

Zeit	Lehrziele	Methodische/ Aufgaben	Orga	Meth. Didaktische Kommentare
ca 2 min	Begrüßen, aus dem Alltag abholen	Wie war die Schule? Wie geht's euch? Habt ihr fleißig trainiert?		
ca 5 min	HKS anregen, Beweglichkeit stärken, Dehnungszustand erhöhen	Kinder laufen in einem abgesperrten Bereich -> erst langsam dann immer schneller. Sie müssen verschiedene Berufe nachmachen (die entscheiden sie selber) und ggf auch Tiere. <i>Mobilisieren</i>	4 Hütchen,	<i>was macht der Lehrer?</i>
ca 3 min 10min	Gleichgewicht, Auge Hand Koordination	In jeder Hand sind zwei Bälle, sie müssen hoch geworfen werden und wieder gefangen werden, überkreuz, auf einem Bein auf dem anderen Bein. <i>Life-Kinetik?</i>	8 Tennisbälle	<i>w.o.</i>
ca 1 min	Rückblick auf die letzte Stunde	Was haben wir in der letzten Stunde gemacht? Könnt Ihr euch noch erinnern?		Kinder sagen, ja wir waren <i>allgemeiner</i> Pitchen/ viel flug wenig roll SW PW
Ca 4 min	Spielerische verdeutlichung des Pitcheschlags	Mit 4 verschiedenen Bällen den Ball in einem Korridor aufkommenlassen und zu einem Ziel hinrollen lassen. <i>die Kinder haben schon gepitcht</i>	4 Bälle, 4 Hütchen, 2 Zielpilone	Unterschiedliche Bälle = unterschiedliche Flugroll verhältnisse
ca 5 min	Das vergangene Wiederholen	Kinder sollen sich ein Pitchen. Jeder 10 Bälle und auf das Grün zur Fahne pitchen. + Probeschwingung	Pitchinggrün, Bälle, Schläger,	<i>was macht der Lehrer, wie nutzt er die Zeit?</i>
ca 8 min	Längenkontrolle <i>Teillernziele:</i> <i>Umfang?</i> <i>Intensität?</i>	Es werden 3 Koridore aufgebaut, hintereinander und die Kinder sollen zuerst in den ersten Korridor schlagen, dann in den zweiten und zuletzt in den den letzten. Jeweils 5 Bälle mit Probeschwingung. 1. Korridor 10m, 2. 20m, 3. 30 m entfernt.	Pitchinggrün, Bälle, Schläger, Seile, <i>wie gross sind die Landebereiche? (Tiefe ist wichtig, wieviel Platz ist also zum Landen?)</i>	Verfeinerung der Längenkontrolle / evtl in die technik eingreifen.
ca 2 min		Trinkpause + Besprechung der Erfahrungen		

ca 7 min	Richtungs- kontrolle Längenkontrolle	3 Zielkreise unterschiedliche Größe und weiten. A 10 Bälle pro Kreis + Probeschwünge <i>wie groß? wie weit entfernt?</i>	Pitchinggrün, Bälle, Schläger, Seile,	
Ca 8 min	Längen und Richtungs- kontrolle	Dartscheibe: Es wird ein Pitch gespielt aus 25 Meter Entfernung auf eine Dartscheibe. In der Mitte ist das Loch (100 Pkt), Um das Loch ist ein Kreis mit 5 Meter Durchmesser (5Pkt), 8Meter Durchmesser (3Pkt), 11Meter (1Pkt). 10 Bälle stehen zur Verfügung. Vor jedem Schlag ein Probeschwung. Wer die meisten Punkte hat gewinnt. <i>5 m Klingt gross, ist aber (Radius) max. 2,5 m vom Loch entfernt und somit sehr schwierig -> grössere Kreise (selbst ausprobieren)</i>	pitchinggrün, bälle, schläger, sprühkreide, toursticks,	Gewinner darf sich seinen team partner fürs abschlusspiel aussuchen.
ca 6 min	Platz- naheanwendun g	Pitch-Putt-Tunier / 2Teams spielen 3 Löcher . 3 verschiedene Pitches. Bis ins Loch Zählspiel. <i>3 Löcher in 6 Min. ist nicht schaffbar im Zählspiel.</i>	pitchinggrün, bälle, schläger,	
40 min				
ca 2 min		Zusammenfassung des Erlernten		
ca 7 min		Abschlusspiel: Baseball / 2 teams	1 softball, 4 hüttchen, 1 reifen	
ca 1min		Verabschiedung		Bis zur nächsten trainingsstunde, bleibt gesund !
10 min				
60 min				

*Die Angaben sind meist nicht präzise genug: was macht der Lehrer, Aufbauten, welche Schläger benutzt werden etc.
Auch die Teillernziele müssen deutlicher herausgestellt werden, damit klar wird, welches auf welche Weise erreicht werden soll.*