

# Für Kinder – Basketball: Lektion 2 «Werfen 1»

In dieser Lektion üben die Kinder auf vielfältige Art und Weise den Wurf aus dem Stand.



## Rahmenbedingungen

- **Lektionsdauer:** 60 Minuten
- **Niveau:** einfach
- **Empfohlenes Alter:** 8-10 Jahre
- **Gruppengrösse:** 6-20
- **Kursumgebung:** Turnhalle oder Aussenplatz mit mindestens zwei Körben (ideal sind 4 Seitenkörbe)
- **Sicherheitsaspekte:** Die Kinder sollen Turnschuhe tragen. Bälle und Material, welches während einer Übung oder im Spiel nicht gebraucht wird, wegräumen.

## Zielsetzungen/Lernziele

- Aus dem Stand werfen können.

[J+S-Kids – Basketball: Lektion 2 «Werfen 1»](#) (pdf)

---

Quelle: J+S-Kindersport



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**