

Abwehrspiel

Bälle werden hinter der 3-m Linie über das Netz ins Gegenfeld (Kleinfeld) geworfen. Jede Mannschaft (3-5 Spieler) versucht, die geworfenen Bälle abzuwehren und direkt wieder zu fangen (selbst oder ein Mitspieler). Mit diesem Ball dürfen Spieler nach vor laufen und wieder werfen. Jeder Spieler zählt seine erzielten Punkte (Mannschaftswertung)!

Variation:

Auch mit Sprungwurf möglich

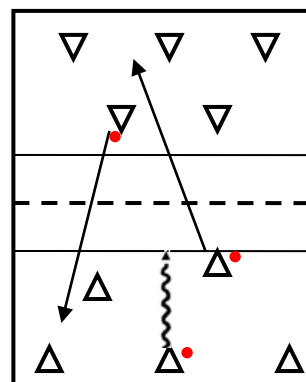
Tipps:

Punkte können nur über die Grundlinie gemacht werden!

Geräte:

Leine

1-3 Bälle



Volley – Faustball

2 Mannschaften (zu je 4-6 Spieler) stehen auf einem Volleyballfeld gegenüber (Leinenhöhe 2 – 2,2 m). Angabe erfolgt von unten hinter der Grundlinie, der Ball kann 3x direkt gespielt werden. Angriffsschläge sind erlaubt.

Variation:

Der Ball muss 3x gespielt werden

Jeder Spieler muss den Ball berühren (4-6 Kontakte)

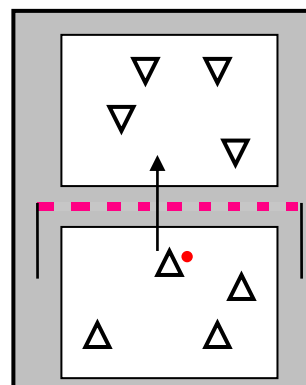
Tipps:

Aufstellung im Feld → weg von den Seitenlinien!

Geräte:

1 Leine

1 Ball



Volley – Faustball – Marathon

2 Mannschaften (zu je 4-6 Spieler) stehen sich auf einem Volleyballfeld gegenüber (Leinenhöhe 2-2,2 m). Angabe erfolgt von unten hinter der Grundlinie, der Ball kann 3x direkt gespielt werden. Angriffsschläge sind erlaubt. Jeder Spieler muss nach jedem Ballkontakt nach außen laufen und mit der Hand eine Markierung (z.B. BB-Feldlinie, Markierungskegel, Hallenwand,...) berühren und sofort wieder ins Feld zurückkehren.

Variation:

Jeder Spieler ,muss den Ball berühren (4-6 Kontakte)

Tipps:

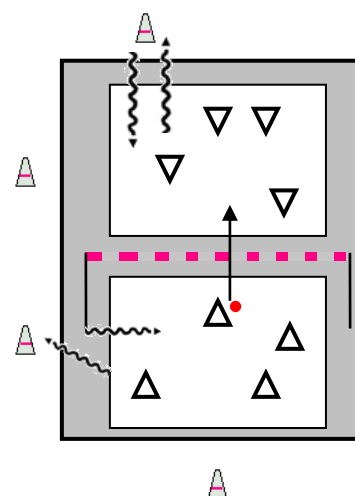
Punkteverlust bei „Nichtlaufen“

Geräte:

1 Ball

1 Leine

Markierungskegel



Tiger – Faustball

5-8 Spieler bilden einen Kreis. 1 Spieler (Tiger) steht in der Mitte. Die Spieler am Kreis spielen sich den Ball so zu (indirekt oder direkt), dass der Tiger den Ball nicht erreicht. Berührt der Tiger den Ball, muss der Spieler in die Mitte, der den Ball zuletzt gespielt hat.

Variation:

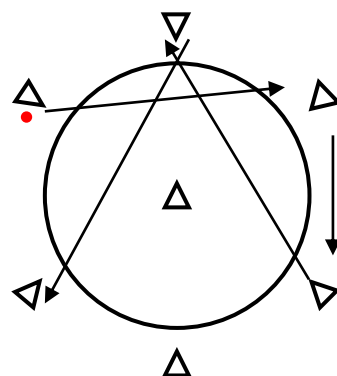
Nur direkte Ballbehandlung erlaubt!
In großem Kreis mit 2 Tiger möglich.

Tipps:

Kreisdurchmesser der Spieleranzahl und dem Leistungsstandard anpassen!
Doppelpassspiel nicht erlaubt!

Geräte:

1Ball/Gruppe



Jäger – Faustball

2 mit Schleifen gekennzeichnete Spieler (Jäger) versuchen durch Zuwerfen eines Balles, die anderen Spieler abzuwerfen. Getroffene Spieler holen sich eine Schleife und werden ebenfalls zu Jägern. Kein Laufen mit dem Ball! Jeder Ballkontakt gilt als Treffer. Die Spieler können sich durch eine ordentliche Ballabwehr vom Abschuss befreien.

Variation:

Hechtsprung-Jägerball

Wer gejagt wird, kann sich durch einen Hechtsprung (auf den Bauch) in Sicherheit bringen, die Jäger dürfen ihn nicht abwerfen.

Günstig: jeder hat nur ein gewisses Kontingent an Hechtsprüngen zur Verfügung (3-5 Hechtsprünge).

Tipps:

Trainer entscheidet ob ordentliche Ballabwehr oder nicht

Geräte:

1 Ball
Schleifen

Kriegsbeil – Faustball

2 Mannschaften durch Langbänke, Leine,...getrennt. Jede Mannschaft versucht, Spieler der gegnerischen Mannschaft abzuwerfen (1 Punkt für Werfer), und geworfene Bälle ordentlich direkt abzuwehren (mit direktem Fangen – 3 Punkte).

Jeder Spieler zählt seine Punkte und werden dann zusammengezählt (Mannschaftswertung)

Variation:

Es zählen nur indirekte Abschüsse – indirekte Ballabwehr!

Tipps:

Bei unterschiedlichem Leistungsstand oder Platzmangel „Entschärfung“ durch Würfe über Kopf!

Geräte:

Langbänke (oder Leine)
1-3 Bälle

