

# «schule bewegt» – Geschicklichkeit – Werfen und fangen: Sportzeitung

Während dieser Übung müssen die Kinder kooperieren und ihre Bewegungen gut koordinieren, wenn sie Erfolg haben wollen.

Nehmt zu zweit eine Zeitung und mit mindestens einem weiteren Paar zusammen einen Footbag. Legt ein Spielfeld mit möglichst «natürlichen Grenzen» fest oder verwendet Seile als Markierung.

Die beiden Spielhälften können durch ein Netz abgetrennt werden. Spannt die Zeitung zu zweit und versucht euch gegenseitig den Ball zuzuwerfen. Wenn ein Ball zu Boden fällt, gibt es einen Punkt für die werfende Mannschaft. Welches Team hat zuerst zehn Punkte? Wechselt eure Gegner.

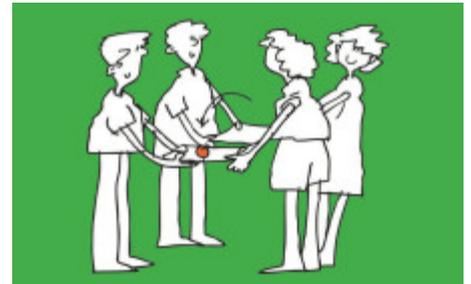


Illustration: Lukas Zbinden

## Variationen

- Es können auch mehr als zwei Mannschaften gegeneinander antreten.
- Verwendet statt der Zeitung ein Tuch.
- Bildet grössere Gruppen.
- Wer kann alleine den Footbag am häufigsten auf der Zeitung spicken lassen?

**Material:** Footbag, Zeitung

Schulstufe	Mittelstufe / Oberstufe
Sozialform	Klassenplenum (4er Gruppe und grösser)
Zeitpunkt	Sportlektion
Dauer	10 Min.
Intensität	Hoch
Ort	Pausenplatz / Sporthalle
Platzbedarf	Hoch

Quelle: «schule bewegt» – Modul «Footbag+»



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**