

Faustball – Zuspiel: Zuspiel-Chilbi

Eine Übung, um das Zuspiel zu verbessern. Die Kinder zählen die erreichten Punkte, nachdem sie die sieben Posten absolviert haben.



Chilbi-ähnlich werden verschiedene Posten aufgestellt. An jeder «Bude» hat man 10 Versuche (5 mit linkem Arm, 5 mit rechtem). Alle Punkte werden zusammengezählt. Alle Buden haben das Ziel, die Treffsicherheit beim Zuspiel zu verbessern. Dabei wird der Ball aufgeworfen und nach Bodenkontakt ins Ziel gespielt. Welches Kind schafft die meisten Punkte und wird Chilbi-Meister?

- **Posten 1:** An die Wand wird ein Viereck aufgeklebt.
- **Posten 2:** Die ersten 4 Treppenstufen geben keine Punkte. Nur mit den Stufen Nr. 4–6 können Punkte erzielt werden.
- **Posten 3:** Die Kinder spielen den Ball in/an den Basketballkorb (wenn möglich tiefer gestellt). Berührung Brett: 1 Punkt. Berührung Ring: 2 Punkte. Treffer: 3 Punkte.
- **Posten 4:** Die Holmen eines Stufenbarrens werden auf gleicher Höhe eingestellt. Die Kinder versuchen nun, zwischen die Holmen zu spielen.
- **Posten 5:** An einem Ringpaar wird ein Viereck gebildet (z. B. mit Stab und Bündel). Ziel ist es, in dieses Viereck zu spielen.
- **Posten 6:** An einem Ringpaar wird ein Ring befestigt. Ziel ist es, in diesen Ring zu spielen.
- **Posten 7:** Ein Zuspiel an den offenen Schwedenkasten ergibt 1 Punkt, in den Kasten 2 Punkte.

Material: Basketballkorb, Stufenbarren, Ringe, Reifen, Schwedenkasten

Quelle: mobilepraxis 54/2008, Simone Pfenninger



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO