

Kleine Spiele

Inhaltsverzeichnis

Ball über die Schnur

Ball unter die Schnur

Fangen

Völkerball

Tigerball

Schiffe versenken

Zombie

Wanderball

Treibball

Schuhhockey

Freizeitspiele

Frisbee-Fangen

Firsbee-Golf

Indiaca

Federball

Schubkarrenrennen

Kettenfangen/Partnerfangen

Maus, Maus komm heraus

Katz und Maus

Platzwechsel

Würfelspiel

Zeitschätzläufe

Zeitungsläufe

Feuer-Wasser-Sturm

Schleudersitz

Tanzende Bälle

Hüttchenschießen

Erdball-Tunier

Planetenbahn

Weltraumjagd

Partner- und Gruppenkämpfe als Kraftspiele

Tauziehen

Bank-Medizinball-Wettkampf

Die Mühle

Möhrenziehen

Liegestützzweikampf

Rückenschieben/Rückenringen

Händedruck

Schwebesitzkampf
Kanaldeckelspiel
Sinkendes Floß
Mattenrutschen
Komm mit lauf weg

Kontakt- u. Kennenlernspiele

Uhrpendel
Tausendfüßler
Magnete
Balken
Denkmal bauen
Obstsalat/Geburtsmonat
Das Atom Spiel (Twister)
Blindenführer (Der Roboter und der Erfinder)
Rettungsdienst
Der schmale Pfad
Pinguine auf der Eisscholle (Zeitungsstanz)
Familienzusammenführung
Schlangenspiel
Schwarz-Weiß
Spielkartenlauf

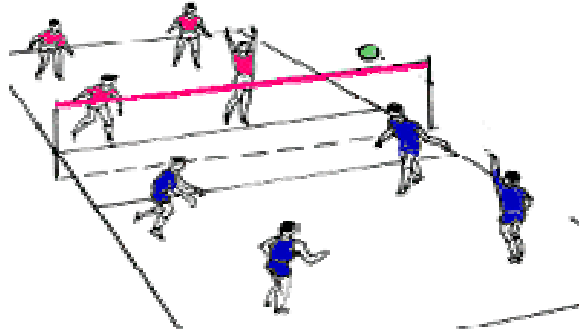
Spielreihe Fußball
Feuer & Wasser- Dribbling
Nummernlauf
Schwarzer Mann
Mutiger Dribbler/Hasenjagd
Kennenlern/Begrüßungsspiel
Figuren bauen
„Spiel nach eigenen Regeln“
Kegelfußball
Brückenwächter
Hütchenabschuss
Mattenfußball
Tigerfußball
Torwartspiel

Basketball-Vorbereitungsspiele

Parteiball
Schlangen-Jagd
Touch-Down-Spiel
Fuß-Basketball
„SOS“
„Brett-Passen“
„Kreiskorbball“
Werfer und Läufer
Fänger auf dem Kasten
Ein Dribbelaufwärmspiel
Übung: Spielsituation mit Passübung

Werf- und Fangspiele

Ball über die Schnur



1) Spielart:

Werf- und Fangspiele

2) Spiel:

Ball über die Schnur

3) Spielverhalten:

- Ballannahme
- Passen
- Werfen

4) Spielbeschreibung:

Zwei Mannschaften stehen sich in einem abgegrenzten Feld gegenüber. Der Ball muss so über eine Schnur (Bauband) geworfen werden, dass die andere Mannschaft ihn nur schwer fangen kann. Fällt er zu Boden, bekommt die werfende Mannschaft einen Punkt. Der Ball muss abwechselnd von hinten oder hinter einer bestimmten Markierung geworfen werden.

5) Spielfläche

9m x 9m

6) Spielmaterial:

(Soft-)Ball

7) Spielorganisation:

- Erklärung der Regeln und Ziel des Spiels
- Auswahl zweier, etwa gleichstarker Mannschaften

8) Zielsetzung:

- Werfen und Fangen der Schüler trainieren
- Reaktionsfähigkeit der Schüler verbessern

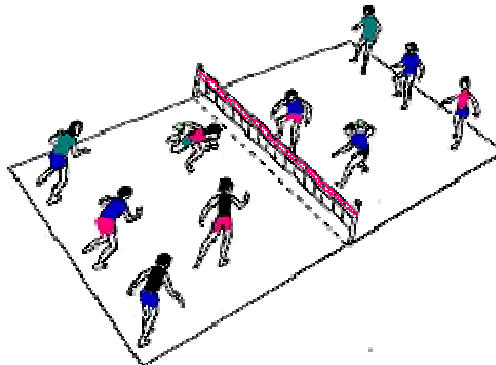
9) Variationen:

- unterschiedliche Bälle (Gymnastik-, Tennis-, Volley-, Medizinbälle...)
- unterschiedliche Wurf-/Stoßarten (links, recht, Überkopf etc.)
- Spielfeld in Zonen unterteilt, die nicht betreten werden dürfen
- Spielfeld in Zonen unterteilt, die unterschiedliche Punktwertungen ergeben
- nur in bestimmten Zonen können Treffer erzielt werden oder zählen doppelt
- Wer den Ball über das Netz gespielt hat, muss die Seite wechseln. Das Spiel läuft weiter
- Die Schnur wird niedriger gespannt. Ziel ist es, mit einem Aufsetzer oder direkt die sich am Kopfende befindliche gegnerische Wand zu treffen
- Zusatzregel: Kein Spieler darf zweimal hintereinander den Ball auf die andere Seite
- werfen (Spielfeld hier halbes Hallendrittel)

10) Anmerkung:

Gymnastikbälle sind auf Grund ihrer Flugphase besser geeignet als Softbälle

Ball unter die Schnur



1) Spielart:

Werfspiele

2) Spiel:

Ball unter die Schnur

3) Spielverhalten:

- Werfen
- Treffen

4) Spielbeschreibung:

Zwei Mannschaften stehen sich in einem abgegrenzten Feld gegenüber. Der Ball muss so unter eine Schnur (Bauband) geworfen werden, dass die andere Mannschaft ihn nur schwer vor der Endlinie erreichen kann. Geht er darüber, bekommt die werfende Mannschaft einen Punkt. Der Ball muss abwechselnd von einer bestimmten Markierung/Linie aus geworfen werden.

5) Spielfläche

9m x 9m

6) Spielmaterial:

Gymnastikball

7) Spielorganisation:

- Erklärung der Regeln und Ziel des Spiels
- Auswahl zweier, etwa gleichstarker Mannschaften

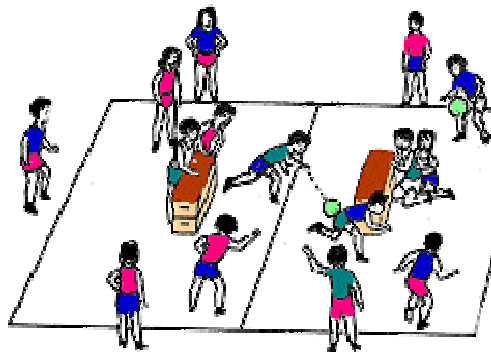
8) Zielsetzung:

- Werfen und Rollen der Schüler trainieren
- Reaktionsfähigkeit der Schüler verbessern

9) Variationen:

- Spiel mit mehreren Bällen
- unterschiedliche Bälle (Gymnastik-, Tennis-, Volley-, Medizinbälle...)
- Spielfeld in Zonen unterteilt, die nicht betreten werden dürfen

Völkerball



1) Spielart:

Werf- und Fangspiele

2) Spiel:

Völkerball

3) Spielverhalten:

- Ballannahme
- Passen
- Werfen
- Treffen

4) Spielbeschreibung:

In die zwei gleichgroßen (Volleyball-)Felder verteilen sich zwei Mannschaften. Beide wählen ihren „König“, „Spion“ oder „Freigeist“. Dieser stellt sich irgendwo außerhalb des gegnerischen Spielfeldes auf. Nun geht es los: Wer abgeworfen wird, muss aus seinem Spielfeld zum "König", bzw. "Spion". Der Spieler darf wieder zurück, wenn er es schafft eine Person aus der gegnerischen Mannschaft abzuwerfen. Ist kein Spieler mehr im Spielfeld, betritt der "König" dieses. Er erhält den Ball und hat drei Leben, wird aber abgelöst falls sich ein Spieler freiwirft. Berührt der Ball den Boden, ist er nicht mehr "scharf".

5) Spielfläche

9m x 9m

6) Spielmaterial:

(Soft-)Ball

7) Spielorganisation:

Erklärung der Regeln und Ziel des Spiels

Auswahl zweier, etwa gleichstarker Mannschaften

8) Zielsetzung:

Werfen und Fangen der Schüler trainieren

Reaktionsfähigkeit der Schüler verbessern (Ball ausweichen)

1) Variationen:

- Mehrere Bälle (maximal 3) "Freilaufen": Wer es schafft von der Grundlinie über das ganze gegnerische Feld zu laufen, ohne abgeschlagen zu werden, ist frei.
- "Umgekehrt": Nur ein Spieler ist im Spielfeld. Für jeden Abwurf darf ein weiterer Spieler in sein Land. Zurück geht's nicht mehr...
- "Titanic": Das Spiel ist verloren, wenn die aufgestellte Weichbodenmatte umfällt
- "Hindernisse" Spiel mit Hindernissen, die vorher selber ausgerichtet werden dürfen. (z.B. zwei Kästen)
- "Schnur": Es wird eine Schnur gespannt, über welche nur abgeworfen werden darf.
- Jede Mannschaft erhält drei Reifen. Wenn man abgeworfen wird, muss man in den hintersten Reifen. Derjenige, der als nächster abgeworfen wird, muss dann in den hintersten Reifen und der erste darf einen Reifen weiterrücken. Sind alle drei Reifen besetzt und ein weiterer Spieler wird abgeworfen, so darf der im ersten Reifen wieder zurück ins Spielfeld.

Schwarz - Weiß

1) Spielart:

Ballspiele (Werfen und Fangen)

2) Spiel:

Lauf- und Fangspiele

3) Spielverhalten:

Fangen, Angreifen

4) Spielbeschreibung:

Zwei Mannschaften gleicher Anzahl stehen sich in der Mitte eines Spielfeldes im Abstand von etwa 2 Metern gegenüber. Eine Mannschaft ist die weiße Mannschaft, eine die schwarze.

Der Lehrer wirft eine Scheibe (oder Würfel, Münze) und ruft die Farbe. Liegt die schwarze Seite oben, muss die schwarze Mannschaft vor der weißen weglaufen. Die weiße Mannschaft muss die schwarze vor einer gesetzten Ziellinie erreichen. Abgeschlagene der schwarzen Mannschaft wechseln die Seite und gehören jetzt zur anderen Mannschaft.

Ziel ist es möglichst viele Teilnehmer der Gegnermannschaft zu fangen oder die Gegnermannschaft ganz aufzulösen.

5) Spielfläche:

Volleyball- oder Basketballfeld

6) Spielmaterial:

Münze, Scheibe oder Würfel

7) Spielorganisation:

Die Klasse in zwei gleich große Mannschaften einteilen und die Scheibe präparieren (schwarz, weiß). Die Ziellinie bestimmen oder markieren.

8) Zielsetzung:

- Laufen (Sprinten, Starten üben)
- Reaktion schulen
- Einüben von englischen Zahlen, Farben, Tieren usw.

9) Variationen:

- Starts aus verschiedenen Ausgangsstellungen z.B. aus dem Liegen, Sitzen
- Starts auf verschiedene Signale (z.B. Farbe, Tier usw.)

Wanderball

1) Spielart:

Ballspiel

2) Spiel:

Wurfspiele

Fangspiele

Treffspiele

3) Spielverhalten:

Werfen und Fangen

4) Spielbeschreibung:

Klasse wird in zwei Mannschaften aufgeteilt

Jede Mannschaft teilt sich nochmals und stellt sich gegenüber in zwei Reihen auf

Nachdem man den Ball dem Spieler gegenüber zugepasst hat, stellt man sich wieder hinten an

Ziel: gewonnen hat die Mannschaft, die als erstes wieder in ursprünglicher Reihenfolge dasteht

5) Spielfläche:

Halle

6) Spielmaterial:

Volleyball

7) Spielorganisation:

Pro Mannschaft ein Ball

8) Zielsetzung:

Wurfübung

Zielen bzw. treffen üben

9) Variationen:

Schüler stellen sich nicht in eigener Reihe an, sondern in gegenüberliegender

Bälle raus!

1) Spielart:

Ballspiel

2) Spiel:

Werf- und Fangspiel

3) Spielverhalten:

- Werfen
- Fangen
- Schnelligkeit

4) Spielbeschreibung:

In der Mitte des Spielfeldes wird, aus 4 umgelegten Bänken, ein Ballreservoir aufgebaut, in welches alle Bälle gelegt werden. Eine Mannschaft versucht, so schnell wie möglich, die Bälle aus dem Reservoir heraus zuwerfen. Die andere Mannschaft versucht, die Bälle wieder einzusammeln und in das Ballreservoir zurückzulegen. Wenn sich kein einziger Ball mehr im Reservoir befindet, stoppt der Spielleiter die Zeit und eine andere Gruppe ist an der Reihe. Die Gruppe, welche am schnellsten die Aufgabe bewältigt hat, gilt als Siegermannschaft.

5) Spielfläche:

Gesamten Halle / Drittel der Halle.

6) Spielmaterial:

- 4 Langbänke
- je nach Schüleranzahl ca. 20-30 Gymnastikbälle

7) Spielorganisation:

Zwei gleichstarke Mannschaften / Gruppen bilden

8) Zielsetzung:

- permanente Bewegung der Schüler
- Werfen- und Fangen

9) Variationen:

- Ballgröße variieren
- Anzahl der Bälle variieren

10) Anmerkung:

- ständige Bewegung aller Spielenden
- auch ohne Stoppuhr spielbar

Wo ist das Tor?

1) Spielart:

Ballspiel

2) Spiel:

Werf- und Fangspiel

3) Spielverhalten:

- Werfen
- Fangen

4) Spielbeschreibung:

Es spielen zwei Mannschaften auf dem gleichen Feld gegeneinander. Die Spieler einer Mannschaft werfen sich den Ball zu und versuchen ihn ins Tor zu werfen. Das Tor (zwei Stäbe von gegenüberstehenden Schülern getragen) soll so durch das Spielfeld bewegt werden, dass eine Torchance erschwert wird.

5) Spielfläche:

Gesamte Halle / Hälfte der Halle

6) Spielmaterial:

- zwei Stäbe
- ein Handball

7) Spielorganisation:

- zwei Mannschaften bilden
- zwei Schüler für das „Tor“ bestimmen

8) Zielsetzung:

- ständige Bewegung der Schüler
- Werfen- und Fangen
- Orientierung

9) Variationen:

- mit Reifen als Basketballkorb und einem Basketball
- mit Stab als Fußballtor und einem Fußball

10) Anmerkung:

Lustige Alternative zu Handball, Fußball oder Basketball!

Schiffe versenken

1) Spielart:

Ballspiel

2) Spiel:

Ballspiel

3) Spielverhalten:

- werfen
- laufen

4) Spielbeschreibung:

- Je nach Gruppengröße werden 1 oder 2 Fänger bestimmt
- Alle übrigen Spieler erhalten Gymnastikreifen. Sie halten den Reifen parallel zum Boden um ihre Hüfte (Schiff)
- Wirft ein Fänger den Ball durch den Reifen, so ist das Schiff versenkt
- Der Spieler bleibt stehen und legt seinen Reifen auf den Boden
- Er kann durch Mitspieler erlöst werden, die ihn in ihren Reifen aufnehmen. So können bis zu 4 Spieler in einem Schiff fahren
- Das Spiel endet, wenn alle Schiffe versenkt sind

5) Spielfläche:

Halle

6) Spielmaterial:

- Gymnastikreifen
- 1 – 2 Softbälle

7) Spielorganisation:

1 – 2 Fänger, alle anderen Schiffe

8) Zielsetzung:

- Gezieltes abwerfen
- orientieren und laufen im Raum

9) Variationen:

- Anzahl der Fänger erhöhen

Ball von der Wand

1) Spielart:

Ballspiel; Werfen & Fangen, Treffen

2) Spiel:

Wurf-, Fang-, Treffspiel

3) Spielverhalten:

- Werfen
- Fangen
- Treffen
- Laufen

4) Spielbeschreibung:

Die Schüler stehen mit dem Rücken zur Wand. Hinter den Teilnehmern steht der Werfer. Während er den Ball an die Wand wirft, ruft er den Namen eines Mitspielers. Dieser muss nun versuchen den Ball zu fangen, oder zu bekommen. Hat er ihn, ruft er „Stopp“. Alle anderen Schüler dürfen in dieser Zeit so weit wegrennen, wie sie können. Beim Ruf „Stopp“ müssen alle stehen bleiben. Der Schüler mit dem Ball versucht nun einen anderen abzuwerfen. Beim Abwerfen darf man sich nicht bewegen. Der Getroffene verliert eins von drei Leben. Derjenige, der den Ball fangen musste, wird neuer Werfer. Gespielt wird, bis nur noch zwei oder drei Schüler übrig sind.

5) Spielfläche:

Gesamte Halle

1) Spielmaterial:

Softball

2) Spielorganisation:

- Regeln erklären
- Ersten Werfer bestimmen
- Spielmaterial bereitstellen

3) Zielsetzung:

- Reaktionsfähigkeit verbessern
- Orientierung im Raum
- Bewegung
- Treffsicherheit gewinnen
- Werfen und Fangen trainieren

4) Variationen:

- Schüler stehen mit dem Gesicht zur Wand
- Trifft der Werfer keinen Schüler verliert er ein Leben
- Trifft der Werfer einen Schüler gewinnt er ein Leben
- Mehrere Werfer

Krankenhausspiel

1) Spielart:

Wurf- und Fangspiel

2) Spiel:

Ballspiel

3) Spielverhalten:

- fangen
- werfen

4) Spielbeschreibung:

- In der Mitte ist das Spielfeld durch Bänke geteilt
- Am hinteren Ende jeder Spielfeldhälfte liegt eine Weichbodenmatte
- Die sich gegenüberstehenden Mannschaften versuchen nun, die Spieler der Gegenmannschaft mit den Bällen zu treffen
- Wer getroffen ist, muss sich sofort auf den Boden legen und darf nicht mehr mitmischen
- Jedoch können sie wieder von Mitspielern zu Werfern gemacht werden, wenn sie von zwei Sanitätern zum Weichboden (Krankenhaus) geschleppt werden
- Auch die Sanitäter können abgeworfen werden, nur während des Krankentransports nicht

5) Spielfläche:

Volleyballfeld

6) Spielmaterial:

- 2 Weichmatten
- Softbälle (1 – 2 Bälle mehr als die Hälfte der Teilnehmer)
- 2 Langbänke

7) Spielorganisation:

2 Mannschaften bilden

8) Zielsetzung:

- werfen und fangen
- gezieltes abwerfen

9) Variationen:

- Anzahl der Bälle variieren
- Abgeworfene Spieler werden nach dem Krankentransport nur durch Zusatzaufgabe wieder zu Werfern (z. B. Rechenaufgabe)

Treibball

1) Spielart:

Ballspiele

2) Spiel:

Treffspiel

3) Spielverhalten:

Treffen

4) Spielbeschreibung:

Zwei Mannschaften, die sich gegenüberstehen, versuchen den Medizinball der in der Mitte auf einer Langbank liegt zu treffen
Und ihn über die gegnerische Ziellinie zu bewegen.

5) Spielfläche:

Volleyballfeld

6) Spielmaterial:

Ein Medizinball

Pro Spieler einen Basketball

7) Spielorganisation:

Sieger ist diejenige Mannschaft, die den Medizinball über die gegnerische Ziellinie gebracht hat.

8) Zielsetzung:

Werfen

Treffen

9) Variationen:

Mehrere Medizinbälle auf eine oder zwei Bänke legen

10) Anmerkungen:

Geeignet ab 3./4. Jahrgangsstufe und für höhere Klassenstufen

Hüttchenschießen

Cornelia Haidn

1) Spielart:

Ballspiele (Werfen + Treffen)

2) Spiel:

Wurfspiel

3) Spielverhalten :

Treffen

4) Spielbeschreibung:

Zwei Mannschaften werden gebildet. In der Mitte der Halle werden zwei Langbänke (oder der Schwebebalken) als Trennung aufgestellt. Hüttchen und Medizinbälle werden auf die Langbänke verteilt. Beide Mannschaften bekommen gleich viele Bälle. Ziel des Spiels ist es, so viele Hüttchen und Medizinbälle wie möglich zu treffen. Ein Medizinball zählt zwei Punkte, ein Hüttchen einen Punkt. Sind alle Gegenstände von den Langbänken, wird gezählt, welche Mannschaft die meisten Punkte erzielt hat. Sieger ist die Mannschaft mit den meisten Punkten.

5) Spielfläche:

ganze Halle

6) Spielmaterial:

- zwei Langbänke (oder der Schwebebalken)
- Hüttchen
- Medizinbälle
- Tennisbälle / Gymnastikbälle

7) Spielorganisation:

Zwei Mannschaften stellen sich gegenüber auf. Jede Mannschaft hat gleich viele Bälle, um die Gegenstände auf der Matte zu treffen.

8) Zielsetzung:

- Wurfübung
- Zielen bzw. treffen üben

9) Variationen:

verschiedene Bälle zum Werfen benutzen
(Tennisball/Gymnastikball/Volleyball/Basketball)

10) Anmerkungen:

- Der Lehrer kann während dem Spiel die Wurftechniken der Schüler beobachten und danach verbessern
- Für alle vier GS-Klassen geeignet (vorausgesetzt man hat zuvor das Werfen geübt)
- Bewertung: grün (sehr gut)

Gegenverkehr

Cornelia Seonbuchner

1) Spielart:

Ballspiel

2) Spiel:

Wurfspiele

Fangspiele

Treffspiele

3) Spielverhalten:

Werfen und Fangen

Orientieren

4) Spielbeschreibung:

Klasse bildet einen großen Kreis

Ball wird immer dem übernächsten Schüler zugeworfen

Ziel: gewonnen hat die Mannschaft, wo der Ball wieder als erstes beim ersten Schüler ankommt

5) Spielfläche:

Halle

6) Spielmaterial:

Zwei Bälle (Volleyball, Handball, Softball)

7) Spielorganisation:

- Es muss eine gerade Anzahl an Spieler sein

8) Zielsetzung:

- Schnelle Reaktion

- Schnelles Fangen und Weiterwerfen

9) Variationen:

-Ball wird in gleicher Richtung gespielt

-Ball wird in entgegengesetzter Richtung gespielt

Schuhhockey

Cornelia Haidn

1) Spielart:

Ballspiele (Treffen)

2) Spiel:

Hockey

3) Spielverhalten:

Ball treffen
Verteidigen
Angreifen
Freilaufen
Orientieren
Anbieten

4) Spielbeschreibung:

Dieses Hockeyspiel eignet sich hervorragend für die Sporthalle oder für Gruppen, die keine Hockeyschläger besitzen. Zuerst sollten zwei etwa gleichstarke Mannschaften gebildet werden. Jedes Mannschaftsmitglied zieht sich einen Schuh aus und spielt mit diesem als Hockeyschläger Hockey. Als Puck eignet sich ein Tennisball. Eine Feldmarkierung gibt es nicht, da die ganze Halle als Feld zur Verfügung steht. Als Tore kann man entweder kleine Matten aufstellen oder aber Kastenoberteile. Jede Mannschaft darf einen Torwart auswählen, der aber während dem Spiel häufig ausgewechselt wird. Gewonnen hat die Mannschaft, die am Ende die meisten Tore erzielt hat.

5) Spielfläche:

Ganze Halle

6) Spielmaterial:

2 Tore (kleine Matten oder evtl. Kastenoberteile)
eigene Schuhe (!)
ein Tennisball bzw. mehrere Tennisbälle

7) Spielorganisation:

Zwei Mannschaften
Lehrer ist der Schiedsrichter
evtl. zwei Tormänner (die können aber gewechselt werden)

8) Zielsetzung:

Teamgeist entwickeln
Freilaufen und orientieren
Bewegung
Tore erzielen

9) Variationen:

Erhöhter Schwierigkeitsgrad
Es wird mit zwei oder mehr Bällen gespielt. Der Lehrer sollte sich in diesem Fall einen zweiten Schiedsrichter zu Hilfe nehmen, weil er ja nicht gleichzeitig beide Tore beobachten kann. Diese Möglichkeit besteht auch, falls die Schüleranzahl ungerade ist.

Variation

Der Fuß ohne Schuh wird auf eine Teppichfliese gestellt. Der Spieler darf sich nur mit der Teppichfliese fortbewegen. Verliert ein Schüler die Teppichfliese, so darf er den Ball nicht schlagen und muss erst wieder seinen Fuß auf den Teppich stellen, bevor er wieder am Spielgeschehen teilnehmen darf. (Auch hier kann man wieder mehrere Bälle zum Einsatz bringen)

10) Anmerkungen:

Das Spiel ist für alle Altersstufen aufgrund der Variationen geeignet.

Bewertung: 1 (sehr gut geeignet)

Jägerball

1) Spielart:

Werf- und Fangspiele

2) Spiel:

Jägerball

3) Spielverhalten:

Die Schüler versuchen mit einem Ball, ihre Mitschüler abzuwerfen bzw. die abzuwerfenden Schüler versuchen dem Ball auszuweichen.

4) Spielbeschreibung:

Der Jäger versucht mit einem Ball seine Mitschüler (Hasen, Wild) abzuschießen. Diese versuchen wiederum, dem Ball auszuweichen, indem sie davon laufen.

Jeder, der von einem Ball getroffen wurde, scheidet aus dem Spiel aus und setzt sich auf die Bank. Das Spiel ist dann beendet, wenn der Jäger alle Hasen erlegt hat.

5) Spielfläche:

Ganze Halle

6) Spielmaterial:

Softball

evtl. Bänder zur Kennzeichnung der Parteizugehörigkeit

7) Spielorganisation:

Ball bereitlegen

Regeln und Ziel des Spiels erklären

Jäger bestimmen

8) Zielsetzung:

Werfen der Schüler trainieren

Kondition verbessern (laufen)

Fangen üben

Reaktionsfähigkeit schulen

9) Variationen:

- mit mehreren Jägern spielen; abgeworfene Schüler werden zu Hilfsjägern und dürfen sich in der Halle freilaufen; sie können auf einen Pass des Jägers oder Hilfsjägers warten und dann selbst abwerfen.
- mit mehreren Bällen spielen
- die abgeworfenen scheiden nicht aus, sondern sind vorübergehend versteinert und stehen in der Grätsche; sie können durch ihre Mitschüler wieder befreit werden, welche unter ihren Beinen durchkrabbeln müssen.
- die Hasen/das Wild darf die vom Jäger geworfenen Bälle auch fangen; in diesem Fall ist der Abschuss des Jägers abgewehrt und die Beute zählt nicht als erlegt; der Schüler, der den Ball gefangen hat, wirft ihn dann irgendwo in die Halle, damit der Jäger sich den Ball erst wieder holen muss

Tigerball

Cornelia Seonbuchner

1) Spielart:

Ballspiel

2) Spiel:

Wurfspiele

Fangspiele

3) Spielverhalten:

Werfen und Fangen

Orientieren

4) Spielbeschreibung:

Klasse bildet einen großen Kreis

Ein Schüler steht in der Mitte

Schüler werfen sich den Ball gegenseitig zu, der Schüler im Kreis, versucht diesen zu fangen

Wenn der Ball vom Schüler im Kreis gefangen wird, tauschen Werfer und Fänger ihren Platz

5) Spielfläche:

Halle

6) Spielmaterial:

Volleyball

7) Spielorganisation

Pro Mannschaft ein Ball

Wenn zu viele Schüler sind, können auch zwei Kreise gebildet werden

8) Zielsetzung

Wurfübung

Zielen bzw. treffen üben

9) Variationen

- Mehrere Schüler im Kreis
- Ball muss nicht gefangen werden, es reicht, wenn er berührt wird

Schiffe versenken

Pöschl Daniela

1) Spielart:

Ballspiele

2) Spiel:

Treffspiel

3) Spielverhalten:

Treffen

Verteidigen

Orientieren

4) Spielbeschreibung

- Es werden ein bis zwei Werfer bestimmt.
- Spieler halten Gymnastikreifen um ihre Hüfte parallel zum Boden.
- Spieler bewegen sich frei in der Turnhalle.
- Wirft ein Werfer seinen Ball durch den Reifen eines Spielers, ist das Schiff versenkt.
- Spieler bleibt stehen und legt seinen Reifen auf den Boden.
- Er kann durch Spieler erlöst werden, die ihn in ihrem Schiff aufnehmen.
- Beim Wechsel in ein anderes Schiff muss aufgepasst werden, dass er nicht abgeworfen wird.
- Wenn ein Spieler abgeworfen wird, muss er das Spielfeld verlassen.
- Spiel endet, wenn alle Schiffe versenkt sind.

5) Spielfläche:

Volleyballfeld

6) Spielmaterial:

Ein Reifen pro Spieler

Ein bis zwei Softbälle

7) Spielorganisation:

Sieger ist derjenige Spieler, der sein Schiff am längsten verteidigen kann.

8) Zielsetzung:

Verteidigen

Orientieren

Zusammenarbeit

Treffen

9) Variationen:

- Reifen kann auch anders platziert werden
- mit verschiedenen Laufschritten fortbewegen, z.B. Hopserlauf

10) Anmerkungen:

Geeignet sowohl für die GS, als auch für höhere Jahrgangsstufen

Verfolgungsrennen

1) Spielart:

Ballspiele

2) Spiel:

Wurf- und Fangspiel

3) Spielverhalten:

- Werfen und Fangen
- Orientieren
- Treffen
- Anbieten

4) Spielbeschreibung

Mehrere Gruppen (8-12 Spieler) bilden einen großen Kreis. Zwei Spieler mit je einem Ball stellen sich Rücken an Rücken in der Mitte des Kreises auf. Auf ein Signal des Spielers passen beide Mitspieler im Uhrzeigersinn zu den Kreisspielern. Diese fangen den Ball und passen diesen schnell zurück. Aufgabe ist es den Ball des Gegen - Mitspielers einzuholen.

5) Spielfläche:

Hälfte des Volleyballspielfeldes

6) Spielmaterial:

- Verschiedene Bälle möglich (Hand-, Volley-, Fuß-, Gymnastikball...)
- Sandsäckchen
- Frisbee – Scheibe

7) Spielorganisation:

- Erklärung des Spiels durch den Übungsleiter
- Spielregeln (z.B. Uhrzeigersinn)
- Auswahl zwei Spieler, die sich in den Kreis stellen

8) Zielsetzung:

- Koordination
- Schnelligkeit beim Passen und Fangen, Reaktionsfähigkeit
- Zuspieldgenauigkeit
- Werfen und Fangen festigen
- Spielfreude

9) Variationen:

- Verschiedene Gegenstände (Sandsäckchen, Frisbee-Scheibe...)

- Mit dem Fuß passen
- Kreisdurchmesser verändern

10) Anmerkungen:

- Auf Blickkontakt hinweisen
- Ab 3. Jahrgangsstufe

Verteidigungsball

1) Spielart:

Ballspiele

2) Spiel:

Wurfspiel, Teffspiel

3) Spielverhalten:

- Werfen
- Treffen
- Verteidigen
- Orientieren

4) Spielbeschreibung:

- Es wird ein Spielfeld markiert. In der Mitte des Spielfeldes werden fünf Kegel aufgebaut. Zwei Teilnehmer sind die Verteidiger. Diese stellen sich in der Mitte bei den Kegeln auf. Alle anderen Teilnehmer (etwa 10 Spieler) sind die Werfer. Diese verteilen sich um das Spielfeld (in einem Kreis) herum.
- Die Werfer müssen versuchen mit dem Ball die Kegel umzuschießen/umzuwerfen. Die Verteidiger müssen das zu verhindern versuchen. Der Ball kann auch erst von einem Werfer zum anderen geworfen werden, bevor man auf die Kegel wirft. Es darf nur auf die Kegel geworfen werden, also am Boden. Die Würfe müssen nach unten gehen.
- Es gibt Strafpunkte, wenn ein Verteidiger einen Ball an den Kopf bekommt.
- Die Werfer bekommen je umgeworfenen Kegel einen Punkt. Die Verteidiger bekommen für 10 abgewehrte Bälle einen Punkt.

5) Spielfläche:

Volleyballspielfeld

6) Spielmaterial

- Ein weicher Ball
- Fünf Kegel

7) Spielorganisation:

- Spielerklärung durch den Lehrer
- Spielregeln
- Auswahl der Verteidiger

8) Zielsetzung:

- Koordinationsfähigkeit, Reaktionsfähigkeit
- Schnelligkeit der Verteidiger
- Festigung des Werfens

9) Variationen:

- Um die Schwierigkeit zu erhöhen kann man auch mit zwei oder mehreren Bällen spielen.
- Kegeln: Der Ball darf nur über den Boden gerollt werden.

10) Anmerkungen:

- Ab 2. Jahrgangsstufe
- Etwa 4 bis 10 Teilnehmer

Spiele mit Alltagsmaterial

Schmutzfink

1) Spielart:

Spiele mit Alltagsmaterial

2) Spiel:

Wurfspiele

3) Spielverhalten:

Verteidigen

4) Spielbeschreibung:

Jedes Team erhält dieselbe Anzahl an Bierdeckeln. Ziel ist es, das gegnerische Spielfeld mit den Bierdeckeln zu „verschmutzen“: Die Kinder werfen möglichst schnell die Bierdeckel in das andere Feld. Nach dem Schlusspfiff gewinnt die Mannschaft, welche auf ihrer Seite möglichst wenige Bierdeckel hat beziehungsweise, welche die gegnerische Hälfte am stärksten verschmutzt hat.

5) Spielfläche:

Turnhalle

6) Spielmaterial:

40 – 100 Bierdeckel

7) Spielorganisation:

Die Turnhalle wird in zwei Hälften geteilt (z.B. durch eine Langbank). Pro Seite ein Team.

8) Zielsetzung:

Kooperation, Teamgeist
Bewegung

9) Variationen:-----

Schiefer Turm von Pisa

1) Spielart:

Spiele mit Alltagsmaterial

2) Spiel:

- Übergeordnete Spiele / Staffel
- Mannschaftsspiel

3) Spielverhalten:

- Schnelligkeit
- Erhalten des Objektgleichgewichts

4) Spielbeschreibung:

Transportstaffel, bei der der Bierdeckel im Mittelpunkt steht und die beste Architektengruppe mit dem höchsten Turm siegt. Pro Kind und Laufstrecke darf nur ein Bierdeckel (evtl. auch Klorollen) transportiert werden. Wer baut den höchsten Turm?

5) Spielfläche:

Eine Hallenhälfte

6) Spielmaterial:

Mindestens 3 Bierdeckel pro Kind bzw. 2 Bierdeckel und 2 Klorollen

7) Spielorganisation:

Mannschaftswettbewerb

8) Zielsetzung:

- Schnelligkeit beim Aufbau des Turms
- Erhalten des Objektgleichgewichts beim Balancieren der Gegenstände

9) Variationen

- Verschiedene Fortbewegungsarten: laufen, hüpfen mit Bierdeckel zwischen den Knien
- Bierdeckel / Klorollen balancieren

Touch Down

1) Spielart:

- Ballspiele (Werfen + Fangen; Abfangen; Treffen)
- Spielreihe Handball/Basketball
- Spiele mit Alltagsmaterial

2) Spiel:

- Basketball
- Handball
- Wurfspiele
- Fangspiele

3) Spielverhalten:

- Werfen und Fangen
- Verteidigen
- Angreifen
- Freilaufen
- Orientieren
- Anbieten

4) Spielbeschreibung:

Zwei Mannschaften. Jeder Mannschaft wird eine von zwei gegenüberliegenden Linien zugeteilt. Jede Mannschaft versucht den Zeitungsball hinter der gegnerischen Linie abzulegen.

5) Spielfläche:

1 Turnhalle

6) Spielmaterial:

1 zu einem Ball geformtes Zeitungsblatt

7) Spielorganisation:

2 Mannschaften

8) Zielsetzung:

- Kooperation, Teamgeist
- Reaktionsfähigkeit
- Orientierung
- Bewegung

9) Variationen:

- Kinder dürfen maximal 3 Schritte laufen
- Mit dem Ball darf gar nicht gelaufen werden

Parkplatzsuche (Reise nach Jerusalem)

1) Spielart:

- Musikspiel (Reise nach Jerusalem; Feuer, Wasser, Blitz...)
- Laufspiel
- Spiele mit Alltagsmaterial

2) Spiel:

- Übergeordnete Spiele

3) Spielverhalten:

- Orientierung
- Reaktion

4) Spielbeschreibung:

Im verteilten Raum liegen Zeitungen und Bierdeckel. Bei Stopp der Musik sucht sich jedes Kind einen „Parkplatz“. Wer keinen Platz findet scheidet aus und die Parkplätze werden bei jedem ausgeschiedenen Kind um einen reduziert.

5) Spielfläche:

1 Turnhalle

6) Spielmaterial:

Bierdeckel und Zeitungsblätter (insgesamt einen Parkplatz weniger als Kinder)

7) Spielorganisation:

Bierdeckel und Zeitungsblätter in der Halle verteilen

8) Zielsetzung:

- Bewegung
- Orientierung
- Reaktionsfähigkeit

9) Variationen:

- Ohne Ausscheiden: Kind ohne Parkplatz muss eine Aufgabe (Kniebeugen, Hampelmänner,...) erfüllen

10) Anmerkungen:

Bei der letzten Parkplatzsuche können, bei gleicher Anzahl von Bierdeckeln und Zeitungen, 2 Mannschaften für den weiteren Verlauf der Sportstunde gebildet werden.

Bierdeckelpost

1) Spielart:

Spiele mit Alltagsmaterial

2) Spiel:

Übergeordnete Spiele

3) Spielverhalten:

- Bewegen
- Schnelligkeit

4) Spielbeschreibung:

In der Halle verstreut liegende farbig markierte Bierdeckel werden von verschiedenen farbigen Teams (teilweise durch Umdrehen) gesucht und zu den Teamkartons transportiert.

(5) Spielfläche:

1 Turnhalle

6) Spielmaterial:

- farbig markierte Bierdeckel (pro Team die gleiche Anzahl)
- pro Team eine Farbe
- pro Kind ca. 1-2 Bierdeckel

7) Spielorganisation:

- mehrere Mannschaften
- Kartons als Briefkasten in Hallenecke
- Farbige Bierdeckel verteilen

8) Zielsetzung:

- Schnelligkeit
- Kooperation

9) Variationen:

- Paarweise laufen
- Auf dem Weg zum „Briefkasten“ springen,...

10) Anmerkungen:

Zeitungsraupe

1) Spielart:

- Ballspiele
- Spielreihe Handball/Basketball

2) Spiel:

- Basketball
- Handball
- Wurfspiele
- Fangspiele
- Staffelspiel

3) Spielverhalten:

- Werfen und Fangen
- Freilaufen

4) Spielbeschreibung:

3 – 6 Kinder stehen hintereinander in der Grätschstellung. Der Papierball wird durch die Beine weitergereicht oder über die Köpfe geworfen. Das letzte Kind fängt den Ball und stellt sich mit dem Ball vorne an. Schnellste Mannschaft ermitteln.

5) Spielfläche:

1 Turnhalle

6) Spielmaterial:

mehrere zu einem Ball geformte Zeitungsblätter

7) Spielorganisation:

mehrere Gruppen zu 3-6 Personen

8) Zielsetzung:

- Fangen
- Werfen
- Bewegen
- Schnelligkeit

9) Variationen:

Kind krabbelt durch die gegrätschten Beine.

Freizeitspiele

Frisbee-Fangen

1) Spielart:

Freizeitspiel

2) Spiel:

Wurf- und Fangspiel

3) Spielverhalten:

Schüler müssen den Frisbee sicher fangen und präzise werfen können

4) Spielbeschreibung:

Mindestens 2 Personen stehen sich im Abstand von ca. 10 Metern gegenüber bzw. entfernt. Gezählt werden die Würfe, die beide innerhalb von 2 Minuten schaffen, ohne dass der Frisbee zuvor auf den Boden fällt.

5) Spielfläche:

Ganze Halle

6) Spielmaterial:

Frisbee

7) Spielorganisation:

Schüler vorweg in zweier Gruppen einteilen, bei ungerader Zahl auch dreier Gruppen

8) Zielsetzung:

- SS lernen den Umgang mit der Frisbee Scheibe
- SS lernen sicheres Fangen

9) Variationen:

- gleiches Prinzip nur als Mannschaftsspiel: SS bilden einen großen Kreis. Der Frisbee wird gefangen und zur nächsten Person weiter geworfen.
- Wie schnell kann ein Frisbee von Person zu Person geworfen werden, egal ob der Frisbee zuvor den Boden berührt

Springkreis

1) Spielart:

Freizeitspiele

2) Spiel:

Springkreis

3) Spielverhalten:

- Schüler müssen das Seil immer im Blick haben
- Schüler müssen rechtzeitig und hoch genug springen, damit das Seil nicht an ihren Beinen hängen bleibt

4) Spielbeschreibung:

Die Schüler bilden einen Kreis. In der Mitte des Kreises steht ein Schüler mit einem langen Seil (z.B. Sprungseil). Dieser lässt das Seil knapp über dem Boden kreisen. Die Außenspieler springen rechtzeitig hoch, so dass das Seil nicht an ihren Beinen hängen bleibt. Schafft dies ein Außenspieler zweimal nicht, muss er in die Mitte und den „Seilschwinger“ ablösen.

5) Spielfläche:

Kreis

6) Spielmaterial:

Sprungseil

7) Spielorganisation:

- Erklärung des Spiels
- Tipps zum richtigen Springen und Schwingen des Seils
- Auswahl des ersten „Seilschwingers“
- Bereitstellung des Sprungseils

8) Zielsetzung:

- Ausdauer,
- Koordinationsfähigkeit und
- Reaktionsfähigkeit der Schüler verbessern

9) Variationen:

- Schwingtempo und –höhe variieren
- Für jedes erfolgreiche Hochspringen gibt es einen Punkt. Wer zuerst 5 Punkte erreicht hat, darf entscheiden, ob er in die Mitte will oder lieber außen weiter springt.
- Anzahl der Springer verkleinern
- Anforderung an die Teilnehmer, z.B. nach dem Überspringen des Seiles den Boden mit beiden Händen zu berühren

10) Anmerkung:

Wenn man das Spiel das erste Mal einführt, sind kleinere Gruppen (mit 5-7 Außenspieler) geeigneter, da die Schüler so öfter an der Reihe sind und das Seil nicht so oft an den Beinen hängen bleibt.

Lustige Kette

1) Spielart:

Freizeitspiele

2) Spiel:

Kooperations- & Kommunikationsspiel

3) Spielverhalten:

Schüler laufen zusammen in Form dieser Kette.

4) Spielbeschreibung:

Alle Spieler stehen in einer Reihe, wobei immer abwechselnd einer nach vorne und einer nach hinten schaut. Die Spieler bücken sich nun und stecken ihre Hände durch die gegrächsten Beine hindurch, ergreifen die Hände der beiden Nachbarn, wobei sich die eigenen Arme überkreuzen. Nun bewegt sich die Kette langsam vorwärts.

5) Spielfläche:

Länge der Halle

6) Spielmaterial:

Es wird kein Material benötigt

7) Spielorganisation:

- Lehrkraft teilt Spieler in Gruppen zu ca. 6 – 10 Personen auf
- Erklärung der Kettenbildung

8) Zielsetzung:

- Kooperation, Teamgeist
- Orientierung
- Bewegung

9) Variationen:

- Die Kette läuft seitwärts / rückwärts.
- Tempo variieren.

Limbo tanzen

1) Spielart:

Freizeitspiele

2) Spiel:

Limbo tanzen

3) Spielverhalten:

Schüler müssen ihren Oberkörper weit nach hinten beugen und den Kopf in den Nacken legen, um so unter der Stange hindurchtanzen zu können

4) Spielbeschreibung:

Die Schüler versuchen im Rhythmus der Musik mit nach hinten gebeugtem Rücken unter einem (von zwei Schülern gehaltenen und) gespannten Seil durchzutanzten und dabei dieses nicht zu berühren. Um die Schwierigkeit zu erhöhen, wird das Seil nach und nach immer tiefer gehalten.

5) Spielfläche

Turnhalle

6) Spielmaterial:

Zwei aneinander geknotete Sprungseile

7) Spielorganisation:

- Erklärung des Tanzes
- Üben der Grundstellung
- Auswahl der Seilhalter
- Bereitstellung des Seils
- Musik abspielen

8) Zielsetzung:

- Spaß
- Förderung der Beweglichkeit
- Förderung des Gleichgewichtssinn
- Geschicklichkeit
- Rhythmusgefühl entwickeln

9) Variationen:

- Die Spieler, die zum zweiten Mal das Seil berührt haben bzw. nicht unten durch gekommen sind, scheiden aus und dürfen frei zur Musik tanzen.
- Für jede Runde gibt es einen Punkt. Wer die meisten Punkte hat gewinnt.
- Die Schüler dürfen die Stange „unterqueren“ wie sie wollen, im Liegestütz rücklings, wie eine Schlange,...

10) Anmerkung:

Es bietet sich an, das Lied Macarena auszuwählen, da das Lied Rhythmus und Schwung hat und ausgeschiedene Schüler leicht dazu tanzen können und so in Bewegung bleiben.

Schuh-Hockey

1) Spielart:

Freizeitspiele

2) Spiel:

Mannschaftsspiel

3) Spielverhalten:

Angreifen, verteidigen

4) Spielbeschreibung:

Die Spieler werden in zwei Mannschaften eingeteilt. Jeder zieht sich einen Schuh aus, welchen er anschließend als „Schläger“ benutzt (auch der Torwart). Als Tore werden zwei Matten verwendet.

5) Spielfläche:

Breite der Halle

6) Spielmaterial:

- Mannschaftsbänder oder Trikots, um Fänger zu kennzeichnen
- 2 Matten (an Wand gelehnt dienen als Tore)
- Tennisbälle (in GS evtl. eher weichen Softball)

7) Spielorganisation:

- Lehrkraft teilt Personen in zwei Gruppen ein und verteilt an eine Mannschaft die Bänder bzw. Trikots
- Erklärung der Spielregeln

8) Zielsetzung:

- Reaktion schulen
- Schulung der Taktik und des Teamgeists

9) Variationen:

- Erhöhen des Spieltempos durch Einwerfen mehrerer Bälle
- Personen gehen zu zweit zusammen und spielen nun paarweise mit eingehaktem Arm weiter

Balken

1) Spielart:

Freizeitspiel

2) Spiel:

Kooperationsspiel

3) Spielverhalten:

Kinder müssen sich auf Langbank anordnen

4) Spielbeschreibung:

Die Kinder werden aufgefordert sich auf vorbereitete Langbänke zu stellen. Anschließend dürfen sie sich der Größe nach etc. anordnen. Hierbei sollen sie versuchen, nicht von der Langbank runtersteigen zu müssen.

5) Spielfläche:

Bewegung findet auf den Langbänken statt

6) Spielmaterial:

1-2 Langbänke (je nach Teilnehmerzahl)

7) Spielorganisation:

- auf Kooperation verweisen, ausreichend Platz bieten, um Rempelen zu vermeiden

8) Zielsetzung:

Kooperation und Hilfsbereitschaft
Geschicklichkeit und Gleichgewicht

9) Variation:

Kinder ordnen sich nach dem Geburtsdatum (Januar-Dezember)

10) Bewertung: grün

Denkmal bauen

1) Spielart:

Freizeitspiel

2) Spiel:

Kontaktspiel

3) Spielverhalten:

- 2er Gruppen
- abwechselnde Rollen: „Bildhauer“, „Denkmal“
- Bildhauer „baut“ gewünschtes „Denkmal“

4) Spielbeschreibung:

Die Kinder begeben sich in Zweiergruppen. Abwechselnd ist immer einer der Partner der „Bildhauer“, der andere das zu formende „Denkmal“. Der Bildhauer versucht nun seinen Partner in eine denkmalähnliche Position zu bringen z.B. Boxer, Fußballspieler, Seiltänzer...

5) Spielfläche:

Turnhalle oder Freigelände

6) Spielmaterial: -----

7) Spielorganisation:

- Gruppenbildung (evtl. spielerisch)
- zunächst gewünschtes Denkmal ausrufen
- auf Wechsel in den Gruppen hinweisen

8) Zielsetzung:

- Kreativität
- Gleichgewicht etc. (je nach Position)
- Körperkontakt

9) Variation:

Die Kinder können hier nach und nach selbst Ideen einbringen und so ihre Kreativität schulen.

10) Bewertung: 1

Frisbee- Golf

1) Spielart:

Freizeitspiel

2) Spiel:

Wurf- und Zielspiel

3) Spielverhalten:

Schüler müssen den Frisbee auf ein Ziel zu bewegen

4) Spielbeschreibung:

Wie im echten Golf wird das Frisbee vom Start weg mit möglichst wenigen Würfeln über ein Mehr-Loch-Feld geworfen. Das Loch können z.B. Körbe oder Reifen sein, in welchen der Frisbee landen muss. Gewonnen hat die Mannschaft mit den wenigsten Würfeln über die gesamte Strecke.

5) Spielfläche:

ganze Halle

6) Spielmaterial:

Frisbee

7) Spielorganisation:

- Schüler vorweg in zwei Mannschaften einteilen
- Reifen als „Löcher“ in der Halle verteilen

8) Zielsetzung:

- SS lernen den Umgang mit der Frisbee Scheibe
- SS lernen zielgerichtetes Werfen

9) Variationen:

Auf Zeit spielen: In einer bestimmten Zeit müssen so viele Löcher wie möglich getroffen werden.

Erdball- Turnier

1) Spielart:

Freizeitspiele

2) Spiel:

Mannschaftsspiel

3) Spielverhalten:

Stoßen

Werfen

Heben

Kicken

4) Spielbeschreibung:

Zwei gleichgroße Mannschaften befinden sich jeweils am Ende des Spielfeldes. Zwischen den Teams, in der Mitte des Spielfeldes befindet sich der Erdball. Mit Stoßen, Werfen, Heben usw. soll der Ball über die gegnerische Ziellinie befördert werden.
-> Punkt

5) Spielfläche:

Volleyballfeld

6) Spielmaterial:

Erdball

7) Spielorganisation:

- Bereitstellen des Spielmaterials
- Erklärung der Spielregeln
- Auswahl zweier, etwa gleich starker Mannschaften

8) Zielsetzung:

- Kooperation, Teamgeist
- Bewegung

9) Variationen:

- Vergrößern bzw. Verkleinern des Spielfelds
- „**Krabben-Variante**“
Jeder Spieler muss sich auf Händen und Füßen mit dem Rücken zum Boden fortbewegen und darf den Erdball nur mit einem Fuß kicken.
- „**Puffer-Variante**“
Die einzige zulässige Kontaktstelle zwischen den Spielern und den Ball ist der Po.

Planetenbahn

1) Spielart:

Freizeitspiele

2) Spiel:

Kooperationsspiel

3) Spielverhalten:

- Bilden einer Kette
- Weiterreichen des Erdballs

4) Spielbeschreibung:

Es werden 2 gleich große Reihen gebildet, die sich mit den Köpfen zueinander auf den Boden legen. Die Hände werden nach oben gestreckt und der Erdball wandert die Reihe entlang. Damit die Erde in Bewegung bleibt, muss man schnell zum anderen Ende der Reihe laufen, sobald sie an den einem vorbei ist und sich wieder auf den Boden legen und den Ball erneut in Empfang nehmen.

5) Spielfläche:

Breite der Halle

6) Spielmaterial:

Erdball

7) Spielorganisation:

- Bereitstellen des Spielmaterials
- Erklärung der Spielregeln
- Bilden von 2 Reihen

8) Zielsetzung:

- Kooperation, Teamgeist
- Bewegung

9) Variationen:

Wettkampf mit 2 Mannschaften und 2 Erdbällen: Welche Reihe ist schneller?

Länge der Halle

Weltraumjagd

1) Spielart:

Freizeitspiele

2) Spiel:

Fangspiel

3) Spielverhalten:

- Beschleunigung des Erdballs
- Fangen
- Einholen

4) Spielbeschreibung:

Zunächst müssen 2 Kreise gebildet werden. Einen großen Kreis, indem die Spieler nach innen schauen und einen einen kleineren Kreis, innerhalb des großen, dessen Spieler nach außen schauen. Dieser Ring bildet die Umlaufbahn der Erde. Ein Spieler geht in die Umlaufbahn, wenn der Erdball auf der gegenüberliegenden Seite des Kreises ist und versucht den Erdball einzuholen. Die Mitspieler in den Kreisen werden versuchen, die Erde so zu beschleunigen, dass er sie plötzlich im Rücken hat.

5) Spielfläche:

Kreis

6) Spielmaterial:

Erdball

7) Spielorganisation:

- Bereitstellen des Spielmaterials
- Erklärung der Spielregeln
- Bilden der Kreise
- Bestimmen des Fängers

8) Zielsetzung:

- Kooperation, Teamgeist
- Bewegung

Schleudersitz

1) Spielart:

Freizeitspiele

2) Spiel:

Reaktionsspiel

3) Spielverhalten:

- Erzeugen von Wellen
- Ausführen der jeweils festgesetzten Aufgabe

4) Spielbeschreibung:

Kinder erzeugen im Stehen mit dem Schwungtuch Wellen. Auf Kommando schwingen alle Spieler das Tuch mit langen Armen gemeinsam hoch, es entsteht ein Schirm. Während des Hochschwingens ruft der Spielleiter einen Monat. Alle Schüler die z.B. im Juni Geburtstag haben rennen zur Fallschirmmitte, setzen sich blitzschnell auf den Boden und stehen ebenso schnell wieder auf. Bis zum Herunterkommen des Schirms muss jeder wieder an seinem Platz sein und sich nahtlos ins Spielgeschehen einreihen, denn beim nächsten Hochschwingen wird ein anderer Monat aufgerufen.

5) Spielfläche:

Kreis

6) Spielmaterial:

Schwungtuch

7) Spielorganisation:

- Bereitstellen des Spielmaterials
- Erklärung der Spielregeln
- Bilden eines Kreises

8) Zielsetzung:

- Kooperation, Teamgeist
- Reaktionsfähigkeit
- Orientierung
- Bewegung

9) Variationen:

- alle Kinder mit blauer Hose
- Vergabe von Nummern
- alle Kinder mit der Nummer 4 ..
- alle Kinder, die am Fallschirm die Farbe blau in den Händen halten
- in Fallschirmmitte: Rückenlage
- Bauchlage...

Tanzende Bälle

1) Spielart:

Freizeitspiele

2) Spiel:

Kooperationsspiel

3) Spielverhalten:

- Rollen des Balles mit dem Tuch
- Herausschleudern der Bälle
- Einsammeln der Bälle

4) Spielbeschreibung:

- a) Ein Ball wird auf dem Tuch hin und her gerollt, er soll nicht herunterfallen.
- b) Ein Ball wird am Rand des Tuches rechts herum bzw. links herum gerollt.
- c) Als Mannschaftsspiel: Die Mannschaften stehen an 2 gegenüberliegenden Schwungtuchseiten. Jede Mannschaft versucht, die auf dem Tuch liegenden Bälle über die gegnerische Mannschaft heraus zu schleudern.
- d) Eine Mannschaft hält das Tuch, die andere verteilt sich im Raum. Die Mannschaft am Tuch versucht nun, die Bälle aus dem Tuch heraus zu schleudern. Die Aufgabe der anderen Mannschaft besteht darin, die Bälle, bevor sie den Erdboden berühren, zu fangen und sie wieder auf das Tuch zurückzuwerfen.

5) Spielfläche:

- **a, b, c:** Kreis
- **d:** Basketballfeld

6) Spielmaterial:

- Schwungtuch
- Gymnastikbälle

7) Spielorganisation:

- Bereitstellen des Spielmaterials
- Erklärung der Spielregeln
- Bilden eines Kreises
- **c, d:** Auswahl zweier, etwa gleich starker Mannschaften

8) Zielsetzung:

- Kooperation, Teamgeist
- Reaktionsfähigkeit
- Orientierung
- Bewegung

9) Variationen:

- Variation in der Anzahl der Bälle
- Variation in der Art der Bälle (Gymnastik-, Tennis-, Volley-, Basketbälle)

Indiaca

1) Spielart:

Freizeitspiel

2) Spiel:

Flugballspiel, Rückschlagspiel

3) Spielverhalten:

Schüler schlagen mit der Handfläche den Indiaca über ein Netz

4) Spielbeschreibung:

Das Spielgerät wird zwischen zwei oder mehreren Spielern hin- und hergeschlagen. Dies kann als Spiel zwischen 2 Partnern, als Spiel im Kreis mit mehreren oder aber auch als „volleyballähnliches Spiel“ über eine Leine oder ein Netz mit zwei Mannschaften und einem festgelegten Spielfeld geschehen.

5) Spielfläche:

Volleyballfeld

6) Spielmaterial:

Indiaca Ball; Leine/Schnur/Netz

7) Spielorganisation:

- Schüler vorweg in zwei Mannschaften einteilen
- Schlagarten erklären
- Netz bzw. Schnur spannen

8) Zielsetzung:

Erlernen eines einfach zu handhabenden und vielseitig verwendbaren Rückschlagspiels, das an fast allen Orten von alt und jung gespielt werden.

9) Variationen:

Indiaca-Tennis: wie oben beschrieben nur dass der Indiaca nicht mit der Hand, sondern mit einem Plastik- oder Holzschläger gespielt wird.

Federball

Ursula Hellinger

1) Spielart:

Freizeitspiele (Frisbee; Indica ..)

2) Spiel:

Flugballspiel

3) Spielverhalten:

Schüler müssen den Federball präzise zu ihrem Partner spielen.

4) Spielbeschreibung:

Zwei Personen stehen sich in einem Abstand von ca. fünf Metern gegenüber und versuchen sich den Federball zuzuspielen, ohne dass er auf den Boden fällt.

5) Spielfläche:

Halle, kleines Fußballfeld, Rasenplatz

6) Spielmaterial:

Federballschläger und Federbälle

7) Spielorganisation:

- Schüler in Zweier-Gruppen einteilen, jeder Schüler erhält einen Schläger und zu zweit einen Federball
- Schlagarten erklären

8) Zielsetzung:

- miteinander spielen
- präzises Zuspielen

Schubkarrenrennen

1) Spielart:

Freizeitspiel

2) Spiel:

Kraftspiel, Partnerspiel

3) Spielverhalten:

Ein Spieler „schiebt“ seinen Partner zum Ziel

4) Spielbeschreibung:

Der vordere Spieler läuft auf den Händen und wird vom Hinteren an den Oberschenkeln gehalten. Die Spieler versuchen dabei schnellst möglich das vorher festgelegte Ziel zu erreichen. Es treten jeweils zwei zweier Teams gegeneinander an.

5) Spielfläche:

Eine vorher festgelegte Strecke

6) Spielmaterial:

Nur bei Variationen erforderlich: Slalomstangen, Sandsäckchen

7) Spielorganisation:

Jeweils zwei gleichstarke Schüler gehen paarweise zusammen

8) Zielsetzung:

Die Schüler entwickeln Team- und Kampfgeist

9) Variationen:

- Die Strecke birgt Hindernisse, die zu umgehen sind (Slalom...)
- Während des Rennens sammeln die Schüler Sandsäckchen, die auf dem Rücken des Vorderen platziert werden.

Platzwechsel

1) Spielart:

Freizeitspiele

2) Spiel:

Platzwechselspiel

3) Spielverhalten:

Wechseln der Plätze

4) Spielbeschreibung:

Kinder erzeugen im Stehen mit dem Schwungtuch Wellen. Auf Kommando schwingen alle Spieler das Tuch mit langen Armen gemeinsam hoch, es entsteht ein Schirm. Während des Hochschwingens ruft der Spielleiter einen Monat. Alle Schüler die z.B. im Juni Geburtstag haben wechseln - unter dem Tuch durch - ihre Plätze, bevor der Schirm wieder herunterfällt.

5) Spielfläche:

Kreis

6) Spielmaterial:

Schwungtuch

7) Spielorganisation:

- Bereitstellen des Spielmaterials
- Erklärung der Spielregeln
- Bilden eines Kreises

8) Zielsetzung:

- Kooperation, Teamgeist
- Reaktionsfähigkeit
- Orientierung
- Bewegung

9) Variationen:

- alle Kinder, die eine blaue Hose anhaben wechseln die Plätze.
- Vergabe von Nummern: Alle Kinder mit der Nummer 4 wechseln die Plätze.
- alle Kinder, die am Fallschirm die Farbe blau in den Händen halten wechseln die Plätze.

Lauf- und Fangspiele

Kettenfangen/Partnerfangen

1) Spielart:

Lauf- und Fangspiele

2) Spiel:

Fangspiel

3) Spielverhalten:

Fangen, Laufen, Orientieren

4) Spielbeschreibung:

- ein Fänger wird ausgewählt
- wird ein Mitschüler gefangen muss er dem Fänger die Hand geben und mit ihm weitere Schüler fangen
- hängen vier Schüler aneinander müssen sich diese trennen und zu zweit weitere Schüler fangen
- das Spiel ist beendet wenn alle Schüler gefangen sind

5) Spielfläche:

variiert je nach Klassenstärke (ganze Halle oder Volleyballfeld)

6) Spielmaterial:

kein Material nötig

7) Spielorganisation:

Die Lehrkraft wählt einen Fänger aus.

8) Zielsetzung:

- Spaß für die ganze Gruppe
- permanentes Laufen aller Schüler

9) Variationen:

mehrere Fänger

Maus, Maus komm heraus

1) Spielart:

Lauf- und Fangspiel

2) Spiel:

Fangspiel

3) Spielverhalten:

Fangen bzw. weglaufen

4) Spielbeschreibung:

- die Schüler bilden einen Kreis
- es werden zwei Schüler ausgewählt, eine Maus und eine Katze
- die Maus steht im Kreis die Katze außerhalb des Kreises, die Katze versucht die Maus zu fangen, dabei darf die Katze den Kreis nicht betreten.
- ist die Maus gefangen werden einen neue Maus und Katze ausgewählt.

5) Spielfläche:

Kreis (je nach Klassenstärke mehrere Kreise)

6) Spielmaterial:

kein Material nötig

7) Spielorganisation:

- Spielregeln erklären
- Schüler einteilen (Kreis, Katze , Maus)

8) Zielsetzung:

- Laufen
- Schnelligkeit
- Reaktionsschulung

9) Variationen:

einsetzen mehrerer Mäuse oder Katzen

Würfelspiel

1) Spielart:

Lauf- und Fangspiel

2) Spiel:

Laufspiel

3) Spielverhalten:

- Laufen verbunden mit Würfelspiel(Staffel)

4) Spielbeschreibung:

- die Schüler bilden gleichgroße Gruppen und stellen sich an einer Seite der Halle auf
- auf der gegenüberliegenden Seite liegen für die Kinder bereit: Blatt mit den 6 Würfelbildern, Stift, Würfel
- beim Startschuss laufen die Ersten jeder Mannschaft los, würfeln am anderen Ende und streichen das Würfelbild durch, das sie erwürfelt haben, laufen zurück und der Nächste startet
- Ziel: alle Würfelbilder sind durchgestrichen (Sieger)

5) Spielfläche:

Halle

6) Spielmaterial:

Blätter mit Würfelbildern, Stifte, Würfel je nach Gruppenzahl

7) Spielorganisation:

- Spielregeln erklären
- Schüler in Gruppen einteilen
- evtl. an Ehrlichkeit appellieren

8) Zielsetzung:

- Laufen
- Schnelligkeit
- Spaß

9) Variationen

- noch mehr Würfelbilder

Zeitschätzläufe

1) Spielart:

Lauf- und Fangspiel

2) Spiel:

Laufspiel

3) Spielverhalten:

Laufen und Zeit schätzen

4) Spielbeschreibung:

- der Lehrer sagt Zeit an, z.B. 1 minute, 2 minuten, 30sek,...
- Schüler laufen frei in der Halle und setzen sich, wenn sie glauben die Zeit sei vorbei
- L lobt diejenigen die richtig geschätzt haben

5) Spielfläche:

Halle

6) Spielmaterial:

Stoppuhr

7) Spielorganisation:

- Spielregeln erklären
- Schüler

8) Zielsetzung:

- Laufen
- schwächere SS stärken
- Zeit kann immer mehr gesteigert werden -> Ausdauer

9) Variationen:

- in Paaren, Gruppen, mit Zusatzaufgaben

Zeitungsläufe

1) Spielart:

Lauf- und Fangspiel

2) Spiel:

Laufspiel

3) Spielverhalten:

Laufen

4) Spielbeschreibung:

- die Schüler bekommen die Aufgabe so schnell mit einer Zeitungsseite vor der Brust zu laufen, dass sie nicht runterfällt
- die Zeitung wird immer kleiner zusammengefaltet

5) Spielfläche:

Halle

6) Spielmaterial:

Zeitung

7) Spielorganisation:

Spiel erklären

8) Zielsetzung:

Laufen

9) Variationen:

andere Körperteile werden benutzt

Geheimer Verfolger

1) Spielart:

Lauf- und Fangspiel

2) Spiel:

Fangspiel

3) Spielverhalten:

- Fangen bzw. weglaufen

4) Spielbeschreibung:

- die Schüler suchen sich einen Mitschüler den sie bei Zuruf des Lehrers fangen wollen und verfolgen diesen geheim.
- bei Zuruf des Lehrers versucht der Schüler seine „Beute“ zu fangen, muss dabei aber aufpassen nicht selbst gefangen zu werden

5) Spielfläche:

Halle

6) Spielmaterial:

kein Material nötig

7) Spielorganisation:

Spielregeln erklären

8) Zielsetzung:

- Laufen
- Schnelligkeit
- Reaktionsschulung

9) Variationen:

verschieden Laufarten, Paarlaufen, etc

Versteinern

1) Spielart:

Lauf- und Fangspiel

2) Spiel:

Fangspiel

3) Spielverhalten:

Fangen bzw. weglaufen

4) Spielbeschreibung:

- die Schüler laufen frei in der Halle
- es werden drei Schüler ausgewählt, die „Feen“ bzw. „Zauberer“

diese besitzen einen Zauberstab, mit dem sie ihre Mitschüler in eine Starre versetzen können

- erlöst werden kann man, indem ein Mitschüler durch die gegrätschten Beine krabbelt

5) Spielfläche:

Halle

6) Spielmaterial:

Zauberstäbe

7) Spielorganisation:

- Spielregeln erklären
- Fänger darauf hinweisen, dass mit dem Zauberstab nicht zu heftig zu attackieren ist

8) Zielsetzung

- Laufen
- Schnelligkeit

9) Variationen:

durch den Zauberstab wird nur der Teil des Körpers versteinert der berührt wurde; dieser Körperteil muss dann mit einer Hand gehalten werden; man darf aber weiterlaufen; bei der dritten Berührung ist man allerdings endgültig versteinert!

Kettenfangen

1) Spielart:

Lauf- und Fangspiel

2) Spiel:

Kettenfangen

3) Spielverhalten:

Fangen, Laufen, Orientieren

4) Spielbeschreibung:

Es werden je nach Klassengröße zwei oder vier Fänger bestimmt, welche sich jeweils zu zweit an den Händen fassen müssen. Die Fänger haben die Aufgabe, ihre Mitschüler abzuschlagen, dürfen aber dabei die Hand ihres Partners nicht loslassen. Wenn ein Mitschüler getroffen wird, ergänzt das dritte Mitglied die Reihe. Hat sich die Fangkette zu vier Personen erweitert, dürfen sich die Pärchen trennen.

Spielende: alle Kinder laufen in einer Kette

5) Spielfläche:

beliebig/ variiert je nach Klassenstärke

6) Spielmaterial:

Es wird kein Material benötigt.

7) Spielorganisation:

Regeln erklären und die Fängerpaare bestimmen.

8) Zielsetzung:

Rücksicht, Reaktion schulen, Schnelligkeit, Laufen
Teamgeist und Taktik bei den Fängern schulen

9) Variationen:

zeitliche Dauer kann durch die Auswahl der Fänger (1 – 3 Paare) vom Lehrer bestimmt werden

Schlangenspiel

1) Spielart:

Lauf- und Fangspiel

2) Spiel:----

3) Spielverhalten:

Teamgeist und Rücksichtnahme der Schüler in einzelnen Gruppen
→ ermöglicht Laufen in Schlange

4) Spielbeschreibung:

- Gruppenbildung von ca. 8-12 Schüler je nach Klassenstärke
- Schüler umfassen Hüfte des Vordermanns aus der Gruppe und bilden Schlange
- vorderste Schüler versucht den hintersten Schüler zu erwischen

5) Spielfläche:

ganze Halle

6) Spielmaterial:

Es wird kein Material benötigt.

7) Spielorganisation:

- Gruppen können von Lehrkraft oder Schüler eingeteilt werden
- sportliche Begabung des Einzelnen spielt keine große Rolle

8) Zielsetzung:

- Spaß für ganze Gruppe
- Zusammenwirken der Schüler um nicht erwischt zu werden

9) Variationen:

- **mehrere Schlangen bilden**

Wettrennen über bestimmte Distanz oder Parcours

- **zwei Schlangen bilden**

abwechselndes gegenseitiges Fangen

10) Anmerkung:

falls „Umtreiber“ in Klasse sind, diese nicht hintereinander stellen

→ zu enger Körperkontakt

Spielkartenlauf

1) Spielart:

Laufspiel

2) Spiel:----

3) Spielverhalten:

- Schüler müssen gute Kondition haben
- Schüler müssen konzentriert bei Sache bleiben(Zu welcher Farbe gehöre ich? Darf ich diese Karte mitnehmen?)

4) Spielbeschreibung:

- Kartenspiel mit Herz, Karo, Kreuz und Pik (2 bis König) auf einer Seite der Halle verdeckt hinlegen
- vier Mannschaften bilden, jede zieht Ass (Herz, Karo, Kreuz, Pik) bei Lehrkraft
- Spielbeginn hinter der Grundlinie der gegenüberliegenden Hallenseite und auf Kommando
- erster Schüler jeder Mannschaft läuft zu Karten, dreht eine um, wenn sie von seiner Farbe ist mitnehmen, andernfalls Karte wieder umdrehen und mit leeren Händen zurück laufen
- nächste Schüler startet los und versucht richtige Karte zu finden
- Ziel: alle Karten seiner Farbe als Erster zu haben

5) Spielfläche:

Je nach Klassenstärke Volleyball- oder Basketballfeld

6) Spielmaterial:

Kartenspiel mit Herz, Karo, Kreuz und Pik

7) Spielorganisation:

- Gruppeneinteilung durch Lehrkraft (schnelle und langsame Schüler mischen)
- Karten gleichmäßig gut durchmischen
- vollständige Spielkarten verteilen

8) Zielsetzung:

Kombination von kurzem Sprint, Abbremsen, Nachdenken, erneuter Sprint

→ Umstellungsfähigkeit

9) Variationen:

• *Rechenaufgabenlauf*

jede Mannschaft bekommt lange Rechenaufgabe an Stelle von Karten (Ass)
gegenüber liegen verdeckt Zahlen, Rechenzeichen und Lösungen

Schüler müssen Einzelteile der Rechnung mit richtiger Lösung suchen und zurück bringen

• *Lernwörterlauf*

Beschreibung s.o. nur mit einzelnen Buchstaben der Lernwörter

10) Anmerkung:

Schüler der ersten und zweiten Klasse kennen evtl. Kartenspiel mit Herz, Karo, Kreuz und Pik noch nicht und haben Unterscheidungsschwierigkeiten

→ Kinderkartenspiele

Teppichfließen – Spiel

1) Spielart:

Lauf- und Fangspiele

2) Spiel: -----

3) Spielverhalten:

- Schnelligkeit
- Kraft
- Sicherer Transport des Mitspielers

4) Spielbeschreibung:

- Schüler werden in 2er-Gruppen eingeteilt. Jedes Paar bekommt ein Seil und eine Teppichfließe.
- Ein Schüler steht vor der Teppichfließe, hat das Seil um den Bauch gelegt und hält es mit den Händen fest.
- Der zweite Schüler sitzt, hockt oder kniet auf der Teppichfließe und hält die beiden Enden des Seils mit den Händen fest.
- Auf ein Signal fangen alle stehenden Schüler an zu laufen und ziehen somit den Partner.
- Ziel ist es möglichst schnell zur Ziellinie zu gelangen. Der Erste der diese erreicht hat gewonnen.

5) Spielfläche:

- Variabel
- z.B. Linie Volleyballfeld, Hallenende

6) Spielmaterial:

- Seil und Teppichfließe

7) Spielorganisation:

2er-Gruppen auswählen

8) Zielsetzung:

- Kraftsteigerung
- Geschicklichkeit
- Teamarbeit/Absprache
- Balance

Feuer, Wasser, Blitz und Sturm

1) Spielart:

Lauf- und Fangspiel

2) Spiel:

Laufspiel

3) Spielverhalten:

Laufen, Orientieren, Reaktion

4) Spielbeschreibung:

Die Spieler laufen zu Beginn in der Halle umher.

Ruft der Spielleiter „Wasser“, müssen die Spieler schnellstmöglich an der Kletterwand hochklettern (wahlweise können Langbänke, kleine Kästen oder Matten in der Halle verteilt werden).

Beim Zuruf „Feuer“ werfen sich die Spieler blitzschnell auf den Boden.

Beim Ruf „Sturm“ laufen die Spieler auf dem kürzesten Weg zu den Stirnseiten der Halle.

Ertönt der Ruf „Blitz“ bleiben alle sofort wie erstarrt stehen.

Zwischendurch laufen die Spieler wieder umher.

5) Spielfläche:

beliebig

6) Spielmaterial:

Es wird kein Material benötigt.

7) Spielorganisation:

Reaktion auf die Zurufe erklären.

8) Zielsetzung:

Laufen, Ausdauer, Reaktion schulen

9) Variationen:

Bei allen Durchgängen scheidet der Letzte jeweils aus.

Fortbewegungsart wechseln (rückwärts laufen, Hopserlauf, auf allen Vieren ...)

„Kaffeeeklatsch“: immer x (je nach Anzahl) Spieler fassen sich an den Händen

„Hundehütte“: ein Spieler grätscht die Beine, ein anderer krabbelt hindurch

„Sonnen“: auf den Rücken legen und sonnen

„Eis“: erstarren

Auch mit Musik möglich.

Nummernlauf (mit Alltagsgegenständen)

Spielart:

Laufspiel, Geschicklichkeitsspiel, Mannschaftsspiel

Spiel:

Nummernlauf mit Alltagsmaterialien

Spielverhalten:

Schüler müssen versuchen mit bestimmten Materialien möglichst schnell um jeweiliges Hütchen zu laufen

Spielbeschreibung:

Vier Mannschaften stehen in je einem Eck der Turnhalle. Gegenüber von jeder Mannschaft wird in gleichem Abstand ein Hütchen aufgestellt. Die Mitglieder der einzelnen Teams werden durchnummeriert. Wird eine Nummer gerufen/gedeutet, muss derjenige der Mannschaft, der die Nummer hat, versuchen am schnellsten um das jeweilige Hütchen zu laufen. Das schnellste Team bekommt einen Punkt. Sieger ist die Mannschaft mit den meisten Punkten.

Spielfläche:

Ganze Halle

Spielmaterial:

Teppichfliesen, Löffel+ Tischtennisbälle, Bierdeckel,...

Spielorganisation:

Erklärung der Regeln und Ziel des Spiels

Auswahl von ca. 4-6 etwa gleichstarken Mannschaften

8) Zielsetzung:

- Schnelligkeit und Geschicklichkeit der Schüler trainieren
- Team- und Kampfgeist stärken

9) Variation:

- Unterschiedliche Laufstrecken
- Unterschiedliche Gruppengrößen
- Hindernisse
- Verschiedene Alltagsmaterialien

Rutschwurm

1) Spielart:

Mannschaftsspiel, Gruppenkampf als Schnelligkeitsspiel

2) Spiel:

Rutschwurm

3) Spielverhalten:

Rutschen auf Teppichfliese

4) Spielbeschreibung:

Es werden verschiedene Mannschaften eingeteilt. Die einzelnen Mitglieder einer Mannschaft sitzen hintereinander als „Wurm“ auf einer Teppichfliese. Sie halten sich jeweils an den Schultern des Vordermannes fest. Die Schüler dürfen sich nur mit den Beinen vorwärtsbewegen. Diejenige Mannschaft, die als erste eine festgelegte Distanz zurückgelegt hat, hat gewonnen.

5) Spielfläche:

Markierung von zwei Linien in beliebigem Abstand

6) Spielmaterial:

Teppichfliesen

7) Spielorganisation:

- Erklärung der Regeln und des Ziels
- Auswahl von mehreren Mannschaften

8) Zielsetzung:

- Schnelligkeit der Schüler trainieren
- Stärkung der Beinmuskulatur
- Teamgeist fördern

Komm mit Lauf weg

1) Spielart:

Laufspiel

2) Spiel:

Lauf- und Fangspiele

3) Spielverhalten:

Fangen, Laufen, Orientieren

4) Spielbeschreibung:

Eine Mannschaft bildet einen großen Kreis. Die Mitspieler stehen mit dem Gesicht zur Kreismitte. Außerhalb des Kreises läuft ein Läufer um den Kreis herum. Er tippt einen Spieler der Kreismannschaft auf den Rücken und ruft entweder „komm mit“ oder „lauf weg“. Der angetippte Spieler muss bei „komm mit“ hinter dem Läufer herlaufen, bei „lauf weg“ in die entgegen gesetzte Richtung laufen. Wer als erster wieder am ehemaligen Platz des Kreisspielers ankommt, darf dort stehen bleiben, der zweite wird zum neuen Läufer.

5) Spielfläche:

beliebig

6) Spielmaterial:

Es wird kein Material benötigt.

7) Spielorganisation:

Einen Läufer bestimmen und einen Kreis aus Schülern bilden.

8) Zielsetzung:

- Laufen, Schnelligkeit
- Reaktion schulen

9) Variationen:

zwei Läufer

Dreibeinlauf

Isabell Wolf

1) Spielart:

Lauf- und Fangspiel

2) Spiel:

Wettlaufspiel

3) Spielverhalten:

- Die Teams (2 Spieler pro Team) laufen los
- Wer als erstes im Ziel ist, hat gewonnen

4) Spielbeschreibung:

- Die Mitspieler tun sich zu zweit zu einem Team zusammen
- Es wird eine Start- und eine Ziellinie festgelegt
- Die Teams sammeln sich an der Startlinie
- Jeder Spieler wird nun mit seinem Partner zusammengebunden, d. h. die beiden stellen sich so nebeneinander, dass sich die beiden Knöchel der Spieler berühren (der rechte Fuß des einen Spielers und der linke Fuß des anderen Spielers)
- Diese Fußknöchel werden mit einem großen Tuche oder Band aneinander gebunden
- Es wird ein Startsignal gegeben

5) Spielfläche:

Eine vorher festgelegte Strecke (z. B. von der roten Linie (Startlinie) bis zur Mittellinie (Ziellinie))

6) Spielmaterial:

Fußbinden (große Tücher, breite Bänder, Seil oder eine dicke Schnur)

7) Spielorganisation:

- Jeweils zwei gleichstarke Schüler gehen paarweise zusammen
- Erklärung der Spielregeln
- Bereitstellen des Spielmaterials
- Strecke festlegen

8) Zielsetzung

- Die Schüler entwickeln Team- und Kampfgeist
- Es kommt beim Dreibeinlauf vor allem darauf an, dass die beiden Teilnehmer ihren Bewegungsablauf koordinieren und auf den Partner Rücksicht nehmen.
- Dabei bestimmt die langsamere Person die Schnelligkeit.

9) Variation

- Eine Variation des Spieles ist die, dass die Spieler jeweils am rechten Fußknöchel zusammengebunden werden
- Das bedeutet, dass einer der beiden Rückwärts laufen muss

10) Anmerkungen:

- Da bei Stürzen sowie beim Umfallen oder Umknicken eine erhöhte Unfallgefahr besteht, ist Dreibeinlauf erst für ein Alter ab etwa 10 Jahren geeignet
- Die Dauer bei Wettlaufspielen von Kindern beträgt etwa drei Minuten

Versteinern

1) Spielart:

Lauf- und Fangspiele (Wettläufe, Staffeln, Platzsuchspiele..)

2) Spiel:

Fangspiel

3) Spielverhalten :

Die Schüler müssen sich im Raum orientieren

Die Schüler müssen den Fänger im Blick haben und ihm entkommen

4) Spielbeschreibung:

Es gibt bei diesem Spiel einen Fänger. Dieser versucht die restlichen Schüler der Klasse zu fangen. Wenn ein Schüler gefangen wurde, muss dieser versteinert stehen bleiben und die Beine spreizen. Andere Nichtfänger können nun durch durchkriechen zwischen den Beinen den Mitspieler wieder „entsteinern“.

5) Spielfläche:

Diese variiert je nach Klassengröße. Es kann die ganze Turnhalle, oder nur ein Teil der Turnhalle verwendet werden.

6) Spielorganisation:

Erklären der Spielregeln

Auswahl des/der Fänger

7) Zielsetzung:

Permanentes Laufen aller Schüler

Auf Dauer Steigerung der Kondition

Steigerung der Koordination und der Auffassungsgabe der Schüler

8) Variationen:

Es können bei großen Schülerzahlen auch mehrere Fänger eingesetzt werden.

Wenn ein Schüler versteinert wurde kann dieser ausscheiden

Atomspiel

1) Spielart:

Lauf- und Fangspiele (Wettläufe, Staffeln, Platzsuchspiele..)

2) Spiel:

Gruppensuchspiel

3) Spielverhalten:

Schüler müssen sich im Raum orientieren

Schüler müssen auf akustischen Reiz aufmerksam werden

4) Spielbeschreibung:

Bei diesem Spiel ist es von Bedeutung eine teilbare Schülerzahl zu haben (z.B. 30 Schüler). Sie bewegen sich im Raum. Auf Zuruf des Lehrers, z.B. 5, müssen sich die Schüler zu 6 Gruppen mit je 5 Mitschülern zusammenfinden.

5) Spielfläche:

Es kann die ganze Halle verwendet werden, damit sich die Schüler auch wirklich im gesamten Raum verteilen können.

6) Spielorganisation:

Erklären der Regeln

Darauf aufmerksam machen, dass sich die Schüler verteilen sollen

7) Zielsetzung:

Schulung der Aufmerksamkeit

Verbessern der auditiven Fähigkeiten

Schulung der Orientierung

8) Variationen:

Es können sich auch Gruppen nach Farbe der Kleidungsstücke, oder nach Haarfarbe etc. zusammenfinden.

Hütchenspiel

1) Spielart:

Lauf- und Fangspiele (Wettläufe, Staffeln, Platzsuchspiele..)

2) Spiel:

Staffelspiel

3) Spielverhalten:

Die Schüler müssen sich im Raum orientieren und aufmerksam beobachten. Zudem dient dieses Spiel als Vorbereitung zum Staffellauf.

4) Spielbeschreibung:

Es werden Hütchen auf einer Hälfte der Turnhalle willkürlich verteilt. Unter einige der Hütchen werden Tennisbälle o.ä. verteilt.

Die Schüler stellen sich in Gruppen auf der anderen Seite der Turnhalle in Reihen auf. Auf Kommando starten die Ersten und suchen sich ein Hütchen aus, unter dem sie einen Ball vermuten. Danach laufen sie zurück zur Gruppe, egal ob sie einen Ball gefunden haben oder nicht. Dieser wird dann in einen Karton hinter der Gruppe gelegt. Anschließend startet der nächste Schüler. Spielende ist, wenn alle Schüler aus einer Gruppe einmal gelaufen sind. Sieger, wer die meisten Bälle gefunden hat.

5) Spielfläche:

Es wird die gesamte Turnhalle benötigt.

6) Spielmaterial:

Es werden Hütchen und Bälle in Anzahl der Schüler benötigt.
Kartonagen als Ballbehältnisse.

7) Spielorganisation:

Erklärung der Spielregeln.

Aufteilung der Klasse in ungefähr gleichstarke Staffelmannschaften.

8) Zielsetzung:

Schulung der Aufmerksamkeit der Schüler.

Laufschulung und Vorbereitung zum Staffellauf.

9) Variationen:

Die Gruppen mehrmals laufen lassen, bis alle Bälle gefunden sind.

Fangen

1) Spielart:

Lauf- und Fangspiele

2) Spiel:

3) Spielverhalten:

Schüler müssen sich im Raum orientieren

Schüler müssen Fänger immer im Blick haben

4) Spielbeschreibung:

Schüler werden aufgeteilt in Fänger und Gefangene

Fänger laufen Mitschülern im angegebenen Feld hinterher mit dem Ziel, sie zu fangen

gefangene Schüler müssen sich hinsetzen und warten, bis das Spiel zu Ende ist

Spielende, wenn alle Schüler gefangen wurden

5) Spielfläche:

variiert je nach Klassenstärke

Volleyballfeld ist sinnvoll

6) Spielmaterial:

Mannschaftsbänder oder Trikots, um Fänger zu kennzeichnen

7) Spielorganisation:

Fänger so auswählen, dass sich Anzahl von leistungsschwachen und leistungsstarken

Schülern die Waage hält

8) Zielsetzung:

permanentes Laufen aller Schüler

Schulung der Taktik und des Teamgeists bei Fängern

9) Variationen:

Versteinern

- gefangener Schüler stellt sich mit gegrätschten Beinen hin
- Befreiung durch Mitschüler der durch Beine grabbelt
- Ziel: alle Schüler gefangen

Reifen Fanger

- drei Reifen liegen hintereinander am Spielfeldrand
- Gefangener stellt sich in den ersten Reifen
- wird 2. Schüler gefangen, rückt der 1. Schüler einen Reifen weiter
- nach drittem Reifen ist Gefangener wieder frei
- Ziel: drei Schüler in den Reifen, Rest gefangen dahinter

Kettenfangen

- ein Schüler ist Fänger
- wird anderer Schüler gefangen, fassen sich beide an den Händen und fangen zu

- zweit
- Ziel: alle Schüler gefangen und bilden eine Kette

10) Anmerkung:

Sieger und Verlierer müssen nicht immer ermittelt werden
Bewegung aller Schüler im Vordergrund

Zombie

1) Spielart:

Laufspiel

2) Spiel:

Wurf- und Treffspiel

3) Spielverhalten:

Schüler müssen sich im Raum orientieren

Schüler müssen Mitschüler immer im Blick haben um nicht getroffen zu werden

4) Spielbeschreibung:

Ein bis drei Soft- oder Gymnastikbälle in die Klasse werfen.

Schüler versuchen Ball zu erhaschen um Mitschüler abzuwerfen und nicht selber getroffen zu werden.

Abgeworfener Schüler muss sich auf Bank setzen.

Schüler darf erst wieder mitspielen, wenn derjenige abgeworfen wurde, von dem er aus dem Spiel befördert wurde.

5) Spielfläche:

je nach Klassenstärke Volleyball- oder Basketballfeld

6) Spielmaterial:

Soft- oder Gymnastikbälle

7) Spielorganisation:

- Lehrkraft muss Schüler verbieten auf Kopf zu werfen
- falls zu viel oder zu wenig Bälle im Spiel sind spontan variieren

8) Zielsetzung:

Werfen der Schüler trainieren

Reaktionsfähigkeit der Schüler verbessern (Ball ausweichen)

9) Variationen:

Zombie mit Aufgaben

- gleiche Spielform wie oben
- abgeworfene Schüler bekommen Aufgabe wie z.B. fünf Strecksprünge, Liegestützen, Situps etc.(variiert je nach Alter der Schüler)

Jägerballzombie

zwei bis vier Jäger mit Ball werden festgelegt

Jäger müssen versuchen alle ihre Mitschüler abzuwerfen
taktisches Verhalten und Teamgeist der Jäger notwendig

10) Anmerkung:

Gymnastikbälle sind auf Grund ihrer Flugphase besser geeignet als Softbälle

Schwarzer Mann

1) Spielart:

Fangspiel

2) Spiel:

Lauf- und Fangspiel

3) Spielverhalten:

Reaktion, Laufen, Fangen, Koordination, Orientierung

4) Spielbeschreibung:

An den Hallenenden wird jeweils eine neutrale Zone bestimmt, welche sich über die Hallenbreite erstreckt

Zu Beginn des Spiels wird auf noch ein Fänger bestimmt. Dieser steht mit dem Gesicht zur Wand und stellt den Mitschülern die Frage „fürchtet ihr den Schwarzen Mann?“. Die Mitschüler antworten „Nein, nein, nein!“. „Wenn er aber kommt?“ „Dann laufen wir davon“ Der Fänger versucht so viele von seinen Mitschülern wie möglich zu fangen. Sind diese aber in der neutralen Zone, dann sind sie sicher vor dem „Schwarzen Mann“

Die gefangenen Schüler werden automatisch auch zum Fänger

Sieger ist derjenige, welcher bis zum Schluss durchhält

5) Spielfläche:

Die ganze Halle

6) Spielmaterial:

Kein Material, außer bei der Variation werden Bänder benötigt

7) Spielorganisation:

Bestimmen der neutralen Zonen, und Bestimmen des Fängers

8) Zielsetzung:

Laufen

Reaktion

Koordination

Schnelligkeit

9) Variation:

- Die Schüler bekommen hinten in die Hose Bänder gesteckt, der Fänger muss versuchen sich diese Bänder anzueignen,
Die Schüler welche ihr Band verloren haben werden automatisch auch zum Fänger
Der Schüler, welcher bis zum Schluss sein Band behält ist Sieger

10) Anmerkung:

Sieger müssen nicht unbedingt ermittelt werden

Bei diesem Spiel steht die Bewegung aller Schüler im Vordergrund

Ist auch ein beliebtes und bekanntes Freizeitspiel, ist aber auch für den Sportunterricht gut geeignet

Partner- und Gruppenkämpfe als Kraftspiele

Abseilen

Chrissi Meier

1) Spielart:

Partner-, Gruppenkämpfe als Kraftspiele

2) Spiel:

Kraftspiel

3) Spielverhalten:

Ziehen

4) Spielbeschreibung:

Mehrere Langbänke - schmale Seite nach oben - werden als etwa 2- 3 m breite Gasse aufgebaut. Drumherum werden genügend Matten gelegt. Pro SpielerInnenpaar werden zwei in der Mitte zusammengeknotete Springseile gebraucht. Jeweils 2 SpielerInnen stehen sich auf den Bänken gegenüber und haben je ein Seilende in der Hand. Auf ein Zeichen, das sich die Gegner dann im Verlauf des Spiels selbst geben, wird versucht, das Seil einzuholen und dabei den Gegner durch Ziehen oder plötzliches Lockerlassen in den „Abgrund“ zu befördern. Wer das Seil verliert bzw. ganz loslässt, gilt ebenfalls als abgestürzt. Für jeden „Absturz“ des Gegners gibt es einen Punkt. Wer nach einer bestimmten Zeit die meisten Punkte gesammelt hat, hat gewonnen.

5) Spielfläche:

Länge: ca. 2- 3 m, Breite: durch die Langbänke begrenzt

6) Spielmaterial:

2 Langbänke, Seile, Matten

7) Spielorganisation:

- Aufbau der Langbänke und Matten, Seile zusammenknoten
- Erklärung der Regeln und Ziel des Spiels
- Auswahl von jeweils zwei etwa gleichstarken Partnern

8) Zielsetzung:

- Ziehen
- Steigerung der Gleichgewichtsfähigkeit

9) Variationen:

Jeweils 2 Schüler bilden eine Mannschaft und können sich dann gegenseitig festhalten und stützen

Tauziehen

1) Spielart:

Partner-, Gruppenkämpfe als Kraftspiele

2) Spiel:

Kraftspiel

3) Spielverhalten:

Ziehen

4) Spielbeschreibung:

Zwei gleichstarke Mannschaften stehen sich in Reihe gegenüber und halten ein in der Mitte gekennzeichnetes Tau (durch Knoten oder Spielband), so dass ein etwa 2 m langer Abstand zwischen den Mannschaften bleibt. Die Spieler jeder Gruppe stehen abwechselnd links und rechts vom Tau. Auf ein Signal hin beginnt das Ziehen. Gewonnen hat die Mannschaft, der es gelingt, die Taumitte über die Spielfeldgrenze zu ziehen.

5) Spielfläche:

Länge: ca. 20 m, Breite hat keine Bedeutung

6) Spielmaterial:

Ein Tau, Ringe (Variante 4), Keulen/Medizinball (Variante 7)

7) Spielorganisation:

- Tau bereitstellen
- Markierung der Spielfeldgrenzen
- Erklärung der Regeln und Ziel
- Auswahl zweier, etwa gleichstarker Mannschaften
- Startsignal

8) Zielsetzung:

Ziehen

9) Variationen:

- Das Tau liegt auf dem Boden und darf erst auf das Startsignal hin zum Ziehen aufgenommen werden.
- Mit Veränderung der Ausgangslage: Sitz-, Bauch-, Rückenlage, Liegestütz, etc.. Auf das Startsignal hin springen die Spieler auf und beginnen zu ziehen.
- Mit Wettlauf: Beide Mannschaften stehen in gleicher Entfernung von den Tauenden hinter einer Linie, jeweils ca. 15 m vom Tauende entfernt. Auf das Startsignal hin laufen sie zum Tau und beginnen sofort mit dem Ziehen, wenn der Schnellste die Markierung auf seiner Seite erreicht hat. Für den Wettlauf kann auch die Fortbewegungsart geändert werden.
- Mit Gegenständen: In einer Entfernung von ca. 2 m liegt für jede Mannschaft ein Ring.

Ziel ist es den Ring vom Boden aufzuheben.

- Mit Bewegungsaufgabe: Die Spieler machen vorher eine Bewegungsaufgabe (Kniebeuge, Liegestütz) und springen dann auf und beginnen mit dem Ziehen.
- Nummerntauziehen: Die Mannschaften zählen ab. Wird eine Nummer aufgerufen, greifen die entsprechenden Spieler nach dem Tau und ziehen.
- Im Viereck oder im Kreis: Vier Spieler erfassen mit einer Hand das an den Enden zusammengebundene Tau und ziehen es zu einem Viereck straff. Auf ein Signal hin beginnt das Ziehen, wobei jeder Spieler versucht, die in einem Abstand von ca. 2m entfernte Keule umzustoßen oder zu ergreifen oder auch einen Medizinball wegzustoßen. An jeder Ecke des Taus kann auch eine kleine Gruppe von ca. 2 bis 4 Spielern ziehen. Die Spieler fassen sich an den Händen oder halten sich um die Hüften. Das gleiche lässt sich im Kreis mit 6 bis 8 Spielern ausführen.

Bank-Medizinball-Wettkampf

1) Spielart:

Partner-, Gruppenkämpfe als Kraftspiele

2) Spiel:

- Wurf- und Fangspiel
- Kraftspiel

3) Spielverhalten:

- Werfen
- Fangen

4) Spielbeschreibung:

Zwei Mannschaften mit jeweils ca. 5 Spielern stehen sich auf einer umgekippten Langbank gegenüber (Abstand der Bänke ca. 5 m). Nur der schmale Streben darf zum stehen benutzt werden, nicht aber die seitliche Befestigung. Ein Medizinball wird nun von Mannschaft zu Mannschaft geworfen/gestoßen, so dass der Spieler der den Medizinball fangen soll möglichst aus dem Gleichgewicht gerät und von der Bank steigen muss. um dies zu verhindern können seine Mitspieler ihn beim Fangen stützen und festhalten. Für jeden „Abstieg“ der gegnerischen Mannschaft gibt es einen Punkt. Wer nach einer bestimmten Zeit die meisten Punkte gesammelt hat ist Sieger.

5) Spielfläche:

Länge: ca. 5 m, Breite: durch die Langbänke begrenzt

6) Spielmaterial:

2 Langbänke, ein Medizinball, Matten

7) Spielorganisation:

- Aufbau der Langbänke und Matten, Medizinball
- Erklärung der Regeln und Ziel des Spiels
- Auswahl zweier etwa gleichstarker Mannschaften

8) Zielsetzung:

- Werfen
- Fangen
- Reaktionsvermögen verbessern

9) Variationen:

Statt einem Medizinball kann auch ein anderer Ball genommen werden.

10) Anmerkungen:

Für Schüler der 1./2. Klasse würde sich ein kleinerer Ball besser eignen.

Die Mühle

1) Spielart:

Partner-, Gruppenkämpfe als Kraftspiele

2) Spiel:

Kraftspiel

3) Spielverhalten:

- Kraft
- Schnelligkeit
- Einholen

4) Spielbeschreibung:

Zwei Spieler begeben sich so in den Liegestütz, dass sie sich genau gegenüber befinden und ihre Fußsohlen fast aneinander stoßen. Auf das Startsignal hin beginnen die Spieler in eine festgelegte Richtung zu stüteln, die Füße bleiben aber in dem markierten Kreis. Ziel jedes Spielers ist es, mit den Händen zuerst wieder an seinem Ausgangspunkt zu sein, der vorher markiert wurde.

5) Spielfläche:

Kreis

6) Spielmaterial:

niedrigerer Bock (Variante 4)

7) Spielorganisation:

- Markierung des Kreises
- Markierung der Ausgangspunkte der Spieler
- Auswahl zweier etwa gleichstarker Spieler

8) Zielsetzung

- Kraft
- Schnelligkeit
- Einholen

9) Variationen

- Vier Spieler befinden sich sternförmig im Liegestütz. Auf das Startsignal hin stützen sie alle in die gleiche Richtung.
- Jeder Spieler hat die Aufgabe den anderen einzuholen und abzuschlagen.
- Als Mannschaftsspiel: Es werden mehrere Mühlen zu zweit oder zu viert gebildet. Sieger ist die Mannschaft, die zuerst eine ganze Umdrehung geschafft hat.
- Mit Bock: Die Füße der Spieler liegen auf einem niedrigen Bock und die Spieler müssen eine Runde darum herum stützen. Dabei können sich die beiden Spieler auch in verschiedene Richtungen bewegen, so dass sie übereinander hinwegsteigen müssen.

Möhrenziehen

1) Spielart:

Partner-, Gruppenkämpfe als Kraftspiele

2) Spiel:

Kraftspiel

3) Spielverhalten:

Ziehen

4) Spielbeschreibung:

Alle Spieler liegen in einem Kreis auf dem Bauch auf dem Boden und halten sich an den Händen („Möhren“). Ein Kind („Gärtner“) versucht, eine Möhre aus dem Boden zu ziehen, indem es einen Mitspieler an den Füßen von den anderen wegzieht. Die anderen Kinder versuchen, dies durch Festhalten zu verhindern.

5) Spielfläche:

Kreis

6) Spielmaterial:

Es wird kein Material benötigt.

7) Spielorganisation:

Die Lehrkraft bestimmt einen „Gärtner“ und fordert die Schüler dazu auf, einen Kreis zu bilden.

8) Zielsetzung:

- Ziehen
- Kraftsteigerung

9) Variationen:

- veränderte Armhaltung der „Möhren“ (z.B. Überkreuzen)
- mehrere „Gärtner“
- „Hai-Fisch“: Zwei Haie, die jeweils nur mit einer Hand ziehen dürfen („Flosse“).

10) Anmerkungen:

Das Spiel eignet sich besonders für die 1. und 2. Jahrgangsstufe.

Liegestützzweikampf

1) Spielart:

Partner-, Gruppenkämpfe als Kraftspiele

2) Spiel:

Kraftspiel

3) Spielverhalten:

- Treffen
- Angreifen

4) Spielbeschreibung:

Zwei Kinder befinden sich im Liegestütz gegenüber. Auf ein Startzeichen hin versuchen sie, dem anderen auf die Hand zu schlagen. Sieger ist derjenige mit den meisten Treffern.

5) Spielfläche:

beliebig

6) Spielmaterial:

Es wird kein Material benötigt.

7) Spielorganisation:

Die Schüler bilden Zweiergruppen.

8) Zielsetzung:

- Reaktionsvermögen verbessern
- Kraftsteigerung

9) Variationen:

Mehrere Schüler „kämpfen“ gleichzeitig gegeneinander.

Rückenschieben/Rückenringen

1) Spielart:

Partner-, Gruppenkämpfe als Kraftspiele

2) Spiel:

Kraftspiel

3) Spielverhalten:

Verdrängen

4) Spielbeschreibung:

Zwei Kinder sitzen Rücken an Rücken auf dem Boden. Beide versuchen, den anderen über dessen Auslinie zu schieben.

5) Spielfläche:

4 – 6 m breite Gasse, die von zwei Auslinien begrenzt wird

6) Spielmaterial:

Es wird kein Material benötigt.

7) Spielorganisation:

Die Schüler bilden Zweiergruppen.

8) Zielsetzung:

- Verdrängen
- Kraftsteigerung

9) Variationen:

Die Gegner sitzen mit eingehakten Armen Rücken an Rücken.

Händedruck

1) Spielart:

Partner-, Gruppenkämpfe als Kraftspiele

2) Spiel:

Kraftspiel

3) Spielverhalten:

- Verdrängen
- Gleichgewicht halten

4) Spielbeschreibung:

Zwei Kinder stehen sich auf einem Bein gegenüber. Auf ein Startzeichen hin drücken sie ihre Handflächen aneinander und versuchen den Gegner aus dem Gleichgewicht zu bringen. Sieger ist derjenige, der sich am längsten auf einem Bein halten kann.

5) Spielfläche:

beliebig

6) Spielmaterial:

Es wird kein Material benötigt.

7) Spielorganisation:

Die Schüler bilden Zweiergruppen.

8) Zielsetzung:

- Gleichgewichtssinn schulen
- Kraftsteigerung

9) Variationen:

10) Anmerkungen:

Die Gegner sollten möglichst gleich groß sein.

Schwebesitzkampf

1) Spielart:

Partner- Gruppenkämpfe als Kraftspiele

2) Spiel:

Gleichgewichtskampf/ Kraftspiel/ Zweikampf

3) Spielverhalten:

Drücken

4) Spielbeschreibung:

Die Schüler gehen paarweise zusammen und begeben sich in den Schwebesitz (Beine und Schultern vom Boden abheben).

Die Fußsohlen werden aneinander gepresst, die Arme vor der Brust oder hinter dem Kopf verschränkt.

Nun wird versucht durch drücken den Partner aus dem Gleichgewicht zu bringen.

Wer als erster den Boden mit den Beinen oder den Schultern berührt hat verloren.

5) Spielfläche:

beliebig

6) Spielmaterial:

kein Material benötigt

7) Spielorganisation:

- Schüler sollen Paare bilden
- Erklärung der Regeln und des Ziels

8) Zielsetzung:

Gleichgewicht halten

Drücken

9) Variation:

Ohne festen Dauerkontakt der Sohlen

10) Anmerkungen:

Eventuell auf Matten da auf manchen Böden Schüler wegrutschen und somit kein Druck aufgebaut werden kann

Kanaldeckelspiel

1) Spielart:

Partner-, Gruppenkämpfe als Kraftspiele

2) Spiel:

Kraftspiel / Zweikampf

3) Spielverhalten:

Ziehen

4) Spielbeschreibung:

Die Schüler gehen paarweise zusammen, pro Paar wird ein Ring benötigt, der als "Kanaldeckel" dient.

Die Partner greifen sich an den Handgelenken, ihre Beine sind außerhalb des Ringes. Nun muss versucht werden den Partner in den Ring zu ziehen.

5) Spielfläche:

beliebig

6) Spielmaterial:

Ringe

7) Spielorganisation:

Ringe in Halle bzw. an Paare verteilen
Schüler sollen Paare bilden

8) Zielsetzung:

Ziehen

9) Variation:

Beide stehen mit mindestens einem Fuß im Ring und müssen nun versuchen den Partner aus dem Ring zu ziehen.

10) Anmerkungen:

Hinweis an Schüler: Kein plötzliches Loslassen, da ansonsten Verletzungsgefahr!

Sinkendes Floß

1) Spielart:

Partner-, Gruppenkämpfe als Kraftspiele

2) Spiel:

Kraftspiel/ Gruppenkampf

3) Spielverhalten:

Ziehen, Drücken, Verdrängen

4) Spielbeschreibung:

Mindestens 5 Schüler befinden sich auf einer Weichbodenmatte, dem "Floß".
Nun versuchen sie sich gegenseitig durch schieben und ziehen vom Floß zu schmeißen.
Wer als letzter übrig bleibt hat gewonnen.

5) Spielfläche:

Weichbodenmatte

6) Spielmaterial:

Weichbodenmatte

Turnmatten

7) Spielorganisation:

Schüler in gleich große Gruppen einteilen, mindesten 5 Schüler pro Gruppe

Weichbodenmatten in Halle verteilen

Turnmatten um Weichbodenmatte herum auslegen um Verletzungen durch Sturz von Weichbodenmatte zu verhindern

8) Zielsetzung:

Ziehen

Schieben

9) Variation:

Wer Matte mit anderen Körperteilen als Fußsohle berührt muss von der Matte.

Mattenrutschen

1) Spielart:

Partner-, Gruppenkämpfe als Kraftspiele

2) Spiel:

Kraftspiel

3) Spielverhalten:

Schieben, Schnelligkeit, Teamfähigkeit

4) Spielbeschreibung:

Zwei möglichst gleichstarke Mannschaften müssen versuchen eine Weichbodenmatte (mit der glatten Seite nach unten) möglichst schnell

auf die andere Hallenseite zu befördern indem sie gleichzeitig oder versetzt anlaufen und auf die Matte springen und diese dadurch nach vorne schieben.

Wer zuerst am andere Ende der Halle ist hat gewonnen.

5) Spielfläche:

Ganze Halle

6) Spielmaterial:

Weichbodenmatten

7) Spielorganisation:

75

Mannschaften bilden
Weichbodenmatten auf einer Hallenseite aufbauen
Regeln und Ziele erklären
Taktikfreiheit erklären

8) Zielsetzung:

Schnelligkeitssteigerung
Angst vor Sprung auf Matte nehmen
Team- und Taktikfähigkeit fördern

10) Anmerkungen:

Anschließend mit Schülern kurz bestes Taktikverhalten erläutern und besprechen

Kontakt- u. Kennenlernspiele

Namenspiel

1) Spielart:

Kontaktspiel

2) Spiel:

Kennenlernspiel

3) Spielverhalten:

- Reaktion
- Orientieren

4) Spielbeschreibung:

Zur geschlagenen Handtrommel oder zu Musik laufen die Kinder im Spielraum bunt durcheinander und achten dabei immer gut auf den Spielleiter. Dieser ruft den Namen eines Schülers, der dann sofort stehen bleiben und sich hinkauern soll. Alle anderen Spieler müssen ebenso rasch um dieses Kind einen Kreis bilden. Wenn die Handtrommel oder Musik weitergeht, löst sich der Kreis wieder und alle laufen bis zum nächsten Namensruf.

5) Spielfläche:

Halle oder Wiese

6) Spielmaterial:

Musik oder Handtrommel

7) Spielorganisation:

Beim Namensruf auf Gerechtigkeit achten → entweder jeden einzelnen Schüler einmal nennen oder bei zu großer Klassenstärke wenigstens genau so viel Mädchen wie Jungen aufrufen

8) Zielsetzung:

- Besseres Kennenlernen der Schüler untereinander
- Reaktion
- Schnelligkeit

9) Variation:

- Nennen von zwei Namen
- Nennen von Anfangsbuchstaben der Namen

Circle the Circle

Steffi Ulbricht

1) Spielart:

Kontaktspiel: Körperkontakt; Kennen lernen

2) Spiel:

Gruppen-/ Klassenspiel

3) Spielverhalten:

- Geschicklichkeit
- Kooperation

4) Spielbeschreibung:

Die Schüler stehen im Kreis und nehmen sich an den Händen. Die Reifen werden gleichmäßig über die Hände der Schüler gehängt. Einer der Reifen sollte markiert sein. Aufgabe ist es die Reifen einmal ganz um die Gruppe herum kreisen zu lassen, ohne dass die Reifen einander berühren, bis der markierte Reifen wieder am Ausgangspunkt ist. Das ganze kann auch auf Zeit gemacht werden.

5) Spielfläche:

Stehkreis

6) Spielmaterial:

halb so viele Reifen wie Schüler

7) Spielorganisation:

Weitertransport der Reifen durch Durchsteigen

8) Zielsetzung:

- Zusammenarbeit
- Absprache
- Geschicklichkeit

Rüben ziehen

Daniela

1) Spielart:

- Kontaktspiele (Körperkontakt; Kennen lernen)
- Spiele für den Abend
- Teamspiele

2) Spiel:

Übergeordnete Spiele

3) Spielbeschreibung:

Ein Schüler ist der Bauer, die anderen liegen zusammengerollt in einem Kreis und sind die Samenkörner.

„Der Bauer sät Rüben. Es beginnt zu regnen (der Bauer tippt den Rüben auf den Rücken), der Wind weht (er streicht ihnen über den Rücken), dann scheint die Sonne wieder. Die Samenkörner bekommen die ersten Wurzeln (die Rüben kletten sich aneinander). Nun sind die Rüben groß genug und der Bauer will sie ernten (er versucht sie an den Füßen herauszuziehen).“ Jede gezogene Rübe hilft dann dem Bauer weitere Rüben zu ernten.

4) Spielorganisation:

- Ein Schüler (bei einer größeren Klasse evtl. auch zwei Schüler) als „Bauer“
- Restliche Schüler als „Rüben“

5) Zielsetzung:

- Zusammenhalt in der Gruppe stärken
- Schüler sollen sich in der Gruppe organisieren

6) Variationen:

Die Schüler hängen nicht nur an den Armen zusammen, sondern auch an Beinen, etc.

Blindenstaffel

1) Spielart:

Teamspiele

2) Spiel:

Übergeordnete Spiele

3) Spielbeschreibung:

Einem Schüler werden mit einem Tuch die Augen verbunden, so dass er „blind“ ist. Er wird dann von einem anderen Schüler an der Hand genommen und mit Hilfe von Richtungsangaben durch einen Hindernisparcour geführt. Dabei muss sich der „blinde“ Schüler gänzlich auf seinen Partner verlassen.

4) Spielmaterial:

- Tücher zum Augen verbinden
- Parcour (Hütchen, Reifen,...)

5) Spielorganisation:

Schüler in Gruppen einteilen

6) Zielsetzung:

- Schüler sollen sich gegenseitig vertrauen
- Schüler lernen, wie man Wege/Richtungen beschreibt
- Schüler erfahren, wie es ist nichts zu sehen

7) Variationen:

Zwei Schüler, die miteinander den Weg mit verbundenen Augen gehen

Dreier-Dream-Team

1) Spielart:

- Spiele für den Abend
- Teamspiele

2) Spiel:

Übergeordnete Spiele

3) Spielbeschreibung:

Drei Schüler bilden einen Kreis, indem sie sich die Arme gegenseitig auf die Schultern legen. Ein am Boden liegender Luftballon oder Ball muss ohne Hände gemeinsam nach oben über die Köpfe der Mannschaft gestupst werden.

4) Spielmaterial:

Luftballon, Softball,...

5) Spielorganisation:

Schüler in 3er-Teams einteilen

6) Zielsetzung:

Schüler lernen miteinander zu sprechen und ein Problem gemeinsam zu lösen.

7) Variationen:

- mehr als 3 Schüler
- den Luftballon über Kopfhöhe halten und sich weiterbewegen

Meterstabheben

1) Spielart:

- Spiele für den Abend
- Teamspiele

2) Spiel:

Übergeordnete Spiele

3) Spielbeschreibung:

Jeder Spieler muss die Hand/die Finger/... am Meterstab haben. Dann muss der Meterstab gehoben/gesenkt/transportiert werden. Jeder Spieler muss am Stab bleiben.

4) Spielmaterial:

pro Team ein Meterstab

5) Spielorganisation:

1 Team oder mehrere Teams (abhängig der Schülerzahl)

6) Zielsetzung:

Schüler sollen lernen miteinander zu sprechen und gemeinsam ein Problem zu lösen.

7) Variationen:

- mit einer Hand, mit mehreren Fingern, mit einem Finger (verschiedene Finger)
- mit einem Fuß
- in einer Reihe, in 2 Reihen parallel zueinander

Bärenaufstand

1) Spielart:

- Spiele für den Abend
- Teamspiele

2) Spiel:

Übergeordnete Spiele

3) Spielbeschreibung:

Zwei Schüler sitzen Rücken an Rücken, mit den Armen eingehakt. Beide müssen gleichzeitig aufstehen.

4) Spielorganisation:

- paarweise
- -etwa gleich starke Partner / ungefähr gleiche Größe

5) Variationen:

3 Schüler Rücken an Rücken

Deckendrehen

1) Spielart:

- Spiele für den Abend
- Teamspiele

2) Spiel:

Übergeordnete Spiele

3) Spielbeschreibung:

Alle Schüler eines Teams stehen auf ihrer Decke. Die Decke muss umgedreht werden, ohne dass die Schüler die Decke verlassen und den Boden berühren.

4) Spielmaterial:

eine Decke pro Team

5) Spielorganisation:

- Schüler werden in zwei Teams eingeteilt
- alle Schüler eines Teams stehen auf je einer Decke

6) Zielsetzung:

- Schüler sollen sich als Team organisieren
- Schüler sollen gemeinsam eine Problemlösung finden
- Schüler sollen als Gruppe zusammenarbeiten

7) Variationen:

- weniger / mehr Schüler pro Team
- Decke zusammenlegen

Transportreihe

1) Spielart:

Teamspiele

2) Spiel:

Übergeordnete Spiele

4) Spielbeschreibung:

Die Schüler sitzen in einer Reihe und müssen einen Ball durchgeben.

6) Spielmaterial:

pro Team ein Ball

7) Spielorganisation:

2 oder mehr Teams in einer Reihe

9) Variationen

- mehrere Bälle
- sitzend, stehend, liegend
- Ball mit Händen weitergeben (seitlich, über Kopf), mit Füßen weitergeben

Krankenträger

1) Spielart:

Teamspiele

2) Spiel:

Übergeordnete Spiele

4) Spielbeschreibung:

Jeweils vier Schüler eines Teams stehen sich gegenüber und fassen sich an den Händen. Der fünfte Schüler setzt oder legt sich auf die Hände der anderen. Er wird dann bis zur nächsten „Krankenstation“ transportiert.

7) Spielorganisation:

Schüler in Teams einteilen (am besten 5 Schüler pro Team)
ungefähr gleichstarke Teams bilden

8) Zielsetzung:

- sich auf sein Team verlassen können
- gemeinsam in der Gruppe eine Aufgabe bewältigen
- sich in der Gruppe absprechen und organisieren

9) Variationen:

Jedes Team muss mit einem Ball auf zwei Stäben eine bestimmte Strecke zurücklegen.

Seilformen

1) Spielart:

- Spiele für den Abend
- Teamspiele

2) Spiel:

- Übergeordnete Spiele

4) Spielbeschreibung:

Alle Spieler haben die Hände am Seil. Mit geschlossenen Augen müssen aus dem Seil Formen gelegt werden, die der Lehrer nennt (Kreis, Viereck, Acht, ...)

:

6) Spielmaterial:

- pro Team ein Seil

7) Spielorganisation:

die Schüler teilen sich in Gruppen ein

8) Zielsetzung

Schüler sollen lernen miteinander zu sprechen und gemeinsam ein Problem zu lösen.

9) Variationen

- Seillänge
- Anzahl der Schüler

Namenspiel

1) Spielart

Kontaktspiel

2) Spiel:

Kennenlernspiel

3) Spielverhalten:

- Reaktion
- Orientieren

4) Spielbeschreibung:

Zur geschlagenen Handtrommel oder zu Musik laufen die Kinder im Spielraum bunt durcheinander und achten dabei immer gut auf den Spielleiter. Dieser ruft den Namen eines Schülers, der dann sofort stehen bleiben und sich hinkauern soll. Alle anderen Spieler müssen ebenso rasch um dieses Kind einen Kreis bilden. Wenn die Handtrommel oder Musik weitergeht, löst sich der Kreis wieder und alle laufen bis zum nächsten Namensruf.

5) Spielfläche:

Halle oder Wiese

6) Spielmaterial:

Musik oder Handtrommel

7) Spielorganisation:

Beim Namensruf auf Gerechtigkeit achten → entweder jeden einzelnen Schüler einmal nennen oder bei zu großer Klassenstärke wenigstens genau so viel Mädchen wie Jungen aufrufen

8) Zielsetzung:

Besseres Kennenlernen der Schüler untereinander

Reaktion

Schnelligkeit

- **Variation**

Nennen von zwei Namen

Aneinander kleben

1) Spielart:

- Kontaktspiele (Körperkontakt; Kennen lernen)
- Teamspiele

2) Spiel:

Übergeordnete Spiele

4) Spielbeschreibung:

Der Lehrer nennt eine Körperstelle. An dieser Körperstelle müssen zwei Schüler „zusammenkleben“ und sich so weiter fortbewegen. Der Lehrer nennt eine weitere Körperstelle. Jetzt müssen sich die 2er-Teams zu 4er-Teams zusammenfinden und zu viert an der genannten Körperstelle „zusammenkleben“ und sich weiterbewegen. Dann wird aus zwei 4er-Teams ein 8er-Team, ...

7) Spielorganisation:

einzelne Schüler finden sich zu immer größeren Gruppen zusammen

8) Zielsetzung:

- für eine Problemstellung gemeinsam eine Lösung finden
- sich in einer großen Schülergruppe geschickt organisieren

Raupe

1) Spielart:

Teamspiele

2) Spiel:

Übergeordnete Spiele

4) Spielbeschreibung:

Jedes Team muss in einer Reihe hintereinander mit den Händen auf den Schultern des Vordermanns gehen. Dabei dürfen nur eine bestimmte Anzahl an Füßen eines Teams den Boden berühren.

7) Spielorganisation

- Schüler bilden zwei oder mehrere Teams
- Lehrer gibt vor, wie viele Füße pro Team den Boden berühren dürfen

8) Zielsetzung:

- Schulung der Reaktionsfähigkeit und Organisationsfähigkeit
- Schüler lernen auch, die Balance zu halten (wird zunehmend schwieriger, je

weniger Füße den Boden berühren dürfen)

9) Variationen:

Welche Gruppe schafft die wenigsten Füße?

Kettenbrecher

1) Spielart:

- Partner-, Gruppenkämpfe als Kraftspiele
- Teamspiele

2) Spiel:

Übergeordnete Spiele

4) Spielbeschreibung:

Zwei Teams stehen sich gegenüber in einer Reihe (an den Händen). Ein Teammitglied versucht die gegnerische Kette zu durchbrechen. Gelingt dies, gehört er zum gegnerischen Team.

7) Spielorganisation:

- Schüler bilden Teams und fassen sich an den Händen
- ein Schüler aus dem Team versucht die gegnerische Mauer zu durchbrechen

8) Zielsetzung:

- Schüler müssen sich in der Gruppe geschickt organisieren
- Schüler müssen als Gruppe zusammenhalten

Knäuel entwirren

1) Spielart:

- Kontaktspiele (Körperkontakt; Kennen lernen)
- Spiele für den Abend
- Teamspiele

2) Spiel:

Übergeordnete Spiele

4) Spielbeschreibung:

Die Schüler gehen herum, wenn sie sich treffen, geben sie sich kurz die Hand. Auf Kommando fassen alle zwei weitere Mitspieler fest an den Händen und lassen nicht mehr los. Dann müssen alle versuchen, das entstandene Knäuel zu entwirren (über Armpaare hinwegsteigen, darunter durchschlüpfen, ...). Zum Schluss muss ein Kreis entstehen. Es darf kein Spieler seinen Nebenmann loslassen!

7) Spielorganisation:

- einzelne Schüler finden sich zu einer immer größer werdenden Gruppe zusammen

- Lehrer gibt Kommandos

8) Zielsetzung

- Schüler sollen zu problemlösendem Denken veranlasst werden
- Schüler sollen lernen auf Mitschüler zu achten (so dass beim Entwirren des Knäuels niemand verletzt wird)

Blinde Acht

1) Spielart:

Teamspiele

2) Spiel:

Übergeordnete Spiele

4) Spielbeschreibung:

Alle schließen die Augen und halten sich an den Händen. Der Lehrer gibt Anweisungen, was sie machen sollen. Sie sollen z.B. zusammen einen Stern / einen Kreis / eine Acht bilden. Haben alle das Gefühl, dass sie fertig sind, besprechen sie das und öffnen die Augen.

7) Spielorganisation:

- alle Schüler bilden einen großen Kreis, fassen sich an den Händen und schließen die Augen
- Lehrer gibt Anweisungen, was die Gruppe tun soll

Zeitungsfessel

1) Spielart:

Teamspiele

2) Spiel:

Übergeordnete Spiele

4) Spielbeschreibung:

In einer aufgerissenen Zeitung werden zwei Spieler gefesselt, die einen Parcours durchlaufen müssen ohne dass die Zeitung zerreisst.

6) Spielmaterial:

Wäscheklammern, Zeitung

7) Spielorganisation:

- Schüler gehen paarweise zusammen
- Parcours aufbauen (Hütchen, Medizinbälle, ...)

8) Zielsetzung:

- Schüler sollen lernen, sich auf einen Partner einzustellen

- Schüler sollen lernen in einem Team Kompromisse einzugehen
- Schüler sollen als Team zusammenarbeiten

9) Variationen:

- Schüler werden mit Wäscheklammern zusammengeheftet

Uhrpendel

1) Spielart:

Kontaktspiele (Körperkontakt; Kennen lernen)

2) Spiel:

- Vertrauensspiel
- Partnerspiel

3) Spielverhalten:

- Körperbeherrschung
- Vertrauen
- Geschicklichkeit

4) Spielbeschreibung:

2 Kinder stehe sich in Schrittstellung gegenüber. Ein drittes Kind stellt sich zwischen beide und macht sich „steif“. Es wird vorsichtig von den beiden anderen Kindern hin und her bewegt und soll dabei seine Körperspannung beibehalten.

5) Spielfläche:

Halle, Wiese

6) Spielmaterial:-----

7) Spielorganisation:

- Kinder sollen ca. gleiche Größe haben, bzw. ähnliches Körpergewicht
- Kinder bewegen das „Pendel“ durch Druck an den Schultern/Schulterblättern
- Das Kind schubst das „Pendel“ mit gestreckten Armen weg und das andere Kind empfängt es ebenso mit gestreckten Armen und winkelt diese daraufhin leicht an um das Pendel abzufedern

8) Variationen:

- Körperspannung
- Konzentration
- Körperbewusstsein
- Sozialkompetenz
- Vertrauen
- taktile Wahrnehmung
- Kooperation

9) Variationen:

Kind pendelt nicht zwischen 2 Mitschülern, sondern in einer Gruppe

10) Wertung: 1

Tausendfüßler

1) Spielart:

Kontaktspiele (Körperkontakt; Kennen lernen)

2) Spiel:

Geschicklichkeit

3) Spielverhalten:

Orientierung

4) Spielbeschreibung:

Alle Kinder stehen mit vorgebeugtem Rumpf und gestreckten Armen und Beinen hintereinander. Der Hintermann umfasst mit den Händen die Fußgelenke seines Vordermannes und stützt sich leicht darauf ab. Die Vorwärtsbewegung erfolgt in Passagen.

5) Spielfläche:

Halle

6) Spielmaterial: -----

7) Spielorganisation:

Kinder müssen sich absprechen wie sie vorgehen sollen.

8) Zielsetzung:

- Kooperation
- Körperbeherrschung
- Geschicklichkeit

9) Variationen:

Fortbewegungen in größeren Teams, bis hin zur ganzen Klasse

10) Wertung: 1

Magnete

1) Spielart:

Kontaktspiele (Körperkontakt; Kennen lernen)

2) Spiel:

- Laufspiel
- Partnerspiel

3) Spielverhalten:

- Frei laufen
- Orientierung

4) Spielbeschreibung:

Alle Kinder laufen zur Musik durch die Halle. Bei Musikstopp nennt der Spielleiter einen Körperteil, der magnetisch ist. z. B. rechter Ellbogen, Rücken, Nase, Po usw. Nun müssen sich schnell Paare finden, die sich an den genannten Körperteilen berühren. Die Körperteile sind so lange magnetisch, bis die Musik wieder einsetzt. Bei der nächsten Magnetbenennung müssen sich wieder andere Paare bilden.

5) Spielfläche:

Halle, Wiese, großer Raum

6) Spielmaterial:

Musik

7) Spielorganisation

den Schülern muss erklärt werden, dass sie bei Musikstopp Aufgaben ausführen sollen

8) Zielsetzung:

- Reaktionsvermögen
- taktile Wahrnehmung
- Sozialkompetenz
- Kooperation
- Schnelligkeit

9) Variationen:

- der genannte Körperteil muss bei Musikstopp den Boden berühren
- Es werden 2 Gruppen gebildet. Jede Gruppe hat einen anderen magnetischen Körperteil (z. B. rechter Arm und linker Fuß). Bei Musikstopp bilden sich dann Paare aus beiden Gruppen.

10) Wertung: 1

Das Atom Spiel (Twister)

1) Spielart:

Kontaktspiele (Körperkontakt; Kennen lernen)

2) Spiel:

Gruppen-/ Klassenspiel

3) Spielverhalten:

- Freilaufen
- Orientieren
- Gruppe finden
- Reaktion auf gestellte Aufgabe

4) Spielbeschreibung:

Mehrere Matten sind in der Halle verteilt und die Schüler laufen umher, halten auf ein akustisches Signal an (Pfeif, Musik, ...) und erhalten bestimmte Aufgaben, z.B. 4er Gruppen finden („Atom 4!“), Matte suchen und Atome bauen („7 Ellenbogen“ -> nur 7 Ellenbogen und keine anderen Körperteile berühren die Matte).

5) Spielfläche:

Halle (Matten)

6) Spielmaterial:

Matten

7) Spielorganisation:

Schüler finden sich selbst in Gruppen zusammen; nach jeder Aufgabe wird weiter gelaufen

8) Zielsetzung:

Zusammenarbeit/ Absprache, Organisation in der Gruppe, Bewegung in Form von Laufen

9) Variationen:

Gruppengröße, Körperteile (auch mehrere zusammen)

Blindenführer (Der Roboter und der Erfinder)

1) Spielart:

Kontaktspiele (Körperkontakt; Kennen lernen)

2) Spiel:

Partnerspiel

3) Spielverhalten:

- Freilaufen
- Orientieren
- Vertrauen des „Blinden“ und gute Lenkung des „Führenden“

4) Spielbeschreibung:

Die Schüler suchen sich frei einen Partner. Ein Partner schließt die Augen, der andere führt den „Blinden“ durch taktile Zeichen sicher zu einem Ziel bzw. in der Halle umher, ohne mit anderen zusammenzustoßen. Danach wechseln die Partner ihre Rollen. Die Anweisungen erfolgen lautlos, durch Berührungen (Rücken= vorwärts, Brust= rückwärts, rechte Schulter= rechts, linke Schulter= links).

5) Spielfläche:

Halle

6) Spielmaterial:

evtl. ein Tuch, um die Augen zu verbinden

8) Zielsetzung:

Vertrauen, Rücksichtnahme, Reaktionsfähigkeit, sammeln von Körpererfahrungen, Orientierung im Raum

9) Variationen:

Tempo, Anweisungen seitenverkehrt oder Berührung an anderen Körperteilen, Fläche verkleinern je nach Schüleranzahl

Rettungsdienst

1) Spielart:

- Kontaktspiele (Körperkontakt; Kennen lernen)
- Laufspiele (Wettläufe, Staffeln, Platzsuchspiele..)
- Kraft- und Gewandtheitsspiele

2) Spiel:

Mannschaftsspiel

3) Spielverhalten:

- Freilaufen
- Orientieren
- Schnelligkeit und sicherer Transport der „Verletzten“

4) Spielbeschreibung:

Zwei gleich starke Mannschaften versuchen ihre „Verletzten“ schnell in Sicherheit zu bringen. 1/3 der Mannschaft sind „Verletzte“ in der Gasse. Auf Signal hin (Pfeif, ...) eilt der gesamte Rettungsdienst zu ihnen hin. Je zwei Spieler tragen ihren „Verunglückten“ sicher zu ihrer Linie zurück ohne ihn auf den Boden zu schleifen. Die Schnelleren haben gewonnen.

5) Spielfläche:

- 15m x 30m oder Basketballfeld (je nach Klassenstärke)
- Ca. 2 m breite Gasse, in der Mitte für „Verletzte“

6) Spielmaterial:

Bänder zur Kennzeichnung der „Verletzten“ jeder Mannschaft

7) Spielorganisation:

- Auswählen von 2 Mannschaften,
- Transportierart

8) Zielsetzung:

- Schnelles Laufen und Lastentragen dienen der körperlichen Kräftigung
- Absprache/ Teamarbeit

9) Variationen:

Mehrere „Retter“ pro „Verletzten“, mehrere Mannschaften, Spielfeld verändern

10) Anmerkungen:

Sicherheit sollte an erster Stelle stehen -> auf Ernstsituationen hinweisen (erzieh. wertvoll)

Der Schmale Pfad

1) Spielart:

Kontaktspiele (Körperkontakt; Kennen lernen)

2) Spiel:

Geschicklichkeits- und Gleichgewichtsspiel

3) Spielverhalten:

- Freilaufen
- Orientieren
- Balance

4) Spielbeschreibung:

Zwei Spieler gehen auf der Turn-/Langbank aneinander vorbei ohne den Pfad zu verlassen.

5) Spielfläche:

Halle (Linien), Bänke

6) Spielmaterial:

Langbänke

7) Spielorganisation:

Immer nur 2 Schüler betreten eine Bank

8) Zielsetzung:

Balance, Geschicklichkeit, Rücksicht, Bewegung

9) Variationen:

- Spiel auf Linien in der Halle statt auf Bänken
- Bank umdrehen (erhöhter Schwierigkeitsgrad)
- Dabei gewisse Dinge (z.B. Bohnensäckchen) auf die andere Seite transportieren

Wie viele Hände?

1) Spielart:

- Kontaktspiele (Körperkontakt; Kennen lernen)

2) Spiel:

- Übergeordnete Spiele

3) Spielverhalten:

- Orientieren

4) Spielbeschreibung:

Je nach Anzahl der Schüler werden diese in zwei oder mehr Gruppen eingeteilt. Pro Gruppe wird eine Person ausgewählt, die sich mit verbundenen Augen auf den Boden legt. Die übrigen Kinder der Gruppen bilden um das liegende Kind einen Kreis. Durch Zeichen vereinbaren sie eine Zahl, die nicht höher sein darf als die Anzahl der im Kreis Sitzenden. Leise legen sie, je nach Vereinbarung, eine bestimmte Anzahl von Händen auf den Liegenden (Tabuzonen absprechen). Dieser muss nun zu erraten versuchen, wie viele Hände auf seinem Körper liegen.

5) Spielfläche:

Boden

6) Spielmaterial:

Augenbinde

7) Spielorganisation:

Einteilung sehr variabel, je nach Anzahl der Kinder

8) Zielsetzung:

Orientierung und Konzentration

9) Variationen:

Statt der Hände kann man z. B. auch Bohnensäckchen verwenden

Pinguine auf der Eisscholle (Zeitungstanz)

1) Spielart:

Kontaktspiele (Körperkontakt; Kennen lernen)

2) Spiel:

- Tanzspiel
- Laufspiel
- Partnerspiel

3) Spielverhalten:

- Orientieren
- Balance

- Geschicklichkeit

4) Spielbeschreibung:

Jedes Paar läuft mit einer Zeitungs-doppelseite in der Halle umher. Wenn die Musik abbricht, wird die Zeitung auf dem Boden ausgebreitet und das Paar stellt sich drauf ohne den Boden ringsherum zu berühren. Danach wird weitergelaufen. Wenn die Musik das nächste Mal stoppt, wird die Zeitung um die Hälfte verkleinert usw. Wer den Boden berührt, scheidet aus.

5) Spielfläche:

Halle, Zeitungen

6) Spielmaterial:

Zeitungen

8) Zielsetzung:

Balance, Geschicklichkeit, Partnerarbeit, Absprache, Rücksicht

9) Variationen:

Mehrere Personen auf einer Zeitung; Zeitverkürzung durch Ausscheiden des jeweils letzten Paares, das als letztes auf der Zeitung steht

Familienzusammenführung

1) Spielart:

Kontaktspiele (Körperkontakt; Kennen lernen)

2) Spiel:

Suchspiel

3) Spielverhalten:

- Orientieren
- „Familie“ suchen mit Hilfe von Mimik/ Gestik/ Laufen

4) Spielbeschreibung:

Jeder Schüler bekommt ein Kärtchen, auf dem ein Tier und dessen Familienposition stehen. Im Verlauf des Spiels muss er nun seine „Familie“ suchen. Durch Mimik, Gestik und Lautäußerungen finden sich jeweils die Tierfamilien zusammen (Vater, Mutter, Kinder).

5) Spielfläche:

Halle

6) Spielmaterial:

Kärtchen

7) Spielorganisation:

Jeder Schüler muss sich Gedanken zu seiner Tierrolle machen und dementsprechend agieren.

8) Zielsetzung:

- Teamfähigkeit
- Offenheit
- Kreativität

9) Variationen:

- Unterschiedliche Aufgaben z.B. Zusammenfinden der Familien, der einzelnen Mitglieder
- Fächerübergreifender Unterricht: Rechenaufgaben oder geometrische Formen auf Kärtchen (gleiche Lösungen finden sich zusammen), „Merkwörter“ auf Kärtchen (nach Wortstämmen/ -familien zusammenfinden)
- normale Familienzusammensetzung, Berufe, Farben

Gordischer Knoten

Katharina Enzinger

1) Spielart:

Kontaktspiele (Körperkontakt; Kennen lernen)

2) Spiel:

- Gruppenspiel
- Klassenspiel

3) Spielverhalten:

- Orientieren
- Geschicklichkeit
- Aufgabe lösen/Logik

4) Spielbeschreibung:

Ein Schüler verlässt den Raum/die Halle. Die anderen Schüler stellen sich im Innenstirnkreis auf und nehmen sich an den Händen. Nun beginnen sie, sich durch Drehen und ähnliche Aktivitäten zu verknoten. Sie können auch über die Arme der Anderen steigen oder unten durch klettern. Wichtig ist dabei, dass sie die Hände nicht loslassen, da es sonst sein kann, dass sich der Knoten nicht lösen lässt. Wenn sie fertig sind rufen sie den Schüler von draußen herein. Dieser muss nun versuchen, den Knoten zu lösen, indem er die einzelnen Schüler dirigiert.

5) Spielfläche:

Halle, Innenstirnkreis

6) Spielmaterial: ----

8) Zielsetzung:

Balance, Geschicklichkeit, Absprache, Rücksicht, Teamarbeit, Körperkontakt

9) Variationen:

- Die Schüler stellen sich in einen Innenstirnkreis. Alle strecken ihre Hände in die Mitte des Kreises und greifen „blind“ nach der Hand eines anderen Schülers bis alle Hände „besetzt“ sind. Nun versuchen alle gemeinsam, den Knoten zu lösen.
- mehrere Kreise: welcher Kreis löst sich schneller auf?

Krabben grabschen

1) Spielart:

Gruppenkämpfe: Jeder gegen jeden.

2) Spiel:

Krabben grabschen

3) Spielverhalten:

- Liegestütz rücklings
- Gleichgewicht

4) Spielbeschreibung:

Alle Schüler befinden sich im Liegestütz rücklings. Nun versuchen die Schüler sich gegenseitig aus dem Gleichgewicht zu bringen. Sobald der Po den Boden berührt scheidet der Schüler aus.

5) Spielfläche

beliebig

6) Spielmaterial: ----

7) Spielorganisation:

- Erklärung der Regeln und Ziel des Spiels

8) Zielsetzung:

- Aufwärmen
- Verbesserung der Stützkraft

Flussüberquerung

1) Spielart:

Gruppenkämpfe: Zwei Gruppen gegeneinander

2) Spiel:

Flussüberquerung

3) Spielverhalten:

- Fortbewegung auch den Teppichfließen
- Gruppendynamik

4) Spielbeschreibung:

Es werden zwei, etwa gleich starke Mannschaften gebildet. Das Ziel des Spieles ist es mit Hilfe der Teppichfließen die gegenüberliegende Hallenwand zu erreichen, ohne dass ein Spieler der jeweiligen Gruppe den Boden (= Fluss) berührt.

5) Spielfläche

Beliebig, jedoch müssen Start- und Ziellinie vorgegeben sein.

6) Spielmaterial:

Pro Schüler eine Teppichfliese und eine zusätzliche pro Gruppe

7) Spielorganisation:

- Erklärung der Regeln und Ziel des Spiels
- Auswahl zweier etwa gleich starker Mannschaften

8) Zielsetzung:

- Stärkung des Klassenzusammenhaltes

9) Variationen:

- Zur Erschwerung können Fliesen“ davonschwimmen, und so das Vorankommen erschweren.

Bäume verpflanzen

1) Spielart:

Gruppenkämpfe

2) Spiel:

Krabben grabschen

3) Spielverhalten:

- Liegestütz rücklings
- Gleichgewicht

4) Spielbeschreibung:

Alle Schüler befinden sich im Liegestütz rücklings. Nun versuchen die Schüler sich gegenseitig aus dem Gleichgewicht zu bringen. Sobald der Po den Boden berührt scheidet der Schüler aus.

5) Spielfläche

beliebig

6) Spielmaterial:

-

7) Spielorganisation:

- Erklärung der Regeln und Ziel des Spiels

8) Zielsetzung:

- Aufwärmen
- Verbesserung der Stützkraft

Kleine Spiele für den Abend

Vanessa Detterbeck und Pia Schneider

Obstsalat

1) Spielart:

Spiele für den Abend

2) Spiel:

Eisbrecher

3) Spielverhalten:

- Schüler wechseln die Plätze

4) Spielbeschreibung:

Spieler sitzen im Kreis und werden in „Früchte eingeteilt (z.B. Apfel, Birne, Banane, usw.) Ein Spieler in der Mitte ruft eine Frucht. Diese „Früchterl“ tauschen ihre Plätze. Der Spieler in der Mitte versucht dabei einen Sitzplatz zu erwischen. Wer keinen Platz erwischt ruft wieder eine Frucht auf. Auf den Ausruf „Obstsalat“ wechseln dann alle Spieler die Plätze. Der Letzte, siehe oben.

5) Spielfläche:

Stuhlkreis

6) Spielmaterial:

Stühle (nicht zwingend notwendig, Teppichfliesen o.ä. können Ersatz bieten)

7) Spielorganisation:

- Erklärung der Regeln
- Schüler sitzen in Kreisform
- Ein Schüler ist in der Mitte

8) Zielsetzung:

- Auflockerung der Stimmung
- Kennenlernen
- Reaktionsfähigkeit verbessern

9) Variationen:

Statt Früchten können auch Geburtsmonate verwendet werden.

Reise nach Jerusalem

1) Spielart:

Spiele für den Abend

2) Spiel:

Kennenlernspiel

3) Spielverhalten:

- Im Kreis bewegen
- Reaktion, nach Musikende

4) Spielbeschreibung:

Stühle im Außenstirnkreis postieren. Die Spieler gehen im Kreis vor den Stühlen bei Musikbegleitung. Wenn die Musik aussetzt, setzt sich jeder auf einen Stuhl. Wer als letzter Teilnehmer sitzt, bekommt einen Minuspunkt.

5) Spielfläche:

Stuhlkreis

6) Spielmaterial:

- Stühle
- Musikanlage

7) Spielorganisation:

- Erklärung der Regeln und Ziel des Spiels
- Stühle im Außenstirnkreis anordnen
- Einen Spielleiter festlegen

8) Zielsetzung:

- Auflockerung der Stimmung
- Kennenlernen
- Reaktionsfähigkeit verbessern

9) Variationen:

Statt des Minuspunktes kann auch ein Stuhl pro Runde entfernt werden.

Blinzeln

1) Spielart:

Spiele für den Abend

2) Spiel:

Eisbrecher

3) Spielverhalten:

Schüler wechseln Plätze

4) Spielbeschreibung:

Die Hälfte der Mitspieler sitzt im Kreis auf Stühlen. Hinter jedem Stuhl steht ein Spieler mit den Händen auf dem Rücken. Ein Stuhl ist leer. Der dahinter Stehende blinzelt einen Sitzenden an. Der springt auf und versucht auf den Stuhl des Blinzlenden zu gelangen. Der Hintermann versucht den Platzwechsel mit den Händen zu verhindern. Wem der Vordermann entwischt, der ist der neue Blinzler.

Nach einiger Zeit tauschen die Stehenden mit den Sitzenden die Plätze.

5) Spielfläche:

Stuhlkreis

6) Spielmaterial:

Stühle (nicht zwingend notwendig)

7) Spielorganisation:

- Erklärung der Regeln
- Schüler sitzen in Kreisform (Hälfte auf Stuhl, Hälfte dahinter)
- Ein Stuhl ist leer

8) Zielsetzung:

- Auflockerung der Stimmung
- Kennenlernen
- Reaktionsfähigkeit verbessern

Rundenrutschen

1) Spielart:

Spiele für den Abend

2) Spiel:

Eisbrecher

3) Spielverhalten:

- Schüler sitzen im Kreis
- Spielleiter ruft Untergruppen auf, Schüler rutschen weiter

4) Spielbeschreibung:

Die Teilnehmer sitzen im Innenstirnkreis und werden in 3 bis 6 Untergruppen (Tiere/ Getränke) eingeteilt. Die Aufgerufenen rutschen einen Sitz (Schoßsitz oder Stuhl) weiter. Welcher Teilnehmer hat zuerst eine Runde zurückgelegt?

5) Spielfläche:

Stuhlkreis oder Sitzkreis

6) Spielmaterial:

kein Material notwendig

7) Spielorganisation:

- Erklärung der Regeln
- Schüler sitzen in Kreisform
- Spielleiter bestimmen

8) Zielsetzung:

- Auflockerung der Stimmung
- Kennenlernen

9) Variationen:

statt Einteilung in Tiere, usw. Verteilen von Spielkarten: Farbe entspricht Untergruppe

Schuhe einsammeln

1) Spielart:

Spiele für den Abend

2) Spiel:

Kennenlernspiel

3) Spielverhalten:

- Schüler ziehen Schuhe aus
- 1-4 Schüler arbeiten mit verbundenen Augen

4) Spielbeschreibung:

Die Schuhe werden ausgezogen und in die Mitte des Kreises gelegt. Einem bis vier Teilnehmern werden die Augen verbunden. Sieger ist, wer die meisten Paare findet.

5) Spielfläche:

Kleine Fläche

6) Spielmaterial:

Schuhe, Augenbinden, evtl. Stühle

7) Spielorganisation:

- Erklärung der Regeln
- Schuhe werden ausgezogen

8) Zielsetzung:

- Auflockerung der Stimmung
- Kennenlernen
- Unterhaltung

9) Variationen:

- weitere Aufgabenstellungen: Möglichst viele Paare unter „seinen“ Stuhl legen
- Seine Schuhe finden
- Mit offenen Augen: Seine Schuhe ohne Hände anziehen

Gordischer Knoten

1) Spielart:

Spiele für den Abend

2) Spiel:

Kennenlernspiel

3) Spielverhalten:

- Teamfähigkeit: Schüler versuchen den Knoten zu lösen

4) Spielbeschreibung:

Schüler stehen eng zusammen und strecken die Arme in die Höhe. Bei geschlossenen Augen sucht jeder Teilnehmer zwei Hände zu erfassen. Wenn alle Hände vergeben sind, werden die Augen wieder geöffnet. Ohne Loslassen der Hände ist das Durcheinander zu lösen.

5) Spielfläche:

Kleines Feld/ Raum

6) Spielmaterial:

Kein Material nötig

7) Spielorganisation:

- Erklärung der Regeln

8) Zielsetzung:

- Auflockerung der Stimmung
- Kennenlernen
- Kooperation/ Teamgeist

9) Variationen:

- bei großen Gruppen: statt einem Kreis, zwei bilden, das Spiel als Wettbewerb spielen

A wie Augsburg

1) Spielart:

Spiele für den Abend

2) Spiel:

Denkspiel

3) Spielverhalten:

- Schüler merken sich Begriffe

4) Spielbeschreibung:

Reihum ist zu buchstabieren und zu jedem Buchstaben eine Stadt (auch Tier oder Pflanze) zu nennen. Der Nächste wiederholt von „A“-nfang und fährt mit dem nächsten „B“-uchstabenbegriff fort.

5) Spielfläche:

Stuhlkreis, Sitzkreis

6) Spielmaterial:

Kein Material notwendig

7) Spielorganisation:

- Erklärung der Regeln
- Schüler sitzen in Kreisform

8) Zielsetzung:

- Auflockerung der Stimmung
- Kennenlernen
- Denken anregen

9) Variationen:

- „Ich packe meinen Koffer“, statt Städten etc. Urlaubskoffer packen

Spiegelspiel

1) Spielart:

Spiele für den Abend

2) Spiel:

Bewegungstheater

3) Spielverhalten:

- Schülerpaare bewegen sich spiegelgleich

4) Spielbeschreibung:

In Gegenüberstellung zu Zweit führt einer zweidimensionale Bewegungen aus, die der Partner spiegelgleich nachvollziehen soll. Die Bewegungen sollten langsam vorgeführt werden.

5) Spielfläche:

Kleine Fläche

6) Spielmaterial:

Kein Material notwendig

7) Spielorganisation:

- Erklärung des Spiels
- Einteilung in 2er Teams

8) Zielsetzung:

- Auflockerung der Stimmung

- Kennenlernen

9) Variationen:

- Später sind auch dreidimensionale Bewegungen möglich.

Rhythmusspiel

1) Spielart:

Spiele für den Abend

2) Spiel:

Rhythmusspiel

3) Spielverhalten:

- Konzentrationsübung
- Rhythmusschulung

4) Spielbeschreibung:

Schüler setzen sich in Kreis auf den Boden / Stühle. Es wird durchgezählt, so dass jedes Kind eine andere Nummer hat die es sich merken muss. In einem 4-er Rhythmus wird zuerst auf die Oberschenkel gepatscht, dann in die Hände geklatscht, mit dem rechten Daumen über die rechte Schulter gezeigt und als letztes mit dem linken Daumen über die linke Schulter nach hinten gezeigt.

Ein Schüler beginnt den Rhythmus und alle Kinder steigen mit ein. Das Kind nennt beim rechten Daumenzeig seine eigene Nummer, beim linken eine Nummer eines anderen Schülers. Dann ist dieser an der Reihe. Zuerst seine eigene Nummer, dann wieder eine andere, ...

5) Spielfläche

Sitzkreis, je nachdem wie viele Kinder es sind auch mehrere Kreise

6) Spielmaterial:

Es wird kein Material benötigt.

7) Spielorganisation:

Die Schüler setzen sich im Sitzkreis. Durchzählen damit jedes Kind eine eigene Nummer hat.

8) Zielsetzungen

- Vorgegebenen Rhythmus einhalten können
- Konzentration auf Spiel

9) Variationen

- Schneller werden im Rhythmus
- 3-er Rhythmus anwenden: Kniepatschen – Hände klatschen – beide Daumen zeigen gleichzeitig nach hinten. Spruchbeispiel: 8 – ruft – 12

Ballonschlagen

1) Spielart:

Mannschaftsspiel

2) Spiel:

Ballonschlagen

3) Spielverhalten:

Reaktion

Schnelligkeit

4) Spielbeschreibung:

Zwei Mannschaften sitzen durch eine Linie getrennt auf dem Boden und bekommen jeweils eine gleiche Anzahl an Luftballons. Sie müssen nun versuchen ohne aufzustehen möglichst viele Bälle auf das gegnerische Feld zu bekommen. Nach einer vereinbarten Zeit wird gezählt welche Mannschaft am wenigsten Bälle auf ihrer Seite hat.

5) Spielfläche

Beliebig, variiert je nach Schülerzahl. Die Fläche sollte allerdings nicht zu groß sein damit die Schüler die Ballons leicht erreichen können.

6) Spielmaterial

Luftballons

7) Spielorganisation

- Die Schüler werden in zwei Mannschaften geteilt. Die Größe der Mannschaft ist egal.
- Je mehr Schüler desto mehr Luftballons
- Vereinbaren einer Mittellinie und Begrenzung der Spielfläche

8) Zielsetzung

- Schulung des Reaktionsvermögens
- Schnelligkeit trainieren
- Mannschaftsgedanke

9) Variationen

- Statt Luftballons Softbälle verwenden

7er-Hopp

1) Spielart:

Denk- und Reaktionsspiel

2) Spiel:

105

7er-Hopp

3) Spielverhalten

- Schnelles Reagieren
- Einmaleinsbeherrschung

4) Spielbeschreibung

Im Sitzkreis wird reihum gezählt. Ist die Zahl jedoch ein Vielfaches von 7 oder kommt die 7 darin direkt vor (z.B. 27) wird stattdessen „Hopp“ gesagt. Nennt der Schüler die Zahl trotzdem, ist er draußen. Dann wird mit dem Zählen wieder von vorne begonnen. Wer bleibt als letztes übrig?

6) Spielfläche

Kreis

7) Spielorganisation

Sitzkreis bilden

Regeln und Ziel des Spiels erklären

8) Zielsetzung

Aufmerksamkeit trainieren

Einmaleins üben

Reaktion

9) Variation

- Mit verschiedenen Zahlen
- Mit mehreren Zahlen gleichzeitig (schwierig!)
- Bei „Hopp“ erfolgt zusätzlich Richtungswechsel

Decke dreh dich

1) Spielart:

Kooperationsspiel, Geschicklichkeitsspiel

2) Spiel:

Decke dreh dich

3) Spielverhalten:

Kooperation

Schnelligkeit

Kreativität

4) Spielbeschreibung:

Gleich große Schülergruppen stehen auf je einer Decke / Tuch / Plane etc. und versuchen auf Kommando die Decke zu wenden ohne dass ein Kind dabei den Boden berührt.

5) Spielfläche:

106

Beliebig – je nach Schülerzahl

6) Spielmaterial:

Decken / Planen / große Tücher / etc -> müssen gleich groß sein

7) Spielorganisation:

- Schüler werden in gleich große Gruppen eingeteilt – je größer die Decken desto mehr Schüler pro Gruppe
- Jede Gruppe bekommt eine Decke
- Erklären der Regeln und des Ziels des Spiels
- Schüler stellen sich auf Decken
- Kommando zum Wenden geben

8) Zielsetzung

Kooperation innerhalb der Gruppe

Schnelligkeit

Kreativität in den Bewegungen

Eiertransport

1) Spielart:

Staffelspiel

2) Spiel:

Eiertransport

3) Spielverhalten:

Schnelligkeit

Balance halten

4) Spielbeschreibung:

Schülergruppen versuchen mit Hilfe eines Löffels, Tischtennisbälle über eine vereinbarte Strecke zu tragen ohne diese zu verlieren. Ist ein Schüler am Ziel angekommen und hat sein „Ei“ sicher in einen Behälter abgelegt läuft er zu seiner Gruppe zurück und übergibt dem nächsten Kind seinen Löffel. Welche Mannschaft hat als erstes alle Bälle sicher transportiert?

5) Spielfläche:

Beliebig

6) Spielmaterial:

- Löffel
- Tischtennisbälle
- Behälter für die Bälle

7) Spielorganisation

- Einteilung der Kinder in gleich große Gruppen

- Erklären der Regeln
- Verteilen der Löffel
- Es werden gleich viele Tischtennisbälle pro Gruppe in die Startbehälter verteilt
- Startkommando geben

8) Zielsetzung

- Schnelligkeit
- Balance halten
- Reaktion

9) Variationen

Die Schüler stellen sich auf der Strecke in vereinbarten, gleich großen Abständen in einer Reihe auf. Jedes Kind bekommt einen Plastikbecher. Die Bälle werden vom Start aus mit dem Becher zum nächsten Schüler geworfen. Dieser versucht ihn wieder mit seinem Becher zu fangen und wirft ihn weiter. Der nächste Ball darf sofort geworfen werden wenn der nachfolgende Schüler bereit ist zum fangen.

Nummerntausch

1) Spielart:

Reaktionsspiel

2) Spiel:

Nummerntausch

3) Spielverhalten:

- Reagieren
- Orientieren
- Laufen

4) Spielbeschreibung:

Die Schüler sitzen im Sitzkreis; jeder Schüler erhält durch Abzählen eine Zahl die es sich merkt. Ein Schüler sitzt in der Mitte und ruft zwei Zahlen. Diese beiden Kinder sollen die Plätze tauschen. Doch auch derjenige in der Mitte versucht einen Platz zu bekommen. Wer keinen Platz bekommt muss als nächstes in die Mitte.

5) Spielfläche:

Kreis

6) Spielmaterial:

Kein Material notwendig

7) Spielorganisation:

- Schüler setzen sich im Kreis zusammen
- Abzählen -> Jedes Kind bekommt andere Nummer
- Ein freiwilliges Kind beginnt in der Mitte

8) Zielsetzung

- Reaktionsvermögen schulen
- Schnelligkeit

9) Variationen

Nicht nur zwei sondern mehrere Zahlen rufen

Flaschentransport

1) Spielart:

Geschicklichkeitsspiel

2) Spiel:

Flaschentransport

3) Spielverhalten:

Annahme und Weitergabe

4) Spielbeschreibung:

Schüler versuchen in mehreren Kreisen (mind. 2; je nach Anzahl der Schüler) um die Wette eine Plastikflasche nur mit den Füßen weiterzugeben ohne dass sie herunterfällt. Wo ist die Flasche als erstes wieder am Start angekommen?

5) Spielfläche:

Kreis

6) Spielmaterial:

Plastikflaschen

7) Spielorganisation:

- Aufteilen der Kinder in gleich große Gruppen
- Bilden von Sitzkreisen
- Erklären der Regeln und Ziel des Spiels
- Startkommando geben

8) Zielsetzung:

- Geschicklichkeit
- Bewegungsübung
- Grobmotorik verbessern
- Kooperationsverhalten
- Schnelligkeit

9) Variationen:

- Mit mehreren Flaschen
- Andere Gegenstände verwenden (z.B. Zeitung, Bälle, ...)

Spielreihe Fußball

Double-Trouble

Uli Hüsser

1) Spielart:

Spielreihe Fußball

2) Spiel:

Fußball

3) Spielverhalten:

- Orientieren
- Dribbeln
- Passen
- Freilaufen
- Torschuss
- Angriff und Verteidigung

4) Spielbeschreibung:

Bei diesem Spiel treten zwei Mannschaften gegeneinander an. Es wird Fußball gespielt, als Tore dienen zwei Matten an den Stirnseiten der Halle. Die Mannschaften sollten aus 6 bis 10 Spielern bestehen. Es ist darauf zu achten, dass die Summe der Spieler eines Teams immer eine gerade Zahl ist, denn während des Spiels finden sich die Spieler zu Pärchen zusammen und müssen sich an der Hand halten. Die Pärchen bestehen dabei immer aus Spielern einer Mannschaft.

5) Spielfläche:

ganze Halle, an der Wand wird mit Bande gespielt

6) Spielmaterial:

- 1 Ball
- evtl. Bänder oder Leibchen um die Mannschaften zu kennzeichnen

7) Spielorganisation:

- Erklärung der Regeln und Ziel des Spiels
- Auswahl zweier, etwa gleichstarker Mannschaften

8) Zielsetzung:

Bei diesem Spiel soll Fußball mit einer Variation gespielt werden – die Spiele müssen sich an der Hand fassen. Dies bringt eine humorvolle Note ins Spiel, ist aber für fortgeschrittene Spieler durchaus auch herausfordernd. Durch nicht zu große Mannschaften und ein Absinken des Niveaus durch das Händchenhalten wird das Spiel auch für weniger geübte Spieler attraktiv.

9) Variation:

Denkbar ist es, die Paare sich nicht nur an den Händen halten zu lassen, sondern sie z.B. am Fuß aneinander zu binden. Auf diese Weise ist noch mehr Teamwork und Kommunikation nötig.

Farbendribbeln

Felix Schmutzler

1) Spielart:

Spielreihe Fußball

2) Spiel:

Fußball

3) Spielverhalten:

- Orientieren
- Reagieren
- Dribbeln

4) Spielbeschreibung:

Jeder Spieler hat einen Ball und dribbelt damit in einem Hütchenviereck in der Mitte der Halle. Die Größe des Vierecks sollte dabei der Spieleranzahl angepasst werden, wobei gilt: je kleiner das Hütchenviereck, desto schwerer das Dribbeln. Die Spieler dribbeln nun durcheinander und der Spielleiter (Lehrer) achtet auf die korrekte Ausführung des Dribbelns sowie auf das Lösen des Blickes vom Ball. Der Spielleiter kann nun zwischen den 4 Kommandos rot, grün, gelb oder blau auswählen. Jede Hallenseite entspricht dabei einer dieser Farben und wird durch entsprechendes Hütchen markiert. Nach Ausrufen eines Kommandos müssen sich alle Spieler so schnell wie möglich mit Ball zu der aufgerufenen Farbe (bzw. Seite) begeben. Der Spieler der als erster an der Wand abschlägt wird für den nächsten Durchgang neuer Spielleiter.

5) Spielfläche:

ganze oder halbe Halle mit Hütchenviereck in der Mitte

6) Spielmaterial:

- Bälle (so viele wie Spieler vorhanden)
- 8 Hütchen

7) Spielorganisation:

- Hütchenviereck in der Mitte der Halle markieren
- 4 verschiedenfarbige Hütchen den 4 Hallenseiten zuordnen

8) Zielsetzung:

- Erlernen verschiedener Formen des Dribbelns (siehe Variationen)
- Blick vom Ball lösen

9) Variationen:

- gegenüberliegende Farben vertauschen (z.B. „wenn ich rot sage, meine ich grün....“)
- verschiedene Arten des Dribbelns: z.B. nur mit der Innenseite beider Füße, nur mit der Aussenseite beider Füße, Ball mit der Sohle ziehen mit beiden Füßen,....

Feuer & Wasser – Dribbling

1) Spielart:

Spielreihe Fußball

2) Spiel:

Fußball

3) Spielverhalten:

Dribbling

4) Spielbeschreibung:

Die Spieler dribbeln durcheinander und führen auf Zuruf des Trainers verschiedene Aufgaben aus:

Kommando	Aufgabe
Feuer	Flaches Hinlegen mit Ball
Wasser	Spieler darf mit keinem Körperteil den Boden berühren und der Ball muss in Sicherheit sein (in die Hand nehmen,...)
Nordpol	In Richtung Nordpol (Schild) dribbeln
Südpol	In Richtung Südpol (Schild) dribbeln

5) Spielfläche:

gesamte Halle (ein Basketballfeld)

6) Spielmaterial:

Für jedes Kind einen Fußball, Schilder (Nordpol/Südpol, oder es wird vorher ausgemacht wo die beiden Pole sind)

7) Spielorganisation:

Erklärung der Regeln, Ziel und Sinn des Spiels

8) Zielsetzung:

Dribbling, Koordination, Reaktionsbereitschaft

9) Variation:

- Es können noch mehr bzw. andere Kommandos und Aufgaben ausgemacht werden.
z.B.: Stein – auf den Ball setzen,...
- Nicht nur Fußbälle sondern auch Softbälle können verwendet werden

10) Anmerkung:

Es sollte darauf geachtet werden, dass die Kinder den Ball mit dem Fuß stoppen und nicht mit der Hand.

Nummernlauf

1) Spielart:

Spielreihe Fußball

2) Spiel:

Fußball

3) Spielverhalten:

Dribbling, Torschuss

4) Spielbeschreibung:

Die Klasse wird in zwei gleichgroße Gruppen geteilt. Jede Gruppe steht in der Reihe an der Längswand. Auf der anderen Seite ist für jede Gruppe ein Tor in Form eines umgekippten Kastens aufgestellt. Vor diesem Tor befindet sich in einem Abstand von ca. acht Metern ein Hütchentor. Auf Zuruf einer Nummer dribbeln die betreffenden Spieler in schnellstmöglichem Tempo durch das Hütchentor und geben danach sofort einen Torschuss ab. Der erste Torschütze erhält zwei Punkte, der zweite keinen Punkt.

5) Spielfläche:

ganze Halle (Basketballfeld)

6) Spielmaterial:

6 Hütchen, 2 Kastenteile, mehrere Fußbälle

7) Spielorganisation:

Einteilung der Klasse in zwei Teams und deren Nummerierung
Erklärung der Spielregeln und Ziel der Übung

8) Zielsetzung:

Schnelles Dribbling, Reaktionsbereitschaft, gezieltes Schießen

9) Variation:

- bei großen Klassen können mehrer Teams gebildet werden
- anstatt Nummern könnten auch Buchstaben oder Tiernamen verwendet werden
- um noch mehr Bewegung für alle Spieler zu erreichen, könnten anstatt Reihen zu bilden, alle Spieler in einem abgesteckten Rechteck durcheinander dribbeln. Trotzdem erhalten jeweils zwei Spieler die gleiche Nummer zugeteilt. Auf Zuruf einer Nummer dribbeln die beiden entsprechenden Spieler durch ihre Hütchentore und geben danach sofort einen Torschuss ab.

1) Spielart:

Spielreihe Fußball

2) Spiel:

Fußball

3) Spielverhalten:

Dribbling

4) Spielbeschreibung:

Alle Spieler starten gleichzeitig mit Ball von einer Hallenwand zur anderen und versuchen, diese zu erreichen. Ein Spieler mit Ball (bzw. ohne Ball) steht allen anderen Spielern an der anderen Wand gegenüber und versucht, die auf ihn zulaufenden Spieler zu fangen (bzw. deren Ball zu erobern). Alle Gefangenen (bzw. alle, deren Ball erobert wurde) werden nun auch zum „schwarzen Mann“.

Das Spiel ist vorbei, wenn alle Spieler zum Team des „schwarzen Mannes“ gehören.

5) Spielfläche:

Gesamte Halle (Basketballfeld)

6) Spielmaterial:

Für jeden Schüler einen Fußball

7) Spielorganisation:

schwarzen Mann festlegen, Erklärung der Regeln, Ziel und Sinn des Spiels

8) Zielsetzung:

Dribbling

9) Variation:

- Auch hier können verschiedene Ballarten verwendet werden, wie z.B. der Softball
- Auch könnte im Krebsgang (Bauch zeigt nach oben) gelaufen werden (mit oder ohne Ball)
- Schwarzer Mann = Fischer
Fischer gibt an wie über das Wasser gekommen werden kann: auf linken oder rechten Bein (Ball ist dabei in der Hand), rückwärts dribbelnd, nur mit linken Fuß den Ball dribbeln, nur mit rechten Fuß...
Zuerst ruft die Klasse: „Fischer, Fischer, wie tief ist das Wasser?“. Fischer antwortet: „30m tief!“ Die Kinder rufen dann: „Fischer, Fischer, wie kommen wir über das Wasser?“. Fischer darf sich dann überlegen wie gelaufen werden muss, aber er muss genauso laufen. Die Gefangenen werden ebenfalls Fänger und gehören somit zum Team des Fischers.

Mutiger Dribbler/Hasenjagd:

1) Spielart:

Spielreihe Fußball

2) Spiel:

Fußball

3) Spielverhalten:

Dribbling, genaues Schießen

4) Spielbeschreibung:

Jeweils ein Spieler dribbelt durch eine Gasse, die von einer Gruppe gebildet wird. Jeder Spieler dieser Gruppe hat einen Ball. Der Dribbler versucht ohne Ballverlust durch die Gasse zu dribbeln. Diejenigen, die die Gasse bilden, versuchen den Ball des dribbelnden Spielers "abzuschießen". Der dribbelnde Spieler darf durch Finten, schnelles Ausweichen oder durch Stoppen versuchen, den geschossenen Bällen auszuweichen.

Achtung: Nur flach geschossene Bälle sind erlaubt, kein Spieler darf die Gasse betreten, es müssen genügend Bälle vorhanden sein, jeder Spieler hat nur einen "Abschuss".

5) Spielfläche:

In etwa halbes Basketballfeld

6) Spielmaterial:

Für jeden Schüler einen Fußball

7) Spielorganisation:

Einteilung der Klasse in zwei Gruppen, Erklärung der Regeln, Ziel und Sinn des Spiels

8) Zielsetzung:

Dribbling, genaues Schießen

9) Variation:

- Anstatt dem Fußball kann hier auch auf den Softball (oder ähnliche Bälle) zurückgegriffen werden.
- An einer Wand werden mehrere Kästen in einem Abstand von ca. 3 Metern zueinander und 2 m zur Hallenwand aufgestellt. Eine der beiden Mannschaften steht an der gegenüberliegenden Wand und hat ausreichend Bälle zur Verfügung. Sie versucht den Ball des dribbelnden Schülers abzuschießen. Die andere Mannschaft versucht also die Strecke hinter den Kästen zu durchlaufen (dribbelnd mit Ball). Die Kästen dienen dabei zum Schutz der Spieler. Um das Spiel zu beschleunigen, kann man die Zeit, die die Spieler hinter den Kästen verbringen dürfen, z. B. auf 2 Sekunden pro Spieler begrenzen. Haben alle Spieler die Strecke durchlaufen, so werden die Aufgaben getauscht.

Spielreihe Fußball

Königsball

(Christoph Nordhausen)

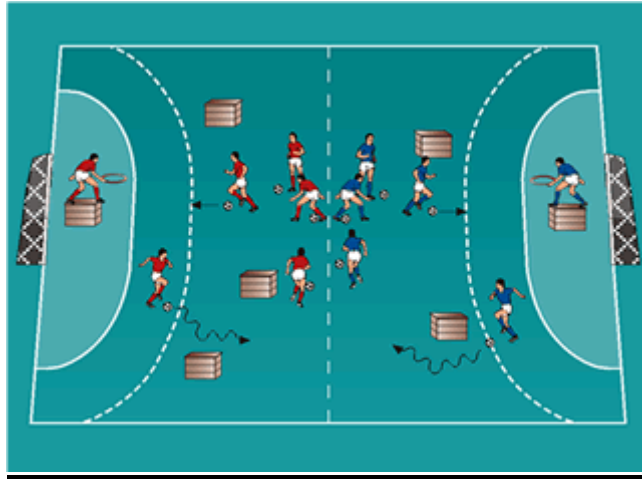


Abb. 1: „Königsball“. vgl.: www.dfb.de

1) Spielart:

Spielreihe Fußball

2) Spiel

Fußball

3) Spielverhalten:

Dribbeln
Orientieren
Schießen

4) Spielbeschreibung:

Die Spieler führen den Ball in Richtung Kasten und Reifen und versuchen, ihn durch den Reifen des Mitspielers zu schießen. Dazu nehmen sie ihren Ball auf und schießen ihn aus der Hand. Die Spieler sollen von außerhalb des Wurfkreises schießen. Die Spieler auf den Kästen (die "Königsspieler") dürfen den Reifen bewegen. Treffer zählen nur, wenn die "Königsspieler" ihren Kasten beim Schuss nicht verlassen müssen. Nach jedem Schuss Dribbling zur anderen Seite, ohne auf dem Weg einen Kasten zu berühren.

5) Spielfläche:

ganze Halle

6) Spielmaterial:

mehrere kleine Kästen
zwei Reifen
so viele Hallenfußbälle wie Spieler

7) Spielorganisation:

- eine Halle als Übungsraum
- vor den Stirnseiten der Halle steht je 1 kleiner Kasten
- auf dem Kasten befindet sich jeweils 1 Spieler mit einem Reifen in der Hand

- die Gruppe in 2 Mannschaften teilen, jeder Spieler mit Ball
- zusätzlich in der Halle einige Kästen frei verteilen

8) Zielsetzung:

Dribbeln

Schießen

9) Variationen:

- den Ball aus dem Dribbeln durch den Ring schießen
- den Ball prellen und durch den Reifen werfen (Volleyball / Handball)
- auf dem Weg von einer zur anderen Hallenseite mindestens 2 Kästen komplett umdribbeln

Fussball - Dribbeln

1) Spielart:

Spielreihe Fußball

2) Spiel:

Fußball

3) Spielverhalten:

Dribbling

4) Spielbeschreibung:

Die Spieler bewegen sich frei im Raum. Begegnen sich zwei Spieler, begrüßen sie sich freundlich mit kurzem Handschlag oder durch "Abklatschen".

5) Spielfläche:

Halbes Basketballfeld

6) Spielmaterial:

Für jeden Schüler einen Fußball

7) Spielorganisation:

Erklärung der Regeln, Ziel und Sinn des Spiels

8) Zielsetzung:

Kennen lernen, Dribbling

9) Variation:

- Hier können alle Arten von Bällen eingesetzt werden vom Softball, über den Tennisball bis zum Fußball (es sollte an das Können der Schüler angepasst sein; fördert die koordinativen Aspekte)
- Begrüßung mit Verbeugung, Hofknicks, angedeutetes Küsschen uvm.
- Erhöhen des Lauf tempos

Figuren bauen

1) Spielart:

Spielreihe Fußball

2) Spiel:

Fußball

3) Spielverhalten:

Dribbling

4) Spielbeschreibung:

Auf Kommando des Lehrers starten die Kinder dribbelnd über eine Linie auf die andere Hallenseite. Das Kommando ist dabei immer der Hinweis auf eine Figur. Erreichen die Kinder die ausgesuchte Endlinie, versuchen sie mit den Bällen (Pixeln) die geforderte Figur darzustellen. Je größer die Gruppe, desto höher die Anzahl der Pixel und die Qualität des Bildes. Auch die Fläche der Figur sollte bedeckt sein.

Figuren-Beispiele: Kreis, Rechteck, Fragezeichen, Tor, Eckfahne, Schiedsrichterpfiffe, Namen,...

5) Spielfläche:

Gesamte Halle

6) Spielmaterial:

Für jeden Schüler einen Fußball

7) Spielorganisation:

Erklärung der Regeln, Ziel und Sinn des Spiels

8) Zielsetzung:

Dribbling, Planung, Organisation, Kommunikation in einer Klasse.

9) Variation:

Zwei Teams spielen gegeneinander. Das Team, welches am schnellsten die Figur und zugleich die schönste hat, hat gewonnen.

„Spiel nach eigenen Regeln“

1) Spielart:

Spielreihe Fußball

2) Spiel:

Fußball

3) Spielverhalten:

Passen, Dribbeln, Stellen,...

4) Spielbeschreibung:

Zwei gleichgroße Mannschaften spielen auf 2 Tore mit Torwart. Es beginnt mit freiem Spiel. Nun darf jede der Mannschaften nach eigener Torerzielung eine Regel für die jeweils andere Mannschaft aufstellen, die bis zum nächsten Torerfolg Bestand hat.

Optimal wäre es natürlich, wenn es sich dabei um fußballerisch sinnvolle Regeln

handelt (z.B. Torerzielung nur per Kopf, gesamtes Spiel mit einem Ballkontakt, Spielen nur mit dem linken Fuß etc.). Erzielt also Mannschaft A ein Tor, legt sie für Mannschaft B eine Regel fest und hat selber weiterhin freies Spiel.

Erzielt nun B ein Tor, wird eine Regel für A festgelegt. Die Einschränkung für B hat aber weiter Bestand.

Bei jeder weiteren Torerzielung verliert die alte Regel die Gültigkeit und eine andere Erschwernis muss festgelegt werden.

5) Spielfläche:

Gesamte Halle

6) Spielmaterial:

1 Fußball, Laiblerl

7) Spielorganisation:

Zwei Teams bilden, Erklärung der Regeln, Ziel und Sinn des Spiels

8) Zielsetzung:

Übung zum Zusammenspiel

9) Variation:

Es könnten auch unsinnige Regeln aufgestellt werden, z.B.: Lauft immer Paarweise, ein Tor kann auch von Hinten erzielt werden,...

Kegelfußball

Cornelia Haidn

1) Spielart:

- Ballspiele

2) Spiel:

- Fußball

3) Spielverhalten:

- Verteidigen
- Angreifen
- Freilaufen
- Orientieren
- Anbieten

4) Spielbeschreibung:

- Vier Mannschaften erhalten jeweils ca. 5 Kegel, die sie dann in einer Ecke verteilen. Jede Mannschaft muss somit seine Ecke bzw. seine 5 Kegel verteidigen. Gleichzeitig versucht aber jede Mannschaft die Kegel der anderen Mannschaften umzuschießen.

5) Spielfläche:

- ganze Halle

6) Spielmaterial:

- Kegel
- Fußball bzw. Gymnastikball o.ä.

7) Spielorganisation:

- 4 Mannschaften verteilen sich in den Ecken und stellen ihre 5 Kegel auf

8) Zielsetzung:

- Kegel der gegnerischen Mannschaft umzuschießen
- Die eigenen Kegel verteidigen

9) Variation:

- mehrere Bälle

10) Anmerkungen:

- Bewertung: grün
- wenig Aufwand

Brückenwächter

1) Spielart:

Spielreihe Fußball

2) Spiel:

Fußball

3) Spielverhalten:

- Orientieren
- Dribbeln
- Verteidigung des eigenen Balls

4) Spielbeschreibung:

Die Spieler haben jeder einen Ball und stehen an der Breitseite des Spielfelds. In der Mitte des Feldes wird eine etwa fünf Meter breite Brücke durch zwei Linien (Hütchen) markiert, die von zwei bis drei „Brückenwächtern“ bewacht wird. Die Spieler versuchen, über die Brücke zur anderen Breitseite zu dribbeln, ohne dass die „Brückenwächter“ ihnen den Ball abjagen. Wer seinen Ball verliert wird zum neuen „Brückenwächter“, der bisherige dribbelt nun mit.

5) Spielfläche:

ganze Halle mit einer etwa drei bis fünf meterbreiten Zone als „Brücke“ in der Mitte

6) Spielmaterial:

- 4 Hütchen

- Volleybälle, Gymnastikbälle, Hallenfußbälle

7) Spielorganisation:

- Zone in der Mitte mit Hütchen als „Brücke“ markieren
- drei bis vier „Brückenwächter“

8) Zielsetzung:

Dribbeln

9) Variation:

wie oben, jedoch knien die Brückenwächter und versuchen als Torhüter den Ball zu bekommen

→ Ziel: Dribbeln und Torwartspiel

Hütchenabschuss

1) Spielart:

Spielreihe Fußball

2) Spiel:

Fußball

3) Spielverhalten:

Treffen

4) Spielbeschreibung:

Mehrere Gruppen mit jeweils 5-8 Spielern spielen um die Wette. An den Grundlinien des Basketballfeldes werden jeweils fünf Hütchen nebeneinander aufgestellt. Jede Gruppe befindet sich in ihrer Spielfeldhälfte. Nun versucht jede Gruppe möglichst viele Hütchen in einer vorgegebenen Zeit umzuschießen, dabei dürfen die Spieler jedoch nicht die Dreierlinie übertreten. Die Gruppe, die nach der abgelaufenen Zeit die meisten Hütchen umgeschossen hat, hat gewonnen.

5) Spielfläche:

pro Gruppe ein halbes Basketballfeld

6) Spielmaterial:

- so viele Hallenfußbälle wie Gruppen
- pro Gruppe 5 Hütchen

7) Spielorganisation:

- 2 Mannschaften
- Hütchen an der Grundlinie des Basketballfeldes

8) Zielsetzung:

gezielter Schuss

9) Variationen:

- Verwendung von mehr Hütchen und mehr Bällen

- bevor ein gezielter Schuss auf die Hütchen erfolgt, zuerst zu einem Mitspieler passen
- Zwei Gruppen spielen gegeneinander, d.h. sie versuchen möglichst viele eigene Hütchen umzuschießen und müssen zusätzlich aufpassen, dass ihr Gegner keine eigenen Hütchen umschießt

Mattenfußball

1) Spielart:

Spielreihe Fußball

2) Spiel:

Fußball

3) Spielverhalten:

- Ballannahme
- Passen
- Treffen
- Orientieren

4) Spielbeschreibung:

Zwei Mannschaften spielen gegeneinander nach Fußballregeln auf „Tore“, die durch drei bis vier Matten pro Mannschaft gebildet werden. Die Matten lehnen an der Stirnseite der Halle und werden von je einem Torwart bewacht. Erzielt ein Spieler ein Tor, wechselt er mit dem Torwart die Aufgabe und wirft den Ball ein.

5) Spielfläche:

ganze Halle

6) Spielmaterial:

- Volleyball oder Hallenfußball
- Parteibänder
- 6-8 Bodenturnmatten

7) Spielorganisation:

- 2 Mannschaften
- Bodenturnmatten an den Stirnseiten

8) Zielsetzung:

- Angriff und Verteidigung
- Freilaufen, Decken

9) Variation:

mehrere Bälle

Tigerfußball

1) Spielart:

Spielreihe Fußball

2) Spiel:

Fußball

3) Spielverhalten:

- Ballannahme
- Passen

4) Spielbeschreibung:

Acht bis zehn Spieler bilden einen Innenstirnkreis und passen sich den Ball durch den Kreis zu. Im Kreis befindet sich ein Spieler, der „Tiger“, der versucht, den Ball zu berühren. Gelingt es ihm, löst ihn derjenige Spieler ab, der den Ball schlecht gepasst hat oder der den Ball nicht schnell genug annehmen und weiterspielen konnte.

5) Spielfläche:

Kreis, Größe je nach Anzahl der Spieler

6) Spielmaterial:

Softball, Gymnastikball, Volleyball oder Hallenfußball

7) Spielorganisation:

- Kreis bilden (eventuell zwei getrennte Kreise)
- 1-3 „Tiger“ im jeweiligen Kreis

8) Zielsetzung:

- schnelles Passen
- Fintieren

9) Variationen:

- Wie oben, jedoch muss der Ball *erobert* werden!
- 2-3 „Tiger“
- mehrere Bälle

Auf dem Hochhausdach

1) Spielart:

- Ballspiel
- Spielreihe Fußball

2) Spiel:

Ballspiel, Fußball

3) Spielverhalten:

Ballführung (dribbeln) vertiefen

4) Spielbeschreibung:

- Alle haben einen Ball
- Jedes Kind dribbelt seinen Ball frei im Spielfeld
- Wenn ein Ball über die Linie ins Aus rollt, fällt er vom Hochhaus hinunter

- Das Kind muss nun über den Eingang hinaus, um das Hochhaus herum und schnell seinen Ball holen

5) Spielfläche.

Volleyballfeld

6) Spielmaterial:

- Fußbälle
- Hüttchen

7) Spielorganisation:

- Die Spieler laufen ohne Ball auf der Auslinie (Dachrinne) um das Volleyballfeld herum und lernen die Spielfeldbegrenzung kennen
- Jeder Spieler einen Fußball
- 2 Hüttchen als Eingang

8) Zielsetzung:

Sicheres Dribbeln mit dem Fußball

9) Variationen:

- Kinder tauschen die Bälle bei Begegnung mit anderen und klatschen sich dabei ab
- Kinder tauschen ihren Ball mit anderen auf ein Signal
- Kinder stoppen die Bälle auf ein Signal
- Das Hochhausdach wird verkleinert
- Bei Begegnung mit einem anderen Kind darf dessen Ball über das Hochhausdach gespielt werden (kein Wegbolzen). Kinder ohne Ball sind aus dem Spiel
- Wie zuvor, Kinder, die den Ball verloren haben spielen in der zweiten Liga weiter (Hochhausdach wird in zwei Spielfelder geteilt). Wer in der zweiten Liga einem anderen den Ball wegspielt steigt wieder in die erste Liga auf und betritt das entsprechende Spielfeld über den Eingang.

Torwartspiel

1) Spielart:

Spielreihe Fußball

2) Spiel:

Fußball

3) Spielverhalten:

- Orientieren
- Dribbeln
- Verteidigung des eigenen Balls

4) Spielbeschreibung:

Alle Spieler befinden sich in einem abgegrenzten Feld (z.B. Hallenhälfte). Jeder zweite Spieler bekommt einen Ball und dribbelt im Feld um die übrigen Spieler herum. Die anderen Spieler knien bzw. sitzen als „Torwart“ im Feld und versuchen einen Ball der dribbelnden Spieler mit den Händen oder den Füßen zu erobern. Gelingt dies, dann

darf sich dieser Spieler den Ball nehmen und damit weiterdribbeln, während sich der Verlierer hinsetzen bzw. hinknien muss und die Rolle des Torwarts einnehmen muss.

5) Spielfläche:

je nach Schülerzahl variabel, z.B. Hallenhälfte

6) Spielmaterial:

Volleybälle, Gymnastikbälle oder Hallenfußbälle

7) Spielorganisation:

- 2 Gruppen
- eine Gruppe sitzend im Spielfeld verteilen

8) Zielsetzung:

- Hechten und Abrollen
- allgemeine Koordinationsschulung

Basketball-Vorbereitungsspiele

Parteiball

1) Spielart:

Spielreihe Basketball

2) Spiel:

Parteiball

4) Spielbeschreibung:

- Zwei Gruppen bilden!
- Mit einem Ball gegeneinander in einem begrenzten Spielfeld spielen.
- Eine Gruppe versucht in vorgegebener Zeit so viele Pässe wie möglich zu spielen.
- Beide Mannschaften kommen zu Punkten:
 - Im Ballbesitz werden Pässe gezählt
 - Ohne Ball werden abgefangene Bälle gezählt

9) Variationen:

- **Nummernparteiball:** Zwei Gruppen. Jeder Spieler einer Gruppe bekommt eine Nummer (1-x). Jede Gruppe versucht Pässe von 1-x auszuführen. Gewinner: die Gruppe mit der längsten Reihe (Reihenfolge muss eingehalten werden)
- **Parteiball-Libero:** Jeder zweite Ball muss zu einem vorher benannten Libero (evtl. schwächerer Schüler), der immer zum ballbesitzenden Team gehört, gespielt werden. Der Libero muss sich ständig freilaufen und darf mit dem Ball laufen. Der Libero hat den meisten Ballkontakt → höhere Übungsidentität

- **Zuspielvarianten einschränken** (Bodenpass, direkter Pass)
- **Ball auf Boden tippen** (aber in beiden Händen behalten)
- **Raum verkleinern bzw. vergrößern**

8) Zielsetzung:

- Orientieren und anbieten
- Teamwork und Zusammenspiel
- Einführung: Werfen und Fangen
- Manndeckung
- Kreativität mit Ball wird gefördert

2. Schlangen-Jagd

Erklärung:

Alle Spielenden dribbeln einen Ball und haben ein Sprungseil so befestigt, dass sie es beim Laufen hinter sich herziehen.

Alle dribbeln und versuchen sich gegenseitig auf das Springseil zu treten.

Varianten:

- Bewegungsformen vorgeben (vorwärts, rückwärts, seitwärts)
- Mit großen oder kleinen Bällen dribbeln
- Raum größer oder kleiner machen

Ziele:

- Orientierung
- Freilaufen und dribbeln
- Koordination und Schnelligkeit

3. Touch-Down-Spiel

Erklärung:

Zwei Mannschaften zu je 5 Personen bilden!

In einem abgegrenzten Basketballfeld liegen pro Mannschaft 2 Matten im Feld (→ 4 Matten).

Die Mannschaften spielen gegeneinander nach Basketball-Regeln, es sind jedoch nur 3 Schritte erlaubt und kein Dribbeln.

Gewünscht sind dabei keine Über-Kopf-Pässe, sondern kurze Druckpässe.

Eine Mannschaft erhält einen Punkt, wenn der Ball auf einer der beiden gegnerischen Matten abgelegt wird. Dies ist von allen Seiten erlaubt.

Nach einem Touch-Down erhält die gegnerische Mannschaft den Ball.

Sieger ist die Mannschaft mit den meisten Punkten

Ziele:

- Übung kurzer Druckpässe
- Anbieten, orientieren und freilaufen
- Manndeckung
- Abschirmung der Matte
- Teamwork und Zusammenspiel
- Verbesserung des taktischen Spielverhaltens: Spielaufbau über die Außenpositionen

4. Fuß-Basketball

Erklärung:

Zwei Gruppen zu je 10 Personen bilden!

Jeder Spieler hat einen Ball und dribbelt mit ihm in einem vorgegebenen Feld (z.B Volleyballfeld)

Parallel dazu muss ein Hallenfußball in demselben Feld mittels Pass am „Laufen“ gehalten werden.

Die beiden Mannschaften spielen miteinander.

Varianten:

- a) Das gleiche Spiel wie oben, aber mit zwei Fußbällen.
- b) Die zwei Mannschaften spielen gegeneinander, indem sie versuchen, den Fußball über die vordere bzw. hintere Feldbegrenzungslinie zu bringen (= 1 Punkt)

Ziele:

- Orientieren und anbieten
- Teamwork und Zusammenspiel
- Lösen des Blickes vom Basketball

5. „SOS“

Erklärung:

Es gibt 2-5 Fänger ohne Ball und die anderen dribbeln frei in der Halle.

Wer gefangen ist, stellt sich mit gegrätschten Beinen hin und lässt den Ball um die Hüften kreisen.

Freie Dribbler können die „Gefangenen“ befreien, indem sie ihnen den Ball durch die gegrätschten Beine spielen.

Ziele:

- Lösen des Blicks vom Ball
- Tempo-, Hand- und Richtungswechsel

Teamwork und Zusammenspiel

6. „Brett-Passen“:

Es werden Mannschaften zu 4-5 Spielern gebildet. Es können entweder alle Mannschaften gegeneinander spielen, oder immer je zwei Teams. Ziel ist es, den Basketball gegen das Brett zu passen, ein Hütchen zu umlaufen und sich dann wieder in der Gruppe anzustellen. der Pass des ersten Spielers muss dabei vom zweiten Spieler gefangen werden, dessen wiederum vom Dritten usw... . Gewonnen hat die Mannschaft, die einen Durchgang ohne Ball-Boden-Kontakte durchlaufen hat.

Variation: Es werden Bodenpässe so gespielt, dass der Ball erst den Boden und dann das Brett trifft. Gefangen werden muss dann jedoch wiederum direkt.

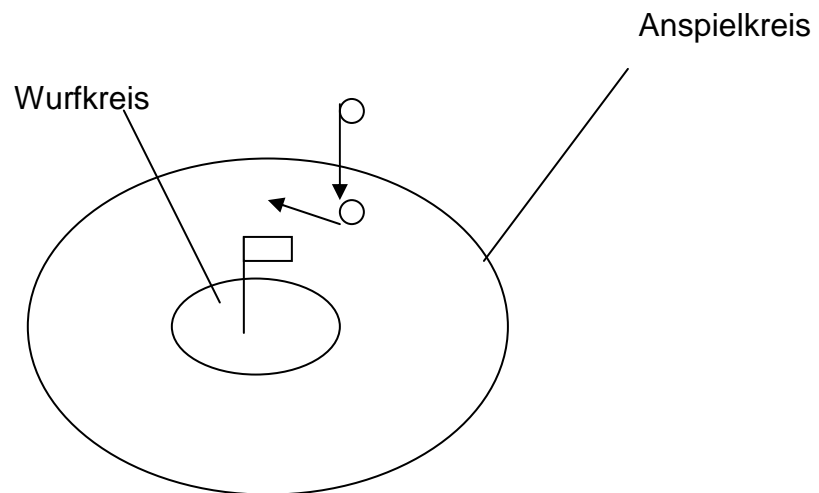
7. „Kreiskorbball“:

Spielfeld etwa 16 x 16 m

- kleiner Korb auf Ständer in der Mitte
- zu Beginn stehen alle außerhalb des Anspielkreises
- durch Passen versucht jede Mannschaft zum Korb zu kommen
- Korbwurf außerhalb des Wurfbereichs

Regeln:

- Gegner nicht drängen, stoßen... → Freiwurf
- Wenn Ball abgefangen wird muss Mannschaft erst wieder zurück zu Anspielkreis

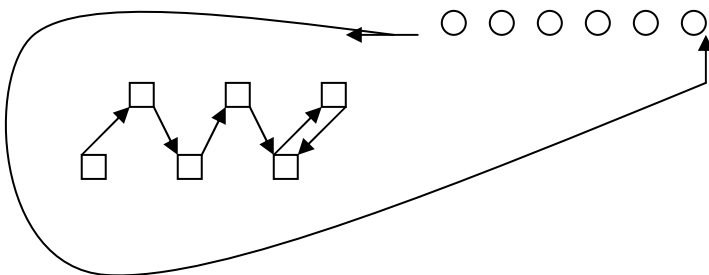


8. Werfer und Läufer:

Spielerzahl: 6 – 8 in jeder Mannschaft

Aufstellung: Gasse und Reihe

- Mannschaft 1 steht sich in Gassenstellung auf Lücke gegenüber
- Spieler 1 hat den Ball und wirft ihn zu Spieler 2...
- Ist der Ball beim letzten Spieler angelangt wird er sofort wieder zurück geworfen
- Zeitgleich läuft Mannschaft 2 um Mannschaft 1 herum
- Ist Spieler 1 der Mannschaft 2 im Ziel läuft der nächste los
- Wenn alle gelaufen sind, werden die Pässe der Mannschaft 1 gezählt



9. Fänger auf dem Kasten

Erklärung:

Das Spiel besteht aus einer Angriffs und Verteidigungsmannschaft.

Zwei Mannschaften, wovon jeweils ein Team mit Parteibändern kenntlich gemacht ist, versuchen sich untereinander, in einem abgegrenzten Spielfeld, fünf Mal den Ball zuzupassen. Der fünfte Pass muss immer auf den Fänger auf dem Kasten erfolgen – nur dann zählt der Spielzug als Punkt. Sollte der Ball von der Verteidigungsmannschaft abgefangen werden, oder der Fänger auf dem Kasten den Pass seiner Angriffsmannschaft nicht fangen können, bekommt das verteidigende Team den Ball und kann einen neuen Punkteversuch starten. Der Fänger, welcher auf dem Kasten steht, ist ein Mitspieler der Angriffsmannschaft, er zählt die erfolgreichen Pässe seines Teams. Nach erfolgreichen Spielzug der Angriffsmannschaft erhält die ehemals verteidigende Mannschaft den Ball und somit die Möglichkeit zu punkten.

Varianten:

- statt fünf Pässe, sechs, acht oder zehn Pässe
- statt mit einem Bock auf zwei Böcken zu spielen
- entscheidende Pass muss von bestimmten Spieler kommen
- Verlierermannschaft macht z.B. fünf Liegestütze

Ziele:

Sinnvoll für

- Verbesserung des Pass-Spiels
- Koordination/Peripheres Sehen (wo befinde ich mich, wo ist der Ball, wo der Mitspieler/Gegner),
- Raumaufteilung (Möglichkeit des Entzerrens/Verdichtens)
- taktisches Spiel (günstige Positionierung des Spielers, der den fünften Pass spielt)
- der entscheidende fünfte Pass führt zu zielgerichtetem Spiel
- Einüben der Rollen Angriffsmannschaft/Verteidigungsmannschaft

10. Ein Dribbelaufwärmspiel

Erklärung:

Drei Personen verteilen sich im kleinen Basketballfeld je einer auf einer Linie. Als Linien werden die untere und obere Freiwurflinie und die Mittellinie gewählt. Diese drei Personen dürfen sich nur auf ihrer Linie seitwärts bewegen und sollen versuchen den dribbelnden Angreifer, der versuchen soll an ihnen vorbeizukommen, aufzuhalten. Die dribbelnde Person startet von der Grundlinie aus und versucht ihren Verteidigern an den Linien auszuweichen und zur anderen Grundlinie zu gelangen, wobei sie immer den Ball dribbeln soll. Ist diese Person durchgekommen, nimmt sie den Platz des Verteidigers an der oberen Freiwurflinie ein und die anderen Verteidiger rutschen jeweils eine Linie weiter nach vorne. Die Person an der unteren Freiwurflinie stellt sich am Ende der Schlange an.

Varianten:

- mehrere Linien mit Verteidigern besetzen
- mehr Verteidiger auf einer Linie verteilen
- ein Korbwurf zum Abschluss

Ziele:

- Festigung des Dribbelns ohne ständige Fixierung des Balls (peripheres Sehen)
- Verteidigungsposition mit ihrer seitwärts gerichteten Bewegung
- Koordination
- Schnelligkeit

11. Übung: Spielsituation mit Passübung

Erklärung:

Die Schüler werden in Fünfergruppen geteilt. Je eine Gruppe spielt auf einen Korb. Zu Beginn des Spiels wird ein Spieler zum festen Center-Spieler bestimmt. Dieser Spieler darf sich auch nur im Center aufhalten/bewegen. Die verbleibenden vier Schüler bilden Mannschaften zu jeweils zwei Spielern.

Aufgabe der beiden zweier Mannschaften ist es nun, durch geschicktes Passspiel und sinnvolles Laufen den neutralen Spieler im Center zu erreichen. Diesem gilt es den Ball zuzupassen.

Gelingt dies, passt der neutrale Spieler zu „seiner“ Mannschaft zurück, die dann auf den Korb wirft.

Nur nach einem vom Center erhaltenen Pass darf auf den Korb geworfen und somit ein Punkt erzielt werden.

Varianten:

- zwei Mannschaften zu je fünf Spielern mit festem Center auf zwei Körbe
- Körbe dürfen nur vom Center geworfen werden
- wechseln des Center innerhalb der Mannschaft

Ziele:

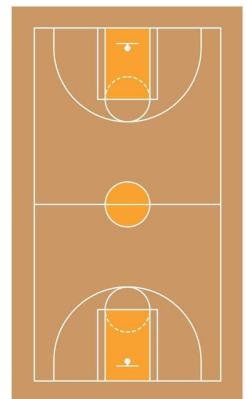
- peripheren Sehen, Orientierung
- Zusammenspiel mit dem Mannschaftskollegen, Sich-Freilaufen
- sicheres Passen auf engem Raum/im Handgemenge/im Eifer des Gefechts



Basketballregeln in Kürze

- Spielfeldbegrenzung:

- Auslinien dürfen nicht überschritten werden
- das Feld ist in der Mitte durch die Mittellinie getrennt, hat jeweils eine 3-Punkte-Linie und eine Zone mit einer Freiwurflinie, in der Zone darf sich ein Spieler nicht länger als 3 Sekunden aufhalten
- nach dem Übertreten der Mittellinie darf die angreifende Mannschaft nicht mehr in die zurückliegende Hälfte zurück, dies bedeutet Rückspiel



- Spieler:

2 Mannschaften zu je 5 Spielern auf dem Feld und 7 Auswechselspieler auf der Bank

- Punkte:

- jeder Korb aus dem Feld zählt 2 Punkte
- jeder Korb außerhalb der 3-Punkte-Linie zählt 3 Punkte
- ein Freiwurf zählt 1 Punkt (der Freiwurf kann in der GS auf die Mini-Freiwurflinie vorgezogen werden, die Linie am nächsten am Korb)

- Spielzeit:

- ein Spiel dauert 4 x 10 Minuten mit einer Halbzeitpause nach 2 Vierteln

- die angreifende Mannschaft hat 24 Sekunden Zeit um den Angriff abzuschließen, 8 Sekunden um den Ball über die Mittellinie zu bringen

- Fouls:

- jeder Spieler darf 4 Fouls machen, beim 5. muss man das Spielfeld verlassen
- pro Viertel darf eine Mannschaft 4 Fouls begehen, ab dem 5. erhält der Gegner Freiwürfe (die Mannschaftsfouls werden vor jedem Viertel auf Null gesetzt, außer in der Verlängerung)

- Regelübertretung:

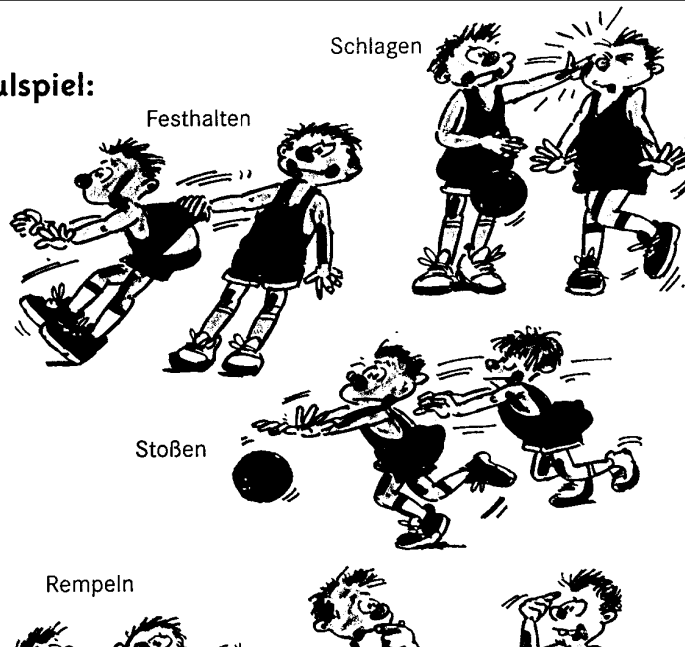
- Doppeldribbling: man darf nicht dribbeln, den Ball aufnehmen und abermals zu dribbeln beginnen
- Stoßen, Rempeln, Beinstellen, Schubsen, Halten... sind nicht erlaubt, es gilt „Fair Play“
- Dribbeln ist nur mit einer Hand erlaubt
- Laufen mit dem Ball in der Hand ist verboten, man darf nur 1 Schritt ohne Dribbling machen (Sternschritt), außer beim Korbleger
- verboten sind ebenso: absichtliches Fußspiel und das Fausten des Balls

Für die Grundschule:

- nur Außenlinien begrenzen, 3 Sekundenregel in der Zone ist weglassbar
- lieber das Spiel auf 3:3 begrenzen, anstatt 5:5 (sonst Rudelbildung)
- auf 24 Sekunden-Regel sowie Rückspiel verzichten
- Schrittfehler großzügig behandeln (generell nur das direkte Laufen mit dem Ball verbieten)
- Dribbeln mit einer Hand
- auf Fair Play achten, Fouls nicht mit Freiwürfen, sondern mit Einwurf für die gegnerische Mannschaft ahnden
- manche Schulen bieten die Möglichkeit den Korb auf eine niedrigere Höhe einzustellen, dies vereinfacht den Wurf

- falls Freiwürfe gespielt werden, vom gestichelten Kreis um die Freiwurflinie werfen lassen (Mini-Freiwurf)
- Sprungball wird in der Regel nur zum Anpfiff durchgeführt, während des Spiels gibt es abwechselnd Einwurf für eine Mannschaft

Foulspiel:



Regelübertretungen

