

Touchrugby

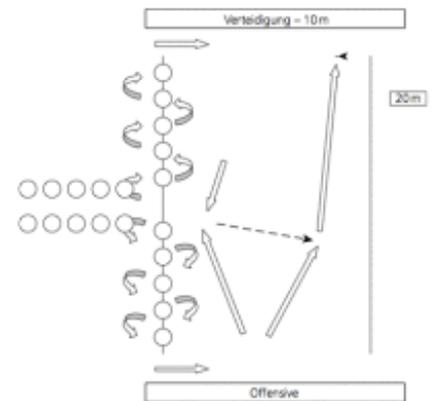
Draw-pass

In dieser Übung wird die gebräuchlichste Angriffsstrategie im Touchrugby trainiert. Das Mitziehen des defensiven Spielers und die darauffolgende Weitergabe des Balles in der Offensive wird geübt.

Angriff und Verteidigung – mit jeweils gleichviel Spielern – stehen nebeneinander in der Mitte des Feldes (20 m lang und 10 m breit).

Auf Pfiff des Coaches rennen die ersten drei Spieler (zwei Angreifer und ein Verteidiger) in entgegengesetzter Richtung im Slalom um fünf gleichmässig verteilte Markierhüte – die zwei Angreifer zusammen nach rechts und der Verteidiger nach links.

Nach der letzten Markierung wird das Spiel aktiv, indem die Angreifer sich über das Feld verteilen und der Verteidiger versucht, den Ballträger zu berühren. Die Angreifer versuchen den Ball an der letzten Markierung der Defensive vorbeizutragen ohne berührt zu werden.



Der Ballträger rennt leicht in die Richtung der einen Seitenlinie und zieht dabei den Verteidiger mit sich. Der andere Angreifer rennt erst parallel auf die Seitenlinie zu und dann leicht in Richtung der anderen Seitenlinie. Bevor der Ballträger berührt wird, passt er den Ball an den zweiten Angreifer weiter. Dessen Ziel ist es, so weit weg vom Ballträger und Verteidiger zu sein, dass der Verteidiger ihn nicht mehr einholen kann, wenn er den Ball zugepasst bekommt.

Variation

schwieriger

Die Anzahl der Spieler wird erhöht (zwei Verteidiger / drei Angreifer). Nach dem Slalom sollte der Ballträger idealerweise der Spieler in der Mitte sein, um den Ball auf beide Seiten weitergeben zu können.

Korrekte Ausführung:

- **Offensive:** Der Ballträger sollte lernen, nie parallel zur Seitenlinie zu rennen, sondern immer in einem leichten Winkel.
- **Ballkontrolle:** Der Ball sollte nur an einen sichtbaren Empfänger weitergegeben werden, der den Ball auch erwartet. Durch Zurufe kann der Empfänger auch auf sich aufmerksam machen.

Häufige Fehler:

- Der Ballträger gibt den Ball weiter, bevor der Verteidiger wirklich nahe ist; dadurch kann der Verteidiger den neuen Ballträger einholen und berühren.
- Der Ballträger gibt den Ball weiter ohne den Empfänger zu sehen (unnötiger Ballverlust).
- Der Empfänger schaut nicht auf den Ball beim Fangen.
- Der Empfänger schafft nicht genug Raum zwischen sich und dem Ballträger.

Quelle: mobilepraxis 66/2010, Werni Grünenfelder, Roger Scharpf

Kategorien

- Inhaltsarten: Innen, Übungen, Aussen
- Sportart: Touchrugby
- Altersstufe: 8-10 jährig, 11-15 jährig, 16-20 jährig, 21-65 jährig
- Schulstufe: Primarstufe, Sekundarstufe I, Sekundarstufe II Berufsschule, Sekundarstufe II Gymnasium
- Niveaustufe: Anfänger, Fortgeschrittene
- Lernstufe: Erwerben, Anwenden
- Leistungsmodell: Konditionelle Substanz, Reaktion, Koordinative Kompetenz, Schnelligkeit, Emotionale Substanz, Orientierung, Taktik/Strategie, Ursachenerklärung, Mental-taktische Kompetenz
- Bewegungsfeld Lehrmittel Schule: Spielen
- Bewegungsgrundform: Werfen, fangen