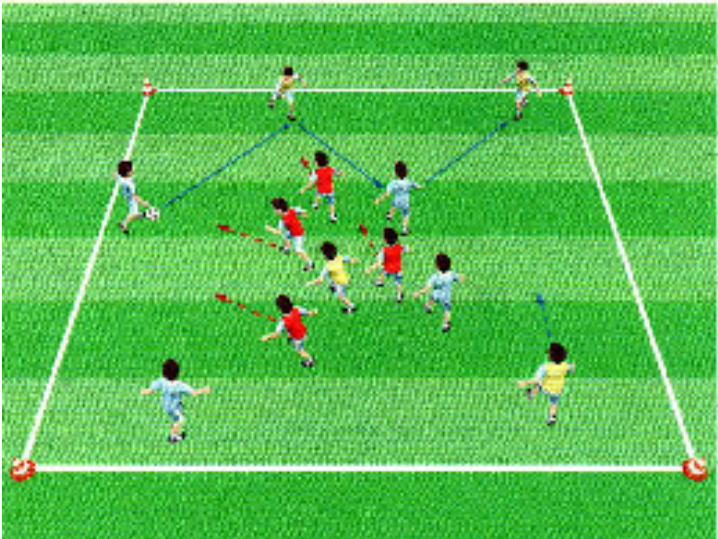


## Übung des Monats 12/2022

<u>Organisation</u>	<u>Ablauf</u>	<u>Variationen/Bemerkungen</u>
<p><b><u>„Umschalten von Angriff auf Abwehr“</u></b></p> 	<p>Ein 15 x 15 Meter großes Feld markieren. Drei Mannschaften à 4 Spieler bilden und im Feld verteilen. 2 Teams spielen im 8 gegen 4 gegen das dritte Team. Erobert das verteidigende Team den Ball, wechselt das Team, das ihn verloren hat, mit ihnen Position und Aufgabe.</p> <p><u>Alternative:</u>          Die Kontaktzahl nach und nach begrenzen.</p>	<p>Kommunikation fordern und fördern.</p> <p>Das schnelle Umschalten von Angriff auf Abwehr und umgekehrt fordert Handlungsschnelligkeit, Konzentration und Mitdenken.</p> <p>Nach einer bestimmten Anzahl von Pässen, kann man der jeweiligen Mannschaft Punkte vergeben. Oder welche Mannschaft verbringt die wenigste Zeit in der Verteidigungsrolle</p>