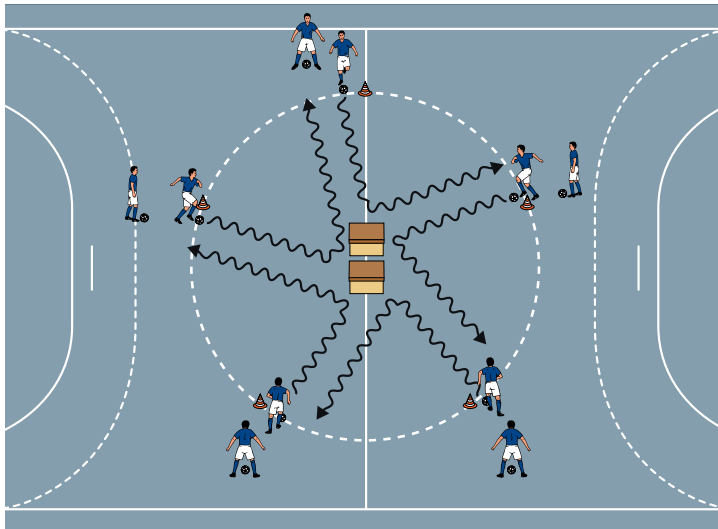


THEMA: MIT TURNIEREN AN DIE HALLE GEWÖHNEN



AUFWÄRMEN 1:

FÜNFER-DRIBBLING

ORGANISATION

- ▶ Mit 5 Starthütchen einen 15 Meter großen Kreis markieren.
- ▶ Mittig 2 Kleinkästen aufstellen.
- ▶ Die Spieler mit Bällen an den Starthütchen verteilen.

ABLAUF

- ▶ Die jeweils ersten Spieler dribbeln zu den Kleinkästen, kappen davor nach rechts/links ab und dribbeln zum nächsten Starthütchen.

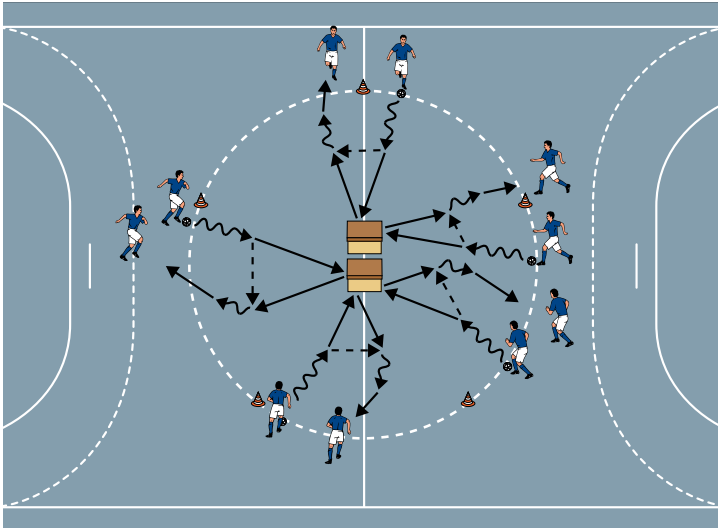
VARIATIONEN

- ▶ Die Kleinkästen umdribbeln.
- ▶ Vor den Kleinkästen eine Finte ausführen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die ersten Spieler sollen jeweils gleichzeitig starten.
- ▶ Nach links/rechts mit der rechten/linken Innenseite oder der linken/rechten Außenseite kappen.
- ▶ An den Kleinkästen den Mitspielern ausweichen.

THEMA: MIT TURNIEREN AN DIE HALLE GEWÖHNEN



AUFWÄRMEN 2:

FÜNFER-PASSEN

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten.
- ▶ An jedem Starthütchen haben die Spieler nur einen Ball.

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando starten die ersten Spieler ins Dribbling.
- ▶ Die Spieler passen gegen einen Kleinkasten, nehmen den Ball an und mit und passen zum nächsten Spieler am Starthütchen.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welche Gruppe spielt zuerst 20 Pässe gegen die Kleinkästen?

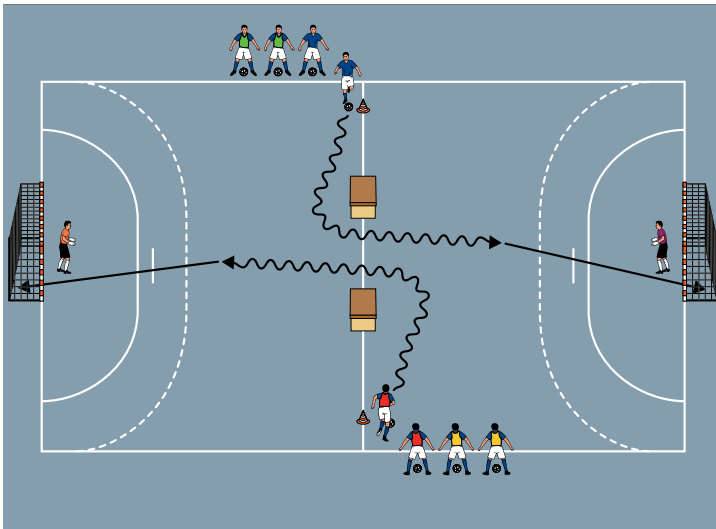
VARIATIONEN

- ▶ Welche Gruppe spielt in einer Minute die meisten Pässe gegen die Kleinkästen?
- ▶ Wie viele Pässe gelingen allen Gruppen zusammen in einer Minute?
- ▶ Wie viele Minuten benötigen alle Gruppen zusammen für 100 Pässe?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf Passgenauigkeit achten, da verspielte Bälle einen Zeitverlust bedeuten.
- ▶ Jede Gruppe zählt die gespielten Pässe laut mit.

THEMA: MIT TURNIEREN AN DIE HALLE GEWÖHNEN



HAUPTTEIL 1:

TORSCHUSS-TURNIER

ORGANISATION

- ▶ An den Grundlinien des Hallenfeldes 2 Tore errichten.
- ▶ Mittig der Halle 2 Kleinkästen und seitlich davon je 1 Starthütchen aufstellen.
- ▶ 5 Teams bilden.
- ▶ 1 Team als Torhüter in den Toren, die anderen Teams mit Bällen an den Starthütchen postieren.

ABLAUF

- ▶ Jeweils 2 Teams an einem Starthütchen treten gegeneinander an.
- ▶ Die Spieler umdribbeln den Kleinkasten vor dem Starthütchen von rechts/links, kappen nach links/rechts ab und schießen auf das linke/rechte Tor.
- ▶ Das Team, das innerhalb von 4 Minuten mehr Treffer erzielt, erhält 3 Punkte.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welches Team gewinnt die meisten Punkte?

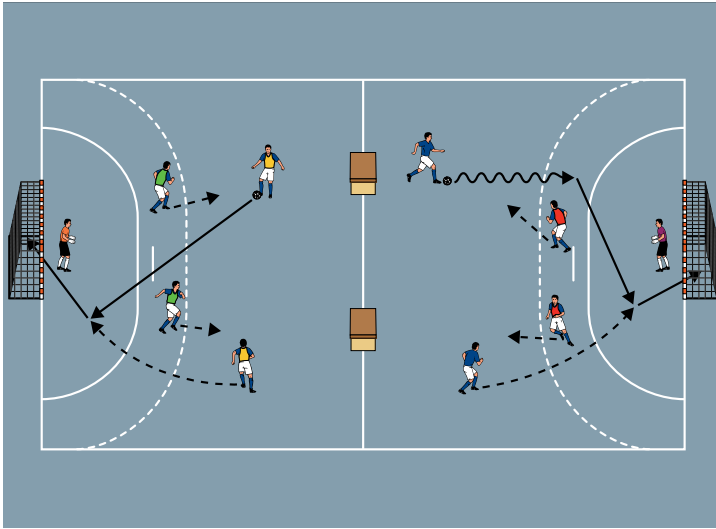
VARIATIONEN

- ▶ Vor dem Kleinkasten nach rechts/links abkappen.
- ▶ Die Kleinkästen im Slalom umdribbeln.
- ▶ Einen Doppelpass mit dem Kleinkasten spielen und den Ball nach rechts/links mitnehmen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Mehrere Durchgänge, falls zeitlich möglich sogar "jeder gegen jeden" spielen.
- ▶ Nach jedem Durchgang die Torhüter wechseln.

THEMA: MIT TURNIEREN AN DIE HALLE GEWÖHNEN



HAUPTTEIL 2:

2-GEGEN-2-TURNIER

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten.
- ▶ Die Starthütchen entfernen.
- ▶ Jede Hallenhälfte als ein Spielfeld nutzen.

ABLAUF

- ▶ Spiele im 2 gegen 2, das fünfte Team stellt die Torhüter.
- ▶ In jeder Hallenhälfte greift ein Team auf das Tor und das andere Team auf die Kleinkästen an.
- ▶ Die Spielzeit beträgt jeweils 3 Minuten.
- ▶ Jeder Sieg ergibt 3 Punkte, jedes Unentschieden 1 Punkt.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welches Team gewinnt die meisten Punkte?

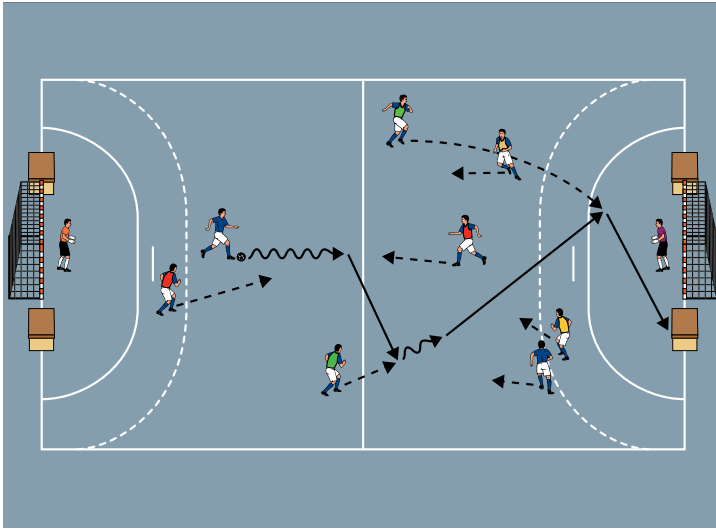
VARIATIONEN

- ▶ Die Positionen der Kleinkästen verändern.
- ▶ Ein größeres und ein kleineres Spielfeld markieren.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Mehrere Durchgänge spielen.
- ▶ Die Teams ungefähr gleich oft auf die Tore angreifen lassen.

THEMA: MIT TURNIEREN AN DIE HALLE GEWÖHNEN



SCHLUSSTEIL:

4-GENEEN-4-TURNIER

ORGANISATION

- ▶ Die ganze Halle als Spielfeld nutzen.
- ▶ Auf jeder Grundlinie ein Tor sowie beidseitig 2 Kleinkästen aufstellen.
- ▶ 5 Teams bilden.
- ▶ Ein Team im Tor postieren.
- ▶ Mit den anderen Teams jeweils 2 Mannschaften bilden.

ABLAUF

- ▶ 4 gegen 4 mit Torhütern.
- ▶ Treffer sind in den Toren und an den Kleinkästen gültig.
- ▶ Nach jeweils 4 Minuten Spielzeit die Torhüter wechseln und neue Mannschaften bilden.
- ▶ Jeder Sieg ergibt 3 Punkte, jedes Unentschieden 1 Punkt.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welches Team gewinnt die meisten Punkte?

VARIATIONEN

- ▶ Die Positionen der Tore und Kleinkästen verändern.
- ▶ Treffer, bei denen ein Team dem anderen Team auflegt, doppelt werten.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Nach jedem Spiel die Teams innerhalb der Mannschaften wechseln, sodass immer wieder andere Teams miteinander spielen.
- ▶ Die Teams möglichst gleich oft im Tor postieren.