

Spielsport-Kombinationen – Kleine Spiele: Kastenabbau

In dieser Übung wird das Angriffs- und Verteidigungsspiel gezielt geübt. Der Ball zirkuliert möglichst schnell und ein Punkterfolg wird sofort sichtbar.

Eine Mannschaft verteidigt, die andere greift an. Erstere verteidigt sich um den Handballkreis. Einen Kasten ohne Torhüter aufstellen. Trifft die Gegenmannschaft den Kasten auf der Frontseite, wird ein Kastenteil abgebaut. Welche Mannschaft hat den Kasten zuerst ab- und dann wieder aufgebaut?



Variationen

einfacher

- Der Kasten steht in einem Kreis und kann so von allen Seiten beworfen werden.

schwieriger

- Der Kasten wird längs zum Spielfeld aufgestellt und kann so nur von der Seite (Flügel!) angespielt werden.

Material: Schwedenkasten, Handball

Quelle: Gautschi, R., (2000). mobilepraxis 4/00: Spielend durchs Jahr. Magglingen: BASPO.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO