

Kreatives Hallentraining - Memory

Organisation:

- Den Übungsaufbau entnehme bitte der Grafik. Statt richtiger Tore können auch Hütchen-, Stangen-, Matten- oder Kastentore genutzt werden. Wird ohne Torhüter gespielt, werden die Tore verkleinert. Die Abstände wähle bitte nach Leistungsvermögen.
- Teile mindestens zwei Gruppen ein. Bei hoher Trainingsbeteiligung solltest du mehrere Gruppen bilden, damit keine langen Wartezeiten entstehen.
- Lege die Karten mit (Bild/Zahl nach unten) so aus, dass jede Gruppe sie gut sehen kann, mische sie vorher gut durch. Eventuell etwas weiter weg vom Tumult des Übungsablaufs, damit sie auch liegen bleiben.

Ablauf:

- Die Startspieler verfügen jeweils über einen Ball und starten auf Trainerkommando ins Slalomdribbling um die Hütchen.
- Es folgt der Torschuss und die Spieler holen sich den Ball wieder. Der Ball wird jetzt mit beiden Händen getragen und sofort zum nächsten Spieler der eigenen Gruppe transportiert.
- Erst jetzt und nur bei vorherigen Torerfolg darf der Spieler zu den „Karten“ laufen und zwei Karten nacheinander aufdecken. Der Spieler darf, bevor er Karten dreht, mit seinem Team kommunizieren.
- Findet er zwei gleiche Karten, darf er diese mit in seine Gruppe nehmen. Anders als beim Standard-Memory, darf der Spieler immer nur einmal zwei Karten drehen, auch wenn diese gleich sind, es gibt keinen zweiten Versuch. Anschließend läuft der Startspieler in seine Gruppe zurück.
- Findet er zwei unterschiedliche Karten, dreht er diese wieder um. Anschließend läuft der Startspieler in seine Gruppe zurück.
- Das Team mit den meisten Karten-Paaren hat das Spiel gewonnen.

Varianten:

- Es gibt viele weitere Übungen, für die sich dieses Memory eignet. Vom Dribbelparcours bis hin zum eingebauten Passspiel, lasse deiner Fantasie freien Lauf.
- Verteile die Karten großzügig in der Halle, so wird richtig gesprintet.
- Der aktive Spieler darf nicht mit seinem Team kommunizieren.

Trainertipps:

- Schwerer wird es, wenn du statt Memory ein „Vier gewinnt“-Spiel ausstellst.
- Lasse das Spiel einfach laufen und beobachte die Kommunikation genau.

