

**FENSTERWURF**

**WURF**



© Nicolas Fröhlich

**ORGANISATION / ABLAUF:**

In einem Tor wird zwischen den Pfosten auf halber Höhe eine Zauberschnur oder ein Reivo-Band gespannt. Aus 5 – 10 Metern Entfernung versuchen die Kinder, per Drehwurf ein geeignetes Wurfgerät (z.B. kleiner Fahrradreifen, Tennisring) durch das durch Schnur und Torlatte gebildete „Fenster“ zu werfen.

**VARIATIONEN:**

- ▲ gleiches Prinzip aus größerer Entfernung als „Schlagwurf-Variante“ oder aus geringerer Entfernung als „Stoß-Variante“
- ▲ Wettbewerb: Wer erzielt mit 10 Würfen die meisten Treffer?

**EMPFEHLUNGEN / HINWEISE:**

- ▲ Bastelanleitung für Wurfriuge:  
Gartenschlauch in 100 – 120 cm lange Stücke teilen und mit Klebeband zu einem Ring fixieren

**MATERIAL:**

- ▲ 1 Zauberschnur / Reivo-Band
- ▲ Wurfgeräte
- ▲ ggf. Hütchen

**DAUER / WIEDERHOLUNGEN:**

- ▲ 20 – 30 Würfe je Kind

**WETTKAMPFSYSTEM KINDERLEICHTATHLETIK:**

Diese Übung bereitet die Wurfdisziplinen des Wettkampfsystems Kinderleichtathletik aus dem Bereich „Vom Drehen und Werfen zum Diskuswurf“ vor.

**SPORTABZEICHEN:**

Diese Übung bereitet die Disziplin „Drehwurf“ des Deutschen Sportabzeichens vor.

**BUNDESJUGENDSPIELE:**

Diese Übung fördert die allgemeine Wurferfahrung und kann motivierend in ein Stundenbild zum Thema „Werfen“ integriert werden. Als „Schlagwurf“-Variante entspricht sie der Disziplin „Fenster-Wurf“.