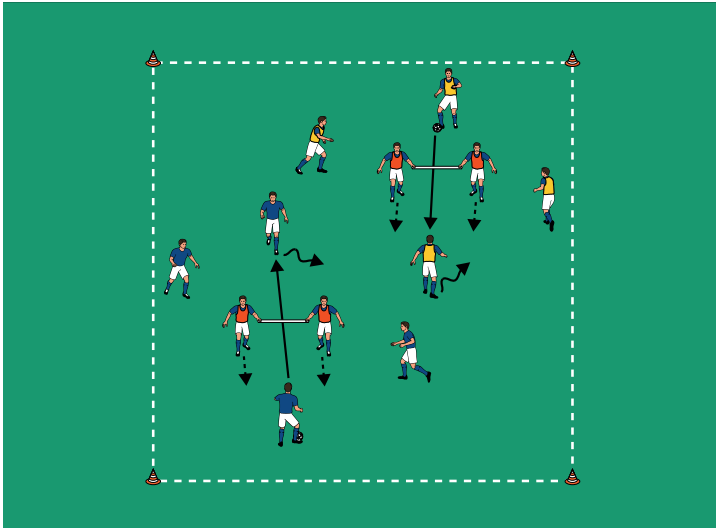


## THEMA: DIE INDIVIDUALTAKTISCHEN GRUNDLAGEN DES ZUSAMMENSPIELS



### AUFWÄRMEN 1:

#### BEWEGLICHE TORE

##### ORGANISATION

- ▶ Ein 20 x 20 Meter großes Feld markieren.
- ▶ 3 Mannschaften einteilen.
- ▶ Die Spieler einer Mannschaft halten jeweils paarweise eine Stange in der Hand und bilden so bewegliche Tore.
- ▶ Die beiden anderen Teams haben je 1 Ball.

##### ABLAUF

- ▶ Die beiden Mannschaften mit Ball versuchen, jeweils im Zusammenspiel bei den beweglichen Toren möglichst viele Treffer zu erzielen.
- ▶ Die Spieler, die ein bewegliches Tor bilden, versuchen, sich so im Feld zu bewegen, dass möglichst wenige Treffer erzielt werden können.
- ▶ Spielzeit: jeweils 1 Minute.
- ▶ Nach jedem Durchgang die Aufgaben wechseln.
- ▶ Welche Mannschaft erzielt die meisten Treffer?

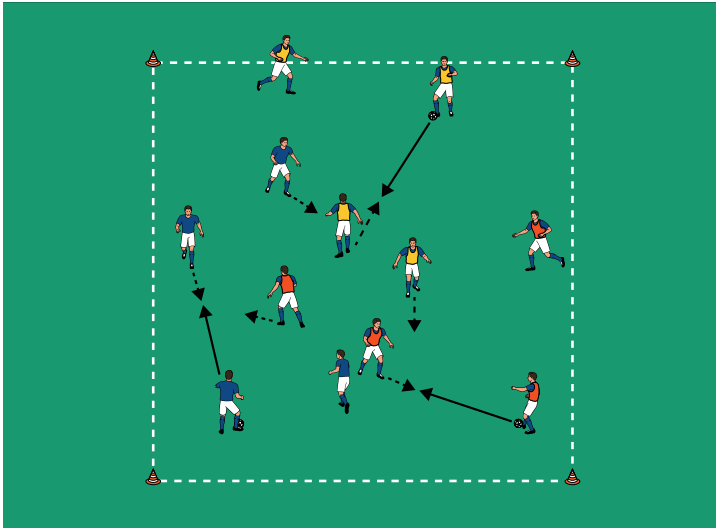
##### VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links durch die beweglichen Tore passen bzw. schießen.
- ▶ Die Spieler werfen sich zu und versuchen, die Bälle durch die beweglichen Tore zu rollen.
- ▶ Ein gültiger Treffer kann nur erzielt werden, wenn ein Mitspieler durch das bewegliche Tor angespielt wird.
- ▶ Jedes Team passt sich mit 2 Bällen gleichzeitig zu.
- ▶ Gegnerische Bälle dürfen abgewehrt und aus dem Feld gespielt werden.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Ins Aus gespielte Bälle können von den Spielern schnell wieder eingedribbelt werden.
- ▶ Die Spieler, die die beweglichen Tore bilden, müssen die Stangen jeweils an den äußeren Enden fassen.

## THEMA: DIE INDIVIDUALTAKTISCHEN GRUNDLAGEN DES ZUSAMMENSPIELS



### AUFWÄRMEN 2:

## TEAM-FANGEN

### ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Grundorganisation beibehalten.
- ▶ Jedes Team bestimmt 1 Fänger und hat 1 Ball.

### ABLAUF

- ▶ Die Spieler bewegen sich frei im Feld und passen sich in den eigenen Reihen zu.
- ▶ Der Fänger jedes Teams versucht, die Spieler einer anderen Mannschaft abzuschlagen (= 1 Punkt für die Mannschaftswertung).
- ▶ Spieler, die gerade in Ballbesitz sind, dürfen nicht abgeschlagen werden.
- ▶ Nach jeweils 1 Minute neue Fänger bestimmen.
- ▶ Welche Mannschaft sammelt insgesamt die meisten Punkte?

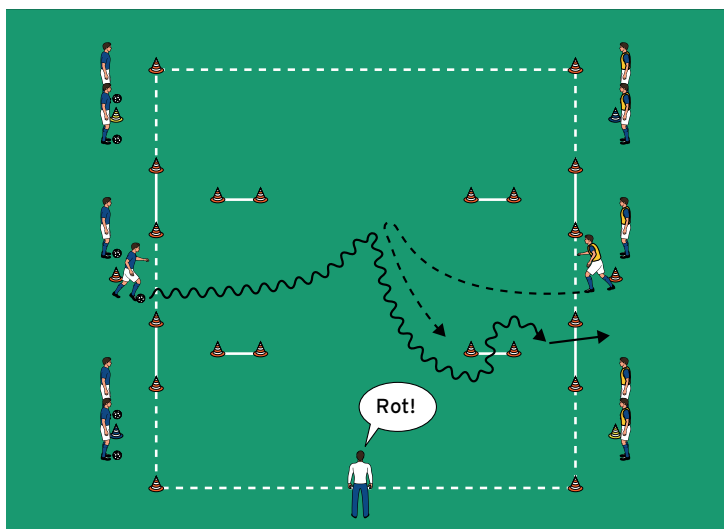
### VARIATIONEN

- ▶ Den Ball in der Hand tragen und sich gegenseitig zuwerfen bzw. -rollen.
- ▶ Die Spieler tragen den Ball in der Hand und spielen sich per Torwartabschlag volley zu.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Ballbesitzer müssen sich stets orientieren, um einem gejagten Mitspieler möglichst schnell zuspieren zu können.
- ▶ Das gesamte Spielfeld nutzen und sich jeweils weit auseinander postieren.
- ▶ Ins Aus gespielte Bälle können sofort wieder eingedribbelt werden.
- ▶ Gejagte Spieler, die aus dem Feld laufen, gelten als 'gefangen', und die Mannschaft des Fängers erhält 1 Punkt.

## THEMA: DIE INDIVIDUALTAKTISCHEN GRUNDLAGEN DES ZUSAMMENSPIELS



### HAUPTTEIL 1:

#### 4-TORE-SPIEL I

##### ORGANISATION

- ▶ Das Feld beibehalten.
- ▶ Auf jeder Grundlinie zwei 2 Meter breite Hütchentore in einem Abstand von 10 Metern nebeneinander aufstellen.
- ▶ Vor jedem Hütchentor ein weiteres 1 Meter breites Hütchentor quer errichten.
- ▶ Hinter den Grundlinien je 3 verschiedenfarbige Starthütchen aufstellen.
- ▶ 2 Mannschaften einteilen.
- ▶ Die Spieler jeweils an den Starthütchen auf einer Seite verteilen.
- ▶ 1 Mannschaft hat die Bälle.

##### ABLAUF

- ▶ Der Trainer ruft eine Hütchenfarbe auf.
- ▶ Die jeweils ersten Spieler an den aufgerufenen Hütchen starten zum 1 gegen 1 ins Feld.
- ▶ Die Ballbesitzer können an jedem Hütchentor Treffer erzielen, müssen jedoch zuvor das jeweilige kleine Hütchentor durchdribbeln oder durchspielen.
- ▶ Sobald der Trainer eine weitere Hütchenfarbe aufruft, starten die jeweils ersten Spieler von diesen Hütchen zum 2 gegen 2 usw. ins Feld.
- ▶ Nach einigen Durchgängen die Angreifer- und Verteidigeraufgaben wechseln.

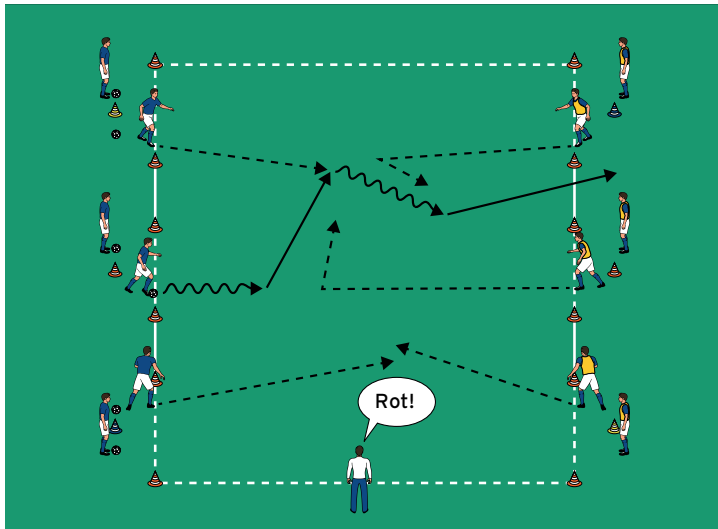
##### VARIATIONEN

- ▶ Der Trainer zeigt die Hütchenfarbe durch Hochhalten eines entsprechend farbigen Hütchens an.
- ▶ Die Ballbesitzer dribbeln ins Feld und passen flach zum Gegner, der das Zuspiel kontrolliert und Angreifer wird.
- ▶ Die Spieler tragen den Ball ins Feld und werfen hoch zum Gegner.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Das anfängliche 1 gegen 1 nur kurz laufen lassen und zügig die nächsten Spieler ins Feld rufen, sodass sich Möglichkeiten zum Zusammenspiel ergeben.
- ▶ Sollte der Ball verspielt sein, wenn der Trainer weitere Spieler aufruft, so dribbelt der jeweilige Angreifer ein, andernfalls laufen beide Spieler ohne Ball ins Feld.
- ▶ Als Trainer eine Hütchenfarbe auch mehrmals nacheinander aufrufen und so die Teamzusammenstellung ändern.
- ▶ Werden die Bälle zu schnell verspielt, als Trainer einen weiteren Ball neutral einspielen.
- ▶ Falls vorhanden, anstelle der großen Hütchentore Minitore verwenden.

THEMA: DIE INDIVIDUALTAKTISCHEN GRUNDLAGEN DES ZUSAMMENSPIELS



HAUPTTEIL 2:

4-TORE-SPIEL II

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau und die Mannschaften beibehalten.
- ▶ Die kleinen Hütchentore im Feld entfernen.

ABLAUF

- ▶ Der Trainer ruft eine Hütchenfarbe auf.
- ▶ Der erste Angreifer am aufgerufenen Hütchen dribbelt ins Feld.
- ▶ Gleichzeitig laufen auch die jeweils ersten Spieler an allen anderen Hütchen zum 3 gegen 3 ins Feld.
- ▶ Gültige Treffer können jeweils an den beiden gegenüberliegenden Hütchentoren erzielt werden.
- ▶ Sobald ein Treffer erzielt oder der Ball aus dem Feld gespielt wurde, ruft der Trainer ein weiteres Hütchen auf, von dem der jeweils nächste Ball eingespielt wird.
- ▶ Die Angreifer- und Verteidigeraufgaben nach einigen Durchgängen wechseln.

VARIATIONEN

- ▶ Der Trainer zeigt die Hütchenfarbe durch Hochhalten eines entsprechend farbigen Hütchens an.
- ▶ Die Ballbesitzer dribbeln ins Feld und passen flach zum Gegner, der das Zuspiel kontrolliert und Angreifer wird.
- ▶ Die Spieler tragen den Ball ins Feld und werfen hoch zum Gegner.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Jeden Durchgang so lange laufen lassen, bis insgesamt 3 Bälle verspielt wurden.
- ▶ Falls vorhanden, anstelle der Hütchentore Miniotore verwenden.

