

## GASSENWÜRFE

## WURF



© Nicolas Fröhlich

### ORGANISATION / ABLAUF:

Die Kinder stehen sich in Gassenaufstellung in etwa 8 - 10 Metern Entfernung paarweise gegenüber. Auf halber Strecke zwischen den Partnern liegt ein Fahrradreifen. Jedes Paar erhält einen Tennisball. Die Kinder versuchen, den Tennisball mit der Schlagwurf-Technik nach „vorne-unten“ so in den Reifen zu werfen, dass der Ball anschließend zum Partner springt, ohne nochmals den Boden zu berühren.

### VARIATIONEN:

- ▲ Werfen mit dem schwachen Arm
- ▲ Vergrößern des Abstandes zum Reifen und zum Partner
- ▲ Werfen aus dem Kniestand, dem Schneidersitz oder dem Langsitz

### EMPFEHLUNGEN / HINWEISE:

- ▲ Durch die Gassenaufstellung kann die benötigte Zeit zum Bälle Einsammeln vermieden werden, alle Kinder sind gleichzeitig beschäftigt.

### MATERIAL:

- ▲ 1 Reifen je Zweierteam
- ▲ 1 Tennisball je Zweierteam

### DAUER / WIEDERHOLUNGEN:

- ▲ 40 - 60 Würfe in verschiedenen Variationen

### WETTKAMPFSYSTEM KINDERLEICHTATHLETIK:

Diese Übung bereitet die Wurfdisziplinen des Wettkampfsystems Kinderleichtathletik aus dem Bereich „Vom Schlagwurf zum Speerwurf“ vor.

### SPORTABZEICHEN:

Diese Übung bereitet die Disziplin „Schlagball“ des Deutschen Sportabzeichens vor.

### BUNDESJUGENDSPIELE:

Diese Übung bereitet alle Wurfdisziplinen, bei denen mit der Schlagwurf-Technik geworfen wird, vor. Dies sind die Disziplinen „Zielweitwurf“, „Zonenweitwurf“ und „Fenster-Wurf“.