

Kleine Ballspiele: Prellparty

In dieser Übung lernen die Schüler unterschiedliche Balleigenschaften kennen. Prellend bewegen sie sich in der Halle.

Die Schülerinnen prellen verschiedene Bälle stehend, kniend, sitzend, einhändig und beidhändig. Dabei verteilen und bewegen sie sich beliebig in der Halle.



Variationen

- Wenn sich zwei Schüler in der Halle treffen tauschen sie die Bälle aus.
- Treffen sich zwei Schüler in der Halle übernehmen sie jeweils die Prellform desjenigen Gegenübers (kriechend, einhändig, beidhändig, etc.).
- Als Einstieg in die Prellparty kann versucht werden, einen ruhenden Ball vom Boden mit einem Schlag und sofortigem rhythmischem Prellen vom Boden aufzuprellen.

schwieriger

- Wie oben nur mit zwei Bällen, oder sogar zwei unterschiedlichen Bällen.

Material: Max. 2 verschieden grosse Bälle pro Person

Quelle: [Owassapian, D. \(2010\). Spielen lernen - Spielfächer Basic: Ingold Verlag](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO