

J+S-Kids: Einführung Faustball - Lektion 11

Wetten dass...

Autorin

Simone Pfenninger, Expertin "Turnen/Faustball und Kids"

Rahmenbedingungen

Lektionsdauer	≥ 60 Minuten
Niveau	☐ einfach ☒ mittel ☐ anspruchsvoll
Empfohlenes Alter	8-10 Jährige
Gruppengrösse	10-20
Kursumgebung	Turnhalle
Sicherheitsaspekte	Schmuck ausziehen, nicht benötigte Gegenstände in der Halle wegräumen, beachten der fixen, vorstehenden Wandinstallationen

Zielsetzungen/Lernziele

Verschiedene Faustballelemente wettkampfmässig umsetzen.
Die Kinder sollen lernen, eine Zielvorgabe gemeinsam zu erfüllen.

Hinweise

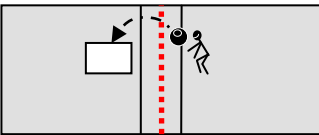
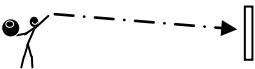
Jedes Kind hat, seinen Möglichkeiten entsprechend, Anteil am Ganzen.
Wettkampfblatt im Anhang

Inhalte

EINLEITUNG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
5'	Wetten, dass... (Aufwärmen) ... wir es schaffen, gemeinsam 500 (Zahl anpassen: z.B. 50 pro Kind) Markierungskegel zu berühren?	Im Feld sind ca. 20 Markierungskegel ("Hüetli") verteilt.	>20 Markierungskegel
5'	Wetten, dass... (Kräftigen) ... wir es schaffen, gemeinsam 200 (Zahl anpassen, z.B. 20 pro Kind) mal den Ball in der Liegestützposition von den Füssen zu den Händen und zurück zu rollen, li und re?	Liegestützposition 	1 Ball pro Kind

HAUPTTEIL

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
60'	Das Wettkampfblatt (siehe Anhang) liegt sichtbar in der Halle. Gemeinsam wird mit Aufgabe 1 begonnen. Wer die Anzahl geschafft hat (muss nicht am Stück geschafft werden), kreuzt ein Feld ab. Wenn Aufgabe 1 erfüllt ist (alle Kreuze gemacht sind), folgt Aufgabe 2 usw. Wetten, dass... (Technischer Teil) ... wir es schaffen, gemeinsam 1000 mal direkt zu spielen? Pro 20 Direktpässe kann 1 Feld abgekreuzt werden. ... wir es schaffen, gemeinsam 250 Angaben ins Feld zu schlagen? Pro 5 Angaben (von unten erlaubt) ins Feld kann 1 Feld abgekreuzt werden. ...wir es schaffen, gemeinsam 250 Bälle über den Stufenbarren zu spielen? Pro 5 gültige Versuche kann 1 Feld abgekreuzt werden. ... wir es schaffen, gemeinsam 500 Bälle an die Matte zu werfen? Pro 5 Würfe an die Matte kann 1 Feld abgekreuzt werden.	Das Die Anzahl Felder auf dem Wettkampfblatt muss der Anzahl Kinder angepasst werden!     auf korrekte Wurftechnik achten!	Bälle Leine/Netz Wettkampfblatt 2-3 Matten als Ziel Stufenbarren dicke Matte, Tennis-bälle

15'	Wetten, dass... (Spiel) ... wir es schaffen, eine Viertelstunde fair zu spielen? Dazu gehören: - Klatschen bei einem Punktgewinn. - Abklatschen untereinander - auch als Aufmunterung bei Fehlern. - Freundlicher Umgang mit Mitspielern und Gegnern. - Abklatschen bzw. gratulieren nach Spiel.		Feld, Ball
-----	--	--	------------

AUSKLANG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
5'	Wetten, dass... (Aufräumen) ... wir es schaffen, in zwei Minuten alles aufgeräumt zu haben? (Zeit stoppen)		



1: Pro 20 Direktpässe 1 Kreuz

2: Pro 5 Angaben in den Zielsektor 1 Kreuz

3: Pro 5 gültige Versuche 1 Kreuz

4: Pro 5 Würfe an die Matte 1 Kreuz
