

# **UB Schlagwurf !!! Hilfe !!!**

**Beitrag von „TremorChrist“ vom 14. März 2010 13:15**

Bin froh über jede Kritik!

Die Stationen in Phase 1 und 2 sind die gleichen.

In der vorhergehenden Stunde haben wir beim vielfältigen werfen das Schlag- vom Drehwerfen und Stoßen unterschieden - in der Prüfungsstunde knüpfen dran an: dass wir für die BJS eben den Schlagwurf verbessern. Der Auftrag für In Phase 1 könnte genauer so lauten: "Versucht in den nächsten 10 Minuten zu 2-3 Stationen zu kommen. An jeder Station steht auf Karten eine kurze Anleitung. An allen Stationen gibts den Zusatzauftrag: Worauf muss man bei der [B]Wurfbewegung/B] achten?!"

Ja, 5 Minuten für Zwischenreflexion sind wohl zu knapp. Wenns 10 werden ists auch ok (vielleicht eh weniger Aufwärmen, oder: geht vom Abschlussspiel ab) - wobei Kritik an vorangegangenen Reflexionen war, dass sie zu lange dauerten - versuche es also zügig durch zu ziehen.

Wäre es sinnvoll in Zwischenreflexion 2 Merkmale herauszustellen (Schrittstellung mit Gegenbein und Ausholbewegung) - aus den vielleicht vielfältigen Vorschlägen - und die in

Stationsphase 2: zu beachten/festigen, in dem Kids paarweise durch die Stationen gehen und abwechselnd der Nichtwerfer auf die zwei Aspekte achtet!

Fändet ihr wichtig, diese zweite Phase differenziert zu reflektieren? Wenn ja wie? Oder reicht eine Bewegungsumfrage, bspw.: Wie leicht viel euch das beim anderen zu beachten - stellt euch auf eine Skala 1(gar nicht)-5(sehr).

Wäre es in der Form "Phase 1 Herausfinden was wichtig ist. Phase 2: Schrittstellung und Ausholbewegung beachten" wirklich zu viel? Ist ja immerhin ein Einstieg und kein strenges Techniktraining.

KRITIK ERWÜNSCHT!)