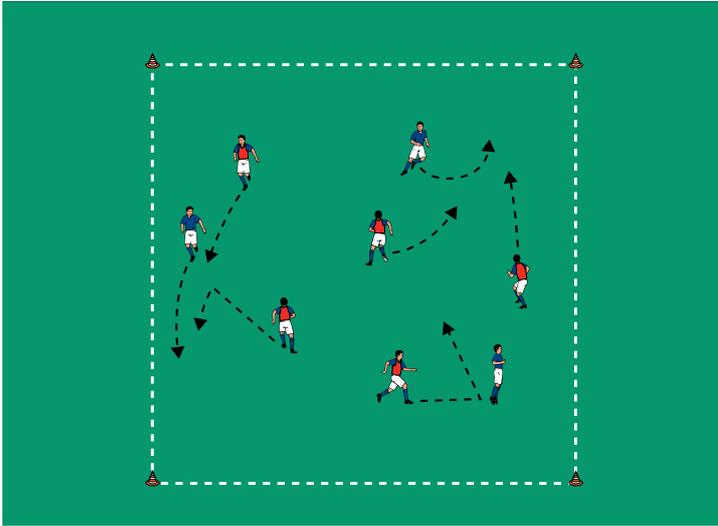


THEMA: IN ÜBERZAHL DEN BALL EROBERN



AUFWÄRMEN 1:

ÜBERZAHL-FANGEN

ORGANISATION

- ▶ Ein 15 x 15 Meter großes Feld markieren
- ▶ Mehr Fänger als Läufer einteilen

ABLAUF

- ▶ Die Fänger tippen die Läufer ab.
- ▶ Gefangene springen 1-mal so hoch, wie sie können, und laufen danach weiter.

VARIATIONEN

- ▶ Wettbewerb: Wer fängt die meisten Läufer?
- ▶ Gefangene werden zusätzliche Läufer.
- ▶ Feste Fängerpaare bilden.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Fangspiele verbessern die Schnelligkeit.
- ▶ Viele Ausweichbewegungen fördern die Geschicklichkeit.
- ▶ Die Überzahl erleichtert das Fangen.