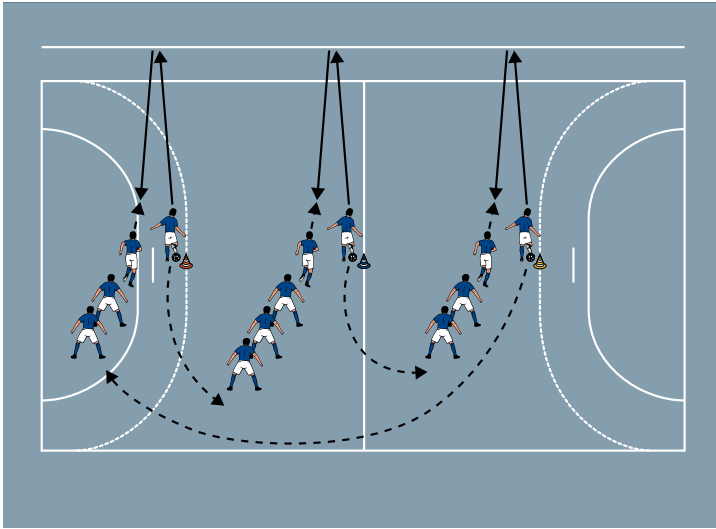


THEMA: DIE HALLENWAND ALS HILFSMITTEL



AUFWÄRMEN 1:

WAND-PASS-KETTE

ORGANISATION

- ▶ 15 Meter vor einer Hallenwand 3 Starthütchen nebeneinander markieren
- ▶ Die Spieler an die Starthütchen verteilen, der jeweils erste hat einen Ball

ABLAUF

- ▶ Die ersten Spieler starten, passen gegen die Wand und laufen zum nächsten Starthütchen.
- ▶ Den Abpraller nimmt der nächste Spieler mit einem Kontakt an, passt mit dem zweiten Kontakt und läuft ebenfalls zum nächsten Starthütchen.

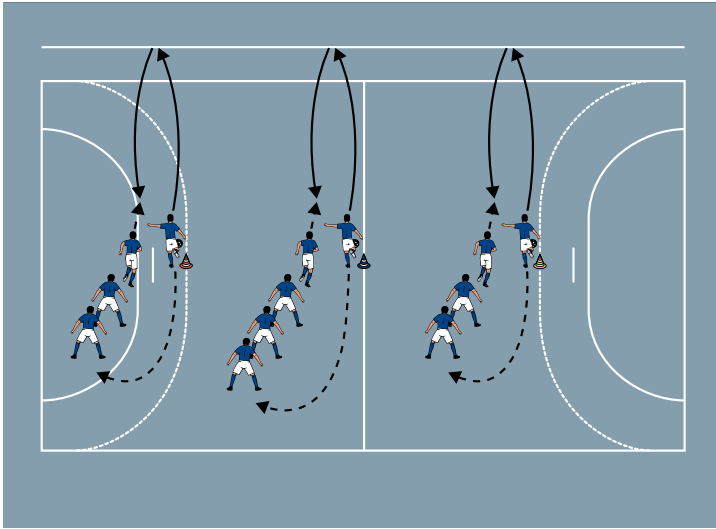
VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links passen.
- ▶ Direkt spielen.
- ▶ Den Abstand der Hütchen zur Wand vergrößern, um die Aufgabe zu erschweren.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Bei steigender Teilnehmerzahl mehr Starthütchen aufstellen.
- ▶ An jedem Starthütchen ausreichend Ersatzbälle bereitlegen.

THEMA: DIE HALLENWAND ALS HILFSMITTEL



AUFWÄRMEN 2:

WAND-VOLLEY

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ 3 Teams einteilen und jedes Team mit einem Ball an einem Starthütchen postieren

ABLAUF

- ▶ Die ersten Spieler starten, spielen den Ball aus der Hand per Volleyschuss gegen die Wand und stellen sich am eigenen Starthütchen wieder an.
- ▶ Der nächste Spieler fängt den Ball und spielt dann erneut einen Volleyschuss aus der Hand gegen die Wand.
- ▶ Berührt der Ball den Hallenboden, erhält das Team einen Minuspunkt.

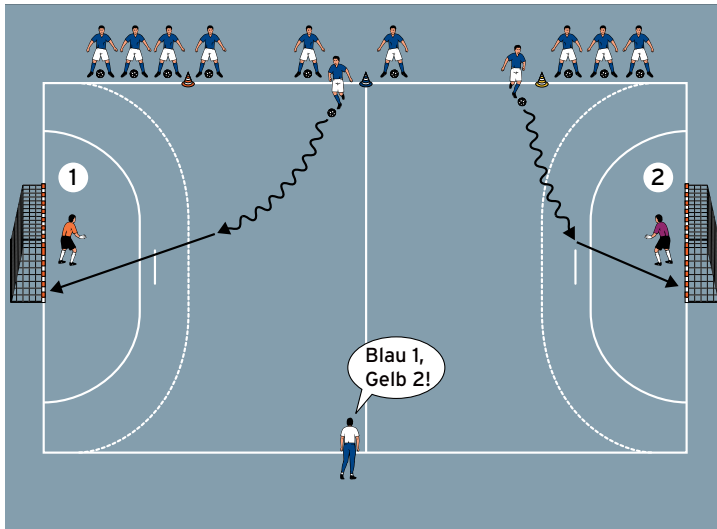
VARIATIONEN

- ▶ Nur mit dem Fußspann/der Fußinnenseite volley gegen die Wand spielen.
- ▶ Nur mit rechts/links spielen.
- ▶ Den Abpraller nicht auffangen, sondern aus der Luft annehmen und volley weiterspielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Bei steigender Teilnehmeranzahl mehr Starthütchen aufstellen.
- ▶ Die nächsten Spieler müssen aktionsbereit sein und dem Ball entgegenlaufen.

THEMA: DIE HALLENWAND ALS HILFSMITTEL



HAUPTTEIL 1:

TORSCHUSS-AUSWAHL

ORGANISATION

- ▶ Die gesamte Halle nutzen
- ▶ Vor einer seitlichen Hallenwand 3 verschiedenfarbige Starthütchen markieren
- ▶ Auf jeder Grundlinie ein Tor mit Torhüter aufstellen und die Tore nummerieren
- ▶ Die Spieler mit Bällen an die Starthütchen verteilen

ABLAUF

- ▶ Der Trainer startet jeden Durchgang, indem er eine Hütchenfarbe und ein Tor aufruft.
- ▶ Der Spieler vom aufgerufenen Starthütchen dribbelt zum aufgerufenen Tor und schießt.
- ▶ Anschließend stellt sich der Spieler an dem Starthütchen an, an dem die wenigsten Spieler stehen.

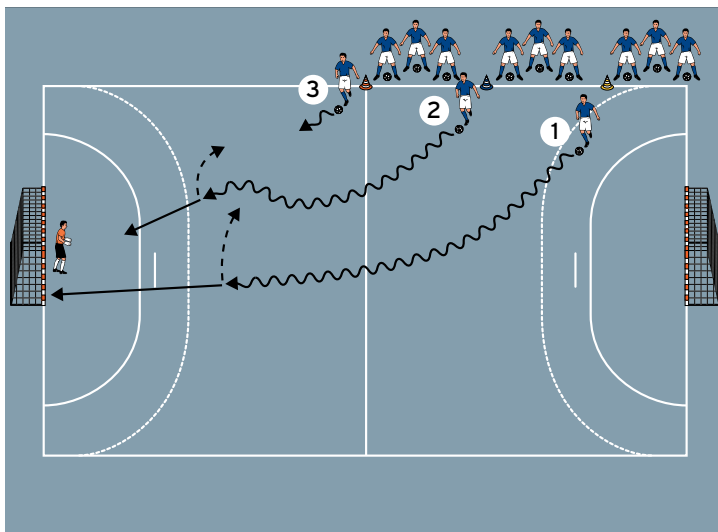
VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links schießen.
- ▶ Den Ball in der Hand tragen und per Volleyschuss abschließen.
- ▶ Auf ein Tor aus dem Dribbling, auf das andere Tor aus der Hand per Volleyschuss schießen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Als Trainer die Hütchenfarben und die Tore immer schneller nacheinander aufrufen und so den Ablauf immer weiter beschleunigen.
- ▶ Nach jedem Torschuss direkt zur Seite ausweichen, so dass der nächste Spieler ungestört schießen kann.
- ▶ Die Linien auf dem Hallenboden nutzen und so eine Torschuss-Zone in der Hallenmitte markieren, aus der die Spieler schießen müssen.

THEMA: DIE HALLENWAND ALS HILFSMITTEL



HAUPTTEIL 2:

TORSCHUSS-GEGNER

ORGANISATION

- ▶ Die gesamte Halle nutzen
- ▶ Vor einer Hallenwand seitlich 3 verschiedenfarbige Starthütchen aufstellen
- ▶ Auf einer Grundlinie ein Tor mit Torhüter aufstellen
- ▶ Die Spieler mit Bällen an die Starthütchen verteilen

ABLAUF

- ▶ Der erste Spieler vom torentferntesten Starthütchen startet ins Dribbling, schießt auf das Tor und wird Verteidiger.
- ▶ Sobald der Spieler geschossen hat, startet der erste Spieler vom mittleren Starthütchen und versucht im 1 gegen 1 einen Treffer zu erzielen.
- ▶ Sobald der Spieler einen Treffer erzielt hat oder der Ball verspielt ist, wird er ebenfalls Verteidiger und spielt 1 gegen 1 gegen 1 gegen den ersten Spieler vom tornahen Starthütchen.
- ▶ Erobert ein Verteidiger den Ball darf er ebenfalls auf das Tor abschließen.

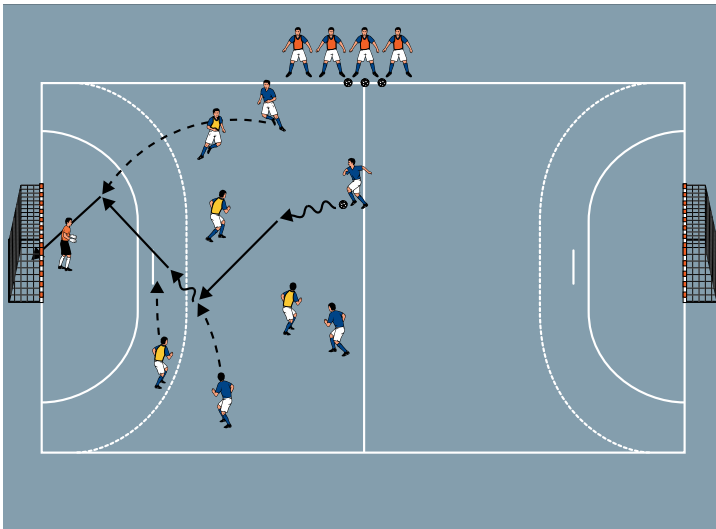
VARIATIONEN

- ▶ Der Trainer ruft die Farbe des Starthütchens auf, von dem die Spieler starten sollen.
- ▶ Ein Kontertor aufstellen, auf das die Verteidiger bei Ballgewinn angreifen können.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Sobald der dritte Spieler eindribbelt, agieren die Spieler alle gegeneinander. Der Spieler, der in Ballbesitz ist, ist jeweils Angreifer und kann auf das Tor abschließen.
- ▶ Der nächste Spieler darf immer erst starten, wenn der Vordermann geschossen hat.

THEMA: DIE HALLENWAND ALS HILFSMITTEL



SCHLUSSTEIL:

EIN-TOR-TURNIER

ORGANISATION

- ▶ Die gesamte Halle als Spielfeld markieren
- ▶ Auf einer Grundlinie ein Tor mit Torhüter aufstellen
- ▶ 3 Teams einteilen

ABLAUF

- ▶ 2 Teams spielen im 4 gegen 4 und das dritte Team wartet außerhalb des Spielfeldes.
- ▶ Jedes Team greift bei Ballbesitz auf das Tor mit Torhüter an.
- ▶ Um das Angriffsrecht zu erhalten, muss das Team nach einer Balleroberung erst aus dem Strafraum dribbeln.
- ▶ Das Team, das einen Treffer erzielt, bleibt auf dem Spielfeld und das andere Team wechselt.
- ▶ Das wartende Team dribbelt zum nächsten Angriff ein.

VARIATIONEN

- ▶ Mit 3 Kontakten spielen.
- ▶ Treffer zählen nur innerhalb des Strafraums.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Gehaltene Bälle spielt der Torhüter neutral wieder ein.
- ▶ Ausreichend Bälle am Seitenrand für das wartende Team bereitlegen.