

«schule bewegt» – Geschicklichkeit – Werfen und fangen: Stifte treffen

Präzision ist gefragt: In dieser Zielübung lernen die Kinder, ihre Würfe so zu dosieren, dass sie ein kleines Ziel treffen und umwerfen.

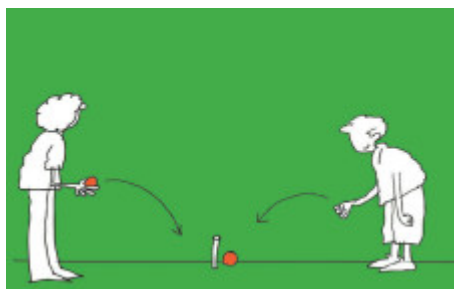


Illustration: Lukas Zbinden

Bildet Zweiergruppen. Stellt euch einander gegenüber auf und stellt einen dicken Filzstift auf den Boden zwischen euch. Beide haben einen Footbag in der Hand. Auf ein Zeichen versuchen beide den Stift mit dem Ball zu treffen und umzuwerfen. Wer zuerst trifft, bekommt einen Punkt..

Variationen

- Werft mit eurer «schlechteren» Hand oder spielt mit dem Fuss.
- Variiert den Abstand zwischen euch.
- Wer kann den Ball möglichst nahe an den Stift werfen, ohne diesen umzustossen?

Material: Footbag, Stifte

Schulstufe	Unterstufe / Mittelstufe / Oberstufe
Sozialform	Klassenplenum (Partnerarbeit)
Zeitpunkt	Lektionseinstieg/-abschluss / Bewegungspause
Dauer	5 bis 10 Min.
Intensität	Mittel
Ort	Klassenzimmer

Platzbedarf

Mittel

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



Schweizerische Eidgenossenschaft

Confédération suisse

Confederazione Svizzera

Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO