





<p><u>Aufwärmen:</u></p>	
<p>5' Hütchenspiel: Das „böse“ Team legt die Hütchen um. Das „gute“ Team stellt sie wieder auf. Danach Rollentausch. (1.-4. Klasse)</p>	
<p>5' Ballprellen: Roten Ball mit der Hand auf den Boden prellen. Abwechselnd links und rechts, auch nach oben prellen Auch mit Schläger</p>	
<p>5' Roten Ball hochwerfen und nach dem einmaligen Bodenkontakt fangen. Alternative: Spaßball</p> <p>Spaßball</p> 	

<p>Hauptteil:</p>	
<p>5' Smiley-Treffer mit dem Schläger Erst VH, dann RH und schließlich im Wechsel</p>	
<p>5' Den Ball prellen (Ball hochspielen) auf dem Smiley stehend Erst VH, dann RH und im Wechsel</p>	
<p>10' Bauband:</p> <p>Ball über Bauband auf Smiley-Ziel:</p> <ol style="list-style-type: none"> Ball mit der Hand werfen und nach Aufspringen fangen Mit dem Schläger den Ball zuwerfen und mit Schläger und Hand fangen (Schnappi) Ball mit Schläger und Kontrollschlag zuspelen Ball mit Schläger ohne Kontrollschlag zuspelen „Lenkradflugball“ auf das Smiley Ziel, zuwerfen von unten. <p>Bei allen Übungen können Treffer gezählt werden. Motivation.</p>	
<p>Abschluß:</p> <p>5' Material wegräumen und Schlussbesprechung.</p>	

Achtung: Die Übungen sollen dem jeweiligen Könnens-Stand der Klassen angepasst werden. Das heißt: 1. + 2. Klassen werden ev. noch nicht miteinander über das Bauband ohne Kontrollschlag spielen können. Die Zeitangaben sind Richtwerte und somit variabel. Übungen, die gut gelingen, durchaus länger spielen.