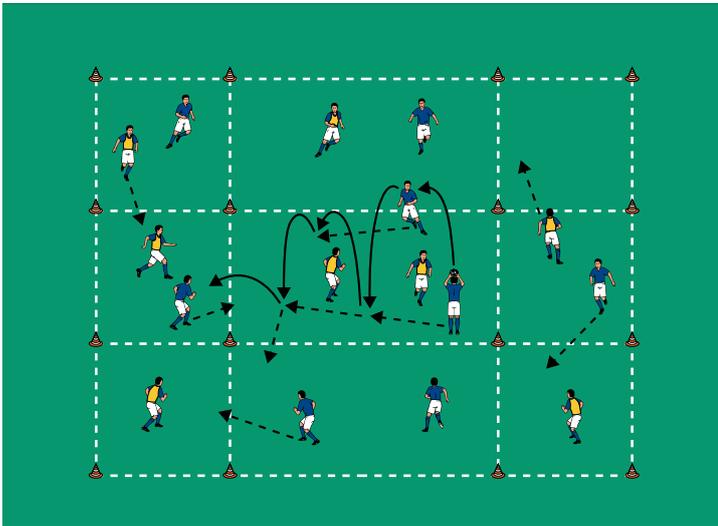


THEMA: KLEINE SPIELE MIT KOORDINATION UND KRAFT VERBINDEN



AUFWÄRMEN 2:

HANDBALLSPIEL IM 2 PLUS 6 GEGEN 2 PLUS 6

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau weiter verwenden
- ▶ Die beiden Felder an den Grundlinien entfernen
- ▶ Im mittleren Feld 3 Zonen errichten
- ▶ 2 Mannschaften bilden
- ▶ Jedes Team stellt 6 Außenspieler, die sich in den Quadraten aufstellen
- ▶ Alle übrigen Spieler postieren sich im zentralen Feld

ABLAUF

- ▶ 2-gegen-2-Handballspiel im zentralen Feld.
- ▶ Die Ballbesitzer müssen sich 4-mal in den eigenen Reihen zuwerfen, ehe sie einen Außenspieler einbeziehen dürfen.
- ▶ Ein Zuwurf zum Außenspieler ergibt 1 Punkt für die Mannschaftswertung.
- ▶ Anschließend tauschen der Passgeber und der Außenspieler sofort die Positionen und Aufgaben.

VARIATIONEN

- ▶ Die Ballbesitzer im Feld dürfen die Außenspieler sofort einbeziehen.
- ▶ Die Außenspieler den Quadraten fest zuweisen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Außenspieler dürfen sich in den Quadraten frei bewegen.
- ▶ Als Trainer die Zuwürfe der Ballbesitzer laut mitzählen.
- ▶ Darauf achten, dass alle Spieler stets in Bewegung sind.
- ▶ Schnelle und präzise Zuwürfe zu den Mitspielern fordern. Mit dem Ball in der Hand darf nicht gelaufen werden!