

Netzball: Einführungslektion

Die Lektion beginnt mit spielnahen Übungen zum Werfen und Fangen. Mit der schrittweisen Einführung der Rotation nach Punktgewinn werden die Spielerinnen langsam an den Spielgedanken von Netzball herangeführt.



[Lektion: Einführung ins Netzball](#) (pdf)

Rahmenbedingungen

- Lektionsdauer: 75 Minuten
- Gruppengrösse: 24 Spielerinnen
- Alter: alle Altersstufen
- Niveau: Anfänger
- Lernstufe: Erwerben, anwenden

Lernziele

- Kennenlernen von Netzball
- Werfen über das Netz
- Spiel auf einem begrenzten Feld
- Rotation bei Punktgewinn

Organisation

- Ein (Badminton-)Netz oder eine Wäscheleine wird in der Höhe von 2,30 m längs in der Halle gespannt. Nach jeder Übung verschieben sich die Spielerinnen um eine Position im Uhrzeigersinn und erhalten so eine neue Partnerin.

Quelle: Barbara Seiler. Turn- und Sportlehrerin, esa-Expertin Ballspiele, J+S-Expertin Turnen



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO