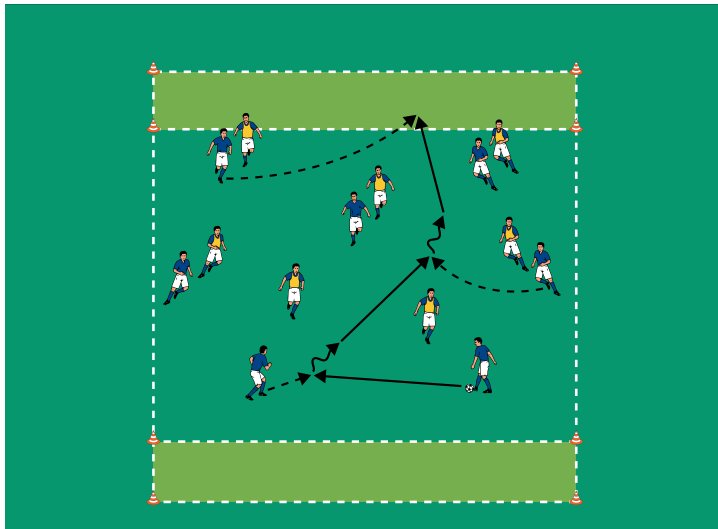


THEMA: BESSER PASSEN UND SCHIESSEN LERNEN



AUFWÄRMEN 2:

ZONENFUSSBALL

ORGANISATION

- ▶ Das Feld beibehalten
- ▶ Zusätzlich an zwei gegenüberliegenden Seiten Endzonen errichten
- ▶ 2 Mannschaften einteilen

ABLAUF

- ▶ 7 gegen 7 auf die Endzonen.
- ▶ Die Ballbesitzer versuchen jeweils, in die gegnerische Endzone zu kombinieren.
- ▶ Jedes Zuspiel zu einem in die Zone startenden Mitspieler, das dieser in der Endzone kontrolliert, ergibt 1 Punkt für die Teamwertung.

VARIATIONEN

- ▶ Die Ballbesitzer dürfen mit maximal 3 Kontakten agieren.
- ▶ Die Teams dürfen jeweils in beide Endzonen kombinieren.
- ▶ Handball spielen und versuchen, einem Mitspieler in den Endzonen zuzuspielen.
- ▶ Per Volleyschuss oder Dropkick aus der Hand zuspielen und versuchen, in die Endzonen zu kombinieren.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler sollen sich bereits im Aufwärmen spielerisch mit dem technischen Thema des Hauptteils auseinandersetzen.
- ▶ Nach dem übungsintensiven ersten Aufwärmteil das Spiel als Trainer mehr oder weniger frei ablaufen lassen und nicht für Korrekturen unterbrechen.
- ▶ Die Breite und Tiefe des Feldes vollständig nutzen.
- ▶ Darauf achten, dass die Endzonen jeweils nur von dem Zielspieler betreten werden. Die Spieler dürfen sich in den Endzonen jeweils nicht aufhalten.