

<b>Arbeitsgruppe:</b>	<b>Indiaka: Schwerpunkt Aufschlag</b>
	<b>Altersgruppe: Jugendliche</b>

Inhalte	Organisationsform
<p><b>Namensball:</b> Die Indiaka wird vom ÜL nach oben gespielt, dabei ruft er den Namen eines Teilnehmers, der die Indiaka fangen muss. Anschließend wirft der TN, der die Indiaka gefangen hat, und ruft einen neuen Namen.</p> <p><b>Tag und Nacht mit Abwerfen:</b> Zwei Mannschaften „Tag“ und „Nacht“ stehen sich in der Mitte eines Spielfeldes in ca. 3 m Abstand gegenüber. Auf einer Mittellinie stehen die Indiakas und Softbälle. Ruft der ÜL „Tag“, dann versucht die Mannschaft „Tag“ die flüchtende Mannschaft „Nacht“ mit der Indiaka vor einer Grundlinie abzuwerfen. Ruft der ÜL „Nacht“, muss diese Mannschaft versuchen, „Tag“ abzuwerfen. Wichtig ist, dass die Indiaka weitergegeben wird, sodass jeder TN mindestens einmal mit der Indiaka geworfen hat.</p> <p><b>Variationen:</b> Auf dem Bauch oder Rücken liegend starten</p>	<p>Freie Fläche Gegenüberliegend aufstellen (Gasse)</p>
<p>Im Hauptteil werden verschiedene Stationen aufgebaut. Die Jugendlichen werden in zwei Gruppen aufgeteilt und die Stationen führen die zwei Gruppen gemeinsam durch, da nur 2 Indiakas zur Verfügung stehen. Pro Station werden 5 Minuten eingeplant. Jede Gruppe erhält ein Feld</p> <p><b>Kurzer Aufschlag:</b> Jugendlicher A spielt die Indiaka über ein gespanntes Netz (z.B. durch mehrere Therabänder/Seile). Jugendlicher B läuft von der Grundlinie des Feldes los und versucht die Indiaka zu erreichen. Wenn A und B jeweils geworfen und gefangen haben, stellen diese sich hinten an und C und D sind an der Reihe.</p> <p><b>Aufschlag auf Ziele:</b> Auf der anderen Seite des Netzes werden drei Felder markiert (Therabänder oder Kreide). Die TN müssen versuchen den Aufschlag in ein Feld zu befördern.</p> <p><b>Aufschlag-Wettbewerb:</b> Die beiden Gruppen treten gegeneinander an und bilden eine Gassenform an der Grundlinie. Nun muss die Indiaka auf die andere Seite befördert werden und trifft im besten Fall erneut ein Ziel. Nach jedem Versuch muss die Indiaka wiedergeholt werden und der nächste TN ist an der Reihe. Es gewinnt das Team, welches zuerst alle Ziele getroffen hat. Es gibt ca. 5 Zielfelder</p> <p><b>Aufschlagspiel: Wer fängt, gewinnt:</b> Erneut treten die beiden Gruppen gegeneinander an. Ca. Vier Spieler stehen hintereinander auf einem markierten Feld. Ein Spieler steht auf der anderen Seite des Netzes an der Grundlinie und schlägt die Indiaka auf die andere Seite. Ziel ist es, dass die TN die Indiaka auf der Matte fangen. Wer fängt, wird selbst zum Aufschläger. Es gewinnt das Team, welches als Erstes keine Fänger mehr in dem Feld hat.</p> <p><b>Aufschlag und Annahme:</b> Jugendlicher A schlägt die Indiaka über das Netz auf, B nimmt das Spielgerät und spielt es zu C weiter. C sollte die Indiaka fangen können, ohne sich groß von der Stelle zu bewegen. Nachdem C gefangen hat, wird rotiert. Also rückt A auf die B-Position und B auf C, während sich C bei Position A anstellt.</p>	<p>2 Felder: 16 mal 6 Meter Die Hälfte beider Gruppen steht rechts vom Netz am Ende des Feldes, die andere Gruppe links vom Netz Die Gruppen stellen sich hintereinander auf. Hat man geworfen, stellt man sich hinten an Gassenform 1 Aufschläger an der Grundlinie Ca. 4 TN in einem markierten Feld in der anderen Feldhälfte Die Übung führen die Gruppen nebeneinander aus</p>
<p><b>Mondball:</b> Zwei Gruppen werden gebildet, die sich jeweils in einem kleinen Kreis aufstellen. Ziel des Spiels ist es, die Indiaka so lange wie möglich in der Luft zu halten, bis die Indiaka auf den Boden fällt. Kein Spieler darf die Indiaka zweimal hintereinander berühren. Die TN zählen ihre Pässe laut mit und am Ende wird geschaut, welche Gruppe mehr Pässe ohne Bodenkontakt spielen konnte.</p> <p><b>Variation:</b> Die Indiaka muss von allen TN einmal gespielt worden sein, bis der erste Spieler wieder diese zugespielt bekommt. Nur mit der schwächeren Hand darf gespielt werden (andere Hand ist hinter dem Rücken)</p>	<p>2 Gruppen (Abzählen) 2 Kreise</p>