

Rückschlagspiele mit Kindern – Einstiegsspiele: Goba-Zielspiel

Diese Goba-Spielform fördert ein genaues Zuspiel. Die Beidseitigkeit wird ebenfalls geübt.

Zwei Spieler stehen im Abstand von ca. 3 Meter einander gegenüber und spielen sich abwechselnd mit der linken und rechten Hand einen Ball hin und her.

Zwischen den Spielern befindet sich ein Reifen. Wenn sie es schaffen, den Ball innerhalb des Reifens einmal aufspringen zu lassen, erhalten sie einen Punkt..



Variationen

- Jedes Mal zuerst sich selber den Ball hochspielen und mit der anderen Hand wieder schlagen, z. B. mit der rechten Hand den Ball annehmen und hochspielen und mit der linken Hand wieder zurückspielen.
- Jeder Spieler steht hinter einem eigenen Reifen und spielt den Ball in den anderen Reifen zurück. Jeder zählt für sich seine Treffer.
- Beide Spieler stehen in einem Reifen und spielen den Ball volley hin- und her.
- Zielbereich an einer Wand spielen.

einfacher

- Grösseres Ziel (z. B. eine frei gewählte Zone innerhalb von Hallenlinien).
- Kleinere Distanz zwischen den Spielern/Reifen.

schwieriger

- Kleineres Ziel (z. B. eine Zeitungsseite).
- Grössere Distanz zwischen den Spielern/Reifen.

Material: Goba- oder andere Schläger, Bälle, Reifen

Quelle: Thomas Richard, Georg Silberschmidt, Marcel Straub



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO