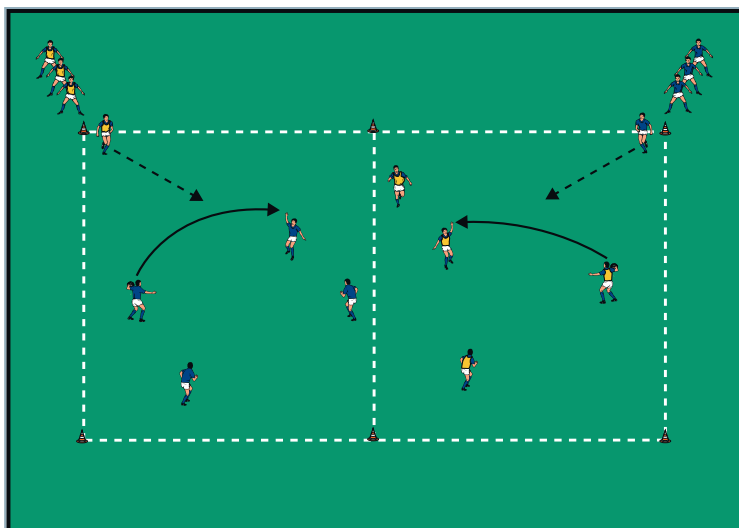


AUFWÄRMEN 2: Fangstaffel mit Freiinsel

von Horst Hrubesch (21.10.2014)



Organisation

- Den Aufbau und die Gruppen beibehalten
- In jedem Feld 2 Teams zu je 4 Spielern bilden
- Je 1 Mannschaft im Feld und 1 Mannschaft an einem Eckhütchen postieren
- Die Mannschaften im Feld haben je 1 Ball

Ablauf

- Die Spieler an den Eckhütchen agieren als Fänger.
- Auf ein Trainerkommando starten die jeweils ersten Fänger ins Feld und versuchen, je 1 Läufer abzuschlagen.
- Anschließend laufen sie zurück zum Starthütchen und klatschen ihren jeweils nächsten Mitspieler ab, der ebenfalls startet usw.
- Die Läufer werfen sich 1 Ball zu. Läufer, die den Ball in den Händen tragen, dürfen nicht abgeschlagen werden.

Variationen

- Den Ball als 'Freiinsel' im Feld auslegen: Der Spieler, der mit einem Fuß auf dem Ball steht, darf nicht abgeschlagen werden.
- Die Fänger an allen vier Eckhütchen des Feldes verteilen und von unterschiedlichen Positionen ins Feld starten.
- Ohne 'Freiinsel' spielen.

Tipps und Korrekturen

- Das Fangspiel als Wettbewerb durchführen: Die Mannschaft, die zuerst alle Läufer gefangen hat, erhält 1 Punkt.
- Nach jedem Durchgang tauschen die Fänger- und Läuferteams die Positionen und Aufgaben.
- Nach einer Weile die Paarungen auch feldübergreifend neu bilden, damit nicht immer die gleichen Spieler gegeneinander antreten.