

## Alles mit dem Ball

Ziel: Kinder mit dem Ball vertraut werden lassen

Vorbereitung:

- für jedes Kind einen Ball
- Rahmentrommel
- Seil, Bank oder Balken
- Reifen
- Kastenteil oder Pappschachtel

[1]

Kinder laufen im Kreis, Erzieherin rollt so viele Bälle wie Kinder in den Raum. Kinder dürfen beim Laufen, Gehen, Hüpfen die Bälle nicht berühren

[2]

Jedes Kind sucht sich einen Ball und darf sich sportliche Übungen ausdenken (Kinder können experimentieren, Erzieherin merkt sich die Übungen, lässt einzelne Kinder demonstrieren und wiederholt mit allen Kindern -> Gefahren erklären!

[3]

Kinder werfen von einer Seite (auf Trommelschlag) den Ball in den Raum und versuchen, ihn wieder einzufangen. (Übung wiederholen, Wurftechniken ändern: beidhändig, von oben, von unten,...)

[4]

Zielwerfen, zum Beispiel

- über Balken (Bank, Seil)
- durch Reifen

[5]

Ball an eine Wand werfen, fangen.

[6]

Ball hochwerfen und fangen (Wurftechniken erklären)

[7]

Partnerübungen:

- Strecksitze, Ball zurollen,, dabei Abstände nach und nach vergrößern.
- Strecksitze, Ball mit dem Fuß bzw. den Füßen stoßen
- Grundstellung, zuwerfen und fangen
- Entspannungsübung, z.B. Ballmassage

[8]

Kinder sitzen im Kreis

Rollen des Balles mit dem Fuß

- zum Nachbarn mit beiden Händen
- hinter dem Rücken weitergeben
- über die Köpfe weitergeben
- durch die angewinkelten Knie rollen

[9]

Spiel: Bälle einsammeln!

Erzieherin spielt gegen die Kinder. Die Bälle sind in einem Behälter (Kasten oder Karton). Die Erzieherin muss die Bälle herauswerfen, die Kinder müssen die Bälle wieder hineinwerfen oder -legen. Die Erzieherin ist Sieger, wenn der Behälter leer ist. Die Kinder sind Sieger, wenn die Erzieherin es nicht schafft. (Die Rolle der Erzieherin kann auch von zwei Kindern übernommen werden).