

Lektion

Smolball leicht gelernt

In diesem Unterrichtsbeschrieb wird aufgezeigt, wie man mit wenig Materialaufwand die grundlegenden Techniken zum Spiel spielerisch erwerben und festigen kann.

Rahmenbedingungen

Lektionsdauer: 90 Minuten

Stufe: Sek I, Sek II

Alter: 11–20 Jahre

Niveau: Anfänger/Fortgeschrittene

Lernstufe: Erwerben, Anwenden

Lernziele

- Den Ball kontrollieren können.
- Den Ball gezielt spielen können.

Hinweise: Die einzelnen Übungszeiten können verkürzt oder verlängert werden. Je nach Niveau und Dynamik lohnt sich eine verkürzte oder verlängerte Übungs- oder Spielzeit. Einzelne Übungen können auch als Turnier oder Wettkampf eine ganze Lektion durchgeführt werden.

		Thema/ Aufgabe/ Übung/ Spielform	Organisation/ Skizze	Material
Einstieg	5'	Erkundung Einzel oder zu zweit wird mit Schläger und Ball versucht sich frei im Raum zu bewegen. Gleichzeitig wird ausprobiert, was alles mit Ball und Schläger möglich ist. Beispiele: <ul style="list-style-type: none"> • Jonglieren mit Handwechsel. • Pass über die Wand. • Ball mit dem Schläger prellen. • Ball hochspielen und eine volle Drehung machen. • usw. 		Schläger, Bälle
	20'	Insel-Sitzball Jedes Team (4–5 Spieler) besitzt eine Insel (2 Matten) in einer Hallenhälfte. Jedes Team kann sich frei im Wasser bewegen und versucht die gegnerischen Spieler mit dem Ball (Schuss mit dem Schläger) zu treffen (es sind 2–3 Bälle im Spiel). Die getroffenen Spieler müssen auf ihre Insel, können aber weiterhin von der Insel aus am Spiel teilnehmen. Mit dem Ball darf jonglierend gelaufen werden, einem Teamspieler zugespielt oder auf gegnerische Spieler geschossen werden. Das Team gewinnt, das es zuerst schafft alle Spieler auf die Insel zu verbannen. Variationen <ul style="list-style-type: none"> • Mit dem Ball darf nicht gelaufen werden. • Die Insel darf wieder verlassen werden, wenn derjenige Spieler, welcher den Inselbewohner getroffen hat, selber getroffen wird. Achtung: Diese Variante muss auf Zeit gespielt werden, um zu einem Ende zu kommen. Gewonnen hat das Team, das am wenigsten Spieler auf der Insel hat. 		Schläger, 2–3 Bälle, 8–10 Matten
	5'	Stafette Material aufstellen.		

		Thema / Aufgabe / Übung / Spielform	Organisation / Skizze	Material
Hauptteil	10'	<p>Vier SuS pro Team stehen hintereinander am Start des Hindernislaufes. Auf Pfiff versuchen die ersten jedes Teams – den Ball auf dem Schläger führend/jonglierend – um die Hindernisse zu laufen und möglichst schnell den Ball an den nächsten Mitspieler zu übergeben. Gewonnen hat das schnellste Team.</p> <p>Regel: Fällt der Ball zu Boden, muss nach dem ersten Mal vom Startpunkt aus neu begonnen werden. Beim zweiten Missgeschick wird der Lauf beim Ort des Vergehens wieder fortgeführt.</p>		Schläger, 8–12 Malstäbe, 4–6 Schwedenkästen, 4–6 Matten, 4–6 Langbänke
	15'	<p>Tennis</p> <p>Mit verschiedenen Materialien (z. B. Langbänken) wird ein fiktives Netz durch die Hallenmitte gezogen. Je zwei SuS spielen einander den Ball über das «Netz» zu. Es werden verschiedene Varianten ausprobiert (die Lehrperson zeigt vor/die SuS erfinden eigene Varianten).</p> <p>Beispiele:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ball wird vor dem Zurückspielen einmal hochgespielt (Sicherheitsball). • Annahme rechts, Rückspiel links. • Bodenspiel auf der eigenen Spielseite. • Nach jedem Pass eine volle Drehung um die eigene Achse. 		Schläger, Bälle, 4–6 Langbänke (oder anderes Material)
Ausklang	30'	<p>Turnier</p> <p>Die SuS spielen 1:1 auf Zeit (3' pro Spiel). Danach wird im Uhrzeigersinn das Spielfeld gewechselt. Regeln: Die SuS machen mit dem jeweiligen Gegner ab, welches die Spielfeldgrenzen (Linien der verschiedenen Bodenmarkierungen) sind und nach welchen Regeln sie gegeneinander spielen. Regeln werden immer neu verhandelt. Gewonnen hat jener Spieler, der am Schluss am meisten Partien gewonnen hat.</p> <p>Hinweis: Durch das Abmachen der Regeln begegnen sich die Gegner auf gleichem Niveau und sind weder unter- noch überfordert.</p>		Schläger, Bälle, 4–6 Langbänke (oder anderes Material)
	5'	Aufräumen/Verabschiedung		