

WIMASU BALLSCHULE



von Christoph Walther

In Anlehnung an das Konzept der Heidelberger Ballschule (ballschule.de) kann das Material insbesondere in der Grundschule und Sek I eingesetzt werden.

Die Karten dienen als Bewegungsaufgaben für eine Partnerarbeit mit verschiedenen Bällen. Im Sinne eines spielübergreifenden Vermittlungskonzepts sollen die Aufgaben vor allem das Ballgefühl, sowie die Ballkoordination verbessern. Das Zählen geschaffter Karten kann als extrinsische Motivation einen Anreiz schaffen, möglichst viele Aufgabenkarten zu bearbeiten.

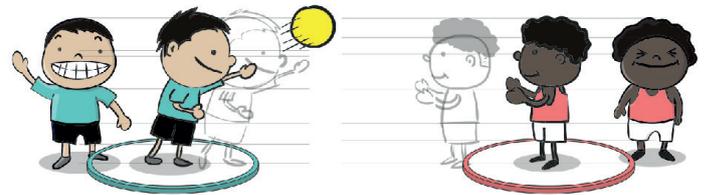
Ob als Vorbereitung für die großen Vorbilder wie Handball, Fußball, Basketball, Volleyball oder die kleinen Highlights Gefängnisball, Völkerball, etc. werden gerade in den unteren Jahrgangsstufen der Sek I und in der Grundschule oft grundlegende sportspielübergreifende Fähigkeiten und Fertigkeiten mit Bällen zum Unterrichtsziel.

In Anlehnung an das ABC-Modell der Heidelberger Ballschule kann das vorliegende Material den Bereichen Koordination (Bereich B „Fähigkeiten“; insbes. Ballgefühl, Zeitdruck, Präzisionsdruck) und Technik

(Bereich C „Fertigkeiten“; insbes. Flugbahn des Balles erkennen) zugeordnet werden und ist gerade für die Anfänger-Schulung geeignet.

Die 20 bereitgestellten Karten werden in Partnerarbeit absolviert. Dazu legen wir die Karten meist in der Hallenmitte kreisförmig aus. Zusätzlich müssen wenige Materialien und verschiedene Bälle bereitgestellt werden. Die Schülerinnen und Schüler haben die Aufgabe, möglichst viele Aufgaben mit jeweils unterschiedlichen Partnern bzw. Partnerinnen zu absolvieren.

DAS MATERIAL:



20 Bewegungsaufgaben, gezeichnet von NAO Matsuyama. Weitere Zeichnungen von ihm findet ihr in unserem [Unterrichtseinstieg Time to Play](#).



AUTOR

CHRISTOPH WALTHER ist Lehrer für Mathematik und Sport, klettert mit Studierenden der Goethe Universität in Frankfurt. Springen in jeglicher Form ist seine Leidenschaft.

DOKUMENT ZITIEREN

Walther, Ch. (2017). *Wimasu Ballschule*

Zugriff am DATUM unter wimasu.de/ballschule

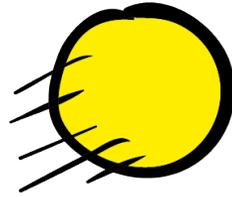
LIZENZ

- Dieses Werk ist lizenziert unter einer [Creative Commons Namensnennung - Nicht-kommerziell - Keine Bearbeitung 4.0 International Lizenz](#)





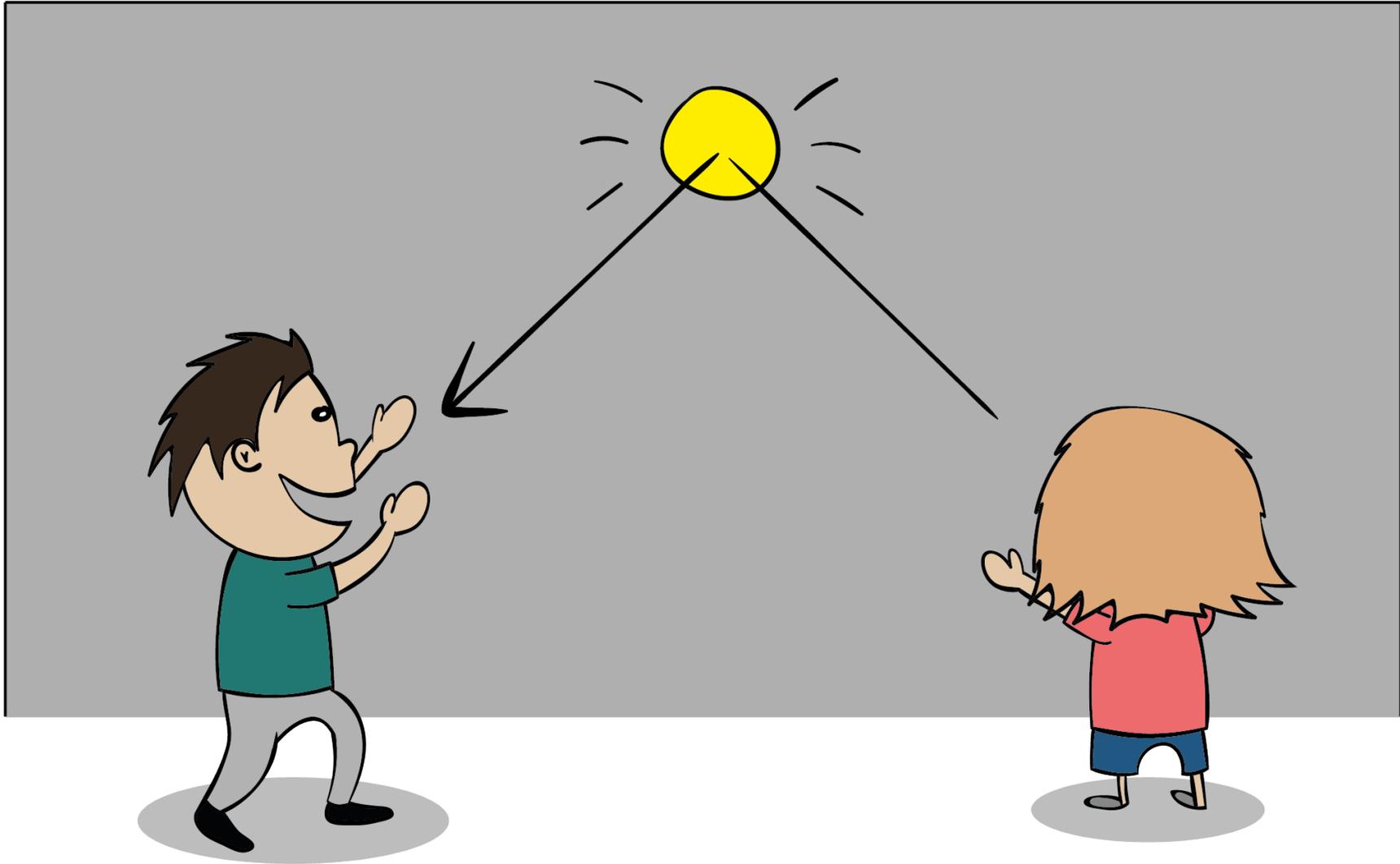
WIMASU.de



Werft 10 mal hin und her ohne den Gymnastikreifen zu verlassen.



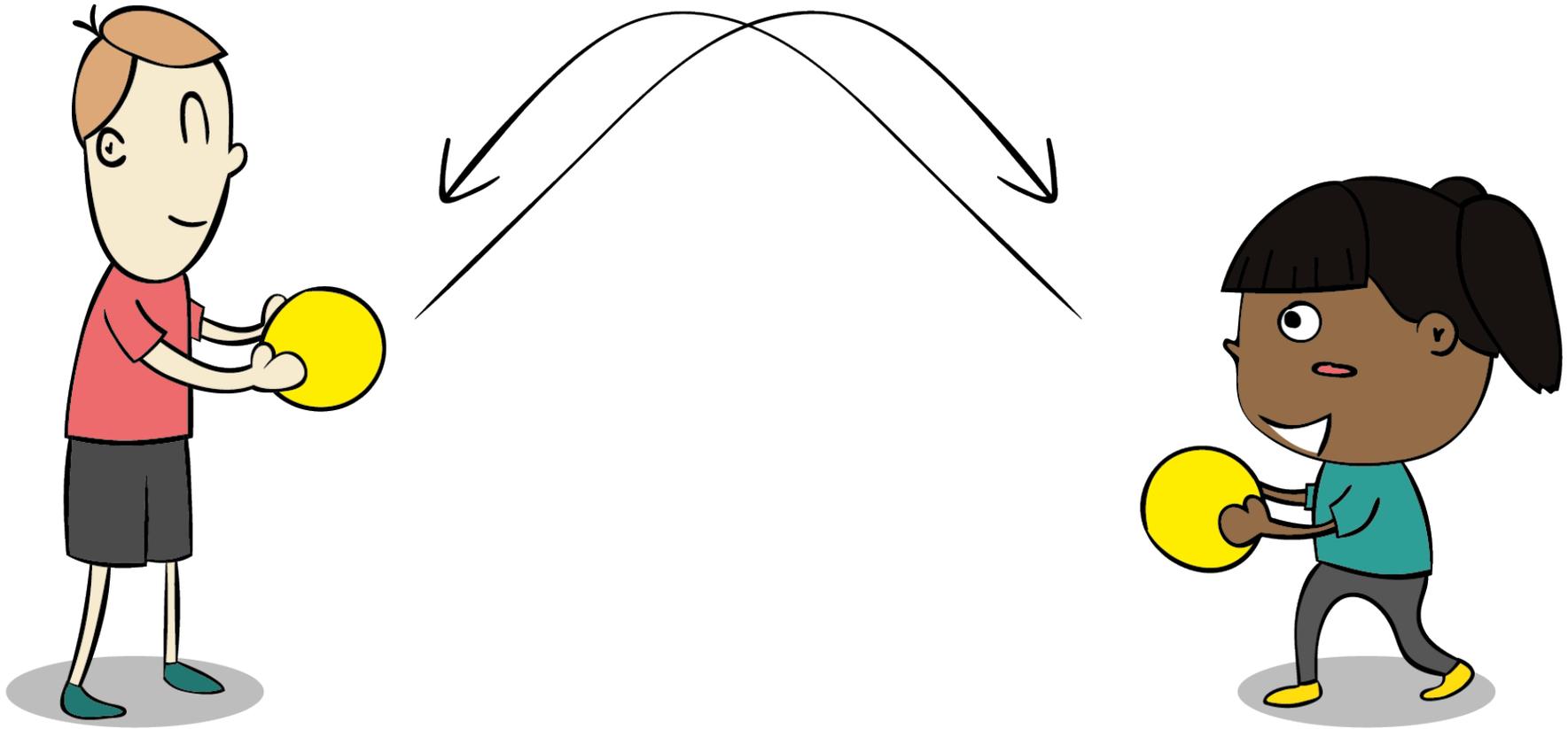
WIMASU.de



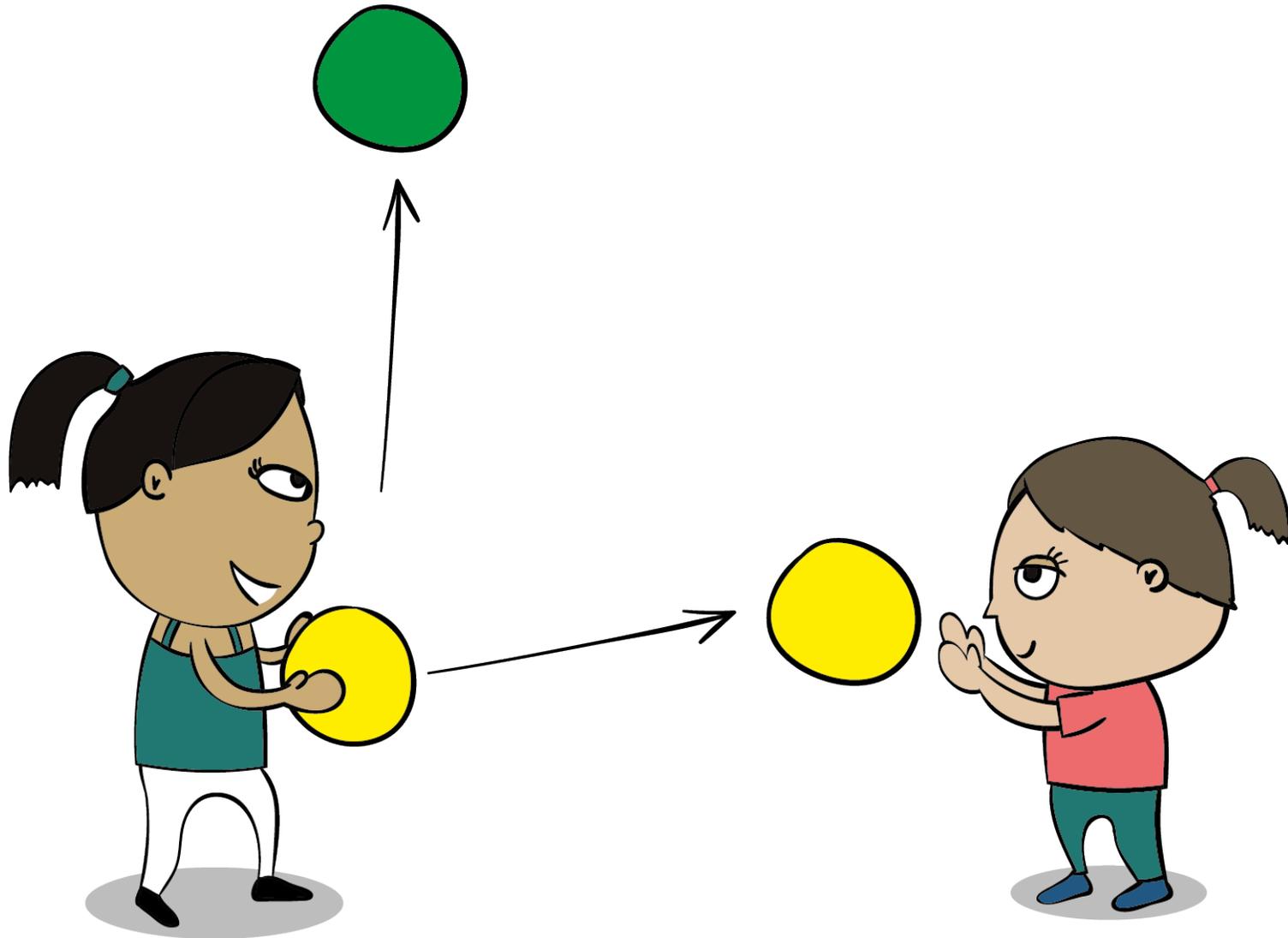
Werft 10 mal mit einem Wandpass hin und her.



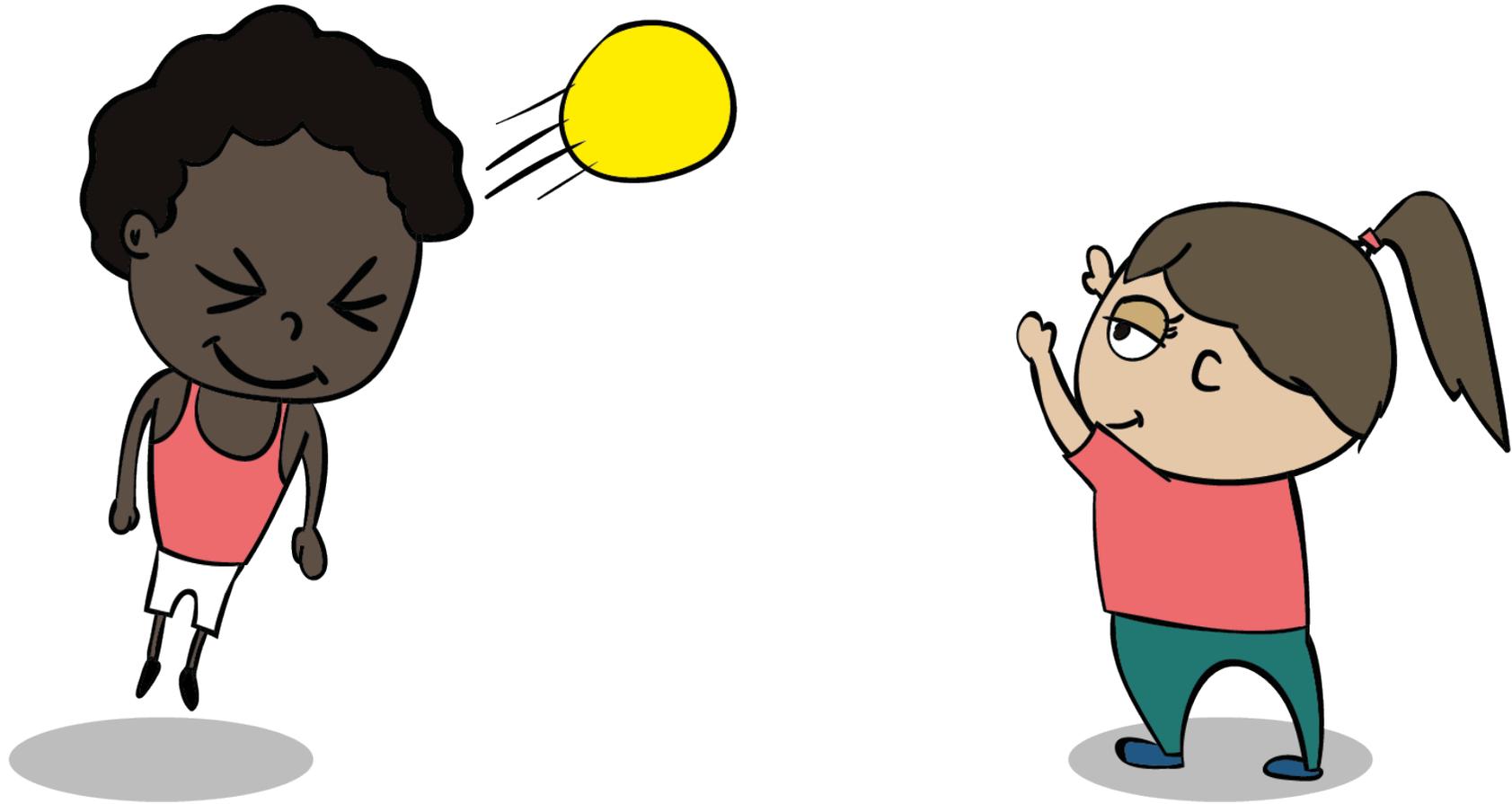
WIMASU.de



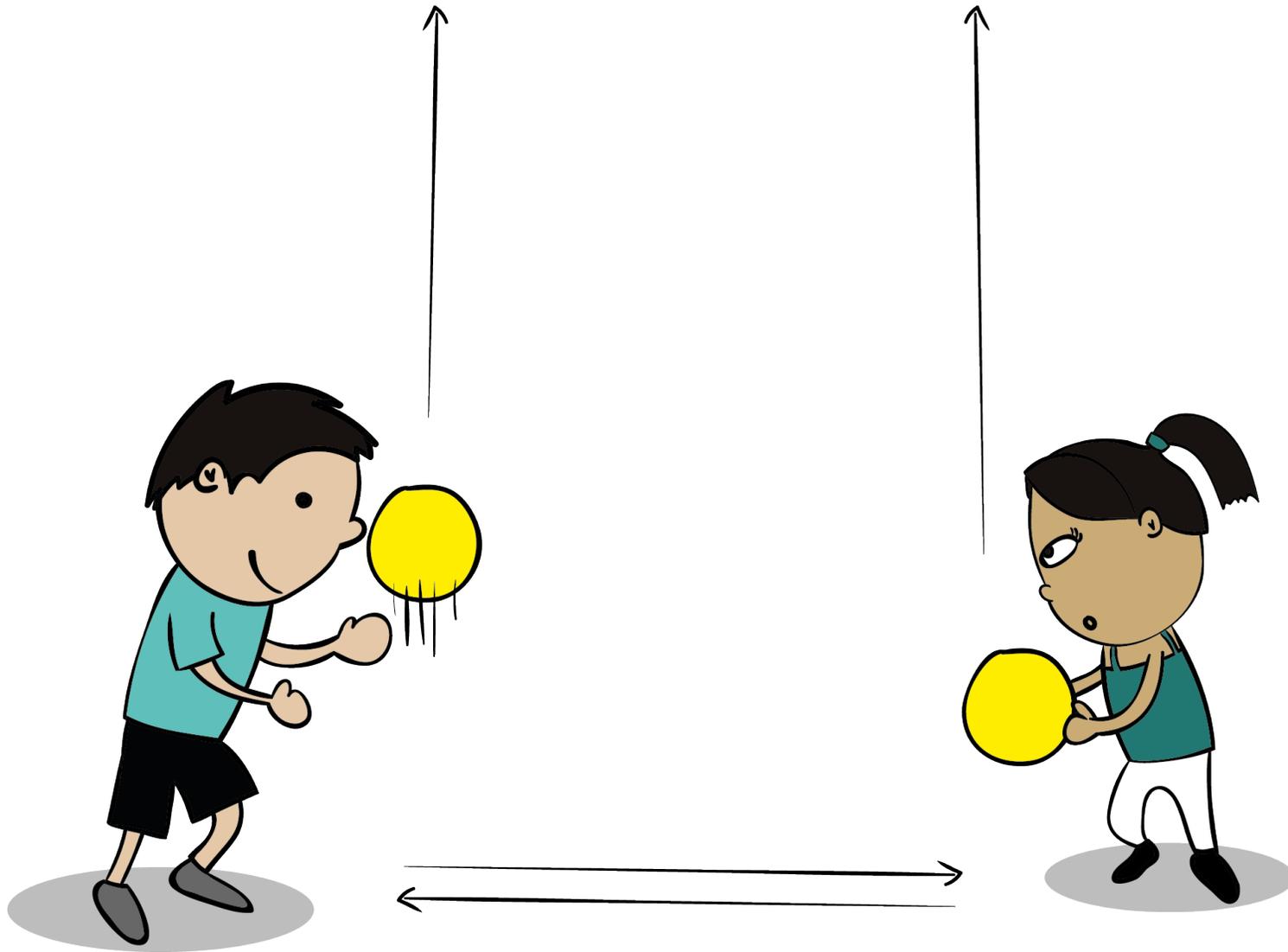
Werft 2 Bälle 10 mal gleichzeitig hin und her.



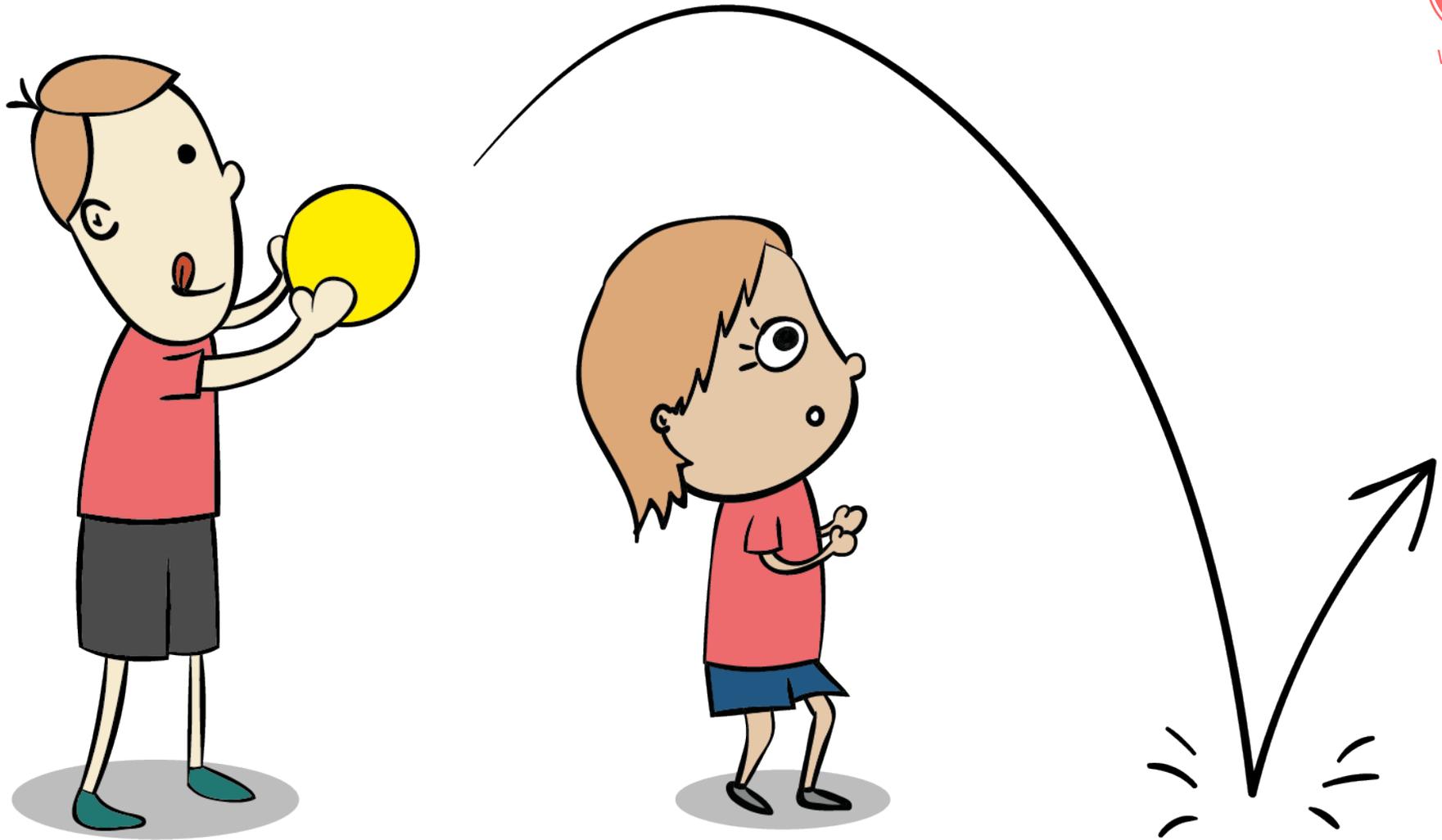
Einer wirft den Ball hoch, dann passt ihr euch schnell einen anderen Ball hin und her. Wechselt euch ab.



Köpft euch den Ball 10 mal zu.



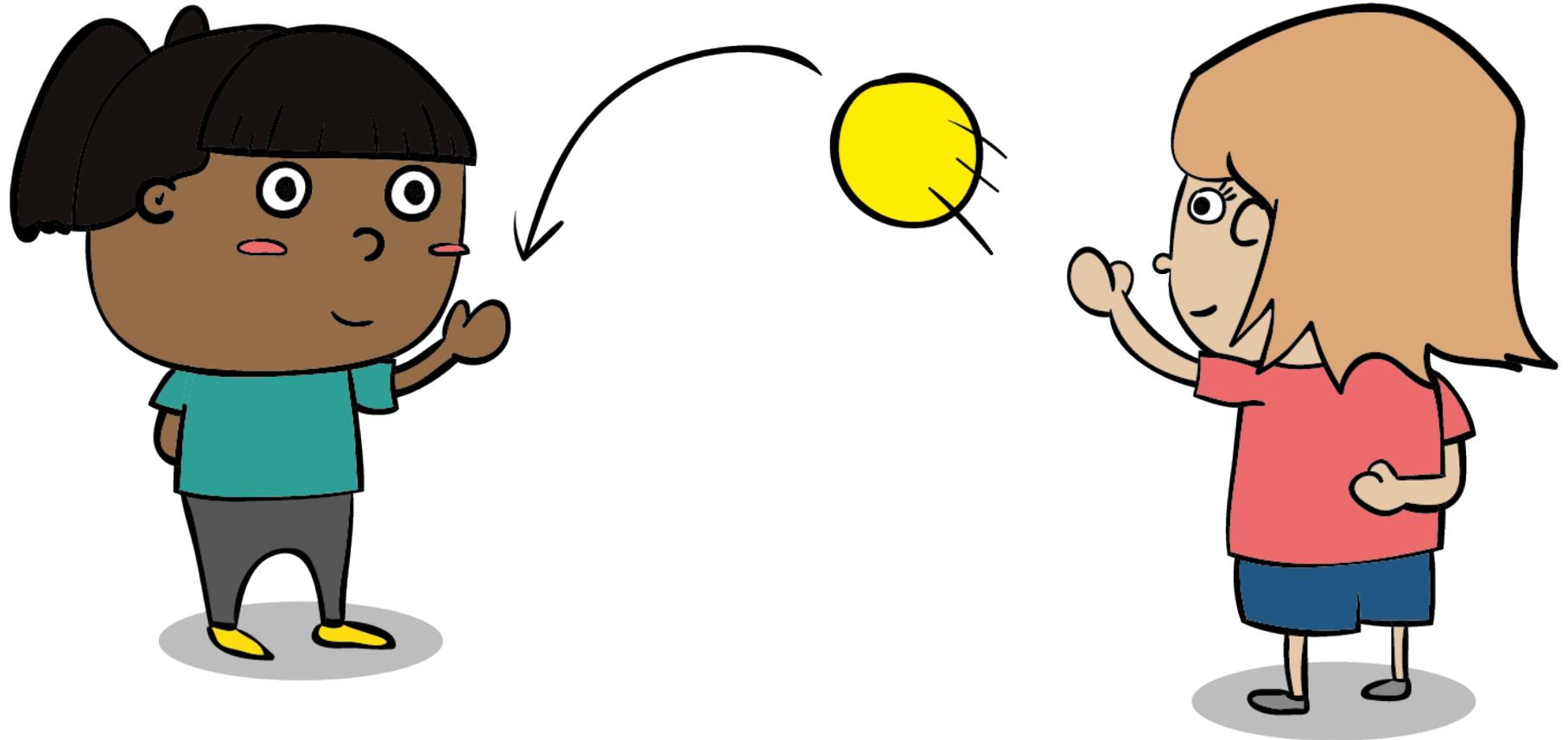
Werft den Ball 5 mal hoch und wechselt dabei Ball und Platz.



Lasst den Ball 1 bis 2 mal aufspringen, dann muss er gefangen werden. Jeder soll es 5 mal schaffen.



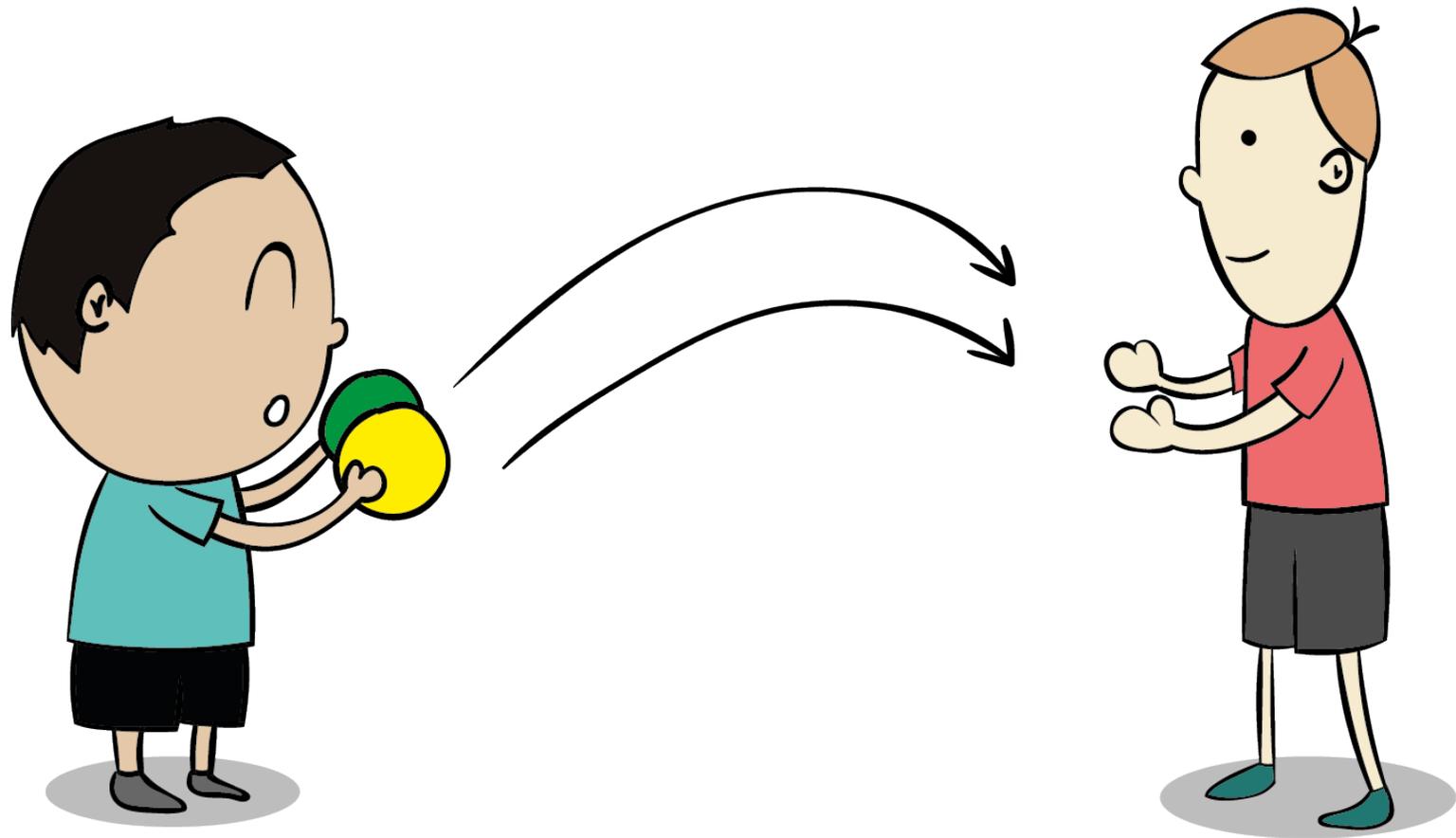
WIMASU.de



Werft und fangt den Ball 10 mal einhändig.



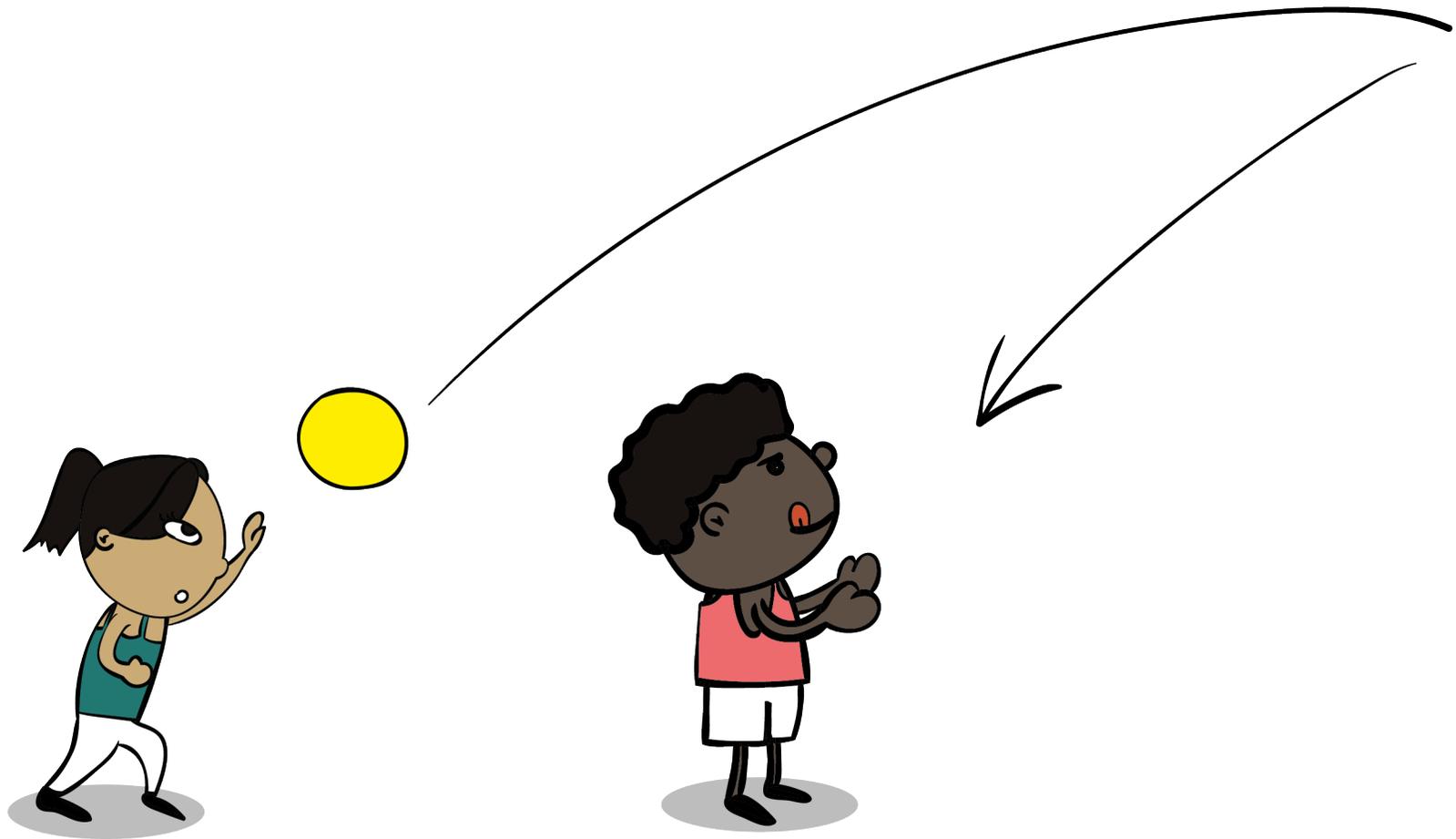
WIMASU.de



Werft und fangt 2 Bälle 10 mal gleichzeitig.



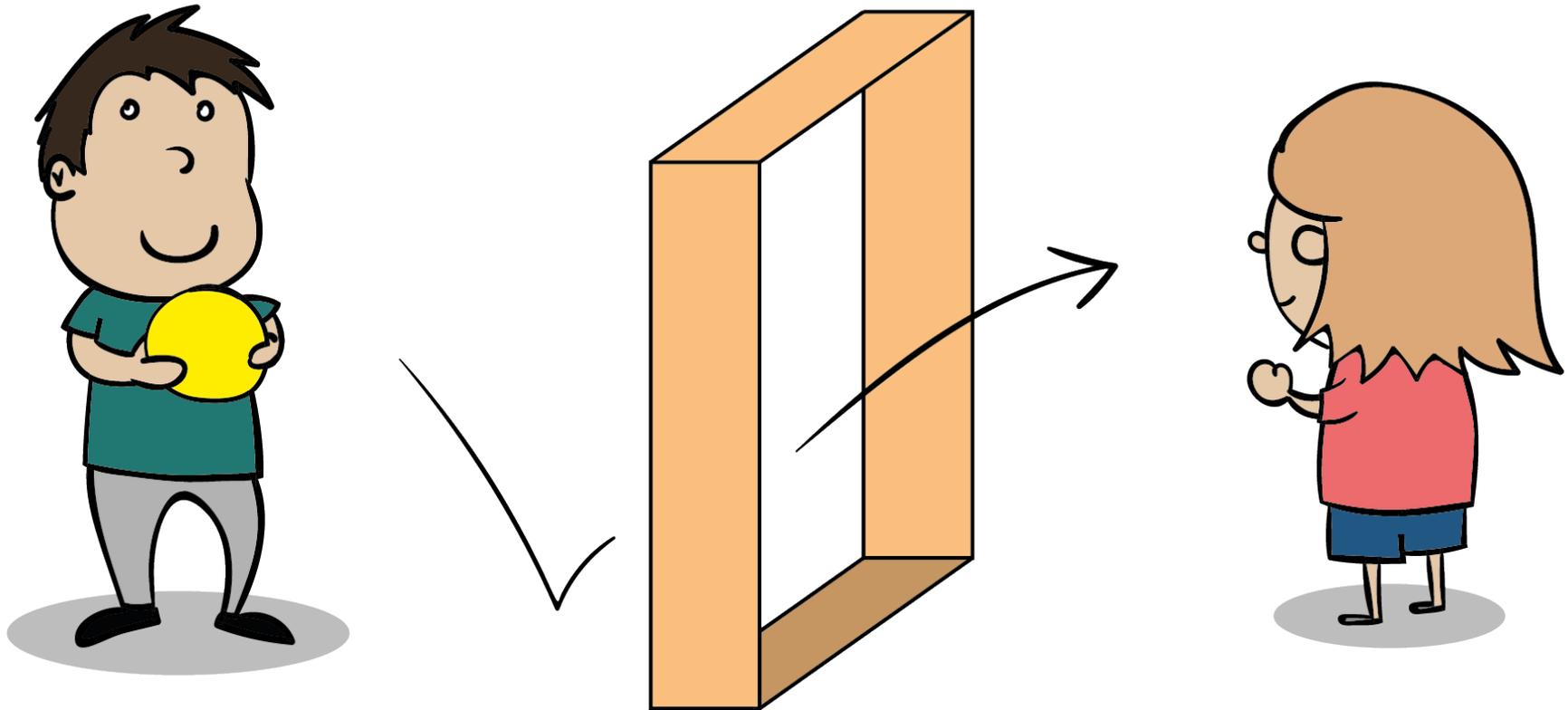
WIMASU.de



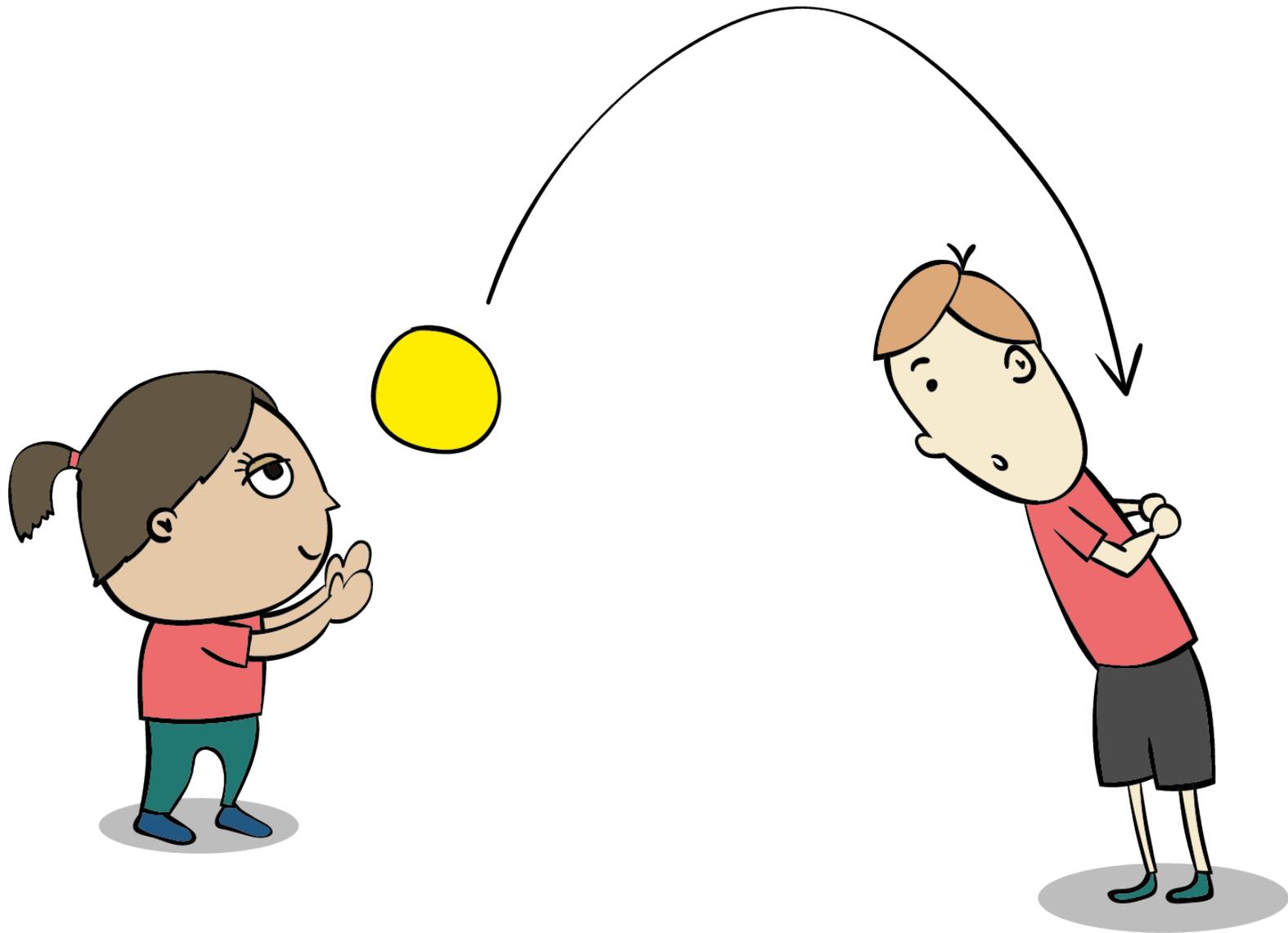
Werft euch hintereinanderstehend 10 mal Wandpässe zu.



WIMASU.de



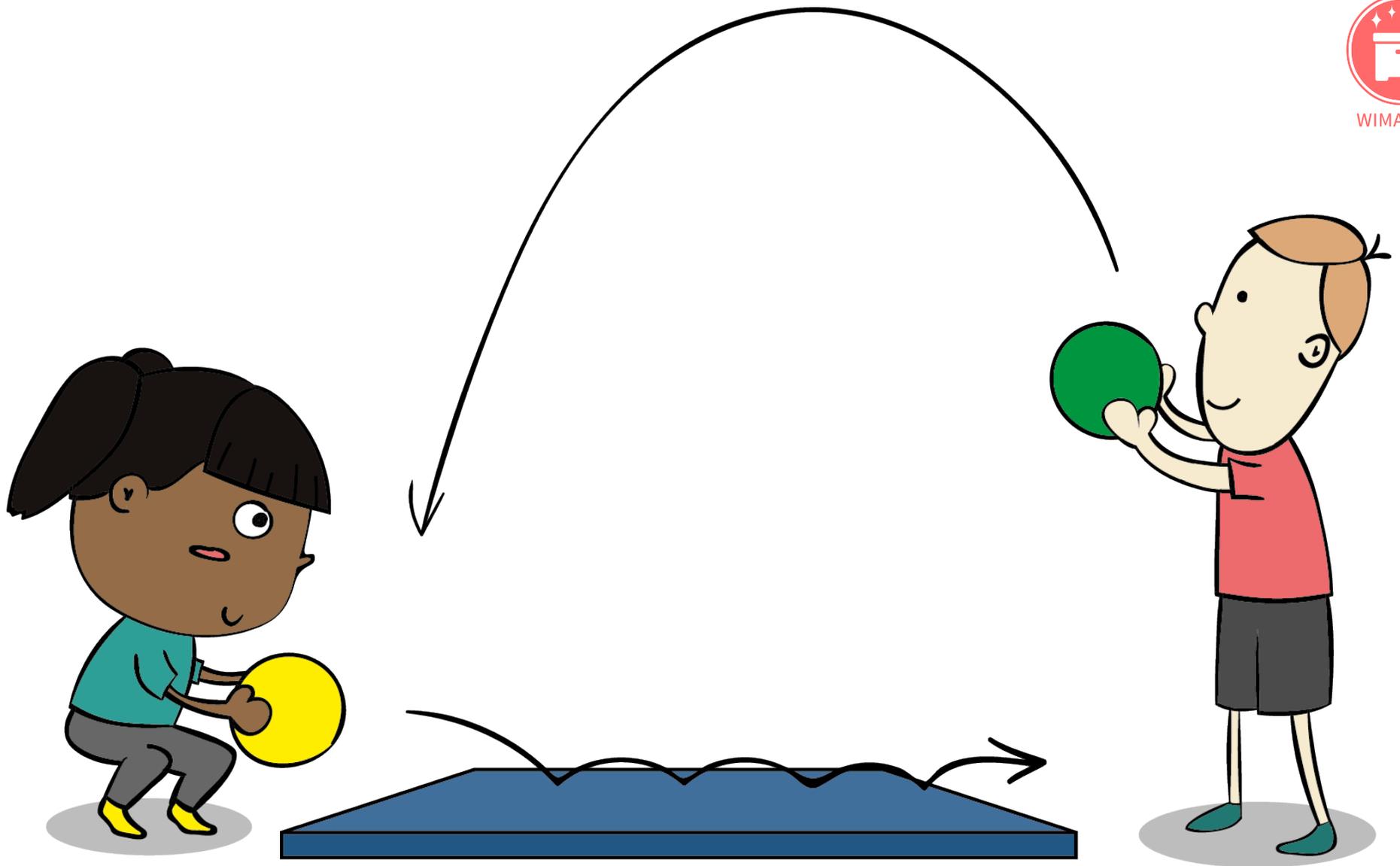
Passt euch 10 mal durch das Kastenteil zu.



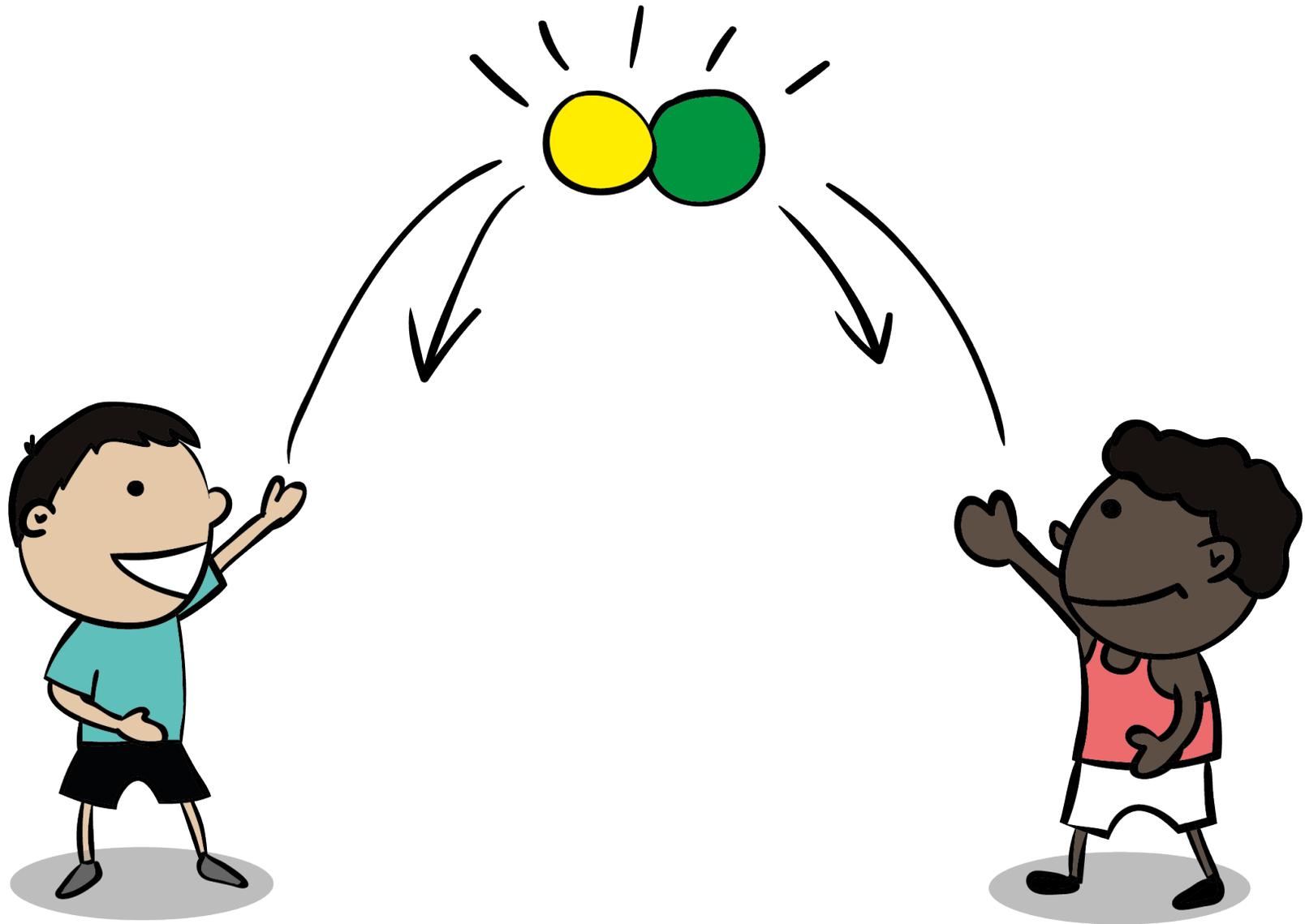
Fangt den Ball 10 mal abwechselnd hinter dem Rücken.
(Auch das Werfen hinter dem Rücken ist möglich!)



WIMASU.de



Der eine rollt 10 mal den Ball, der andere wirft ihn zurück.
Danach tauscht ihr die Aufgabe.



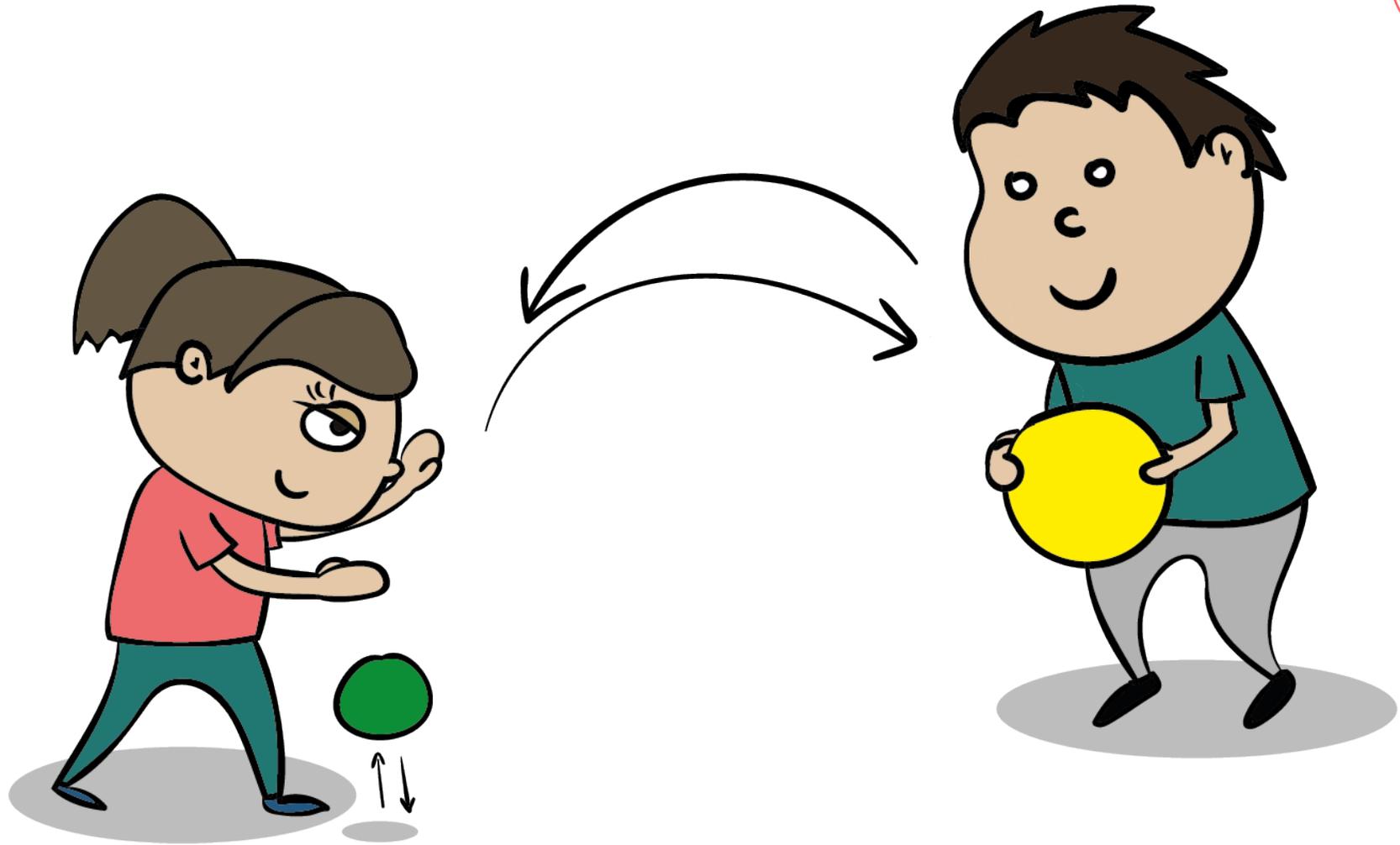
Versucht 10 mal, dass sich die Bälle in der Luft treffen und ihr euren eigenen Ball wieder fangt.



Dribbelt einen Ball 20 mal und haltet dabei einen Ball zwischen euch fest.

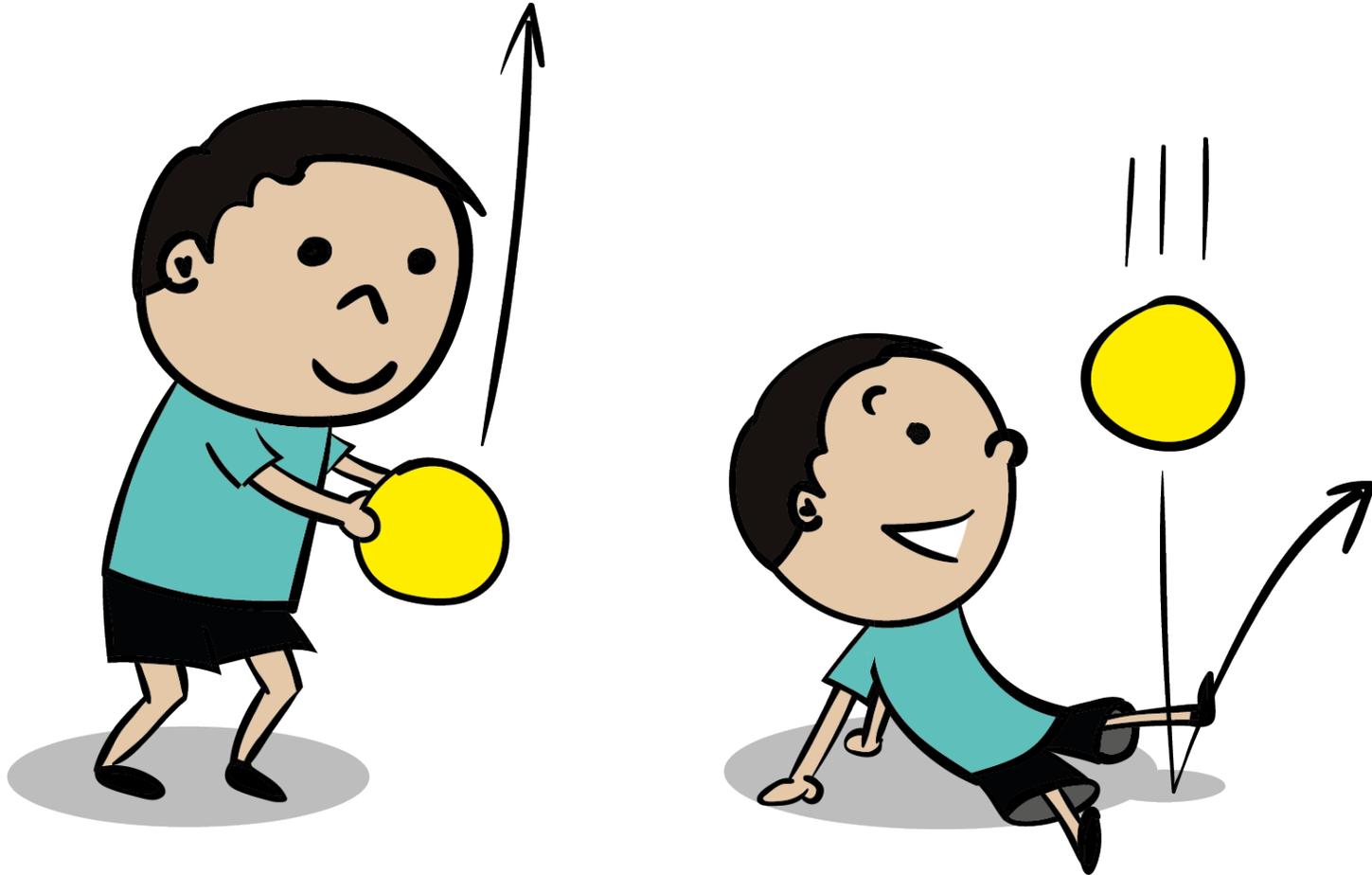


Werft euch 10 mal einen Ball Rücken an Rücken zu.

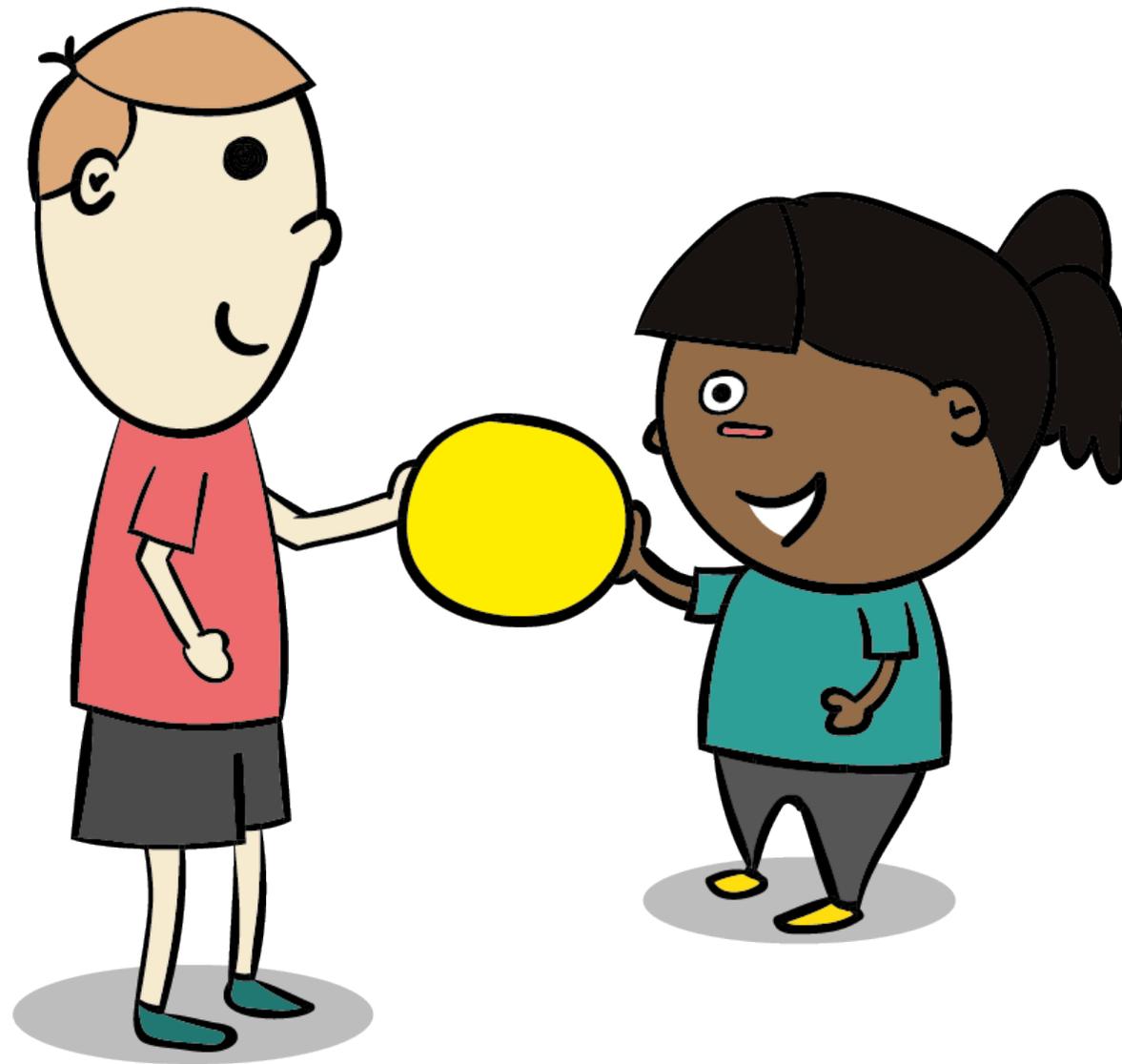


Einer dribbelt den Ball und bekommt einen anderen Ball 10 mal zugepasst. Wechselt die Position.

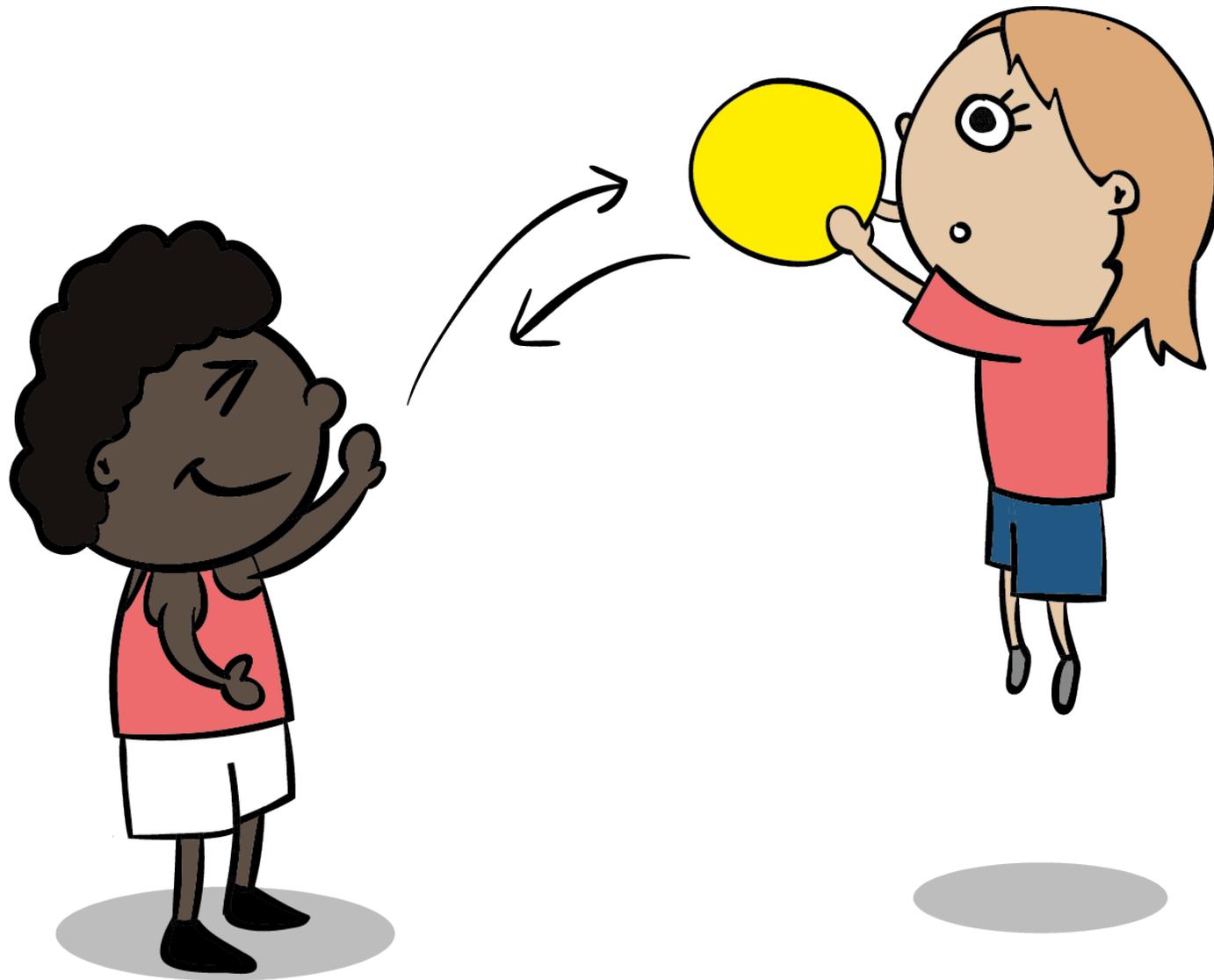
1. Ball hochwerfen!
2. Hinsetzen, Ball aufspringen lassen!
3. Aufstehen und Ball fangen!



Macht die Übung gleichzeitig zusammen 5 mal ohne Fehler.



Fangt den Ball 5 mal zu zweit, jeder mit einer Hand.



Werft und fangt den Ball 5 mal im Sprung in der Luft (Kempa-Trick).



WIMASU.de