

FENSTERWURF

WURF



© Nicolas Fröhlich

ORGANISATION / ABLAUF:

In einem Tor wird zwischen den Pfosten auf halber Höhe eine Zauberschnur oder ein Reivo-Band gespannt. Aus 5 – 10 Metern Entfernung versuchen die Kinder, per Drehwurf ein geeignetes Wurfgerät (z.B. kleiner Fahrradreifen, Tennisring) durch das durch Schnur und Torlatte gebildete „Fenster“ zu werfen.

VARIATIONEN:

- ▲ gleiches Prinzip aus größerer Entfernung als „Schlagwurf-Variante“ oder aus geringerer Entfernung als „Stoß-Variante“
- ▲ Wettbewerb: Wer erzielt mit 10 Wüfren die meisten Treffer?

EMPFEHLUNGEN / HINWEISE:

- ▲ Bastelanleitung für Wurfriuge:
Gartenschlauch in 100 – 120 cm lange Stücke teilen und mit Klebeband zu einem Ring fixieren

MATERIAL:

- ▲ 1 Zauberschnur / Reivo-Band
- ▲ Wurfgeräte
- ▲ ggf. Hütchen

DAUER / WIEDERHOLUNGEN:

- ▲ 20 – 30 Wüfren je Kind

WETTKAMPFSYSTEM KINDERLEICHTATHLETIK:

Diese Übung bereitet die Wurfdisciplinen des Wettkampfsystems Kinderleichtathletik aus dem Bereich „Vom Drehen und Werfen zum Diskuswurf“ vor.

SPORTABZEICHEN:

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

BUNDESJUGENDSPIELE:

Diese Übung fördert die allgemeine Wurferfahrung und kann motivierend in ein Stundenbild zum Thema „Werfen“ integriert werden. Als „Schlagwurf“-Variante entspricht sie der Disziplin „Fenster-Wurf“.