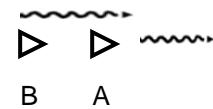


Verfolgung

B steht hinter A, A in Tiefstellung. B überspurtet A (und gibt evtl. A einen Schlag auf den Rücken), A versucht B noch einzuholen.

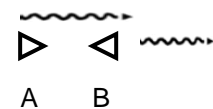
Variation:

Diverse Verfolgungsläufe aus verschiedenen Positionen (Rückenlage, Bauchlage, Schneidersitz, Hürdensitz, Liegestütz,...) Auch im Sitzen, Liegen,...gegenüber. Der Fänger muss vor dem Verfolgen eine halbe Drehung ausführen



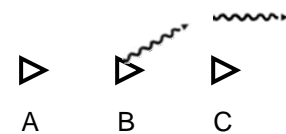
Überlaufen

A und B stehen sich gegenüber mit 1 bis 2m Abstand. A läuft vorwärts, B rückwärts. A versucht, durch Täuschungen und Starts an B vorbeizukommen und diesen zu überlaufen. Gelingt dies, versucht B A noch vor der Linie abzuschlagen.



Ausreißen

3er Gruppen traben langsam hintereinander. Der Mittlere versucht plötzlich auszureißen und die Grundlinie zu erreichen, bevor die anderen beiden ihn erwischen (berühren) können.



Schere – Stein – Papier

Je zu zweit an der Mittellinie gegenüber. Auf Kommando „Schere – Stein – Papier“, hält jeder eines der drei Handzeichen auf. Das stärkere Zeichen verfolgt das Schwächere. Bei gleichem Zeichen beider Spieler erfolgt eine Wiederholung

Schere schneidet Papier
Papier umwickelt Stein
Stein macht die Schere kaputt



Schere



Stein



Papier

Tag – Nacht /Schwarz - Weiß

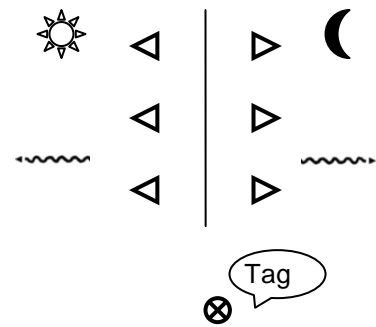
Zwei Gruppen stehen, liegen, sitzen,...mit einem „Gegner“ im Rücken auf der Mittellinie. Sobald „Tag“/„Schwarz“ oder „Nacht“/„Weiß“ gerufen wird, flüchtet die betreffende Gruppe zur eigenen Wand/Markierung. Wird jemand durch die Jagenden innerhalb des Faustballfeldes berührt, ergibt dies für die betreffende Gruppe einen Strafpunkt. Nach jedem Punkt wird der Partner gewechselt

Variation:

Änderung der Ausgangsstellung (stehen, liegen, sitzen, Schneidersitz, Liegestütz,...)

Änderung der Fortbewegungsart (Vierfüßlergang, beidbeinig hüpfen, einbeinig hüpfen,...)

Änderung des Signals



Wer reagiert sofort?

A und B laufen locker nebeneinander. Der Lehrer ruft zum Beispiel „Bauchlage!“. Beide versuchen, so schnell wie möglich zu reagieren. Wer ist NACH der Ausführung zuerst beim vorher bestimmten Punkt (Markierung, Linie, Wand;...)?

Geräte:

Markierungskegel

