

J+S-Kids: Einführung Faustball - Lektion 5

Wir spielen und haben Spass!

Autor

Oli Lang, J+S-Experte Faustball

Rahmenbedingungen

Lektionsdauer	≥60 Minuten
Niveau	<input type="checkbox"/> einfach <input checked="" type="checkbox"/> mittel <input type="checkbox"/> anspruchsvoll
Empfohlenes Alter	8-10 Jährige
Gruppengrösse	8-12
Kursumgebung	Turnhalle
Sicherheitsaspekte	Schmuck ausziehen, nicht benötigte Gegenstände in der Halle wegräumen, beachten der fixen, vorstehenden Wandinstallationen

Zielsetzungen/Lernziele

Wir spielen und haben Spass

Hinweise

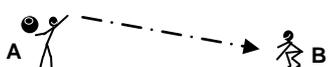
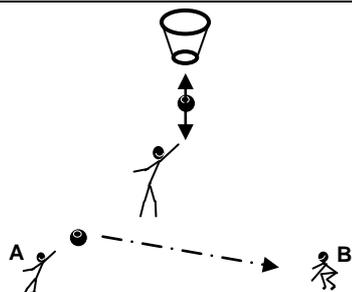
Die vielen Bälle die wir brauchen, erst bei Trainingsbeginn frei geben.
In möglichst kleinen Gruppen spielen

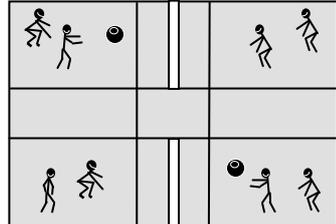
Inhalte

EINLEITUNG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
5'	Begrüssung und Appell	Kreis	Anwesenheitsliste
5'	Lektionsziel: Spass haben zusammen Den Kindern das Ziel bekannt geben und mit ihnen anhand von Beispielen die Begriffe besprechen.	Kreis	
5'	Spiel: Schubs die Kugel runter 2 Teams werfen mit allen möglichen Bällen auf einen oder mehrere grosse Bälle (z.B. Medizinbälle), die in der Mitte der Turnhalle auf einem Schwedenkastendeckel liegen. Es gibt eine Wurfmarkierung und einen Sammelsektor. Welches Team bringt mehr Bälle zum Fallen?	Spielfeld mit Hütli abgrenzen In der Mitte ein Schwedenkasten-Deckel aufstellen.	Hütli, Schwedenkasten, sehr viele kleine Bälle, 1-3 grosse Bälle.

HAUPTTEIL

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
15'	Vom Werfen zum Schlagen 1. Die Kinder werfen sich den Ball zu. Wenn möglich eine Markierung auf dem Boden legen. 2. Es wird ein kleiner Wurfparcours mit verschiedenen Zielen aufgestellt (z.B. grosser Ball auf Schwedenkasten, Quadrat an Wand, Schaukelringe, Basketballbrett). An jedem Posten haben die Kinder 2 Minuten Zeit, möglichst viele Treffer zu landen (nur Wurf von oben erlaubt!).	Der Leiter zeigt die korrekte Wurf- beziehungsweise Schlagtechnik vor. 	Hütli Minifaustbälle oder Tennisbälle
5'	Schlagen 1. Jedes Kind steht unter einen Basketballkorb. Der Ball liegt nicht in der Schlaghand! Ziel: gerader Ballaufwurf, Ball berührt das Basketballnetz und landet wieder in der Hand des Kindes. 2. Kurze Technikeinführung zum Schlag. Ausprobieren des Schlages auf den Mitspieler. Wichtig: Gerader Ballaufwurf (siehe Übung 1).		Hütli Minifaustbälle

20'	<p>Kleines Spiel: Ball über die Schnur Es wird ein Netz gespannt. Es werden kleine Felder gemacht, so das immer 2 gegen 2 spielen können. Die Kinder spielen Ball über die Schnur, der Ball darf jedoch einmal im eigenen Feld den Boden berühren. Vor dem Rückwurf muss 1x gepasst werden. Wer ein gross markiertes Ziel im gegnerischen Feld trifft, bekommt einen Zusatzpunkt. Es kann ein kleines Turnier gespielt werden.</p>	<p>Netz längs in der Halle spannen! So sind mehr Felder möglich.</p> 	<p>Hüetli Minifaustbälle Netz</p>
-----	--	--	---

AUSKLANG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
5'	<p>Wettbewerb (Ausklang) Der Leiter stellt sich in einen Sektor. Jedes Kind versucht mit einem Faustballservice 2 Punkte zu erzielen, indem es in den Sektor des Leiters schlägt. Welches Team sammelt mehr Punkte?</p>	<p>Abwehrsektor Leiter ca. 5m mal 5m Angriffsmarkierung ca. 6m vom Leiter entfernt.</p>	<p>Hüetli Minifaustbälle</p>
2'	<p>Verabschiedung Kurzer Rückblick: Was wollen wir das nächste Mal besser machen?</p>		