

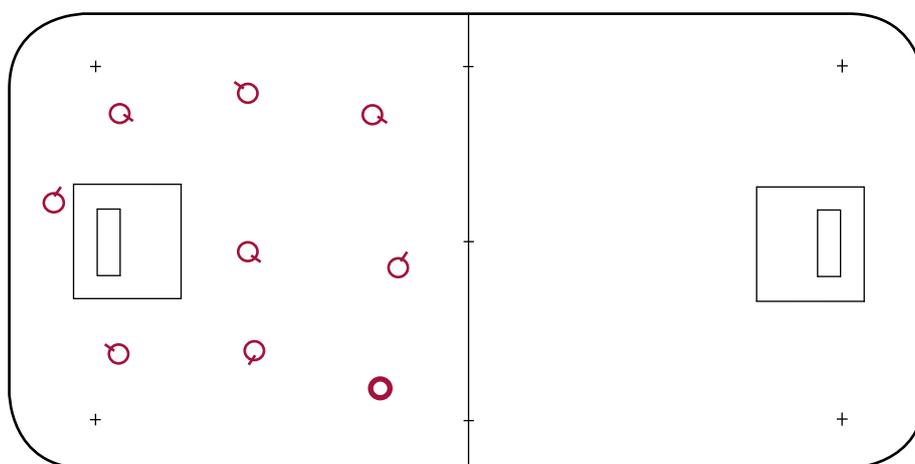


Aufwärmen Hauptteil Spielteil

BÄNDELI-FANGIS

Thema/Ziel der Übung:

- > Aufwärmen
- > Zweikämpfe suchen (Fänger) oder vermeiden (Gejagte)
- > Reaktions-/Aktionsschnelligkeit
- > Spielform



ABLAUF

Alle Kinder haben ein Bändeli (Spielband), welches sie sich so in die Hose stecken, dass es noch ca. 20cm herauschaut.

Die Kinder versuchen nun gegenseitig möglichst viele Bändeli zu ergattern, ohne ihr eigenes zu verlieren. Wer hat am Schluss am meisten Bändeli gesammelt?

VARIATION

- > Raum eingrenzen
- > 2 Bändeli pro Spieler

TIPS UND KORREKTUREN

Wer sein Bändeli verliert und keines mehr hat, muss eine Zusatzaufgabe (Beispiel: 5 Stretksprünge) machen und kann sich danach beim Trainer ein neues abholen.