

Bausteine für Unterrichtsvorhaben: **Ballkoordination**

Untermenü: **Zielspiele**

Inhalt: **Zielparcours – welche Mannschaft erzielt die meisten Treffer?**

### **Ziele**

Wurfgenauigkeit bei unterschiedlichen Aufgabenstellungen schulen

### **Kurzbeschreibung**

In Gruppen nacheinander auf sieben unterschiedliche Ziele werfen, die Treffer notieren und anschließend addieren.

### **Organisation und Sicherheitsaspekte**

#### **Material**

Pro Schüler ein Ball, Gerätebedarf siehe Stationsbeschreibungen

#### **Schülerzahl, Aufstellung, Laufwege**

Je nach der Zahl der Stationen 5 bis 7 Gruppen mit maximal 4 bis 5 Schülern pro Gruppe bilden.

#### **Ablauf:**

Jede Gruppe beginnt an einer Station. Nach einer Probephase von 1 bis 2 Minuten wird ein Wertungsdurchgang von 2 bis 3 Minuten durchgeführt. Die erzielten Treffer werden in den Bogen eingetragen. Anschließend Stationswechsel.

**Wichtig:** Die Bälle müssen an der jeweiligen Station in einem Ballbehälter (kl. Kasten oder Reifen) liegen bleiben.

Abstände entweder durch Linien oder Markierungen festlegen.

Die Aufgaben sind Vorschläge, sinnvollerweise sollten unter ökonomischen Gesichtspunkten auch bereits in der Halle vorhandene Ziele ausgesucht werden.

#### 1. Aufgabe:

Wurf auf den Basketballkorb von einer Markierung: Ringberührung 1 Punkt, Ball im Korb 2 Punkte (Basketbälle).

#### 2. Aufgabe:

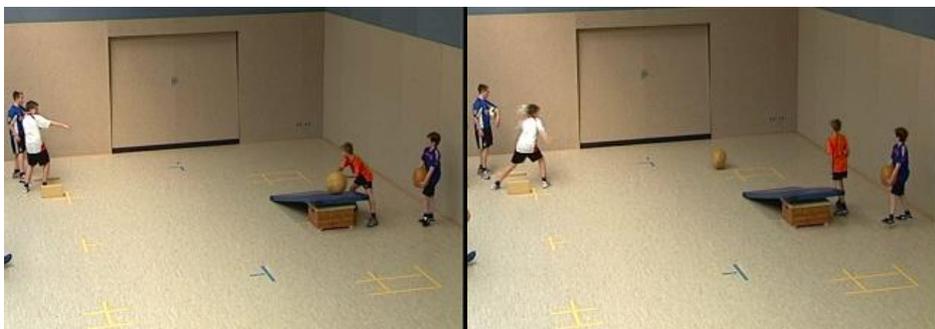
Eine Keule steht auf einem kleinen Kasten vor einer Wand oder Trennwand.

Die Keule sollte mit dem Tennisball abgeworfen werden. Kann die Station nicht an einer Trennwand aufgebaut werden, sollte unbedingt zwischen Wand und Kasten eine Matte an der Wand stehen (Tennisbälle).

3. Aufgabe: Aufsetzerball: Reifen mit Tennisball treffen (Reifen auf Boden festkleben). Auch hier eine Matte an die Wand lehnen, damit die Bälle nicht zu weit von der Wand zurückprallen (Tennisbälle).

4. Aufgabe: Rollenden Ball treffen: Mit einer Matte auf einem kleinem Kasten ein schiefe Ebene bilden. Zwei Gruppenmitglieder lassen abwechselnd einen relativ großen Ball (z. B. Medizinball) hinunterrollen, die anderen versuchen den Ball zu treffen. Nach vorgegebener Wiederholungszahl – Aufgabenwechsel.

Diese Station sollte sich in einer Hallenecke befinden (Gymnastikbälle)



5. Aufgabe: Ring an die Wand kleben. Im Sitzen werfen und den Ring treffen (Volleybälle).

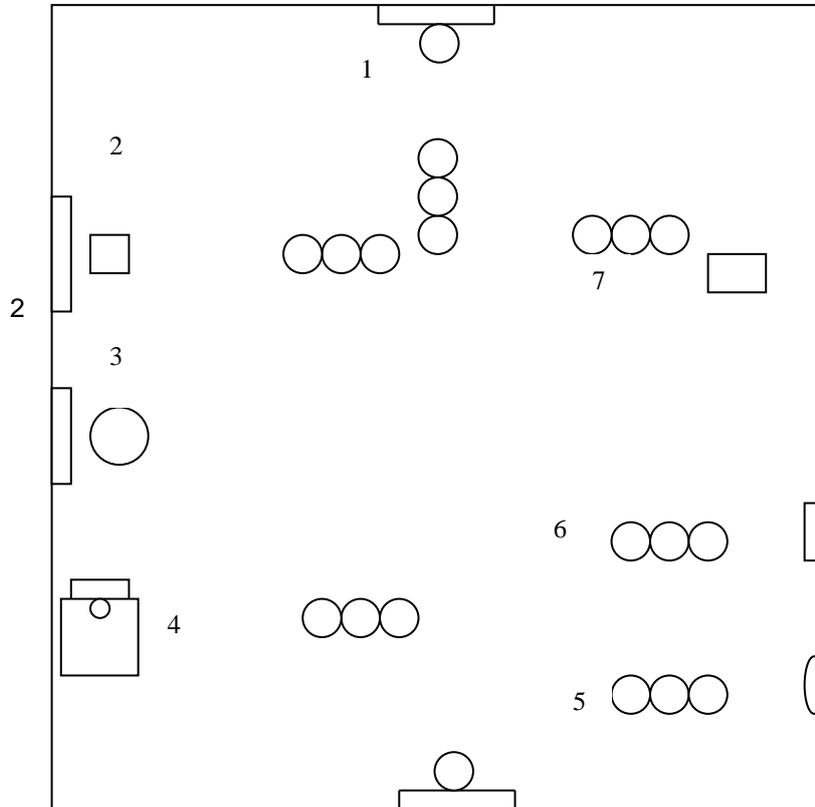
6. Aufgabe: Matte hochkant an die Wand lehnen und über einer Markierung treffen. Es muss mit der schwachen Hand geworfen werden (Gymnastikbälle).

## 7. Aufgabe

Ball gegen die Wand werfen und mit dem von der Wand zurückprallendem Ball die Matte treffen (Volleybälle).

Die Aufgabenbögen für die Stationen befinden sich als Kopiervorlagen auf den Seiten 4 – 10.

Vorschlag für den Aufbau der Stationen



### Sicherheit:

- Stationen so anordnen, dass möglichst kein Schüler von zurückprallenden Bällen getroffen wird.
- In den Gruppen immer erst dann werfen, wenn der Ball aus dem Zielbereich zurückgeholt worden ist. Besonders wichtig ist dies, wenn die Keule getroffen werden soll.

### Weitere Varianten und Tipps:

- Die Schüler können die Zielspiele auch im vorhergehenden Unterricht selbst entwickeln.
- Es können natürlich noch weitere Stationen eingesetzt werden (Beispiel: a) Schüler sitzt auf kl. Kasten und hält Eimer in der Hand, die anderen müssen Tennisbälle in den Eimer werfen, b) der zweite Basketballkorb wird ebenfalls einbezogen)
- Weniger Stationen anbieten, dafür jede Station zweifach aufbauen.

### Tipps

Bei den Stationen 2 und 3 evtl. Matten hinter die Ziele stellen), damit das unkontrollierte Zurückprallen der Bälle gedämpft wird.

### Reflexion

Welche Wurfvarianten wurden angewandt?

Welche Station war die schwierigste?

### Mögliche Ergebnisse

Situativ abhängig, im Allgemeinen wird die Aufgabe mit dem rollenden Ball als die schwierigste eingeschätzt.

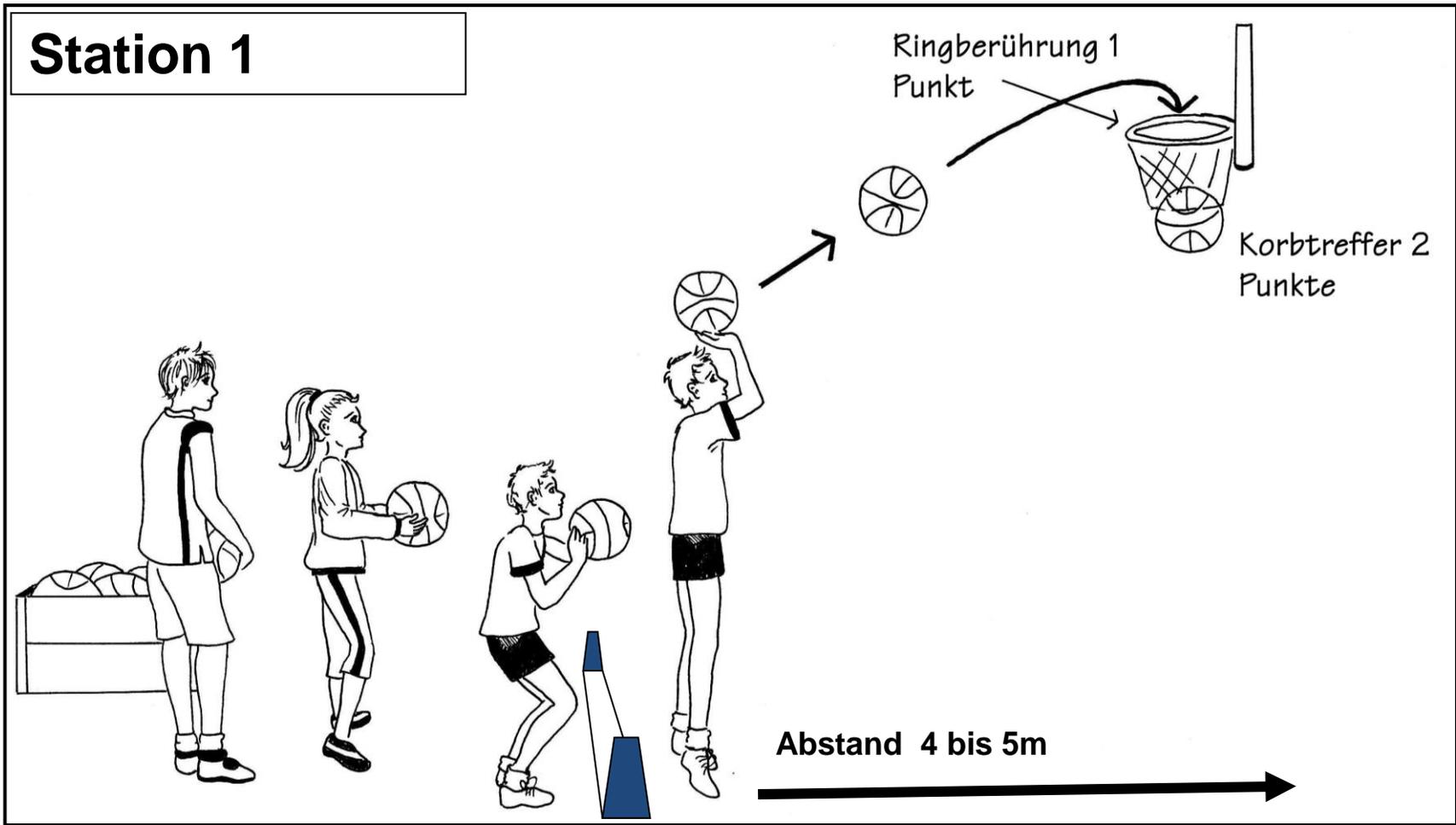
Auf den folgenden Seiten finden Sie die Kopiervorlagen.

## Ergebnisbogen

### Ablauf:

- Jede Gruppe beginnt an einer Station.
- Nach einer Probephase von 1 bis 2 Minuten wird ein Wertungsdurchgang von 2 Minuten durchgeführt.
- Die erzielten Treffer werden in den Ergebnisbogen eingetragen, anschließend Stationswechsel.
- An jeder Station liegt eine Karte, auf der die Aufgabe erläutert wird.
- Achtet darauf, dass ihr beim Zurückholen der Bälle nicht getroffen werdet.
- Legt die Bälle beim Wechsel der Station in den Ballbehälter zurück.
- Addiert zum Abschluss die Ergebnisse von allen sieben Stationen.

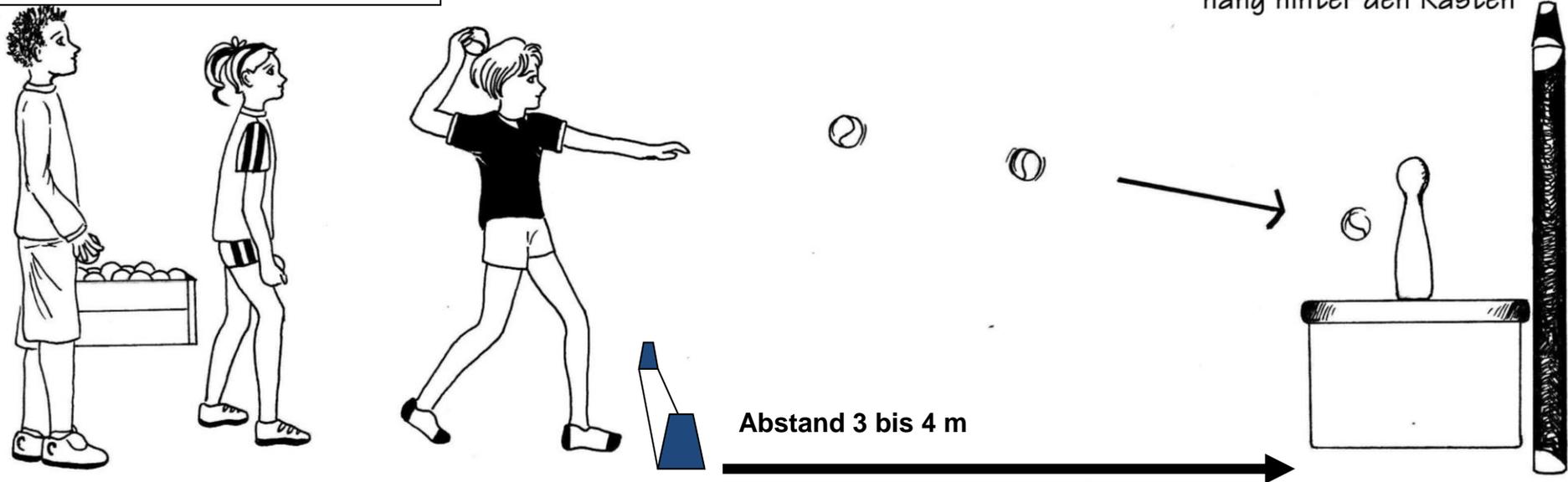
Aufgabe	Treffer
1. Aufgabe: Wurf auf den Basketballkorb: Ringberührung - 1 P, Ball im Korb - 2 Punkte.	
2. Aufgabe: Eine Keule mit dem Tennisball umwerfen.	
3. Aufgabe: Aufsetzerball: Einen Reifen mit dem Tennisball treffen	
4. Aufgabe: Den rollenden Ball treffen. Immer nach vier Versuchen Wechsel der Aufgaben.	
5. Aufgabe: Im Sitzen werfen, den Ring treffen und wieder fangen. Der nächste der Gruppe wirft nach vier Versuchen.	
6. Aufgabe: Matte hochkant an die Wand lehnen und über einer Markierung treffen. Es muss mit der schwachen Hand geworfen werden .	
7. Aufgabe: Ball gegen die Wand werfen und mit dem von der Wand zurückprallenden Ball die Matte treffen	
<b>Gesamtergebnis</b>	



Werft von der Markierung nacheinander auf den Korb und zählt eure Punkte (siehe oben).  
Wer geworfen hat, holt seinen Ball wieder und schließt sich hinten an.  
Tragt anschließend die Punktzahl in den Ergebnisbogen ein.

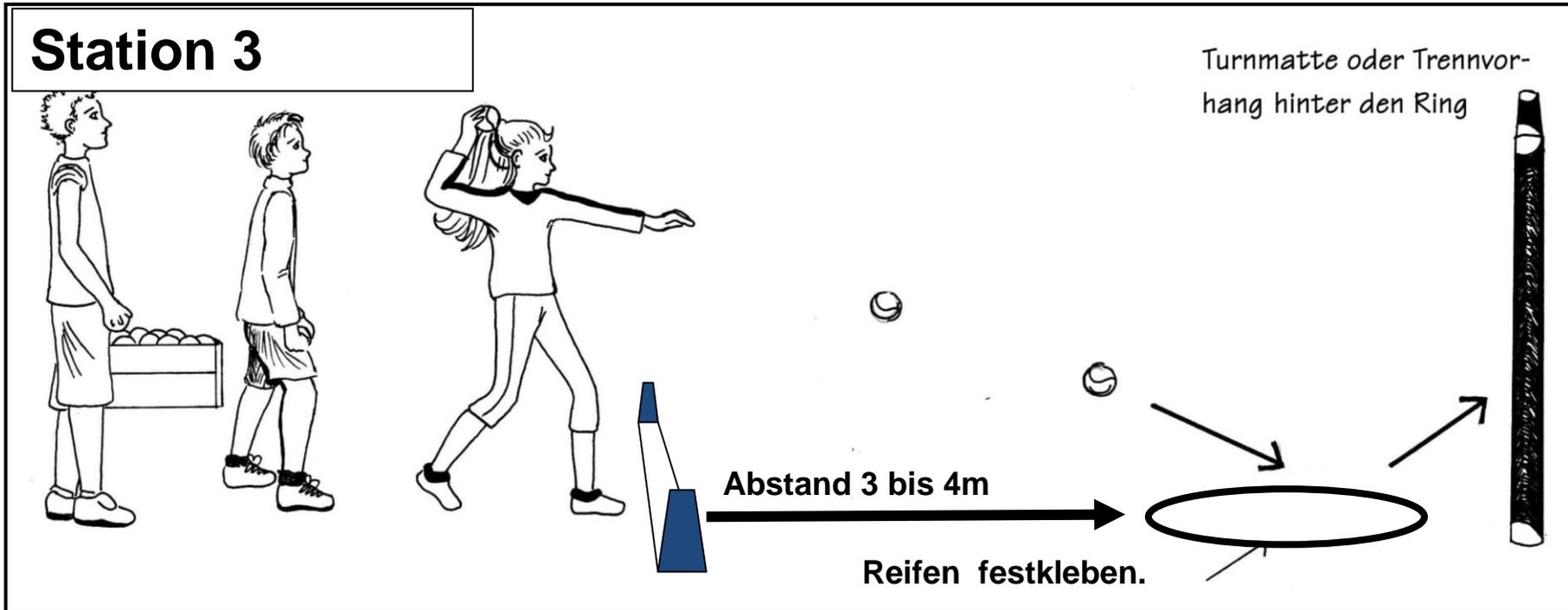
Für den Aufbau benötigt ihr:  
2 Hütchen oder andere Abwurfmarkierungen, 1 kleinen Kasten (oder Reifen) als Ballbehälter; 4 bis 5 Basketballbälle (evtl. auch Volleybälle)

## Station 2



Versucht, die Keule mit dem Tennisball umzuwerfen.  
Wer geworfen hat, holt seinen Ball wieder und schließt sich hinten an.  
Tragt anschließend eure Trefferquote in den Ergebnisbogen ein.

Für den Aufbau benötigt ihr:  
2 Hütchen oder andere Abwurfmarkierungen, 1 kleinen Kasten (oder Reifen) als Ballbehälter; einen kleinen Kasten, 1 Keule, 4 bis 5 Tennisbälle, Matte (hochkant). Die Matte wird nicht benötigt, wenn der Kasten vor einer Trennwand steht.

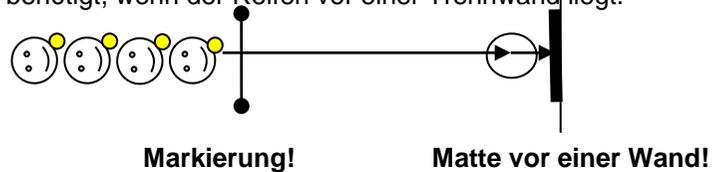


Werft von der Markierung und versucht, mit dem Tennisball den Reifen so zu treffen, dass der Ball direkt gegen die Matte oder die Trennwand springt. Wer geworfen hat, holt seinen Ball wieder und schließt sich hinten an.

Tragt anschließend die Trefferzahl in den Ergebnisbogen ein.

Für den Aufbau benötigt ihr:

2 Hütchen oder andere Abwurfmarkierungen, 1 kleinen Kasten (oder Reifen) als Ballbehälter; 4 bis 5 Tennisbälle, einen Reifen, eine Matte (hochkant). Die Matte wird nicht benötigt, wenn der Reifen vor einer Trennwand liegt.



### Station 4

**Versuche, den rollenden Medizinball zu treffen!**

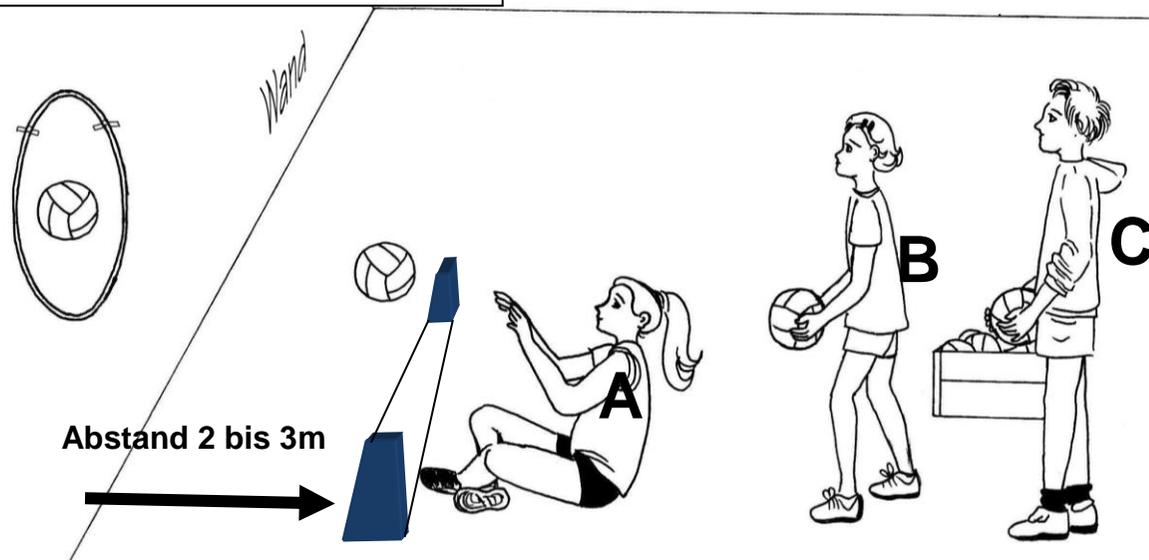
**Lass deinen Medizinball die Matte runterrollen!**

**Abstand 3 bis 4m**

Zwei von euch lassen abwechselnd den Medizinball die schiefe Ebene hinunterrollen. Die beiden anderen versuchen abwechselnd, den rollenden Medizinball zu treffen. Wer geworfen/gerollt hat, holt seinen Ball wieder und schließt sich hinten an. Aufgabenwechsel: immer nach 4 Würfen. Tragt anschließend eure Trefferquote in den Ergebnisbogen ein.

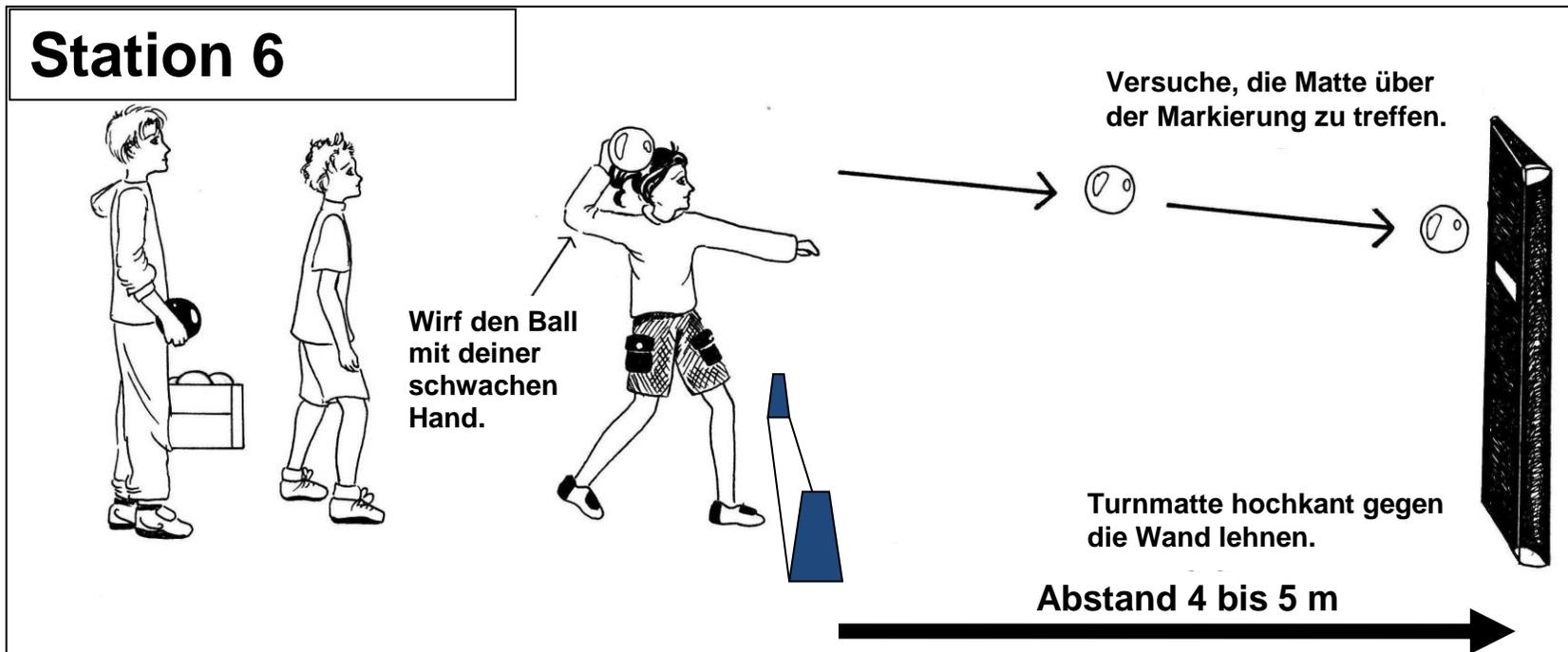
Für den Aufbau benötigt ihr:  
2 Hütchen oder andere Abwurfmarkierungen, 1 kleinen Kasten (oder Reifen) als Ballbehälter; 1 Kl. Kasten für die schiefe Ebene , 1 Matte, 2 Medizinbälle!

## Station 5



A wirft 4mal nacheinander von der Markierung im Sitzen in den Reifen an der Wand und fängt den zurückprallenden Ball.  
Danach ist der B an der Reihe. Haben alle in der Gruppe geworfen, beginnt A wieder.  
Ein Punkt ist erzielt, wenn der Ring getroffen ist und der Ball im Sitzen ohne vorherige Bodenberührung gefangen werden kann.  
Tragt anschließend eure Trefferzahl in den Ergebnisbogen ein.  
Überlegt euch eine Lösung, wie ihr es erreichen könnt, dass möglichst oft geworfen werden kann.

Für den Aufbau benötigt ihr:  
2 Hütchen oder andere Abwurfmarkierungen, 1 kleinen Kasten (oder Reifen) als Ballbehälter; 4 bis 5 Volleybälle, 1 Reifen, Klebeband zur Befestigung des Reifens .



Werft von der Markierung nacheinander mit der schwachen Hand gegen die Matte. Ihr müsst **die Matte** (nicht die Wand) oberhalb der Markierung treffen. Zählt eure Treffer. Wer geworfen hat, holt seinen Ball wieder und schließt sich hinten an.

Tragt anschließend die Trefferzahl in den Ergebnisbogen ein.

Für den Aufbau benötigt ihr:

2 Hütchen oder andere Abwurfmarkierungen, 1 kleinen Kasten (oder Reifen) als Ballbehälter, 1 Matte, die hochkant an der Hallenwand lehnt, 4 bis 5 Gymnastikbälle, Kreide für die Markierung

## Station 7

Werft von der Markierung nacheinander gegen die Wand, so dass der zurückspringende Ball ohne vorherige Bodenberührung die Matte trifft. Wer geworfen hat, holt seinen Ball wieder und schließt sich hinten an.

Tragt anschließend eure Trefferzahl in den Ergebnisbogen ein.

Für den Aufbau benötigt ihr:  
2 Hütchen oder andere Abwurfmarkierungen, 1 kleinen Kasten (oder Reifen) als Ballbehälter, eine Matte; 4 bis 5 Gymnastikbälle