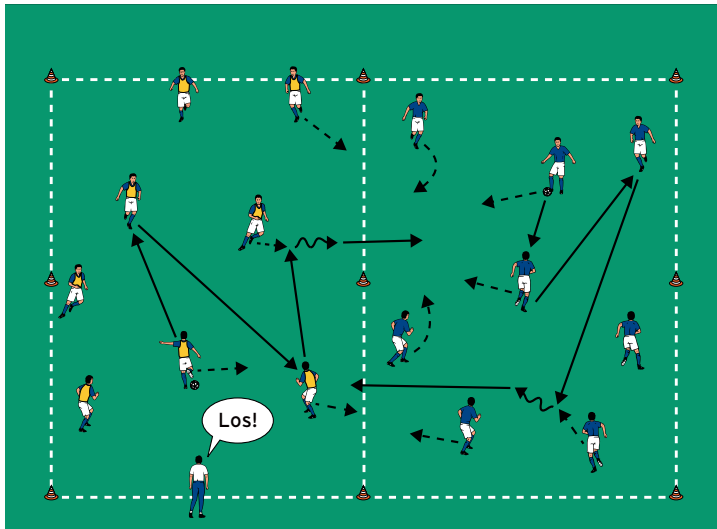


THEMA: DAS ZUSAMMENSPIEL SCHULEN



AUFWÄRMEN 1:

FELDER-PASSEN

ORGANISATION

- ▶ Aneinandergrenzend zwei 20 x 15 Meter große Felder nebeneinander markieren
- ▶ 2 Mannschaften einteilen und jeweils mit 1 Ball in einem Feld postieren

ABLAUF

- ▶ Die Spieler jeder Mannschaft passen sich innerhalb des Feldes in den eigenen Reihen zu.
- ▶ Auf ein Trainerkommando wechseln beide Teams die Felder.
- ▶ Dabei muss der jeweilige Ball jedoch zuerst ins andere Feld vorgespült werden (wie beim Eishockey-Abseits).
- ▶ Welche Mannschaft wechselt zuerst komplett das Spielfeld?

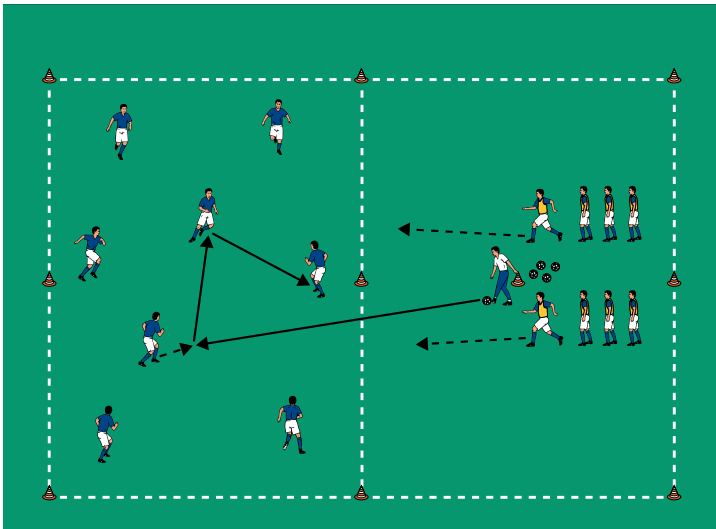
VARIATIONEN

- ▶ Die Bälle in den eigenen Reihen zuwerfen.
- ▶ Per Volleyschuss aus der Hand mit der Innenseite bzw. dem Vollspann zuspülen.
- ▶ Jedes Team spielt/wirft sich 2 Bälle in den eigenen Reihen zu.
- ▶ Mit einem Ball flach zupassen, den anderen hoch zuwerfen bzw. per Volleyschuss aus der Hand hoch zuspülen.
- ▶ Je 1 Verteidiger bestimmen, der versucht, die Bälle des jeweils anderen Teams aus dem Feld zu spielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Darauf achten, dass die Spieler nur nach einem Blickkontakt zum Passempfänger zuspülen.
- ▶ Den Zuspielen aktiv entgegenstarten.
- ▶ Als Passgeber nach den Zuspielen sofort wieder anbieten ('Spiel und geh!').
- ▶ Die Passempfänger dürfen nicht zum Passgeber zurückspielen.

THEMA: DAS ZUSAMMENSPIEL SCHULEN



AUFWÄRMEN 2:

ZEIT-PASSEN

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau weiter verwenden
- ▶ 1 Feld unbenutzt lassen
- ▶ 2 Mannschaften einteilen
- ▶ Die Spieler einer Mannschaft im Feld postieren
- ▶ Die Spieler des anderen Teams stellen sich mit 5 Bällen neben dem Trainer auf

ABLAUF

- ▶ Der Trainer spielt den ersten Ball ins Feld ein.
- ▶ Die Passempfänger versuchen, im Zusammenspiel in Ballbesitz zu bleiben.
- ▶ Gleichzeitig starten die ersten beiden Spieler der anderen Mannschaft als Verteidiger ins Feld und versuchen, den Ball zu erobern oder aus dem Feld zu spielen.
- ▶ Sobald der erste Ball verspielt wurde, passt der Trainer sofort den nächsten Ball ein und die nächsten beiden Spieler laufen als Verteidiger ins Feld usw.
- ▶ Nach jeweils 5 Bällen die Positionen und Aufgaben wechseln.
- ▶ Welche Mannschaft behauptet die 5 Bälle insgesamt am längsten?

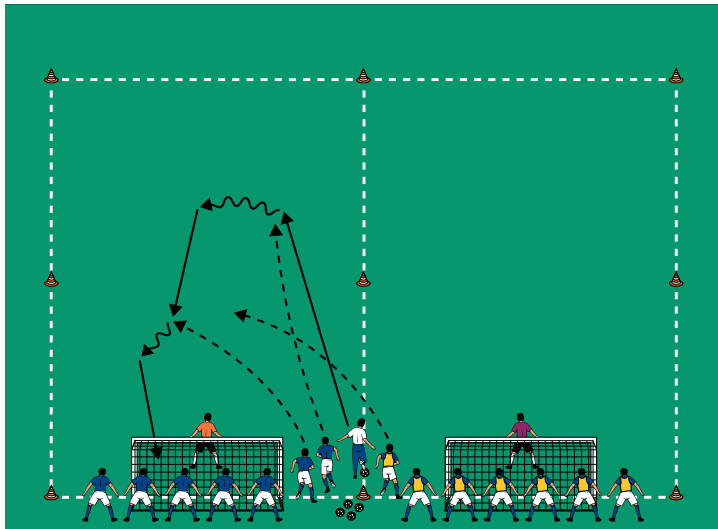
VARIATIONEN

- ▶ Nur jeweils 1 Verteidiger startet ins Feld.
- ▶ 3 Verteidiger laufen gleichzeitig ins Feld.
- ▶ Als Trainer hoch ins Feld einwerfen bzw. per Volleyschuss aus der Hand hoch einspielen.
- ▶ Die Spieler im Feld werfen sich in den eigenen Reihen zu.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Als Passempfänger so freilaufen und anbieten, dass der jeweilige Ballbesitzer immer mindestens zwei Abspielmöglichkeiten hat.
- ▶ Werden die Bälle zu schnell verspielt, das Feld gegebenenfalls vergrößern.
- ▶ Als Verteidiger erst ins Feld starten, nachdem der Trainer eingespielt hat.
- ▶ Nach einem Ballgewinn als Verteidiger sofort das Feld verlassen, so dass schnell wieder eingespielt werden kann.

THEMA: DAS ZUSAMMENSPIEL SCHULEN



HAUPTTEIL 1:

ÜBERZAHL-SPIEL

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ In beiden Feldern auf einer Grundlinie je 1 Tor mit Torhüter aufstellen
- ▶ Der Trainer postiert sich mit Bällen neben den Toren zwischen den Feldern
- ▶ 2 Mannschaften einteilen, die sich jeweils neben dem Trainer aufstellen

ABLAUF

- ▶ Der Trainer startet jeden Durchgang, indem er neutral in eines der Felder einspielt.
- ▶ Die ersten Spieler beider Mannschaften laufen zum 2 gegen 1 ins Feld.
- ▶ Die Spieler der jeweils feldnahen Mannschaft agieren dabei als Angreifer in Überzahl.
- ▶ Anschließend spielt der Trainer sofort ins jeweils andere Feld ein usw.
- ▶ Sobald ein Ball verspielt wurde, verlassen die Spieler das Feld, und der Trainer spielt erneut ein.
- ▶ Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so dürfen sie ebenfalls auf die Tore mit Torhütern abschließen.

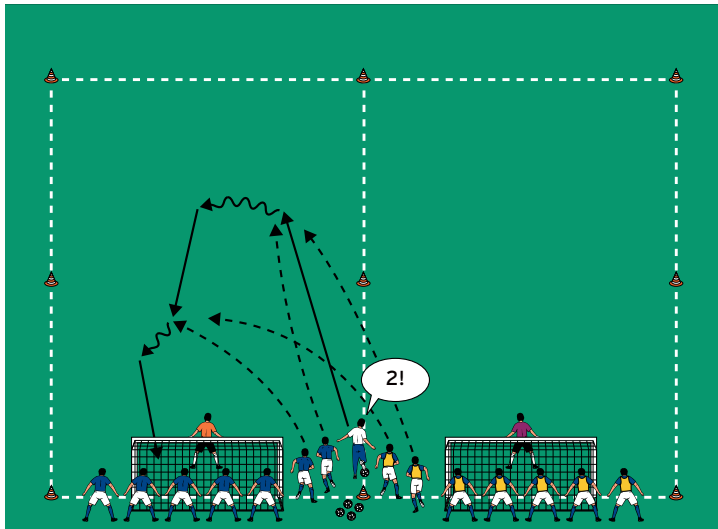
VARIATIONEN

- ▶ Als Trainer hoch ins Feld einwerfen.
- ▶ Trainer und Spieler postieren sich gegenüber von den Toren. Der Trainer spielt in Richtung Tor ein.
- ▶ Als Trainer die Position variieren und von unterschiedlichen Stellen in die Felder einspielen.
- ▶ Die Spieler laufen zum 3 gegen 2 ins Feld.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Als Spieler ständig zu beiden Spielfeldern orientieren, um sofort sowohl als Angreifer als auch als Verteidiger aktionsbereit zu sein.
- ▶ Als Angreifer nach dem Sprint zum Ball sofort frontal zum Tor aufdrehen, um Druck auf den Verteidiger ausüben zu können.
- ▶ Nach einem verspielten Ball das Feld sofort verlassen, so dass die nächsten Spieler starten können.
- ▶ Als Trainer erst einspielen, wenn die vorherigen Spieler das Feld verlassen haben.
- ▶ Jeden erzielten Treffer laut mitzählen.

THEMA: DAS ZUSAMMENSPIEL SCHULEN



HAUPTTEIL 2:

GLEICHZAHL-SPIEL

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Mannschaften beibehalten

ABLAUF

- ▶ Den Grundablauf von zuvor beibehalten.
- ▶ Jetzt ruft der Trainer eine Zahl von 1 bis 3 auf und spielt anschließend neutral ins Feld ein.
- ▶ Die jeweils aufgerufene Anzahl an Spielern läuft ins Feld.
- ▶ Beide Teams dürfen auf die Tore mit Torhüter angreifen.

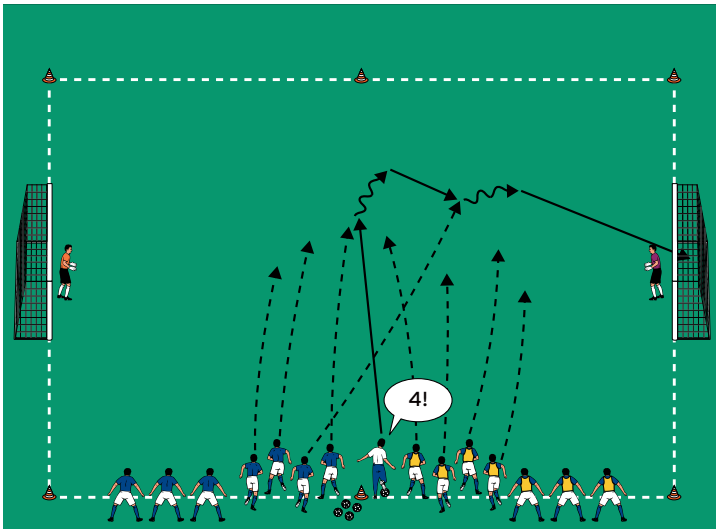
VARIATIONEN

- ▶ Hoch ins Feld einwerfen.
- ▶ Trainer und Spieler postieren sich gegenüber von den Toren. Der Trainer spielt in Richtung Tor ein.
- ▶ Als Trainer die Position variieren und von unterschiedlichen Stellen in die Felder einspielen.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welche Mannschaft erzielt zuerst 10 Treffer?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Das Gleichzahl-Spiel läuft mit einem sehr hohen Tempo ab. Deshalb als Spieler immer aufmerksam sein und zu beiden Feldern orientieren.
- ▶ Ausreichend Belastungspausen einplanen.
- ▶ Als Angreifer nach dem Sprint zum Ball sofort frontal zum Tor aufdrehen, um Druck auf die Verteidiger ausüben zu können.
- ▶ Jeden erzielten Treffer laut mitzählen.

THEMA: DAS ZUSAMMENSPIEL SCHULEN



SCHLUSSTEIL:

ZAHLEN-SPIEL

ORGANISATION

- ▶ Ein 30 x 20 Meter großes Feld mit Toren mit Torhütern markieren
- ▶ Der Trainer stellt sich mit Bällen mittig auf einer Seitenlinie auf
- ▶ 2 Mannschaften einteilen, die sich neben dem Trainer postieren

ABLAUF

- ▶ Der Trainer passt ins Feld und ruft eine Zahl von 3 bis 5 auf.
- ▶ Die aufgerufene Anzahl an Spielern läuft ins Feld und spielt gegeneinander auf die Tore mit Torhüter.
- ▶ Wird der Ball aus dem Feld gespielt oder ein Treffer erzielt, so verlassen die Spieler das Feld, der Trainer startet den nächsten Durchgang usw.
- ▶ Welche Mannschaft erzielt zuerst 10 Treffer?

VARIATIONEN

- ▶ 2 Zahlen aufrufen und so Über-/Unterzahl situationen schaffen.
- ▶ Zum Schluss frei spielen lassen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Wird der Ball zu schnell verspielt, kann der Trainer einen weiteren Ball neutral einspielen.
- ▶ Die Torhüter spielen mit ihren Mannschaften zusammen und können jederzeit ins Spiel einbezogen werden.
- ▶ Nach jedem Durchgang das Spielfeld schnell verlassen, so dass sofort der nächste Ball eingespielt werden kann.
- ▶ Als Trainer die erzielten Treffer jeder Mannschaft laut mitzählen.