

HIT-Spielformen mit möglichem Überzahlspiel

Organisation:

- Wir markieren das Spielfeld mit Hütchen. Beim 2 gegen 2 und 3 gegen 3 markieren wir dazu die Endlinien und die Mittellinie (insgesamt 6 Hütchen). Beim 4 gegen 4 und 5 gegen 5 dritteln wir das Spielfeld, dazu benötigen wir insgesamt 8 Hütchen.
- Feldgrößen: 2 gegen 2 = ca. 18 x 10 Meter, 3 gegen 2 = ca. 30 x 22 Meter, 4 gegen 4 = 40 x 30 Meter, 5 gegen 5 = 40 x 30 Meter.
- Wir benötigen einen Spielball, je nach Spielform die richtige Spieleranzahl und auf jedes Hütchen (oder dahinter) wird ein Ball abgelegt. Beim Überzahlspiel bleibt ein Hütchen frei (siehe Varianten).
- Pro Spielfeld werden zwei Tore aufgestellt und ab 3 gegen 3 sind Torhüter möglich.



Ablauf:

- Die beiden Teams spielen gegeneinander.
- Spieldauer: 6x2 Minuten beim 2 gegen 2 (2 Minuten Pause), ab 3 gegen 3 4x4 Minuten (3 Minuten Pause).
- Geht der Spielball ins aus, holt die berechnigte Mannschaft sofort einen neuen Spielball vom Spielfeldrand und wirft oder rollt diesen ein.
- Beim 2 gegen 2 oder 3 gegen 3 keine Eckstöße.

Varianten:

- Überzahlspiel (je nach Intension erst ab 3 gegen 3 oder 4 gegen 4): Verursacht ein Spieler einen Ausball, muss er den Ball holen und auf einem freien Hütchen ablegen. Erst dann darf er wieder ins Spiel eingreifen oder er muss sogar warten, bis der Ball wieder im Aus ist. Weiterhin kann er so lange draußen bleiben, bis ein Spieler der gegnerischen Mannschaft den Ausball verursacht.
- Tore dürfen nur aus der gegnerischen Hälfte erzielt werden.
- Tore werden nur dann gezählt, wenn sich bei Torabschluss alle Spieler des Teams in der gegnerischen Hälfte befinden.
- Ab 4 gegen 4 nur drei (zwei) Ballkontakte erlaubt.

Trainertipps:

- Feuere die Teams an.
- Arbeite mit Provokationsregeln.