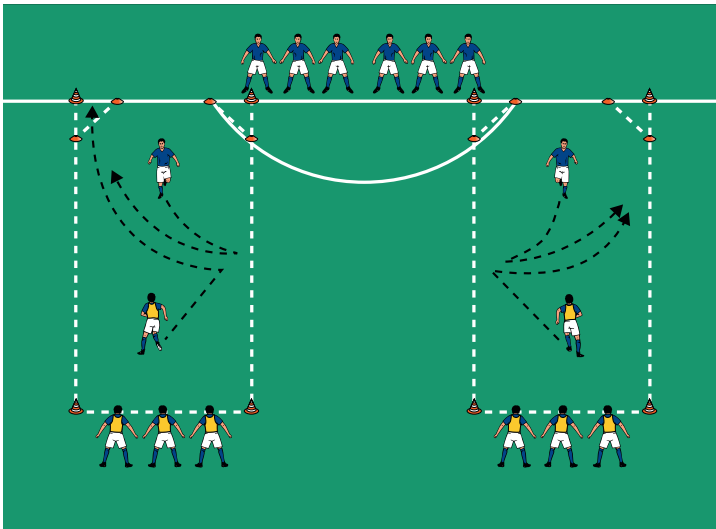


THEMA: EINFÜHRUNG INS VERTEIDIGEN MIT VIERERKETTE



AUFWÄRMEN 2:

1-GEGEN-1-GESCHICKLICH-KEITSÜBUNG

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau von zuvor beibehalten
- ▶ Auf jeweils einer Grundlinie in den Ecken diagonal Hütchentore errichten
- ▶ Fänger und Läufer bestimmen und an den Grundlinien gegenüber aufstellen

ABLAUF

- ▶ Die Läufer versuchen, durch eines der beiden Hütchentore zu laufen, ohne dabei von den Fängern abgeschlagen zu werden.
- ▶ Gelingt es einem Läufer, durch eines der Hütchentore zu laufen, erhält er 1 Punkt für die Mannschaftswertung.
- ▶ Jeder gefangene Spieler ergibt 1 Punkt für die Fänger.

VARIATION

- ▶ Die Läufer stecken sich Leibchen in die Hose: Die Fänger versuchen, die Leibchen aus der Hose zu ziehen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Fänger sollen sich möglichst seitlich postieren und dem Läufer eine Seite anbieten. So sollen sie erkennen, dass sie gegnerische Angreifer aktiv auf eine Seite locken bzw. führen können.
- ▶ Als Fänger leichtfüßig auf den Fußballen agieren, um sich geschickt zu beiden Seiten bewegen zu können.
- ▶ Dieses Fangspiel besitzt einen hohen Motivationscharakter!
- ▶ Nach einigen Durchgängen tauschen die Fänger und Läufer Positionen und Aufgaben.