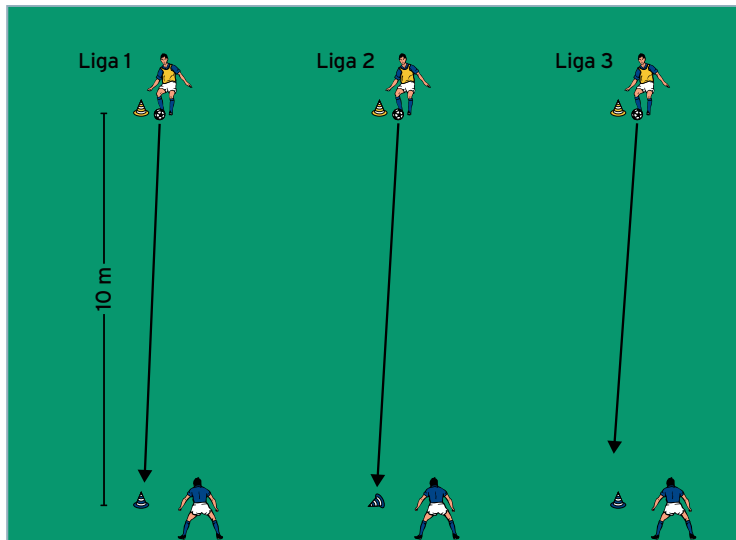


AUFWÄRMEN 1: Hütchen-Treffer-Einzel

von Jörg Daniel (28.07.2015)



Organisation

- Jeweils 3 Hütchenkegel in einem Abstand von 10 Metern gegenüber aufstellen
- Die Hütchenkegel gegenüber als Liga 1 bis 3 bezeichnen
- Jeden Spieler hinter einem Hütchenkegel postieren, wobei die Spieler auf einer Seite Bälle haben

Ablauf

- Die Spieler versuchen mit einem Pass den Hütchenkegel gegenüber zu treffen.
- Jeder Treffer ergibt 1 Punkt.
- Sobald ein Spieler 3 Punkte gewonnen hat, stoppen alle Spiele und die Gewinner steigen eine Liga auf, die Verlierer eine Liga ab.

Variationen

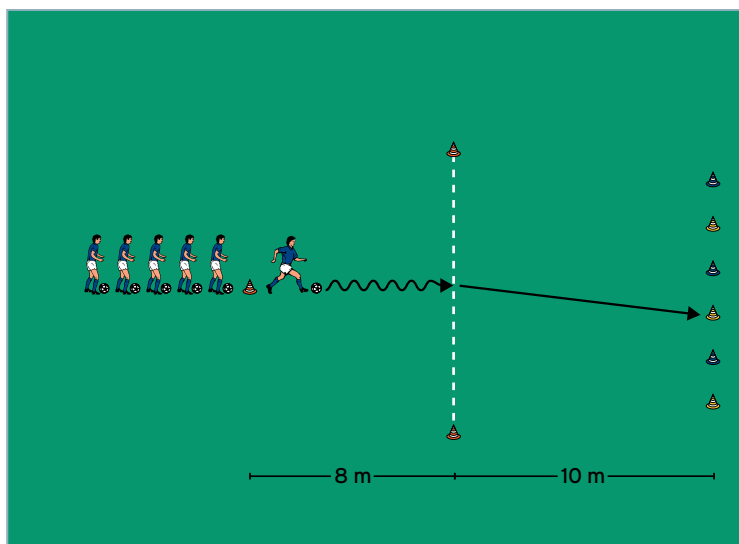
- Nur mit rechts/links passen.
- Den Ball mit der Hand rollen.
- Den Ball mit der Hand durch die gegrätschten Beine rückwärts rollen.

Tipps und Korrekturen

- Die vermeintlich schwächsten Spieler zunächst in Liga 1 postieren.
- Die Spieler müssen immer vom eigenen Hütchenkegel aus passen und dürfen den gespielten Ball nicht vor dem Hütchenkegel aufhalten.
- Den Abstand der Hütchenkegel dem Leistungsstand der Spieler anpassen und gegebenenfalls verkleinern oder vergrößern.
- Bei Unentschieden in einer Liga den Sieger auslosen.

AUFWÄRMEN 2: Hütchen-Treffer-Team

von Jörg Daniel (28.07.2015)



Organisation

- 10 Meter vor einem Starthütchen 6 Hütchenkegel aufstellen
- 8 Meter vor dem Starthütchen eine Passlinie markieren
- Die Spieler mit Bällen am Starthütchen postieren

Ablauf

- Die Spieler dribbeln zur Passlinie und versuchen mit einem Pass einen Hütchenkegel zu treffen.
- Der nächste Spieler startet, sobald der Vordermann gepasst hat.
- Wie viele Pässe benötigen die Spieler bis sie alle Hütchenkegel getroffen haben?

Variationen

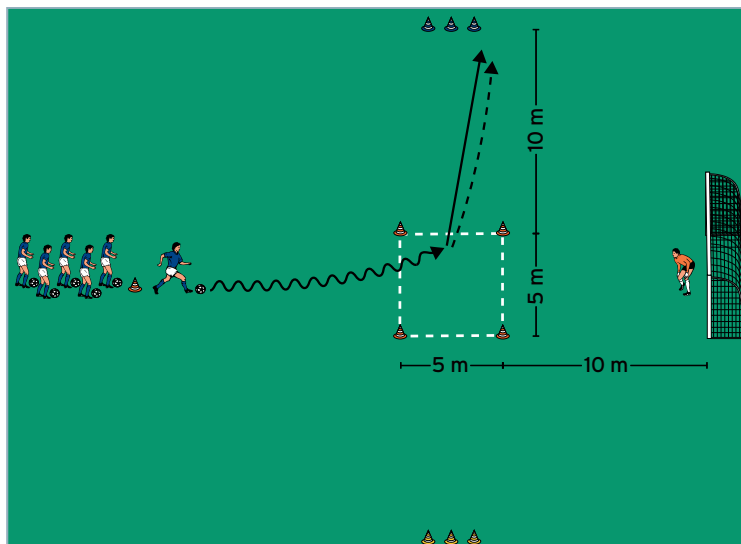
- Nur mit rechts/links passen.
- Den Ball mit der Hand rollen.
- Den Ball mit der Hand durch die gegrätschten Beine rückwärts rollen.
- Nur 2 Ballkontakte erlauben.

Tipps und Korrekturen

- Die Distanz der Passlinie zu den Hütchenkegeln dem Leistungsstand der Spieler anpassen und gegebenenfalls verkleinern oder vergrößern.
- Mehrere Runden spielen und den Abstand der Hütchenkegel zueinander nach jedem Durchgang vergrößern.
- Als Trainer getroffene Hütchenkegel umkippen. So sehen die Spieler immer, wie viele Kegel sie schon getroffen haben.
- Die Zeit stoppen, die die Spieler benötigen bis sie alle Hütchenkegel getroffen haben.

HAUPTTEIL 1: Hütchen-Schießen-Einzel

von Jörg Daniel (28.07.2015)



Organisation

- 10 Meter vor einem Tor mit Torhüter ein 5 x 5 Meter großes Feld markieren
- Jeweils 10 Meter hinter den Seitenlinien des Feldes 3 Hütchenkegel aufstellen
- Die Spieler mit Bällen hinter dem Feld postieren

Ablauf

- Die Spieler dribbeln nacheinander ins Feld und versuchen mit einem Pass einen beliebigen Hütchenkegel zu treffen.
- Jeder Spieler der einen Hütchenkegel trifft, dribbelt beim nächsten Durchgang ins Feld und darf auf das Tor schießen.
- Welcher Spieler erzielt die meisten Treffer?

Variationen

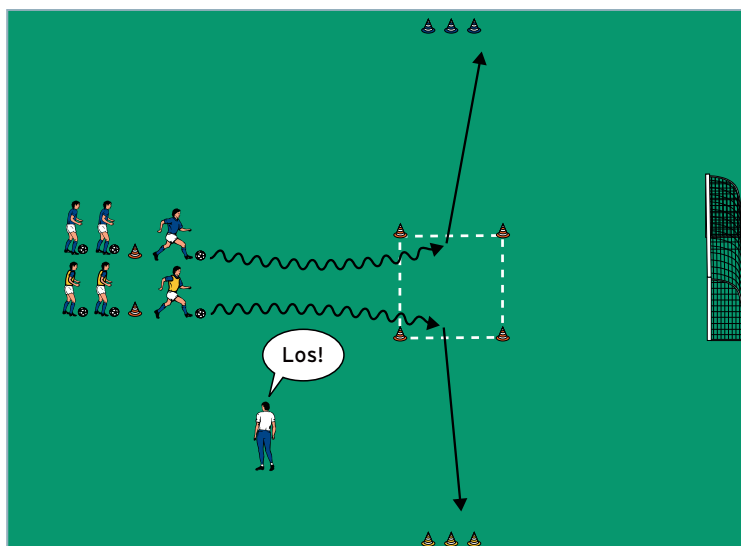
- Nur mit rechts/links passen.
- Nur mit rechts/links schießen.
- Nur 2 Ballkontakte erlauben.

Tipps und Korrekturen

- Die Distanz des Feldes zum Tor und zu den Hütchenkegeln dem Leistungsstand der Spieler anpassen und gegebenenfalls verkleinern oder vergrößern.
- Pässe und Torschüsse stets nur innerhalb des Feldes ausführen.
- Umgeschossene Hütchenkegel direkt wieder aufstellen.
- Den Torhüter regelmäßig wechseln und auch Punkte für gehaltene Bälle vergeben.

HAUPTTEIL 2: Hütchen-Schießen-Team

von Jörg Daniel (28.07.2015)



Organisation

- Den Aufbau beibehalten
- 2 Teams zu je 3 Spielern einteilen und mit Bällen hinter dem Feld postieren

Ablauf

- Die Spieler jedes Teams dribbeln auf ein Trainerkommando nacheinander ins Feld und versuchen alle Hütchenkegel auf einer Seite zu treffen.
- Sobald die Spieler eines Teams alle Hütchenkegel auf einer Seite getroffen haben, postiert sich ein gegnerischer Spieler als Torhüter im Tor und jeder Spieler der erfolgreichen Mannschaft darf zweimal schießen.
- Welches Team erzielt zuerst 10 Treffer?

Variationen

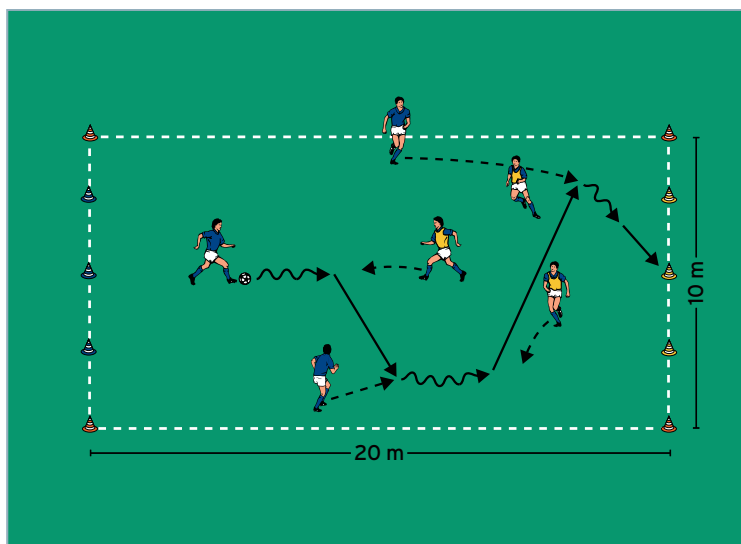
- Nur mit rechts/links passen.
- Nur mit rechts/links schießen.
- Nur 2 Ballkontakte erlauben.

Tipps und Korrekturen

- Die Distanz des Feldes zum Tor und zu den Hütchenkegeln dem Leistungsstand der Spieler anpassen und gegebenenfalls verkleinern oder vergrößern.
- Pässe und Torschüsse stets nur innerhalb des Feldes ausführen.
- Getroffene Hütchenkegel umkippen, so dass die Spieler immer sehen, wie viele Kegel sie schon getroffen haben.
- Hat ein Team noch nicht alle Hütchenkegel getroffen, läuft ein Spieler als Torhüter ins Tor und die anderen passen weiter auf die Hütchenkegel.

SCHLUSSTEIL: Hütchenkegel-Spiel

von Jörg Daniel (28.07.2015)



Organisation

- Ein 20 x 10 Meter großes Spielfeld markieren
- Auf jeder Grundlinie 3 Hütchenkegel aufstellen
- 2 Teams zu je 3 Spielern einteilen

Ablauf

- Die Mannschaften spielen 3 gegen 3 im markierten Feld.
- Jedes Team greift auf 3 Hütchen-Kegel an und verteidigt die anderen.
- Welches Team trifft zuerst alle gegnerischen Hütchenkegel?

Variationen

- Gültige Treffer an den Hütchenkegeln nur mit rechts/links erzielen.
- Mit den Hütchenkegeln Doppeltore markieren, die durchspielt werden müssen.
- Ein Angriffs- und ein Abwehrteam bestimmen, wobei das Angriffsteam auf alle Hütchenkegel abschließt: Welches Team trifft innerhalb von 3 Minuten mehr Hütchen-Kegel?

Tipps und Korrekturen

- Den Abstand der Hütchenkegel zueinander immer weiter vergrößern.
- Getroffene Hütchenkegel umkippen, so dass die Spieler den aktuellen Spielstand stets sehen können.
- Gegebenenfalls eine Passlinie vor den Hütchenkegeln markieren, ab der die Spieler spätestens passen müssen.
- Die Spielwertung ändern und für jeden Treffer eines Hütchenkegels einen Punkt geben: Welches Team gewinnt die meisten Punkte?