

Übung des Monats 09/2021

<u>Organisation</u>	<u>Ablauf</u>	<u>Variationen/Bemerkungen</u>
<p style="text-align: center;"><u>Zwei-gegen-Zwei nach Annahme</u></p> <p>Wir spielen ein Zwei-gegen-zwei mit vier Zuspielern in den Ecken. Wir brauchen also acht Feldspieler und zwei Torhüter.</p> <p>Wir benötigen zwei Tore, mindestens acht Bälle und vier verschiedenfarbige Hütchen. Außerdem benötigen wir mindestens zwei Leibchen, um die Teams zu kennzeichnen. Das Spielfeld ist 20x20 Meter groß.</p> <p>Die Hütchen werden an die vier Ecken des Spielfeldes gestellt, an denen sich die Zuspieler postieren.</p>	<p>Die Übung beginnt, indem der Trainer eine Farbe ausruft. Das Spielerpaar mit Angriffsrecht ist zuvor festgelegt worden. Es muss den Ball vom Zuspieler annehmen, verarbeiten und versuchen, ein Tor zu schießen. Es darf auf beide Tore angreifen.</p> <p>Wenn der Angriff vorüber ist, erhält es sofort einen zweiten Ball desselben Zuspielers. Nach dem zweiten Angriff ruft der Trainer eine neue Farbe aus. Die angreifende Mannschaft erhält jeweils zwei Zuspiele von allen vier Zuspielern. Nach acht Angriffen wechseln die Teams die Rollen. Die Teams zählen ihre Treffer.</p> <p>Das verteidigende Team darf nach Balleroberung sofort kontern und abschließen. Diese Tore zählen doppelt. Die Zuspiele erhält aber weiterhin das Team mit dem ursprünglichen Angriffsrecht</p>	<p><u>Variante eins:</u> Der Trainer ruft nach jedem Angriff eine andere Farbe auf.</p> <p><u>Variante zwei:</u> Die Spieler des angreifenden Teams rufen nach jedem Angriff selbst die nächste Farbe auf.</p> <p><u>Variante drei:</u> Nach jedem Abschluss/Ausball wechselt das Angriffsrecht. Nach zwei Angriffen tauschen die Zuspieler und die Innenspieler die Aufgaben.</p> <p><u>Variante vier:</u> Das Team, das ein Tor schießt, bleibt im Feld. Das verteidigende Team wechselt die Aufgabe mit zwei Zuspielern.</p> <p><u>Variante fünf:</u> Kopfbaltore zählen doppelt (für ältere Teams)</p>