

Übungssammlung Spielbeurteilung

1. Ballkontrolle

Ball kontrollieren, Ball führen, Ball dribbeln, den Gegner täuschen

Basketball

Fussball

Handball

Unihockey

Linienfangis

Alle bewegen sich mit einem Ball auf Linien in einem beschränkten Raum: 3 Fänger für eine Gruppe von 9 Spielern. Die Fänger versuchen, die Gejagten mit einem Bändel abzutupfen.

Linienfangis

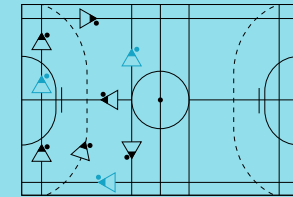
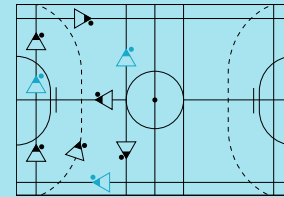
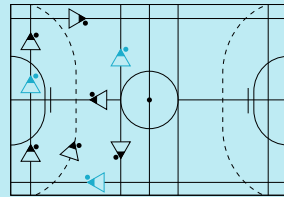
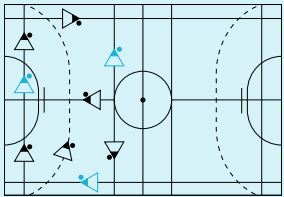
Alle bewegen sich mit einem Ball am Fuss auf Linien in einem beschränkten Raum: 3 Fänger für eine Gruppe von 9 Spielern. Die Fänger versuchen, die Gejagten mit einem Bändel abzutupfen.

Linienfangis

Alle bewegen sich mit einem Ball auf Linien in einem beschränkten Raum: 3 Fänger für eine Gruppe von 9 Spielern. Die Fänger versuchen, die Gejagten mit einem Bändel anzutupfen.

Linienfangis

Alle bewegen sich mit einem Ball am Stock auf Linien in einem beschränkten Raum: 3 Fänger für eine Gruppe von 9 Spielern. Die Fänger versuchen, die Gejagten mit einem Bändel abzutupfen.



Freies Fangis

Alle bewegen sich mit einem Ball in einem beschränkten Raum: 3 Fänger für eine Gruppe von 9 Spielern. Die Fänger versuchen, die Gejagten mit einem Ball abzutupfen.

Freies Fangis

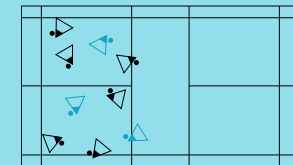
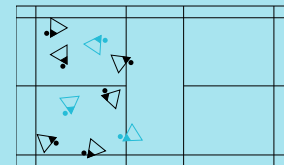
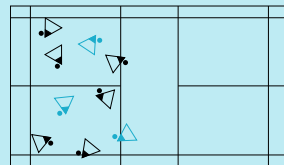
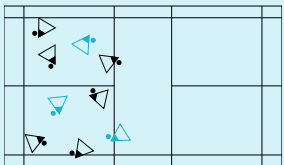
Alle bewegen sich mit einem Ball am Fuss in einem beschränkten Raum: 3 Fänger für eine Gruppe von 9 Spielern. Die Fänger versuchen, die Gejagten mit einem Ball abzutupfen.

Freies Fangis

Alle bewegen sich mit einem Ball in einem beschränkten Raum: 3 Fänger für eine Gruppe von 9 Spielern. Die Fänger versuchen, die Gejagten mit einem Ball abzutupfen.

Freies Fangis

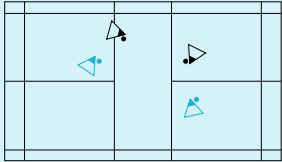
Alle bewegen sich mit einem Ball am Stock in einem beschränkten Raum: 3 Fänger für eine Gruppe von 9 Spielern. Die Fänger versuchen, die Gejagten mit einem Ball abzutupfen.



Basketball

1 gegen 1 mit 2 Bällen

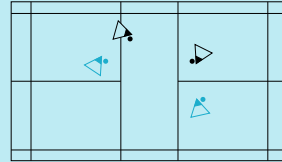
Beide Spieler bewegen sich frei im Raum und führen einen Ball mit sich. Sie versuchen, sich gegenseitig den Ball wegzuspielen.



Fussball

1 gegen 1 mit 2 Bällen

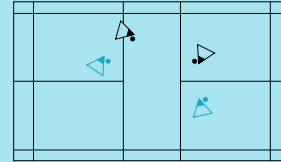
Beide Spieler bewegen sich frei im Raum und führen einen Ball mit sich. Sie versuchen, sich gegenseitig den Ball wegzuspielen.



Handball

1 gegen 1 mit 2 Bällen

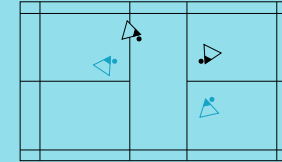
Beide Spieler bewegen sich frei im Raum und führen einen Ball mit sich. Sie versuchen, sich gegenseitig den Ball wegzuspielen.



Unihockey

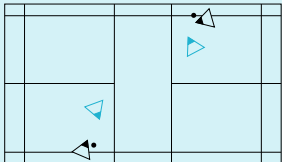
1 gegen 1 mit 2 Bällen

Beide bewegen sich frei im Raum und führen einen Ball mit sich. Sie versuchen, sich gegenseitig den Ball wegzuspielen.



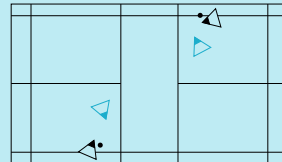
1 gegen 1 mit 1 Ball

Der Angreifer bewegt sich frei im Raum. Der Abwehrspieler versucht, dem Angreifer den Ball abzufragen.



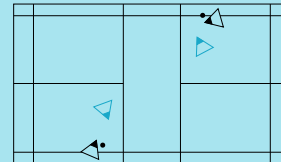
1 gegen 1 mit 1 Ball

Der Angreifer bewegt sich frei im Raum. Der Abwehrspieler versucht, dem Angreifer den Ball abzufragen.



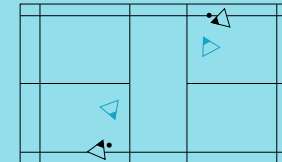
1 gegen 1 mit 1 Ball

Der Angreifer bewegt sich frei im Raum. Der Abwehrspieler versucht, dem Angreifer den Ball abzufragen.



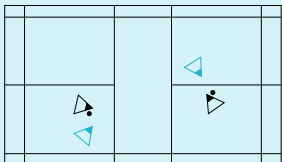
1 gegen 1 mit 1 Ball

Der Angreifer bewegt sich frei im Raum. Der Abwehrspieler versucht, dem Angreifer den Ball abzufragen.



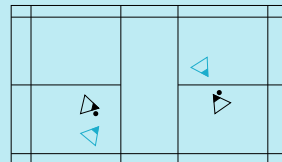
1 gegen 1 auf Torzone

Der Angreifer versucht, den Ball mittels Dribbling über die gegnerische Grundlinie zu transportieren, wobei er den Ball hinter der Linie ablegen muss.



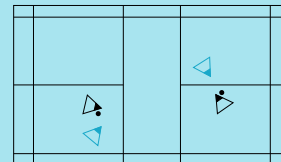
1 gegen 1 auf Torzone

Der Angreifer versucht, den Ball mittels Dribbling über die gegnerische Grundlinie zu transportieren, wobei er den Ball hinter der Linie stoppen muss.



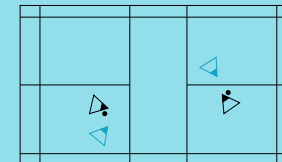
1 gegen 1 auf Torzone

Der Angreifer versucht, den Ball mittels Dribbling über die gegnerische Grundlinie zu transportieren, wobei er den Ball hinter der Linie ablegen muss.



1 gegen 1 auf Torzone

Der Angreifer versucht, den Ball mittels Dribbling über die gegnerische Grundlinie zu transportieren, wobei er den Ball hinter der Linie stoppen muss.



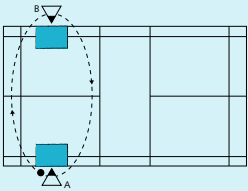
2. Pass/Zuspiel

Ball zuspielen – fangen/annehmen/stoppen

Basketball

Im Viereck

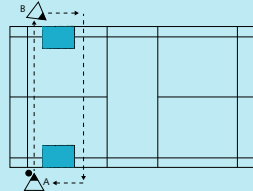
A spielt den Ball zu B, B nimmt den Ball hinter der Matte an und spielt ihn nach einem Sternschritt mit Druckwurf oder Zuspiel über Kopf wieder zurück.



Fussball

Im Viereck

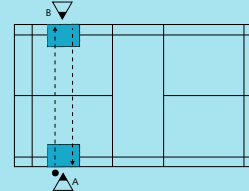
A spielt den Ball zu B, B nimmt den Ball auf der einen Seite der Matte an und spielt ihn auf der anderen Seite wieder zurück zu A.



Handball

Im Viereck

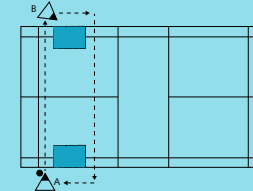
A spielt den Ball zu B, B nimmt den Ball hinter der Matte an und spielt ihn wieder zurück zu A (Kernwurfzuspiel).



Unihockey

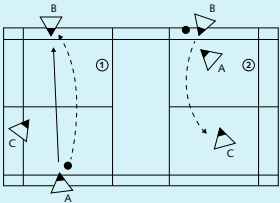
Im Viereck

A spielt den Ball zu B, B nimmt den Ball auf der Vorhand an, spielt ihn auf die Rückhand und so wieder zurück zu A.



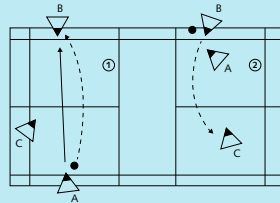
2 gegen 1 (Abwehrspieler passiv)

A spielt den Ball zu B, A läuft zu B, B nimmt den Ball hinter der Linie an und spielt ihn nach einem Sternschritt gegen A zu C



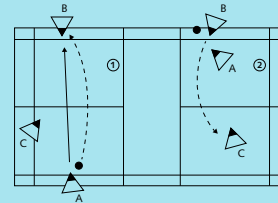
2 gegen 1 (Abwehrspieler passiv)

A spielt den Ball zu B, A läuft zu B, B nimmt den Ball hinter der Linie an und spielt ihn gegen A zu C



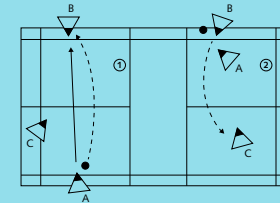
2 gegen 1 (Abwehrspieler passiv)

A spielt den Ball zu B, A läuft zu B, B nimmt den Ball hinter der Linie an und spielt ihn gegen A zu C



2 gegen 1 (Abwehrspieler passiv)

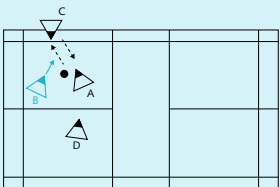
A spielt den Ball zu B, A läuft zu B, B nimmt den Ball hinter der Linie an und spielt ihn gegen A zu C



1 gegen 1 mit 2 Zuspielern und 1 Ball

A ist im Ballbesitz. A versucht gegen Abwehrspieler B möglichst viele Zuspiele mit C und D zu erzielen, indem er diesen den Ball immer wieder zurückspielt.

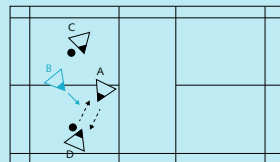
Erobert B den Ball, darf er versuchen, möglichst viele Zuspiele zu erreichen.



1 gegen 1 mit 2 Zuspielern und 2 Bällen

C und D haben je einen Ball. A versucht gegen Abwehrspieler B möglichst viele Zuspiele mit C und D zu erzielen, indem er den Ball immer wieder zu diesen zurückspielt.

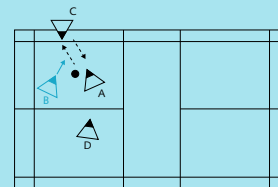
Erobert B den Ball, darf er versuchen, möglichst viele Zuspiele zu erreichen.



1 gegen 1 mit 2 Zuspielern und 1 Ball

A ist im Ballbesitz. A versucht gegen Abwehrspieler B möglichst viele Zuspiele mit C und D zu erzielen, indem er diesen den Ball immer wieder zurückspielt.

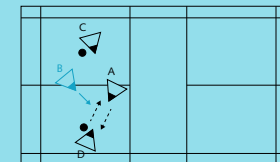
Erobert B den Ball, darf er versuchen, möglichst viele Zuspiele zu erreichen.



1 gegen 1 mit 2 Zuspielern und 2 Bällen

C und D haben je einen Ball. A versucht gegen Abwehrspieler B möglichst viele Zuspiele mit C und D zu erzielen, indem er den Ball immer wieder zu diesen zurückspielt.

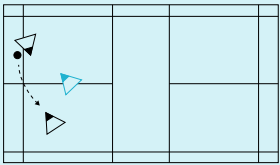
Erobert B den Ball, darf er versuchen, möglichst viele Zuspiele zu erreichen.



Basketball

2 gegen 1 mit 1 Ball

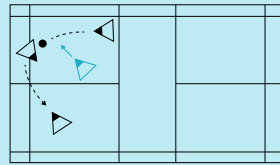
In einem begrenzten Feld versuchen die 2 Angreifer, gegen den Abwehrspieler möglichst viele Zuspiele zu erzielen. Bei Ballgewinn des Abwehrspielers erfolgt Aufgabenwechsel.



Fussball

3 gegen 1 mit 1 Ball

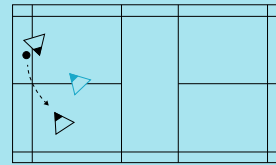
In einem begrenzten Feld versuchen die 3 Angreifer, gegen den Abwehrspieler möglichst viele Zuspiele zu erzielen. Bei Ballgewinn des Abwehrspielers erfolgt Aufgabenwechsel.



Handball

2 gegen 1 mit 1 Ball

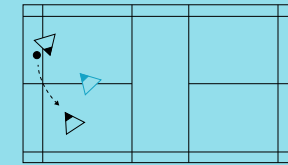
In einem begrenzten Feld versuchen die 2 Angreifer, gegen den Abwehrspieler möglichst viele Zuspiele zu erzielen. Bei Ballgewinn des Abwehrspielers erfolgt Aufgabenwechsel.



Unihockey

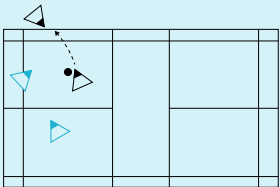
2 gegen 1 mit 1 Ball

In einem begrenzten Feld versuchen die 2 Angreifer, gegen den Abwehrspieler möglichst viele Zuspiele zu erzielen. Bei Ballgewinn des Abwehrspielers erfolgt Aufgabenwechsel.



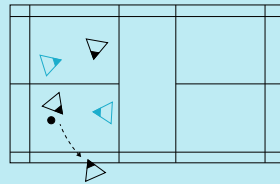
Linienbasketball 2 gegen 2 oder 3 gegen 3

Die 2 Angreifer spielen sich den Ball so zu, dass einer der beiden ihn hinter der gegnerischen Linie fangen kann. Bei Ballgewinn des Abwehrspielers erfolgt Aufgabenwechsel.



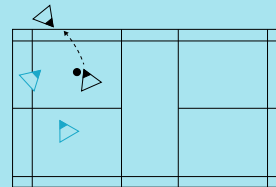
Linienfussball 2 gegen 2 mit Joker oder 4 gegen 2

Die 3 Angreifer (inkl. Joker) spielen sich den Ball so zu, dass einer der Angreifer ihn hinter der gegnerischen Linie stoppen kann. Bei Ballgewinn des Abwehrspielers erfolgt Aufgabenwechsel.



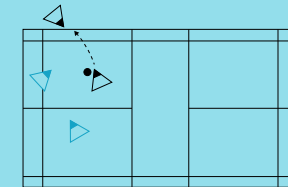
Linienhandball 2 gegen 2 oder 3 gegen 3

Die 2 Angreifer spielen sich den Ball so zu, dass einer der beiden ihn hinter der gegnerischen Linie fangen kann. Bei Ballgewinn des Abwehrspielers erfolgt Aufgabenwechsel.



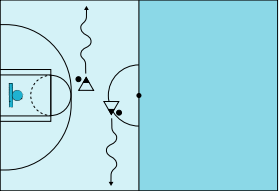
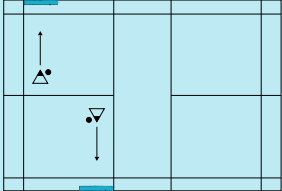
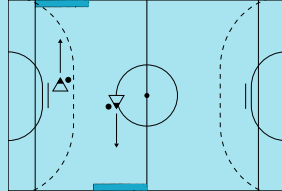
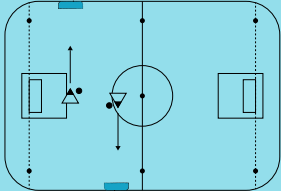
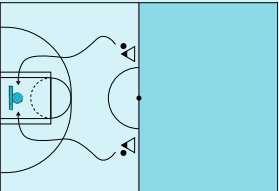
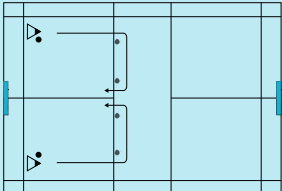
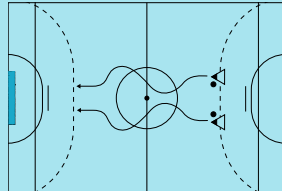
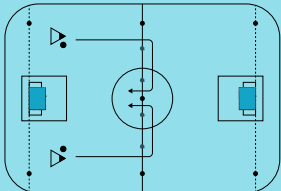
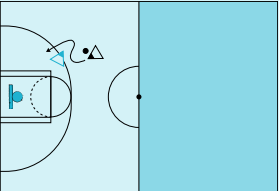
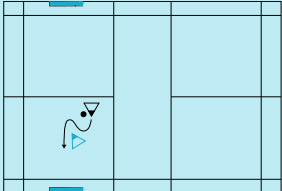
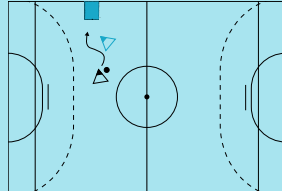
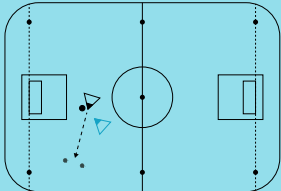
Linienunihockey 2 gegen 2 oder 3 gegen 3

Die 2 Angreifer spielen sich den Ball so zu, dass einer der beiden ihn hinter der gegnerischen Linie stoppen kann. Bei Ballgewinn des Abwehrspielers erfolgt Aufgabenwechsel.



3. Abschluss

Ball schiessen, werfen, treffen

Basketball	Fussball	Handball	Unihockey
<p>Korblegertraining Der Korbleger wird gegen die Wand ausgeführt: der Ball wird aus dem Dribbling aufgenommen und anschliessend nach 2 Bodenkontakten an die Wand gespielt</p> 	<p>Torschustraining Torschuss gegen die Wand mit Vollrist / Aussernist: der Ball wird mit 2 Schritten vorgelegt</p> 	<p>Torschustraining Torschuss gegen die Wand mit Kernwurf: der Ball wird aus dem Dribbling aufgenommen und gegen die Wand geworfen</p> 	<p>Torschustraining Torschuss gegen die Wand mit gezogenem Schuss: der Schuss wird aus dem Lauf ausgeführt</p> 
<p>Korblegertraining Der Korbleger wird auf den Korb ausgeführt (von li und re); der Ball wird aus dem Dribbling aufgenommen; von re mit rechten Hand, von links mit der linken Hand geworfen</p> 	<p>Torschustraining Torschuss gegen die Matte mit Vollrist/ Aussernist: der Ball wird aus dem Dribbling geschossen (von beiden Seiten)</p> 	<p>Torschustraining Der Torschuss wird auf das Tor (Matte) mit Kernwurf ausgeführt; der Ball wird aus dem Dribbling aufgenommen und geworfen (von beiden Seiten)</p> 	<p>Torschustraining Der Torschuss wird auf das Tor mit gezogenem Schuss aus dem Dribbling geschossen (von beiden Seiten)</p> 
<p>Korblegertraining 1 gegen 1 Spiel auf 1 Korb. Erobert der Verteidiger den Ball, startet er seinen Angriff hinter der 3 Punkte Linie.</p> 	<p>Torschustraining 1 gegen 1 Torschusswandball auf 2 freie Matten, die an die Wand gestellt werden. Beide Matten sind parteiunabhängig</p> 	<p>Torschustraining 1 gegen 1 Tschoukball mit Reutherbrett: der Ball wird gegen das Brett gespielt und muss vom Gegner aufgenommen werden bevor er zu Boden fällt. Der Ball darf maximal mit 3 Schritten Anlauf geworfen werden</p> 	<p>Torschustraining 1 gegen 1 Das Tor kann durch das Treffen der Torzone erzielt werden. Das Tor wird von 2 Hütchen gebildet. Regel: Der Abwehrspieler dreht bei der Abwehrarbeit den Stock um.</p> 

4. Raumaufteilung Abwehr und Angriff

Basketball

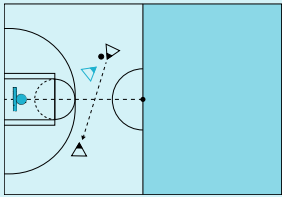
Fussball

Handball

Unihockey

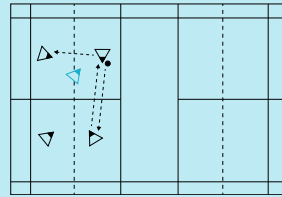
Ausspielen

2 gegen 1 in 2 Zonen; wenn der Abwehrspieler den Ball gewinnt, wechselt er die Aufgabe mit dem Spieler, welcher den Fehlpass gespielt hat



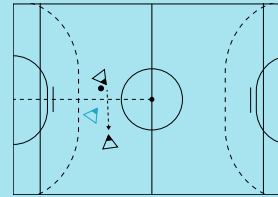
Ausspielen

4 gegen 1 in 4 Zonen; wenn der Abwehrspieler den Ball gewinnt, wechselt er die Aufgaben mit dem Spieler, welcher den Fehlpass gespielt hat



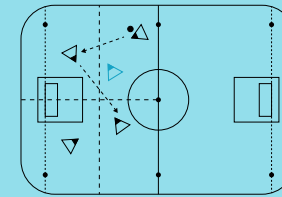
Ausspielen

2 gegen 1 in 2 Zonen; wenn der Abwehrspieler den Ball gewinnt, wechselt er die Aufgabe mit dem Spieler, welcher den Fehlpass gespielt hat



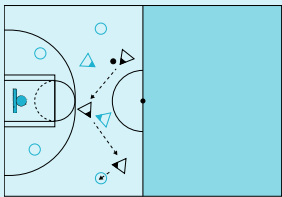
Ausspielen

4 gegen 1 in 4 Zonen; wenn der Abwehrspieler den Ball gewinnt, wechselt er die Aufgabe mit dem Spieler, welcher den Fehlpass gespielt hat



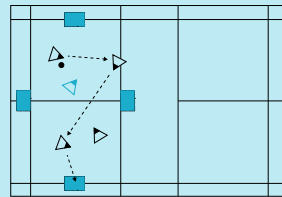
Reifenballspiel 3 gegen 2

4 Reifen dienen als Zielzone; der Ball muss in einen freien Reifen gefangen werden. Der Reifen ist gedeckt, wenn ein Fuss des Abwehrspielers den Reifen berührt. Das Spiel wird 1 Minute gespielt.



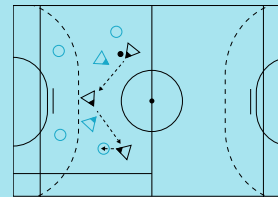
Mattenfussball 4 gegen 1

4 kleine Matten dienen als Zielzone; der Ball muss auf einer freien Matte gestoppt werden. Das Spiel wird 1 Minute gespielt.



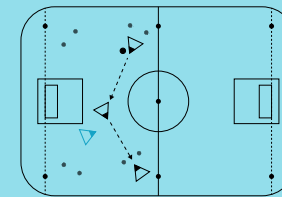
Reifenballspiel 3 gegen 2

4 Reifen dienen als Zielzone; der Ball muss in einen freien Reifen abgelegt werden. Der Reifen ist gedeckt, wenn ein Fuss des Abwehrspielers den Reifen berührt. Das Spiel wird 1 Minute gespielt.



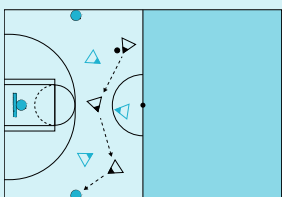
Hütchen Ballspiel 3 gegen 1

4 Hütchentore dienen als Zielzone; der Ball muss durch die Hütchentore zugespielt werden. Das Spiel wird 1 Minute gespielt.



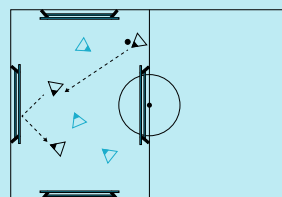
Spiele 3 gegen 3

Spiel auf zwei freie Körbe; der Ball muss in einen freien Korb geworfen werden.



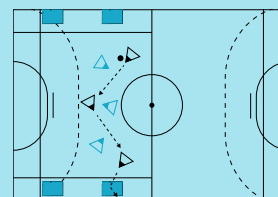
Spiele 3 gegen 3

mit 4 freie Zielzonen (Langbänke); der Ball muss via Langbank einem Mitspieler zugespielt werden.



Spiele 3 gegen 3

Mattenball mit je 2 Zielzonen; der Ball muss via Matte an die Wand gespielt werden.



Spiele 3 gegen 3

mit 4 freien Zielzonen (Hütchentore mit Querstange); die Querstange muss getroffen werden, so dass sie von den Hütchen fällt.

