

J+S-Kids: Einführung Baseball - Lektion 5

Fielding

Autorin

Carmen Schaub, J+S-Expertin, Fachleiterin Baseball/Softball

Rahmenbedingungen

Lektionsdauer	≥60 Minuten
Niveau	<input type="checkbox"/> einfach <input checked="" type="checkbox"/> mittel <input type="checkbox"/> anspruchsvoll
Empfohlenes Alter	8 – 10 Jährige
Gruppengröße	18 (Minimum 6, Maximum 20)
Kursumgebung	Fussballfeld oder 2 Fachturnhalle
Sicherheitsaspekte	siehe Grundlagen

Zielsetzungen/Lernziele

Die Kinder können einen geschlagenen oder zugerollten Ball vom Boden aufnehmen und an einen bestimmten Ort werfen.

Hinweise

Es empfiehlt sich, den Ball in einem ersten Schritt nur zuzuwerfen und nicht mit einem Schläger zu schlagen. Es ist darauf zu achten, dass sich die Kinder zum Ball bewegen, den Körper hinter den Ball bekommen. Sollte ein Kind Angst vor dem Ball haben, den Ball sehr langsam zurollen bis die Angst schwindet.

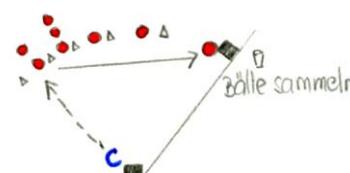
Inhalte

EINLEITUNG

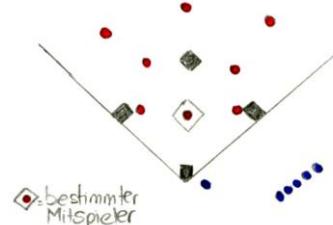
Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
5'	Baserunning-Lokomotive Die Kinder verteilen sich gleichmässig auf alle 4 Bases. Das erste Kind jeder Gruppe rennt eine Runde um alle Bases. Sobald es wieder beim Ausgangsbasis ist, schliesst das zweite Kind an. Es werden so viele Runden gelaufen, bis der gesamte Zug einmal komplett um alle Bases gelaufen ist. Der erste Läufer stoppt am Ausgangsbasis, die anderen laufen weiter, dann stoppt der zweite Läufer etc.		Bases
5'	Hampelmänner einfach und in Varianten	im Kreis	

HAUPTTEIL

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
10'	Fielding: Grundposition ist ein Dreieck gebildet durch die schulterweit auseinander stehenden Füsse und den Händen vorne zwischen den Beinen. Dies in einer hockenden Position. Krokodil (siehe Abbildung): Bälle zurollen und wie ein Krokodil aufnehmen. Hände zum Bauchnabel und mit einem rechts-links-Schritt zurück zum Coach werfen. Bälle erst direkt zurollen, dann ein wenig links und rechts. Mindestens je 5 Mal.		weiche Bälle Handschuhe
10'	Wer wird Torschützenkönig?: Die Kinder stehen sich paarweise gegenüber (ca. 2-3 Meter) und versuchen einander den Ball zwischen den Beinen durchzurollen. Wer zuerst 3 Mal den Ball durch die Beine des Gegners gerollt hat, gewinnt und kommt eine Runde weiter. Der Verlierer spielt gegen einen anderen Verlierer.		weiche Bälle Handschuhe

10'	<p>Kesselwurf: 1.) Wer trifft den Kessel? Die Kinder versuchen den Kessel zu treffen. Ca. 5 Versuche pro Kind.</p> <p>2.) Ein Ball wird zugerollt und zum Spieler beim Firstbase geworfen. Spieler im Kreis aufstellen und Zonen mit Hütchen markieren. Positionen nach ein paar Würfen wechseln. Es können mehrere Kinder hintereinander in einer Zone sein.</p>	 <p>Skizze</p> 	weiche Bälle Kessel
-----	---	---	------------------------

AUSKLANG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
10-15'	<p>Stopp Baseball mit Wurf zu einem Ziel: 2 Teams bilden. Ein Team ist im Feld, ein Team ist am Schlagen. Der Schläger bzw. Läufer darf soweit laufen, bis der Ball von der Defensivmannschaft zu einem bestimmten Mitspieler geworfen wurde. Er muss auf dem Base bleiben, bis der nächste Spieler ans Schlagen kommt. Sobald alle Kinder des Offensivteams 1x geschlagen haben, wechseln die Teams. Die Kinder im Feld wechseln nach 2 Abschlägen ihre Positionen.</p>	<p>Skizze:</p> 	Bases Tee Schläger weiche Bälle Handschuhe
5'	Gemeinsames Aufräumen und Abschiedsritual		