Torhüter sowie Kontertore zählen doppelt.

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Das Kontertor ist nicht mit einem Torhüter besetzt. Außerdem darf kein Spieler den Ball mit der Hand berühren.
- ▶ Die Spieler können selbstständig wechseln.
- ▶ Nach jedem Durchgang die Seiten und das Angriffsrecht wechseln.
- ▶ Ziel des Spiels ist, dass die Überzahl-Mannschaft nach einem möglichen Ballverlust blitzschnell umschalten muss, um einen Konter möglichst frühzeitig zu unterbinden.