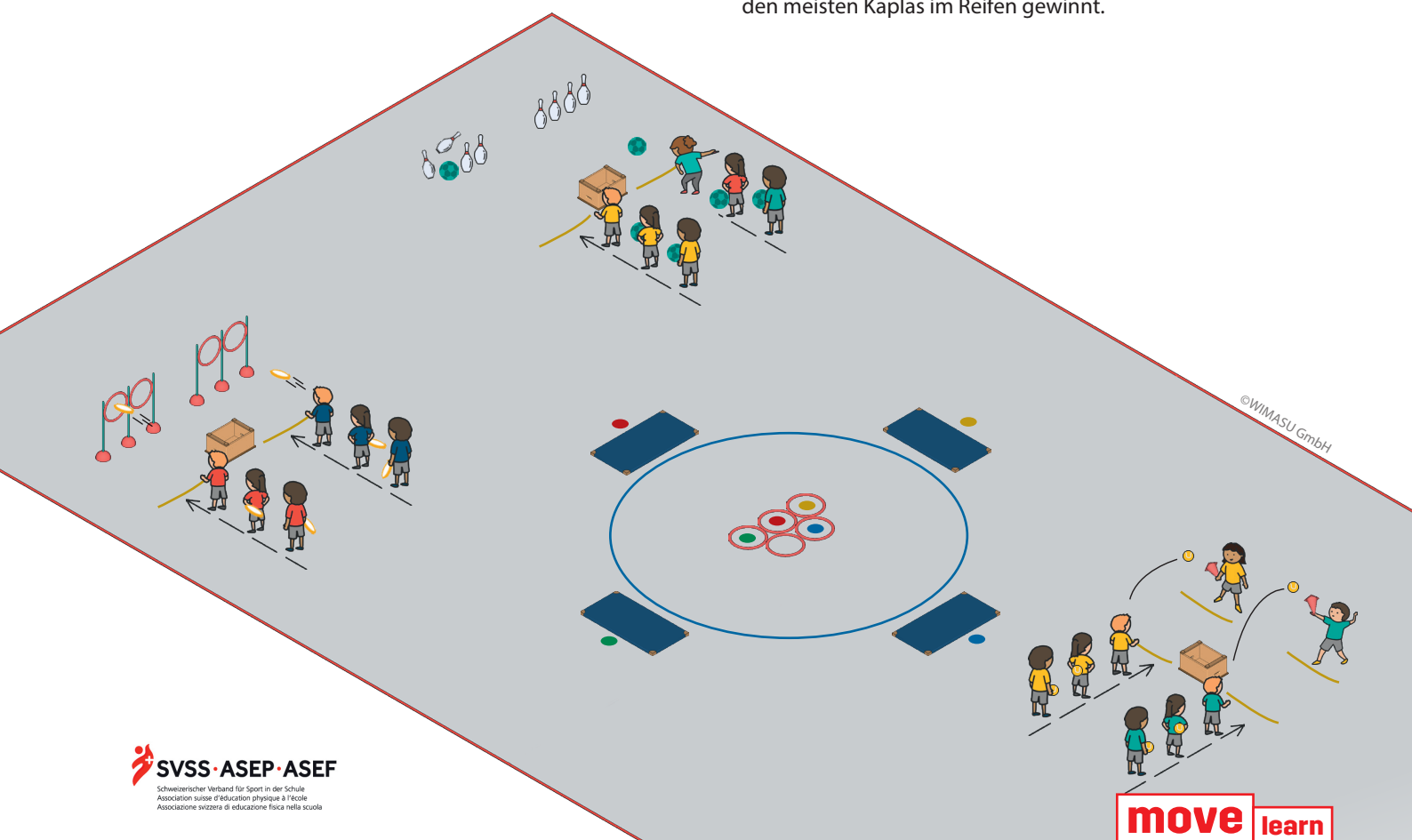


# Wurf- und Treffspiel

**Im Teamwettkampf mit verschiedenen Wurfgegenständen Ziele treffen.**

An drei verschiedenen Posten sammelt jede Gruppe möglichst viele Kaplas. Pro Posten können gleichzeitig zwei Gruppen ihre Treffsicherheit mit unterschiedlichen Wurfgegenständen und Zielen unter Beweis stellen. Als Abschluss versucht jede Gruppe, die gesammelten Kaplas in ihren Teamreifen zu werfen. Die Gruppe mit den meisten Kaplas im Reifen gewinnt.



## Werfen-Fangen Posten

**ZYKLUS** 1 2 3

<b>DAUER</b>	45 min	<b>WO</b>	Innen/Aussen
<b>SOZIALFORM</b>	Gruppen	<b>INTENSITÄT</b>	mittel
<b>ANZAHL SUS</b>	12–24	<b>BEWERTUNG</b>	Ja
<b>ANZAHL LP</b>	1–3	<b>LP 21</b>	BS.1 / BS.4

<b>RESPECT</b>	<div style="width: 75%; background-color: red; height: 10px;"></div>
<b>FRIENDSHIP</b>	<div style="width: 85%; background-color: red; height: 10px;"></div>
<b>EXCELLENCE</b>	<div style="width: 25%; background-color: red; height: 10px;"></div>

### Material

- 6–12 Tennisbälle
- 6–12 Frisbees
- 6–12 Handbälle
- 8 Keulen
- 6 Malstäbe
- 2 Pylonen / Hütchen
- 8 Seile zur Markierung der Abwurflinien
- 4 kl. Matten
- 8–10 Markierungs-Pads od. Spielbänder
- 9 Reifen
- 200 Kaplas in drei Kisten

## Organisation

Die drei Posten werden in grosszügigem Abstand zueinander aufgestellt. Bei jedem Posten wird eine Abwurfline festgelegt und ein Depot an Kaplas bereitgestellt. Die Schüler\*innen werden in drei bis sechs 3–4er-Gruppen eingeteilt und auf die Posten verteilt (pro Posten 2 Gruppen). An jedem Posten erfolgt eine kurze Erklärung durch die Betreuungsperson. Auf ein Startsignal hin beginnen die Gruppen mit dem Zielwurf. Nach einem Versuch wird das Wurfobjekt zurückgeholt. Bei einem Treffer darf ein Kapla geholt und eingesteckt werden. Danach steht die Schüler\*in hinten bei ihrer Gruppe an. Es empfiehlt sich, an den einzelnen Posten pro Schüler\*in ein Wurfobjekt zur Verfügung zu stellen, um Wartezeiten zu vermeiden.

Nach 5–8 Minuten (Rotationszeit zwingend beibehalten) stoppt die Lehrperson die Ausführung und lässt alle Gruppen zum nächsten Posten rotieren. Je nach Zeit folgt eine zweite Runde.

Zum Abschluss wird jeder Gruppe ein Teamreifen sowie die Abwurfzone zugeteilt. Innerhalb der Gruppe werden die Kaplas aufgeteilt. Jede Gruppe versucht möglichst viele Kaplas in ihren Teameifen zu treffen. Am Ende gewinnt die Gruppe, welche am meisten Kaplas im Teameifen liegen hat.

- Kaplas durch die gegrätschten Beine in den Teamreifen zielen.

### Tennisball mit Hütchen fangen

Die Schüler\*innen werfen einen Tennisball in ein Hütchen, das von einer Schüler\*in gehalten wird, die sich hinter der Markierung befindet. Abschlusslinie sowie Distanz zum Hütchen werden mit Seilen markiert.

POSTEN 1

- Vereinfachung ➤ Erschwerung
- Softball statt Tennisball
- Tennisball darf einmal den Boden berühren
- Distanz verkürzen
- grössere Hütchen
- Fänger im Einbeinstand
- Distanz vergrössern
- mit schwacher Hand werfen/fangen

### Frisbee durch Reifen werfen

Die Schüler\*innen versuchen, den Frisbee durch den aufgehängten Reifen zu werfen.

POSTEN 2

- anstelle eines Reifens ein Seil spannen, über welches der Frisbee fliegen muss
- anstelle eines Reifens eine grössere Zielzone markieren
- Berührung des Reifens gilt auch als Treffer
- Distanz verkürzen
- Distanz vergrössern
- mit der schwächeren Hand abspielen

### Keulen mit Handball treffen

Die Schüler\*innen rollen die Handbälle so, dass sie damit möglichst viele Keulen treffen.

POSTEN 3

- Keulen versetzt und auf zwei bis drei «Ebenen» aufstellen (Handball werfen)
- Abstände zwischen Keulen verringern
- Distanz verkürzen
- mit der schwächeren Hand zielen
- Abstand zwischen den Keulen vergrössern
- weniger Keulen aufstellen

### Beachte

Gut umsetzbar bei altersdurchmischten Gruppen. Hierfür können beispielsweise auch pro Posten zwei unterschiedliche Abwurflinien festgelegt werden, z.B. die blaue, nähere Linie für jüngere Schüler\*innen, die rote, weiter entfernte Linie für ältere Schüler\*innen.

→ Für Zyklus 2+3 adaptiertes Modul ist [hier](#) zu finden.



**Ziele im Wertebereich**
**RESPECT**

«*Mich selbst, meinen Körper und andere respektieren. Im Sport bedeutet Respekt Fairplay sowie das Akzeptieren und Einhalten von gültigen Regeln.*»

- Die Schüler\*innen können Fairness als Schlüsselkompetenz leben. Zum Beispiel Spielregeln einhalten, Anstand bewahren, Gegner\*innen und Spielpartner\*innen respektieren.
- Die Schüler\*innen können ein Regel- und Wettbewerbsverständnis entwickeln und dieses in Spielsituationen anwenden.

**FRIENDSHIP**

«*Freundschaften geben mir Kraft – auch im Sport. Zusammen Freude, Spass, Erfolge und Enttäuschungen erleben, die auch neben dem Spielfeld verbinden.*»

- Die Schüler\*innen können sich in einer Gemeinschaft auf gleiche Ziele einigen und diese gemeinsam verfolgen.

**EXCELLENCE**

«*In jeder Situation mein Bestes geben. Für mich und mein Team. Meine persönlichen Ziele erreichen, im Sport wie im täglichen Leben.*»

- Die Schüler\*innen können Erfolg als Motor und Antrieb für das Suchen und Anpacken neuer Herausforderungen erfahren.

## Lehrplanbezug

**Schwerpunkt Laufen, Springen, Werfen – BS.1.C.1**

- Die Schüler\*innen können Wurfobjekte weit werfen und kennen die leistungsbestimmenden Merkmale.

**Schwerpunkt Spielen – BS.4.B.1**

- Die Schüler\*innen können technische und taktische Handlungsmuster in verschiedenen Sportspielen anwenden. Sie kennen die Regeln, können selbstständig und fair spielen und Emotionen reflektieren.

## Inklusion

 **Beeinträchtigungen im Hören**

Material: Spezialmaterial (z. B. Klingelball) einsetzen  
*Kommunikation* → Erklärungen bevorzugt hochdeutsch und frontal zu den Sportlern. Akustische durch sichtbare Signale ersetzen. Piktogramme verwenden.

 **Beeinträchtigung im Sehen**

Material: Spielgeräte und Wurfziele in leuchtender Farbe verbessern die Visibilität.  
*Sozial- und Organisationsform* → Im Tandem mit sehender Person Vertrauen aufbauen und Partizipation ermöglichen.

 **Beeinträchtigung in der Bewegung**

Material: Je nach Beeinträchtigung Spezialbälle oder zumindest gut greif- und werfbare Bälle verwenden (z.B. Grabball)  
 Aufgabenstellung: individuelle Anpassung im Rahmen der Bewegungsmöglichkeiten und -fertigkeiten in Absprache mit der Person definieren.

 **Beeinträchtigung im Wahrnehmen und Verhalten**

Material: Berücksichtigung von speziellen Vorlieben (z.B. Farbe/Grösse/Oberflächenbeschaffenheit) kann das Verhalten positiv beeinflussen.  
*Sozial- und Organisationsform* → Gleichbleibende Sozial- und Organisationsformen geben Sicherheit.  
*Regeln* → Regeln konsequent beachten und durchsetzen. Dabei das Gefühl von Wertschätzung und Anerkennung vermitteln.

 **Beeinträchtigung in der Kognition**

*Kommunikation* → Bewegung vorzeigen und wenig auf einmal variieren. Einfache und klare Erklärungen geben. Piktogramme verwenden.

Mehr Infos und Angebote zum Thema Inklusion im Schulsport finden Sie unter [plusport@school](mailto:plusport@school).

### Sicherheitstipps

- Sportschuhe mit gutem seitlichem Halt und Dämpfung tragen
- Uhren, Ketten, Fingerringe und Ohrschmuck vor dem Spiel ablegen
- Brille durch Kontaktlinsen oder Sportbrille ersetzen



Dieses Modul wurde in Zusammenarbeit mit dem SVSS erarbeitet.

Illustration Seite 1 erstellt mit dem «Hallenplaner» mit Genehmigung von [wimasu.de](http://wimasu.de)