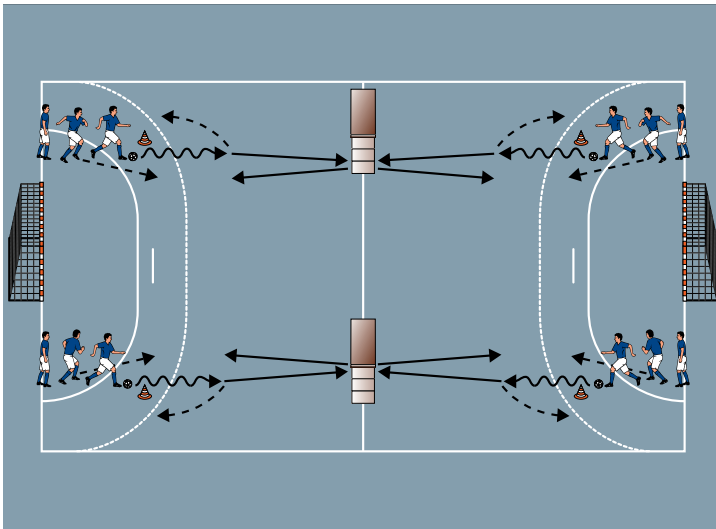


THEMA: DIE HALLE NUTZEN



AUFWÄRMEN 1:

FUSSBALL-SQUASH

ORGANISATION

- ▶ 2 Turnkästen in der Hallenmitte aufstellen
- ▶ Vor und hinter jedem Turnkasten ein Starthütchen markieren
- ▶ Die Spieler an die Starthütchen verteilen
- ▶ Die jeweils ersten Spieler haben 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Die Spieler passen nacheinander gegen den Turnkasten und laufen zurück zum Starthütchen.
- ▶ Wenn eine Gruppe den Turnkasten nicht trifft, erhalten die anderen Gruppen 1 Punkt.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welche Gruppe sammelt die meisten Punkte?

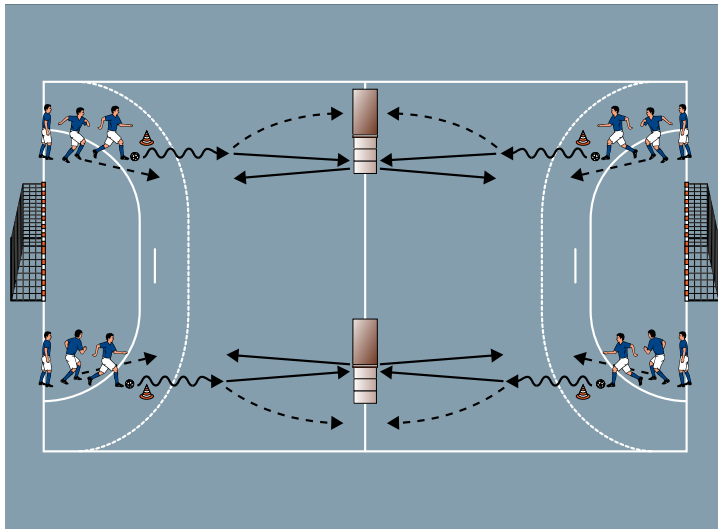
VARIATIONEN

- ▶ Mit 2 Kontakten spielen.
- ▶ Im Direktspiel agieren.
- ▶ Im Wechsel mit rechts und links passen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Gegebenenfalls eine Zone um die Turnkästen markieren, die die Spieler nicht betreten dürfen.
- ▶ Nach einem Fehlpass die Punkte vergeben und einen neuen Durchgang starten.
- ▶ Nach jedem Pass sofort zur Seite ausweichen und am Starthütchen anstellen.

THEMA: DIE HALLE NUTZEN



AUFWÄRMEN 2:

FUSSBALL-SQUASH-RUNDLAUF

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ Die Spieler an 2 gegenüberliegenden Starthütchen bilden 1 Team

ABLAUF

- ▶ Die Spieler passen nacheinander gegen den Turnkasten und laufen zum Starthütchen gegenüber.
- ▶ Wenn ein Team den Turnkasten nicht trifft, dann erhält das andere Team 1 Punkt.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welches Team sammelt die meisten Punkte?

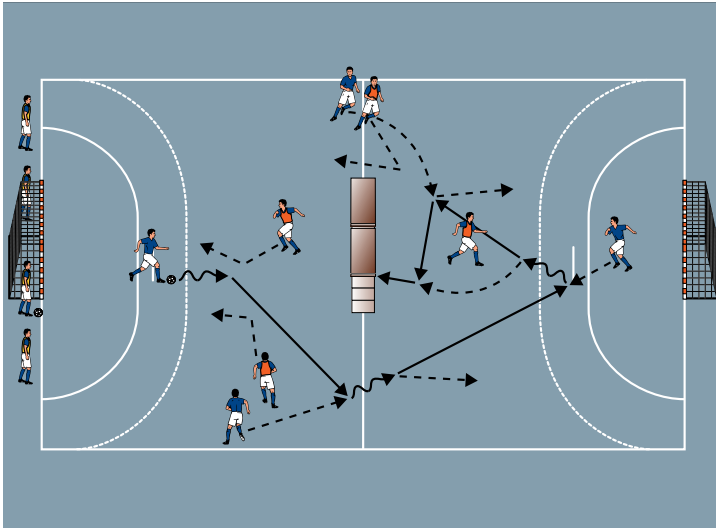
VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler an 2 nebeneinanderliegenden Starthütchen bilden 1 Team.
- ▶ Die Spieler an 2 diagonal gegenüberliegenden Starthütchen bilden 1 Team.
- ▶ Mit 2 Kontakten spielen.
- ▶ Im Direktspiel agieren.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Gegebenenfalls eine Zone um die Turnkästen markieren, die die Spieler nicht betreten dürfen.
- ▶ Nach einem Fehlpass die Punkte vergeben und einen neuen Durchgang starten.
- ▶ Die Spieler auf das Prinzip "Einfalls- gleich Ausfallswinkel" hinweisen.

THEMA: DIE HALLE NUTZEN



HAUPTTEIL 1:

VIERECKS-FELD

ORGANISATION

- ▶ Die gesamte Halle als Spielfeld markieren
- ▶ Mittig 2 Turnkästen als Tor nebeneinander aufstellen
- ▶ 3 Teams bilden
- ▶ 2 Teams im Feld und 1 Team auf einer Grundlinie postieren

ABLAUF

- ▶ 4 gegen 4 auf die Turnkästen.
- ▶ Jedes Team greift auf eine Seite der Turnkästen an und verteidigt die andere Seite.
- ▶ Nach jedem Treffer wechselt das dritte Team mit der Mannschaft, die das Gegentor kassiert hat.
- ▶ Das eingewechselte Team greift auf die gegenüberliegende Seite der Turnkästen an.
- ▶ Das ausgewechselte Team postiert sich auf der Grundlinie.

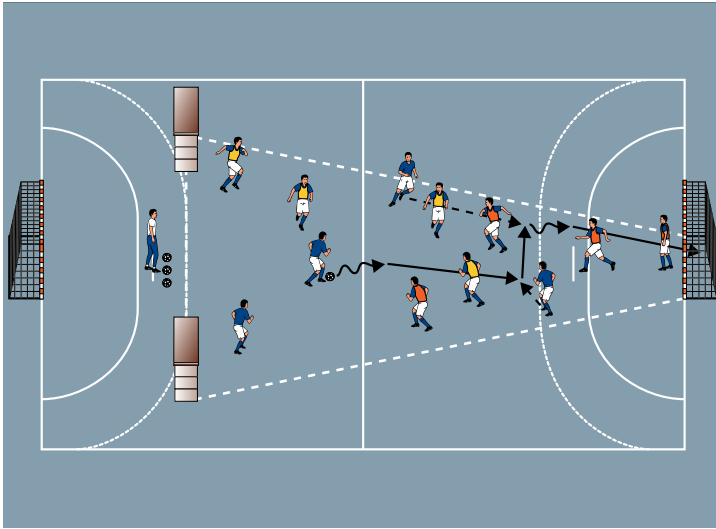
VARIATIONEN

- ▶ Die Teams greifen auf beide Seiten der Turnkästen an.
- ▶ Das Wechsel-Team greift auf die zugewandte Seite der Turnkästen an.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Gegebenenfalls ein Zone um die Turnkästen markieren, die die Spieler nicht betreten dürfen.
- ▶ Nach einem Treffer verlässt das unterlegene Team sofort das Spielfeld.
- ▶ Die seitlichen Hallenwände als Banden nutzen.

THEMA: DIE HALLE NUTZEN



HAUPTTEIL 2:

DREIECKS-FELD

ORGANISATION

- ▶ Mit 1 Tor und 2 Kleinkästen ein dreieckiges Feld gemäß Abbildung markieren
- ▶ 3 Teams bilden
- ▶ Der Trainer steht mit Bällen zwischen den Kästen

ABLAUF

- ▶ 4 gegen 4 gegen 4.
- ▶ Jedes Team verteidigt ein Tor und greift auf die anderen beiden Tore an.
- ▶ Geht der Ball ins Aus, spielt der Trainer einen neuen Ball ein.

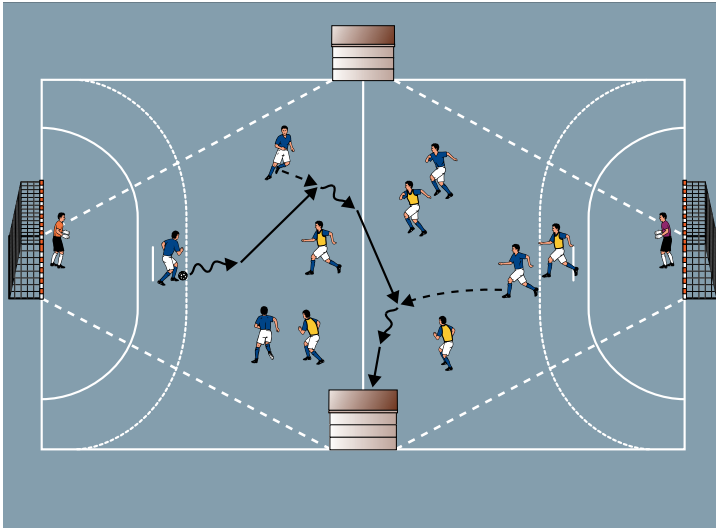
VARIATIONEN

- ▶ Das Team, das das Tor verteidigt, stellt einen Torhüter.
- ▶ Auf ein Trainerkommando "Wechsel" rücken die Teams im Uhrzeigersinn weiter und verteidigen das entsprechende Tor.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Nicht nur das eigene Tor verteidigen, sondern aktiv vor den anderen Toren Bälle gewinnen.
- ▶ Die Teams regelmäßig die Tore wechseln lassen.

THEMA: DIE HALLE NUTZEN



SCHLUSSTEIL:

RAUTEN-FELD

ORGANISATION

- ▶ Mit 2 Turnkästen und 2 Toren ein Rauten-Feld gemäß Abbildung markieren
- ▶ 2 Teams mit Torhütern bilden

ABLAUF

- ▶ 5 gegen 5 auf die Tore mit Torhütern bzw. Turnkästen.
- ▶ Jedes Team greift auf 1 Tor und 1 Turnkasten an.

VARIATIONEN

- ▶ Ein Team greift auf die Tore, das andere Team auf die Turnkästen an.
- ▶ Jedes Team greift auf 1 Tor und beide Turnkästen an.
- ▶ 2 neutrale Torhüter benennen: Die Ballbesitzer greifen auf alle Tore und Turnkästen an.
- ▶ 2 neutrale Torhüter benennen: Welches Team trifft zuerst bei beiden Toren und beiden Turnkästen?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Torhüter regelmäßig wechseln.
- ▶ Das Spielfeld als Achteck markieren und die Hallenwände als Banden nutzen.
- ▶ Gegebenenfalls die gesamte Halle als Spielfeld nutzen und so den Spielraum vergrößern.