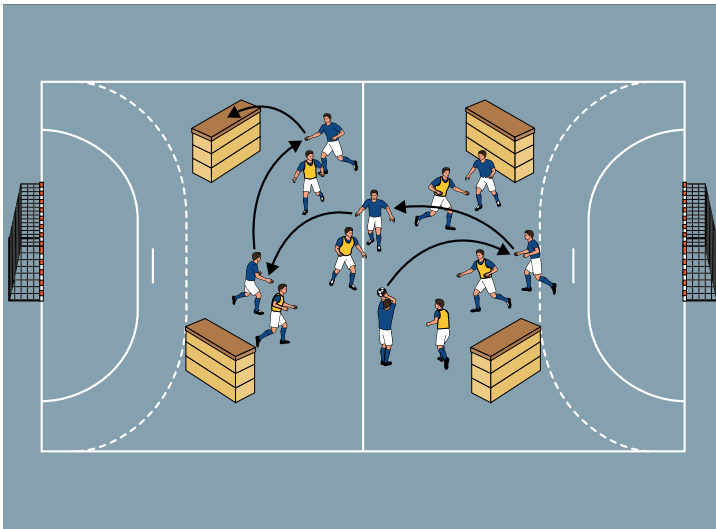


## THEMA: NACH DOPPELPASS ZIELSTREBIG ABSCHLIESSEN



### AUFWÄRMEN 1:

## 6-GEGEN-6-HANDBALLSPIEL MIT 'TOUCHDOWNS' AUF 4 TURNKÄSTEN

### ORGANISATION

- ▶ In der Hallenmitte 4 Turnkästen rautenförmig aufstellen.
- ▶ 2 Teams bilden.

### ABLAUF

- ▶ Handball im 6 gegen 6 auf die Turnkästen.
- ▶ Ziel ist, den Ball auf einem der Turnkästen abzuliegen ('Touchdown').
- ▶ Mit Ball in der Hand darf nicht gelaufen werden.
- ▶ Nach einem 'Touchdown' bleibt die erfolgreiche Mannschaft in Ballbesitz und greift auf einen anderen Turnkasten an.

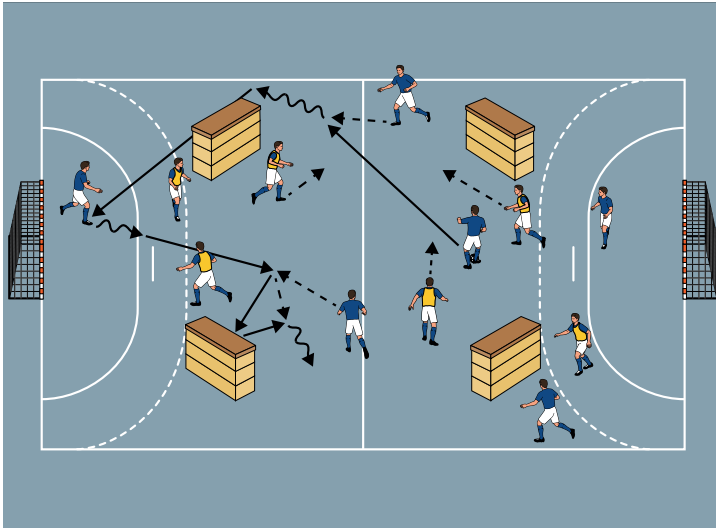
### VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler dürfen mit Ball in der Hand laufen, wenn sie dabei prellen.
- ▶ Zuspiele dürfen nur bis auf Kopfhöhe erfolgen.
- ▶ Verschiedene Bälle nutzen: z. B. Basketball, Football, Handball usw.
- ▶ Jeder Mannschaft 2 Turnkästen fest zuweisen.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Bei kleinen Hallen in der gesamten Halle spielen, ansonsten die Spielfelder begrenzen.
- ▶ Auf schnelle Abspiele achten: Nach spätestens 3 Sekunden zum nächsten Mitspieler werfen!

**THEMA: NACH DOPPELPASS ZIELSTREBIG ABSCHLIESSEN**



**AUFWÄRMEN 2:**

**'DOPPELPASS'-SPIEL  
GEGEN TURNKÄSTEN**

**ORGANISATION**

- ▶ Den Aufbau beibehalten.

**ABLAUF**

- ▶ 6 gegen 6 auf die Turnkästen.
- ▶ Gelingt ein Treffer, so bleibt die erfolgreiche Mannschaft in Ballbesitz.

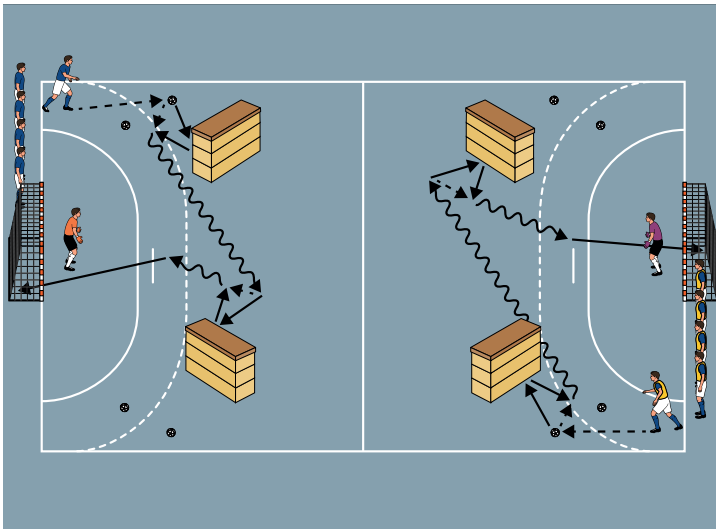
**VARIATIONEN**

- ▶ Nur von vorne oder hinten gegen die Kästen passen.
- ▶ Jedem Team 2 Turnkästen fest zuweisen.
- ▶ Gültige Treffer können nur mit rechts bzw. links erzielt werden.

**TIPPS UND KORREKTUREN**

- ▶ Die Spieler können zunächst auf alle 4 Seiten der Kästen abschließen.
- ▶ Auf ein schnelles Anbieten und Freilaufen achten!
- ▶ Die Spieler sollen sich sowohl außerhalb der Turnkästen als auch im Zentrum geschickt aufteilen.

**THEMA: NACH DOPPELPASS ZIELSTREBIG ABSCHLIESSEN**



**HAUPTTEIL 1:**

**TORSCHUSS NACH 'DOPPELPÄSSEN' MIT 2 TURNKÄSTEN**

**ORGANISATION**

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten.
- ▶ Jedem Team eine Spielfeldhälfte zuweisen.
- ▶ Zusätzlich 2 Hallentore auf den Grundlinien errichten und mit Torhütern besetzen.
- ▶ Je 4 Bälle in den Spielfeldhälften auslegen.

**ABLAUF**

- ▶ Die jeweils ersten Spieler laufen zum ersten Ball, spielen mit beiden Turnkästen in ihrer Hälfte einen 'Doppelpass' und schießen auf das Tor ab.

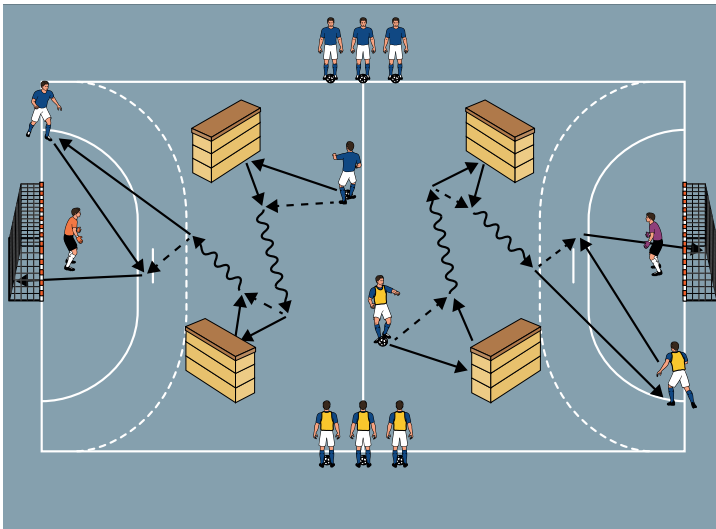
**VARIATIONEN**

- ▶ Die Anzahl der Bälle und ihre Position im Feld verändern.
- ▶ Nur mit rechts/links schießen.
- ▶ Wettbewerb I: Nur der jeweils zuerst erzielte Treffer zählt!
- ▶ Wettbewerb II: Die Mannschaft, die zuerst fertig ist, erhält 1 Zusatzpunkt.

**TIPPS UND KORREKTUREN**

- ▶ Die Trainingsform verbessert den Torabschluss unter Zeitdruck.
- ▶ Von außerhalb des Halbkreises oder der gestrichelten Linie schießen.
- ▶ Darauf achten, dass stets Schussgenauigkeit vor Schussstärke geht.
- ▶ 'Kurze' Bewegungen mit schnellen Richtungswechseln fordern.

**THEMA: NACH DOPPELPASS ZIELSTREBIG ABSCHLIESSEN**



**HAUPTTEIL 2:**

**TORSCHUSS NACH 'DOPPELPÄSSEN' MIT TURNKÄSTEN UND WANDSPIELER**

**ORGANISATION**

- ▶ Den Aufbau beibehalten.
- ▶ Zusätzlich je 1 Wandspieler auf der Grundlinie postieren.

**ABLAUF**

- ▶ Die jeweils ersten Spieler dribbeln los und spielen 'Doppelpässe' mit den beiden Turnkästen.
- ▶ Anschließend passen sie zum jeweiligen Wandspieler, der direkt zum Torabschluss prallen lässt.

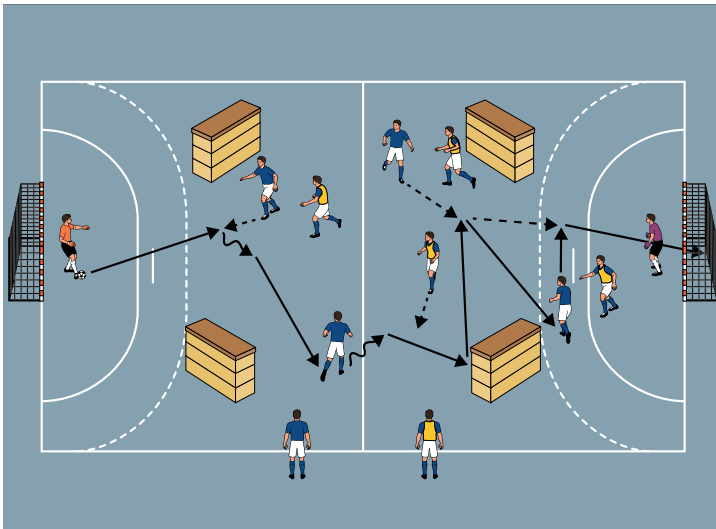
**VARIATIONEN**

- ▶ Die Position des Wandspielers verändern.
- ▶ Nach der Passvorlage des Wandspielers müssen die Schützen per Direktschuss abschließen.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welcher Spieler erzielt die meisten Treffer?

**TIPPS UND KORREKTUREN**

- ▶ Mit möglichst wenigen Ballkontakten zum Torabschluss kommen!
- ▶ Die Pässe druckvoll und flach spielen.

**THEMA: NACH DOPPELPASS ZIELSTREBIG ABSCHLIESSEN**



**SCHLUSSTEIL:**

**TURNKASTEN-SPIEL  
IM 4 GEGEN 4**

**ORGANISATION**

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten.
- ▶ Die Turnkästen in 2 Metern Abstand zu den Seitenlinien aufstellen.
- ▶ Jedes Team stellt 1 Wechselspieler.

**ABLAUF**

- ▶ 4 gegen 4 auf die Tore mit Torhütern.
- ▶ Die Spieler wechseln sich im 1-Minuten-Rhythmus selbstständig mit den Wechselspielern ab.
- ▶ Die Ballbesitzer können die Turnkästen als zusätzliche 'Wandspieler' in ihr Angriffsspiel einbeziehen.
- ▶ Ein Treffer nach einem Pass gegen einen Turnkasten zählt dreifach.
- ▶ Nach einem Torerfolg bleibt das erfolgreiche Team in Ballbesitz, und der eigene Torhüter startet den jeweils nächsten Angriff.

**VARIATIONEN**

- ▶ Die Ballbesitzer dürfen mit maximal 3 Kontakten agieren.
- ▶ Die Turnkästen entfernen und zum Schluss freispielen lassen.

**TIPPS UND KORREKTUREN**

- ▶ Immer wieder versuchen, die Turnkästen geschickt einzubeziehen.
- ▶ Der Kasten kann auch seitlich außen umdribbelt werden, um einen Angriff vorzubereiten!