

Smolball: Zu Beginn die Technik üben

Smolball ist sehr vielseitig und stösst gerade im Sportunterricht auf grosses Interesse. Es kann in jeder Altersgruppe gespielt werden und dank der einfachen Voraussetzungen entsteht innert kürzester Zeit ein bewegungsintensives Spiel.

Ziel eines Smolball-Spiels ist es, durch schnelles gezieltes Passspiel im Team einen Torerfolg zu erzielen. Je mehr die Spieler sich freilaufen und den Ball gezielt weiterspielen, desto schneller und intensiver wird das Spiel.

Smolball kann sowohl drinnen als auch draussen gespielt werden. Weil grundsätzlich ohne aktiven Körper- und Schlägerkontakt gespielt wird, kann auch Mixed gespielt werden.



Im Folgenden stellen wir einige Aufwärmübungen sowie eine Einsteiger-Lektion vor, welche sich bestens eignen, um den Schülerinnen und Schülern die Grundlagen des Smolball-Spiels näher zu bringen.

→ [Smolball – Aufwärmen](#)

→ [Lektion: Technische Grundlagen](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO