

Korbball – Aufwärmen: Ball-Salat

Dies ist eine actionreiche Fangis-Form mit verschiedenen Bällen, die vor allem dazu dient, den Bewegungsmotor zu starten.

4 verschiedene Ballarten (Tennisbälle, Handbälle, Volleybälle und Basketbälle) werden im gleichen Verhältnis auf alle Spieler verteilt.

Diese tragen den Ball in ihren Händen und dürfen sich in der ganzen Halle bewegen. Der kleinere Ball fängt den grösseren: Ein Spieler mit einem Tennisball muss versuchen, einen Handball zu erhaschen, der Handball kann den Volleyball fangen etc.



Wird ein Ballhalter gehetzt, müssen die Bälle getauscht werden. Während der Tausch-aktion darf niemand der beiden von einem anderen Spieler berührt werden. Ziel ist es, den Basketball zu ergattern und ihn bis zum Spielende zu hüten.

Variationen

schwieriger

- Die Besitzer des Basketballs müssen den Ball prellen.
- Es darf nur den Basketball-Linien entlang mit dem Ball in der Hand gelaufen werden; wird die Linie verlassen, muss geprellt werden.

Material: 4 verschiedene Ballarten (Tennisbälle, Handbälle, Volleybälle und Basketbälle)

Quelle: Saskia Zubler, Sportlehrerin und J+S-Expertin Korbball