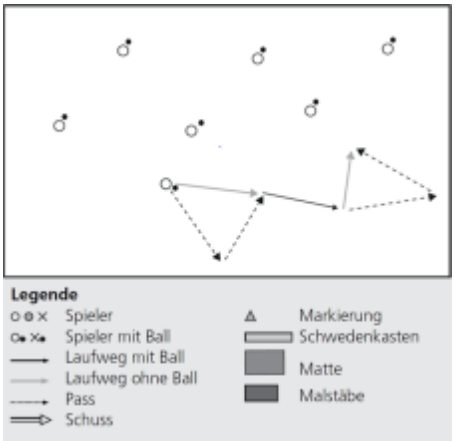
Smolball – Aufwärmen: Raum gestalten

Während der Übung lernen die Schüler das Material und dessen Reaktionen in verschiedenen Situationen kennen. Gleichzeitig wird das Orientierungsvermögen unter erschwerten Bedingungen gefördert.

Die Schüler bewegen sich frei im Raum und versuchen den Ball auf möglichst verschiedene Varianten auf dem Schläger zu jonglieren und ihn an die Wand oder in die Luft zu spielen.



Variationen

- Es werden Malstäbe oder andere Hindernisse aufgestellt, welche nicht berührt werden dürfen.
- Es werden Hindernisse aufgestellt, welche überwunden werden müssen.
- Es wird in Zweier-, Dreiergruppen gearbeitet.

Material: Schläger, Bälle, evtl. Malstäbe, Schwedenkasten, Sprungmatten

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO