

*Sport unterrichten in der
Grundschule*

Praxismodul 3

Spielen

Referenten: Philip Bachmann, Sebastian
Herbert

Version 2.0 – 2020



Inhalt

1	Kleine Spiele	1
	Theorie	
	<i>Kleine Spiele</i>	1
	Klassenraumspiele	
	<i>Kissenrennen</i>	2
	<i>Duell der Augen</i>	2
	<i>Schnick-Schnack-Schnuck mit Anfeuern</i>	3
	bekannte kleine Spiele	
	<i>Zombieball</i>	4
	<i>Brennball</i>	4
	<i>Fischer, Fischer, welche Fahne weht heute</i>	5
	<i>Feuer, Wasser, Luft</i>	6
	<i>Abtreffball</i>	6
	<i>Vom Paarfangen zum Kettenfangen</i>	8
	Fangspiele	
	<i>Trollfangen</i>	9
	<i>Diamantenfangen</i>	9
	<i>Bratpfanne</i>	10
	Spiele zur Orientierung	
	<i>Aufgepasst, der Jäger kommt!</i>	11
	<i>Prinzessin & Drache</i>	11
	Staffelspiele	
	<i>Quickpainter</i>	12
	<i>UNO-Spiel</i>	14
	<i>Tic-Tac-Toe</i>	14
	<i>Klick-Jump</i>	15
	kooperative Spiele	
	<i>Hase und Möhre</i>	15
	<i>Bank anheben</i>	15
	<i>Monsterbaby – 1, 2, 3</i>	16
	Spiele mit Alltagsmaterialien	
	<i>Pappdeckelspiel</i>	17
	<i>Klammerfangen</i>	17
2	Hockey	18
	<i>Schuhhockey</i>	18

<i>Streusel-Donut</i>	18
<i>Hockey-Zug</i>	18
<i>Bully-Eiszeit-Ausgerutscht</i>	19
<i>Hockey-Gruppenpuzzle</i>	19
<i>Nummern-Hockey</i>	23
3 Zielschussspiele	24
Theorie	
<i>Gemeinsamkeiten der Zielschussspiele</i>	24
<i>Das Kasseler Modell</i>	25
<i>Vermittlung & Systematisierung</i>	26
Rollender Ball	
<i>Übungsvorschläge für das „durch-die-Halle-laufen“</i>	29
<i>Tunnelball</i>	29
<i>Abrollen</i>	29
<i>Kegeln</i>	30
Springender Ball	
<i>Übungsvorschläge für das „durch-die-Halle-laufen“</i>	31
<i>Exkurs: Technik „Prellen“</i>	31
<i>Üben mit Lerninseln</i>	31
<i>Zonenwechselspiel</i>	36
<i>Fische fangen</i>	36
<i>Prellendes Atomspiel</i>	37
Fliegender Ball	
<i>Übungsvorschläge für das „durch-die-Halle-laufen“</i>	38
<i>Exkurs: Technik „Schlagwurf“</i>	38
<i>Exkurs: Technik „Fangen“</i>	40
<i>Haltet das Feld frei</i>	41
<i>Rund um die Pfütze</i>	41
<i>Parteiball</i>	42
<i>Tigerball</i>	43
<i>Schutzball</i>	44
<i>Abwehrball</i>	45
<i>Zombieball</i>	46
<i>Dodgeball</i>	46
<i>Freilaufspiel</i>	47
Handball	
<i>Handball – DHB-Konzept</i>	49

<i>Sautreiben</i>	49
<i>Übungsreihe, die zum Torwurf führt</i>	49
<i>Mattenball</i>	50
Exkurs: "Goalcha"	50
Exkurs: „Spielvariante 2x3-3“	51
Basketball	
Exkurs: „Passen des Basketballs“	52
Exkurs: Technik „Korbwurf“	52
<i>Reise um die Welt</i>	53
<i>Lebende Körbe</i>	53
<i>Turm-Basketball</i>	54
<i>Hütchen-Basketball</i>	54
Fußball	
<i>Würfelpkick</i>	55
<i>Eiertanz</i>	55
<i>Kastentordribbelwettbewerb</i>	55
2-Farben-Spiel.....	56
Exkurs: FUNiño	56
<i>Fußball-Handball</i>	57
4 Rückschlagspiele	58
<i>Kennenlernen & Ausprobieren</i>	58
Volleyball	
<i>Technik-Einführung</i>	59
<i>Canadian Volleyball</i>	60
<i>Kaiserturnier</i>	61
5 Zusatz	62
<i>Die Bedeutung von Spielen</i>	63
<i>Spielen im Kerncurriculum</i>	64
<i>Leistungsbewertung</i>	65
<i>Verfahren der Mannschaftsbildung</i>	67
<i>Spiele leiten</i>	71
<i>kooperativ spielen & Fair-play</i>	72
<i>Regeln der großen Spielsportarten im Sportunterricht</i>	73
<i>Raster zur Planung einer Unterrichtseinheit</i>	77

Hinweis: Es sind stets Personen männlichen und weiblichen Geschlechts gleichermaßen gemeint; aus Gründen der einfacheren Lesbarkeit wird im Folgenden nur die männliche Form verwendet.

Platz für Notizen:

1 Kleine Spiele

Theorie:

1. Charakteristika:

- einfaches Regelwerk
- keine Vorerfahrung nötig
- keiner wird ausgeschlossen
- meist Wettkampfcharakter
- sehr variabel (Spielfeldgröße, Teilnehmerzahl, Regeln, Intensitäten, Spieldauer, Ballmaterial)
- gut geeignet für heterogene Gruppen
- geringer Materialbedarf
- schnell erlernbar

2. Mit kleinen Spielen aufwärmen

- auf Bewegung Lust machen
 - Kreislauf in Gang bringen
 - psychisch einstimmen und auf das Thema vorbereiten
 - motivieren und für das Thema erwärmen
 - koordinieren und Lernbereitschaft erzeugen
- ⇒ Kleine Spiele für das Aufwärmen prädestiniert, allerdings besteht die Gefahr der Überlastung

3. Mit kleinen Spielen eine Stunde beenden

- Abschluss als Bestandteil der gesamten Stundenplanung
- Einfluss auf die nächste Unterrichtsstunde, positiver Abschluss sorgt für gute Stimmung
- wenn Hauptteil ruhig, dann intensiver Abschluss (austoben, Bewegungsdrang befriedigen)
- wenn Hauptteil intensiv, dann eventuell Entspannung, aber auch zusätzliche Ausdauer möglich
- eventuell benutzte Geräte nutzen

4. Mit kleinen Spielen lernen, üben und trainieren

- laufen, springen, werfen (Leichtathletik)
 - hängen, schwingen, stützen (Turnen)
 - ziehen, schieben, strecken, beugen
 - balancieren, drehen, wenden, ausweichen
 - (maximale) Schnelligkeit
 - Durchhaltevermögen (Ausdauer)
 - kraftvolle, explosive Ausführung (Kraft)
- ⇒ Alles in spielerischer Form, deswegen kaum als anstrengend empfunden
→ trotzdem leistungsfördernd → ideal gerade für leistungsschwache Kinder

5. Mit kleinen Spielen spielen lernen

Spielregeln, Spielidee und das Zusammenspiel mit Anderen führt zu folgenden Lernprozessen:

- sich selbst als Teil einer Mannschaft verstehen
- auch schwächere Schüler mitspielen lassen
- ehrlich und fair agieren
- anerkennen, dass Andere auch besser sein können als man selbst
- Gewinne (angemessen) feiern, Niederlagen ertragen
- sich selbst kennen lernen
- Fähigkeiten und Eigenschaften
- Können und Nichtkönnen
- Reaktion auf Erfolg und Misserfolg
- Reaktion auf das Verhalten Anderer
- kreative und aktive Auseinandersetzung mit sich selbst und der Umwelt
- Persönlichkeitsentwicklung
- Identitätsfindung

„Klassenraumspiele“

<u>Kissenrennen</u>	
Klassenstufe: ab Klasse 1	Ziele: - Kooperation - Kennenlernen einer Gruppe
Spielidee: Die Gruppe setzt sich in einen Stuhlkreis und es wird 1-2 abgezählt. Jede der entstehenden Mannschaften bekommt ein Kissen und versucht dieses nach dem Startkommando schnellstmöglich weiterzugeben. Das Ziel des Spiels ist es das Kissen der anderen Mannschaft einzuholen. Hierbei darf das Kissen des anderen Teams nicht behindert werden und das Kissen des eigenen Teams darf nicht geworfen werden.	
Material:	
○ 2 Kissen	
Hinweis:	
● Lässt sich im Klassenraum und in der Sporthalle spielen.	

<u>Duell der Augen</u>	
Klassenstufe: ab Klasse 1	Ziele: - ehrlich sein - sich an Regeln halten
Spielidee: Die Gruppe stellt sich in einem Kreis auf. Auf das Kommando „Bodenblick“ schauen alle Personen auf den Boden. Das Kommando „Hochblick“ bedeutet für alle, dass sie gleichzeitig nach oben schauen. Treffen sich hierbei die Blicke von zwei Personen, sind diese ausgeschieden. Das Spiel ist zu Ende, wenn nur noch zwei Personen übrig geblieben sind.	
Hinweise / Variante:	
● Um die Intensität des Spiels zu steigern und das Ausscheiden zu vermeiden, könnte man die „Verlierer“ einer Runde Strafen ausführen	

lassen (z.B. Sprint zur nächsten Hallenwand, Hocksprünge, Liegestütze, Hampelmänner). Anschließend dürfen diese wieder mitspielen.

- Lässt sich im Klassenraum und in der Sporthalle spielen

„Schnick-Schnack-Schnuck“ mit Anfeuern	
<p>Klassenstufe: ab Klasse 1</p>	<p>Ziele:</p> <ul style="list-style-type: none"> - einander anfeuern/bestärken (Kooperation) - sich kennenlernen
<p>Spielidee: In einem abgetrennten Spielfeld laufen alle Personen umher. Immer wenn sich zwei Personen treffen, spielen diese gegeneinander „Schnick-Schnack-Schnuck“ (Schere, Stein, Papier). Der Gewinner darf weiterziehen und sich einen neuen Spielpartner suchen. Der Verlierer feuert den Gewinner an, im dem er mit ihm geht und ihn im nächsten Spiel akustisch unterstützt.</p>	
<p>Hinweise / Variante:</p> <ul style="list-style-type: none"> • das bekanntere Spiel „Evolution“ ist ähnlich: hierbei steigen die Gewinner eines Spiels eine „Evolutionstufe“ auf (mögliche Stufen: Amöbe, Insekt, Schlange, Hase, Affe). Das Spiel endet, wenn niemand mehr ein ihm gleiches Wesen treffen kann. • Eine weitere Möglichkeit ist es „Ping-Pang-Pong“ zu spielen: bei Pong sagen beide Spieler eine Zahl, welche sie vermuten, was beide gezeigten Fingeranzahlen (mind. 2, max. 10) zusammen ergeben. • Lässt sich im Klassenraum und in der Sporthalle spielen 	

bekannte kleine Spiele

Zombieball

Spieler	gesamte Klasse
Spielablauf	Der Ball oder die Bälle werden in das Spielfeld hinein geworfen und derjenige der den Ball bekommt, muss versuchen die Anderen abzuwerfen. Wer abgeworfen wurde, scheidet aus und muss das Spielfeld so lange verlassen, bis derjenige von dem er abgeworfen wurde, selbst abgeworfen wird.
Treffer	Ein Spieler gilt nur als getroffen, wenn der Ball vorher nicht den Boden berührt hat.
	Der Spieler hat die Möglichkeit den geworfenen Ball zu fangen. Dann zählt er ebenfalls nicht als abgetroffen.
	Ein Ball schützt nicht vor dem Abgeworfen werden.

Brennball

Spieler	Die Klasse wird in zwei ungefähr gleichstarke Mannschaften eingeteilt, die „Werfer“ (Laufmannschaft) und die „Fänger“ (Feldmannschaft).
Spielablauf	Die Werfer stellen sich hinter die Startmarkierung, die Fänger verteilen sich in der Halle. Der erste Werfer wirft einen Ball in das Feld und muss versuchen ein oder mehrere Freimale (Matten auf dem Boden = „Base“) zu erreichen. Die Werfer müssen ihre Läufe nicht in einem Durchgang zu Ende bringen, sondern können zwischendurch an einem ‚sicheren‘ Freimal anhalten, den Wurf des nächsten Werfers abwarten und dann weiterlaufen. Die Feldmannschaft kann dies verhindern, indem sie den geworfenen Ball unter Kontrolle bringt und ihn so schnell wie möglich zu ihrem „Brenner“ (ein vorher vereinbarter Mitspieler der Feldmannschaft) befördert. Dieser prellt den Ball in einen z.B. vor ihm liegenden Reifen („Brennmal“) und ruft laut „VERBRANNT“. Alle Werfer, die sich nun innerhalb der Halle und nicht auf einem Freimal aufhalten scheidern aus (der Lehrer entscheidet dies). Der Ball wandert nun zum nächsten Werfer, der am Start steht. Nach Ablauf einer bestimmten Zeit wechseln die Rollen zwischen Werfern und Fängern.

Das letzte Kind ist der Gewinner von: Fischer, Fischer, welche Fahne weht heute?“ und darf nächstes Mal der neue Fischer sein.

Feuer-Wasser-Luft

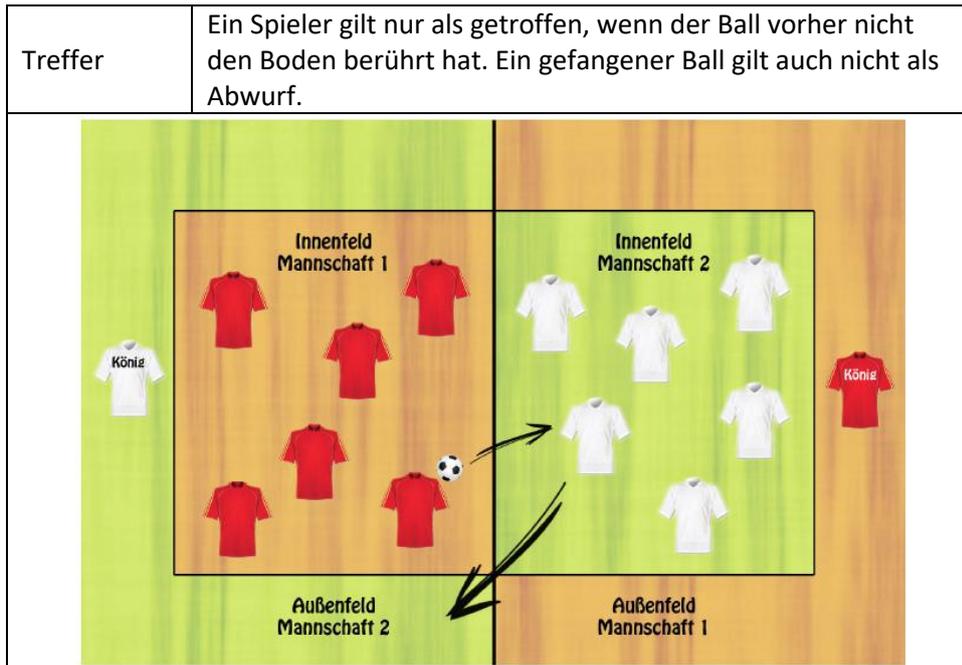
- 1 Der Spielleiter startet Musik
- 2 Alle Kinder rennen zur Musik umher.
- 3 Sobald die Musik angehalten wird, ruft der Spielleiter eines der Kommandos:
 - **Feuer:** Dabei laufen alle Kinder in eine Ecke des Raumes
 - **Wasser:** Die Kinder müssen irgendwo hochklettern bzw. auf etwas draufsteigen
 - **Luft:** Die Kinder müssen sich schnell flach auf den Boden legen
- 4 Das Kind, das das Kommando als letztes ausführt, scheidet aus.

Beispiele für weitere Kommandos:

- **Blitz:** Alle Kinder müssen sofort ganz still stehen bleiben & dürfen sich nicht bewegen.
- **Sonne:** Alle Kinder legen sich auf den Rücken
- **Sturm:** Jedes Kind sucht sich einen Partner und klammert sich aneinander
- **Haus:** Die Kinder machen mit den Armen ein Dach über den Kopf

Abtreffball

Spieler	7-15 Spieler je Team, davon 1 König (mit 3 Leben)
Spielzeit	Bis der König 3-mal getroffen wurden (evtl. auch Zeitlimit festlegen)
Sieger	Diejenige Mannschaft, die am Ende des Spiels noch die meisten Spieler auf dem Feld hat, bzw. alle gegnerischen Spieler (inkl. Königin 3x) abgeworfen hat.
Spielfeld	Siehe unten. Die Spieler einer Mannschaft stehen in ihrem Innenfeld, der König steht im Außenfeld.
Spielablauf	Mit einem Softball müssen die gegnerischen Spieler abgeworfen werden. Gelingt dies, muss der Getroffene das Feld verlassen und in das Außenfeld.
	Abgeworfene Spieler dürfen sich vom Außenfeld aus wieder einwerfen, indem sie einen Spieler im gegnerischen Innenfeld abwerfen. Sie dürfen dann wieder zurück in ihr Innenfeld.
	Wenn alle Spieler einer Mannschaft getroffen sind und im Außenfeld stehen, kommt der König der Mannschaft auf das Innenfeld. Er muss 3x getroffen werden. Gelingt es aber einem Mitspieler sich wieder einzuwerfen, muss der König wieder aus dem Feld heraus.



Variationen:

- die Spielintensität wird durch den Einsatz eines zweiten (oder gar dritten) Balls deutlich erhöht.
- jede Mannschaft hat einen „Schutzengel“ (mit einem Markierungssymbol kenntlich gemacht) und dieser darf seine Mitspieler beschützen. Der „Schutzengel“ kann abgeworfen werden, ohne dass er das Innenfeld verlassen muss, darf jedoch selbst keine anderen Spieler abwerfen. Der König kommt dann zum Einsatz, wenn nur noch der Schutzengel auf dem Feld stehen
- „Abtreffball verkehrtherum“: alle Spieler starten aus dem Außenfeld, nur die Könige beider Mannschaften befinden sich im Innenfeld. Die Spieler können, in dem sie den König (und später auch die im Innenfeld befindlichen gegnerischen Spieler) abwerfen, in das Innenfeld gelangen. Das Ziel des Spiels ist es, alle Spieler im Innenfeld zu haben. Der Abwurf einer Person bedeutet nicht, dass diese in das Außenfeld muss.
- Das Spiel wird mit zwei verschiedenfarbigen Bällen gespielt. Der eine Ball ist der Mädchenball, mit dem nur Mädchen andere Mädchen abwerfen dürfen. Der andere Ball darf nur von den Jungs zum Abwerfen der anderen Jungs benutzt werden. Diese Regeln gelten auch, wenn Spieler getroffen wurden und sich aus dem Außenfeld wieder zurück in das Innenfeld werfen.
- „Abtreffball mit Geheimspieler“: Jede Mannschaft wählt geheim einen Spieler aus ihren Reihen aus. Dieser ist nur der eigenen Mannschaft bekannt und dem Spielleiter. Der Gegner muss durch beobachten und systematisches Abwerfen den Geheimspieler lokalisieren. Wird dieser getroffen ist das Spiel entschieden.
- „Insel Abtreffball“: Die Sporthalle in der Mitte teilen. In jeder Hälfte werden gleich viele Turnmatten (=Inseln) ausgelegt. Die freien Spieler bewegen sich zwischen den Matten auf ihrer Hälfte. Wenn sie abgeworfen sind, gehen sie in die gegnerische Hälfte auf eine Insel und können sich von dort wieder befreien. Es ist sinnvoll, mit mehreren Bällen zu spielen.

- „Das Schiff geht unter“: Jede Mannschaft hat eine aufgestellte Weichbodenmatte oder Turnmatte (Schiff) in ihrem Spielfeld. Diese muss über den gesamten Spielverlauf hinweg von den Schülern aufrecht gehalten werden. Vor oder hinter der Matte können sich die Spieler auch verstecken. Das Spiel ist beendet, wenn das Schiff untergeht (wenn die Matte umfällt).

Vom Paarfangen zum Kettenfangen

Paarfangen 1	Zwei Kinder (in Handfassung) fangen die anderen Kinder. Wer abgeschlagen wird, muss sich kurz auf die Bank setzen und warten bis ein weiteres Kind abgeschlagen wird und dann ein neues Paar bilden.
Paarfangen 2	wer gefangen wurde, tauscht mit dem Kind den Platz, das schon länger Fänger ist (evtl. 2-3 Fängerpaare bilden)
Paarfangen 3	alle sind in Paaren unterwegs, 1-2 „Fängerpaare“ (mit Markierungsband) versuchen andere Paare zu fangen und aus diesen „Fängerpaare“ zu machen
Kettenfangen	„normales“ Kettenfangen mit „Teilen“. Gefangene Kinder werden angehängen, bei 4 Kindern wird die Kette geteilt.
Kettenfangen 2	bei 6 Kindern wird es in 3 Paare geteilt
Kettenfangen 3	die Kette wird nicht mehr geteilt. Nur die Außenspieler dürfen fangen. Am Anfang des Spiels das Feld sehr verkleinern.
Rettungsboot	4 Matten werden in der Halle verteilt. Ein Kind fängt und wenn die Kette aus 5 Personen besteht, wird laut „Rettungsboot gerufen“. In diesem Moment gehen immer 5 Kinder auf eine Matte („Rettungsboot“) und die Spieler, die keinen Platz auf einer Matte bekommen, werden zu neuen Fängern.

Fangspiele:

<u>Trollfangen</u>	
Klassenstufe: ab Klasse 1	Ziele: - taktisch spielen/kooperativ spielen - Wahrnehmung des gesamten Spielfelds
Spielidee: Es gibt zwei böse Zauberer, die versuchen die anderen Kinder zu Stein zu verzaubern, indem sie diese fangen. Zwei Trolle, die mit Staffelstäben ausgestattet sind, können diese wieder befreien. Wird einer der Trolle versteinert, kann ein anderer Mitspieler den Stab aus der Hand nehmen und wird selbst zum Troll. Es gibt jedoch zusätzlich noch den „goldenen Troll“, dessen Staffelstab in seiner Hand fest ist und nicht von anderen Mitspielern herausgenommen werden kann.	
Material: <ul style="list-style-type: none"> ○ 3 verschiedenfarbige Staffelstäbe ○ 2 Markierungsbänder 	

<u>Diamantenfangen</u>	
Klassenstufe: ab Klasse 1	Ziele: - Kooperation - tricksen/täuschen
Spielidee: Zwei Diamantenfänger werden vor die Tür geschickt. Unter den verbleibenden Mitspielern wird eine bestimmte Anzahl (je nach Klassengröße 10-15) Diamanten (Murmeln, Steckwürfel, o.Ä.) verteilt. Die Diamanten müssen in der Hand gehalten werden. Zu Spielbeginn kommen die beiden Diamantenfänger in die Halle und versuchen möglichst schnell viele Diamanten zu sammeln, in dem sie die Kinder fangen. Diese müssen dann ihre Hände öffnen und eventuell ihren Diamanten abgeben. Die Diamantenfänger haben gewonnen, wenn sie alle Diamanten gefangen haben.	
Material: <ul style="list-style-type: none"> ○ 10-15 „Diamanten“ ○ 2 Markierungsbänder 	
Hinweise: <ul style="list-style-type: none"> • schaffen es die Fänger in einer bestimmten Zeit nicht die Diamanten zu fangen, wird die Spielrunde abgebrochen und zwei neue Fänger werden bestimmt • Die Mitspieler dürfen die Diamanten weitergeben und spielen natürlich auch dann weiter, wenn sie keine Diamanten mehr in ihren Händen haben • es ist sinnvoll, wenn man die Anzahl Diamanten pro Kind auf 1-2 beschränkt 	

Bratpfanne	
Klassenstufe: ab Klasse 1	Ziele: - sich an die Spielregeln halten
Spielidee: Zwei Mitspieler mit Markierungsleibchen gehen vor die Tür („Postbote“, „Milchmann“). Alle Mitspieler („Bratkartoffeln“) setzen/legen sich in den Mittelkreis („Bratpfanne“). Ein Kind mit Markierungsleibchen mimt den Koch. Dieser „brät“ die „Bratkartoffeln“ und in dem Moment, wenn es an der Tür klopft und der „Milchmann“ und der „Postbote“ vor der Tür stehen, flüchten alle „Bratkartoffeln“ aus der „Bratpfanne“ und rennen in der „Küche“ (Sporthalle) umher. Die drei Mitspieler mit Markierungsleibchen versuchen die „Bratkartoffeln“ innerhalb einer vorgegebenen Zeit in die „Bratpfanne“ zurückzubringen.	
Material: <ul style="list-style-type: none"> ○ 3 verschiedenfarbige Markierungsleibchen für „Koch“, „Milchmann“ und „Postbote“ 	

Spiele zur Orientierung:

<u>Aufgepasst, der Jäger kommt!</u>	
Klassenstufe: ab Klasse 1	Ziele: - sich schnell orientieren - aushalten, mit geschlossenen Augen gehen zu müssen
Spielidee: Alle gehen langsam (!!!) mit geschlossenen Augen durch die Sporthalle. Die Lehrkraft hängt drei Schülerinnen und Schülern ein Markierungsbänder über. Auf das Kommando „Aufgepasst, der Jäger kommt!“ dürfen alle die Augen öffnen und die Menschen, die ein Markierungsbänder haben sind Jäger, die die anderen Mitspieler („Hasen“) versuchen zu fangen. Gelingt dies, muss die gefangene Person sich auf die Bank setzen oder eine Extra-Aufgabe erledigen. Nach einer sehr kurzen Spielzeit (45-60 Sekunden) endet die Spielrunde.	
Material: ○ 3 Markierungsbänder	
Hinweis: • auf das „langsame Gehen mit geschlossenen Augen“ achten, da sonst das Unfallrisiko steigt	

<u>Prinzessin & Drache</u>	
Klassenstufe: ab Klasse 2/3	Ziele: - sich in der Halle orientieren
Spielidee: Jeder Mitspieler sucht sich (geheim) einen anderen Mitspieler aus, bei der er gerne in der Nähe sein möchte („Prinz/Prinzessin“) und einen Mitspieler, von dem er gerne möglichst weit entfernt ist („Drache“). Auf das Startkommando versucht jeder Spieler die Vorgaben zu erfüllen und sich entsprechend zu „Prinzessin/Prinz“ bzw. „Drache“ zu positionieren.	
Variante: es gibt auch die Möglichkeit, dass sich die Spieler zwei anderen Personen (geheim) aussuchen und diese dann ein gleichseitiges Dreieck (alle Seiten und alle Winkel gleich) bilden müssen.	

Staffelspiele

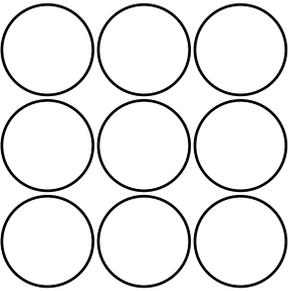
Alle hier aufgeführten Staffelspiele sollen dazu dienen, die läuferische und motorische Heterogenität der Gruppe zu nivellieren. Die Aufgaben, die von den Mitspielenden erledigt werden müssen, legen den Fokus für sie auf andere Dinge als das motorische Können der Mitspieler und somit ist neben „dem schnellen Rennen“ auch Glück bzw. taktisches Geschick nötig.

Quickpainter	
Klassenstufe: ab Klasse 3	Ziele: - Lesekompetenz - gemeinsam ein Ziel erreichen
Spielidee: Die Klasse wird in Teams mit ca. 4-6 Mitspielern aufgeteilt. Diese laufen als Staffel nacheinander zu einem auf der gegenüberliegenden Hallenseite befestigten großen Blatt Papier. Vor diesem Blatt liegt ein Zettel, auf dem unterschiedliche Dinge stehen, die von der jeweiligen Person gezeichnet werden sollen. Die erste Person zeichnet nur das unter Punkt 1 stehende, streicht dies auf dem „Anweisungszettel“ durch, rennt zurück zur Gruppe und schickt die zweite Person aus der Mannschaft los. Das Ziel ist es, alle Anweisungen anzuzeichnen. Am Ende des Spiels gibt es sowohl einen „Schnelligkeitsgewinner“ und einen „Schönheitspreis“.	
Material: <ul style="list-style-type: none"> ○ Flipchart-Papier ○ Stifte ○ Anweisungszettel 	
Hinweis: <ul style="list-style-type: none"> • je nach Klassenstufe und der Lesekompetenz der Lerngruppe variiert man die Wortanzahl, Schriftgröße oder verwendet sogar Piktogramme (dann ist dieses Spiel auch ab Klasse 1 spielbar) 	

Anweisungszettel

1. Kopf, ohne Gesicht und Haare
2. Gesicht, Haare und weißer langer Bart
3. Jacke ohne Hände
4. Linke Hand
5. Rechte Hand
6. Rechtes Hosenbein ohne Fuß
7. Linkes Hosenbein ohne Fuß
8. Rechter Stiefel
9. Linker Stiefel
10. Großer Sack in der einen Hand
11. Tannenbaum, ohne Kugeln oder Kerzen
12. Baumschmuck (Kerzen und Kugeln)
13. Geschenke (mehr als 2!)
14. Unterschriften

UNO-Spiel	
Klassenstufe: ab Klasse 1	Ziele: - strategisch ein Ziel gemeinsam erreichen - sich für das Team einsetzen
Spielidee: Die Klasse wird in vier Teams aufgeteilt. Diese laufen als Staffel nacheinander zu einem auf der gegenüberliegenden Hallenseite liegenden Teppichfliese. Auf der Teppichfliese liegen umgedrehte UNO-Karten. Die erste Person dreht eine der Karten um: Ist es die Zahl 1 darf die Karte aufgedeckt liegen bleiben, ist es eine andere Karte, muss die Karte wieder herumgedreht werden. Anschließend rennt Person eins zurück zur Gruppe und schickt die zweite Person aus der Mannschaft los, die wiederum versucht, die „nächste Karte“ herumzudrehen. Gewonnen hat die Mannschaft, die zuerst alle Karten herumgedreht hat.	
Material: <ul style="list-style-type: none"> ○ 4-mal UNO-Karten (1-8) ○ 4 Teppichfliesen 	
Hinweis: <ul style="list-style-type: none"> • je nach Leistungsvermögen der Gruppe und Spieleranzahl pro Team kann man dieses Spiel auch nur mit 9 Karten oder nur mit 5 Karten spielen. 	

Tic-Tac-Toe	
Klassenstufe: ab Klasse 2/3	Ziele: - Überlegtes/cleveres Vorgehen - sich für das Team einsetzen
Spielidee: Die Klasse wird in zwei Teams aufgeteilt. Diese laufen als Staffel nacheinander zu einem in der Mitte der Halle aus Fahrradmänteln aufgebauten „Tic-Tac-Toe-Feld“. Die erste Person legt ein Markierungsband in einen der Fahrradmäntel (es darf jeweils nur ein Band in einem Reifen liegen!). Anschließend läuft diese Person zurück zur Gruppe und schickt den nächsten Mitspieler los. Das Ziel ist es drei Markierungsleibchen in einer Reihe liegen zu haben (horizontal, vertikal oder diagonal). Liegen alle drei Markierungsleibchen einer Gruppe in dem Feld und es gibt noch keinen Sieger, dürfen die Markierungsleibchen in andere Felder gelegt werden, um drei Markierungsleibchen in einer Reihe zu haben.	
Material: <ul style="list-style-type: none"> ○ Fahrradmäntel ○ 6 (2x3) Markierungsbänder oder -leibchen in verschiedenen Farben 	Aufbau: 

<u>Klick-Jump</u>	
Klassenstufe: ab Klasse 1	Ziele: <ul style="list-style-type: none"> - Kooperation - Reaktion/Aufmerksamkeit
Spielidee: Turn-Reifen (circa 20 Stück) liegen in einer Reihe am Boden. Ein Team steht jeweils am Ende der Reifen-Reihe. Die jeweils ersten Spieler springen beidbeinig von Reifen zu Reifen bis sie sich gegenüberstehen. Dort spielen sie eine Runde Klick-Klack-Kluck mit Schere, Stein, Papier. Der Gewinner darf weiterspringen, der Verlierer scheidet aus und stellt sich neu an. Gleichzeitig mit dem Ausscheiden des Verlierers starten jedoch der nächste Spieler seines Teams und springt dem Gewinner entgegen, bis er auf ihn trifft und wieder Klick-Klack-Kluck spielt usw. Ein Team erhält einen Punkt, wenn einer seiner Spieler den Startpunkt des gegnerischen Teams erreicht.	
Material: <ul style="list-style-type: none"> ○ Fahrradmäntel/Turnreifen 	

kooperative Spiele

<u>Hase und Möhre</u>	
Klassenstufe: ab Klasse 1	Ziele: <ul style="list-style-type: none"> - durch gegenseitiges Unterstützen ein Ziel erreichen
Spielidee: Die Klasse wird in zwei Mannschaften aufgeteilt. Eine Mannschaft liegt hinter der blauen Linie auf dem Rücken und die Mitspieler strecken die Arme nach hinten („Möhren“). Die andere Mannschaft steht hinter der anderen blauen Linie (ca. 5m Abstand) („Hasen“). In der Mitte stehen zwei Kinder („Jäger“). Die Hasen versuchen die Möhren auf ihre Seite zu ziehen. Die Jäger versuchen dies zu verhindern, in dem sie die Hasen mit der Poolnudel berühren. Gelingt dies, werden die Hasen zu Möhren. Wer eine Möhre an den Händen hält, darf nicht abgeschlagen werden.	
Material: <ul style="list-style-type: none"> ○ 2 Poolnudeln 	

<u>Bank anheben</u>	
Klassenstufe: ab Klasse 3	Ziele: <ul style="list-style-type: none"> - durch gegenseitiges Unterstützen ein Ziel erreichen - „eine Gruppe/Klasse trägt sich“
Spielidee: Die Klasse verteilt sich kniend an den beiden Längsseiten einer Turnbank. An den Kopfenden der Bank stehen kleine Kästen. Nachdem die Gruppe die Turnbank zur Probe zwei- bis dreimal (wenige Zentimeter) angehoben hat, darf die erste Person langsam über die Bank gehen. Sollte diese Person Unterstützung benötigen, darf eine zweite Person ihr die Hand halten.	

Anschließend kniet sich die erste Person zu den Anderen und die nächste Person geht über die Bank.
<p>Material:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Turnbank ○ 2 kleine Kästen
<p>Hinweise:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Keiner wird zum Mitmachen gezwungen!!! • Die gesamte Hand der „Tragenden“ befindet sich unter der Bank (höchstens der Daumen ist auf der Bank), dies verhindert das Risiko des Drauftretens und Stolperns • Die Lehrkraft kniet am „Einstieg“, sodass der erste Schritt etwas abgefedert werden kann • Kein Springen von/auf der Bank! • Kein Rennen!

Monsterbaby – 1, 2, 3	
<p>Klassenstufe: ab Klasse 3</p>	<p>Ziele:</p> <ul style="list-style-type: none"> - durch gegenseitiges Unterstützen ein Ziel erreichen - „eine Gruppe/Klasse trägt sich“
<p>Spielidee: Die Lehrkraft steht mit dem Gesicht den Schülerinnen und Schülern abgewandt (z.B. vor einer Wand). Die anderen Kinder stehen in einer Reihe etwa 20–30 Meter entfernt (z.B. vor der anderen Wand). Die Lehrkraft ruft: „Monsterbaby, Eins – zwei – drei“ Während er spricht, dürfen sich die Kinder schrittweise auf die Lehrkraft zu bewegen. Beim Wort „Drei“ dreht sich die Lehrkraft um und alle Kinder der Gruppe müssen wie versteinert in ihrer Bewegung verharren. Erwischt die Lehrkraft ein Kind in Bewegung, muss es zurück an den Start. Schafft es die Gruppe, den Standort der Lehrkraft zu erreichen, versucht sie der Lehrkraft das „Monsterbaby“ (z.B. quietschendes Hundespielzeug) zu stehlen und zurück zum Startpunkt zu bringen. Hierbei darf die Gruppe das „Monsterbaby“ untereinander weitergeben (Werfen verboten!). Die Lehrkraft hat nach jeder Spielrunde einen Versuch den Träger des „Monsterbabys“ ausfindig zu machen. Die Gruppe hat gewonnen, wenn das „Monsterbaby“ zurück am Startpunkt der Gruppe ist.</p>	
<p>Material:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Monsterbaby 	
<p>Variation:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstelle der Lehrkraft könnte auch ein Schüler die Rolle des „Monsterbaby-Sitters“ übernehmen. 	

Spiele mit Alltagsmaterialien

<u>Pappdeckelspiel</u>	
Klassenstufe: ab Klasse 1	Ziele: - Kooperativ spielen - (kreativ sein)
Spielidee: In der Halle werden Pappdeckel verteilt und es müssen möglichst viele dieser Pappdeckel so schnell wie möglich gesammelt werden. Es werden vier Teams gebildet und das Ziel ist es möglichst viele Pappdeckel in sein Haus (Fahrradreifen, die in den Ecken der Halle liegen) zu holen. Die Mitspieler dürfen jeweils pro Lauf nur einen Pappdeckel aufsammeln und müssen zurück rennen. Das Spiel ist zu Ende, sobald alle Pappdeckel aufgehoben sind. Gewonnen hat das Team, das am meisten Pappdeckel eingesammelt hat. <i>Alternatives Ende:</i> Gewonnen hat das Team, welches das höchste (spektakulärste, schönste...) Pappdeckel-Haus gebaut hat.	
Material: <ul style="list-style-type: none"> ○ ca. 100 Pappdeckel ○ 4 Fahrradreifen 	
Variante: <ul style="list-style-type: none"> • Die Mitspieler werden in zwei Mannschaften aufgeteilt, die jeweils versuchen die Pappdeckel so zu wenden, dass das „Symbol“ der eigenen Mannschaft oben liegt. Gewonnen hat das Team, welches nach einer festgelegten Zeit die meisten „Symbole“ oben liegen hat 	

<u>Klammerfangen</u>	
Klassenstufe: ab Klasse 1	Ziele: - taktisch spielen - seine Klammern verteidigen, indem ich mich clever positioniere oder schnell weglaufe
Spielidee: Jeder Mitspieler bekommt vier bis fünf Wäscheklammern, die er gut sichtbar an seinem T-Shirt befestigt. Das Ziel des Spiels ist es, den anderen Mitspielern Klammern zu klauen, um möglichst viele Klammern zu besitzen, die man dann wieder an seine Kleidung stecken muss. Hat man keine eigenen Klammern mehr, spielt man trotzdem weiter mit und versucht den Anderen Klammern zu klauen.	
Material: <ul style="list-style-type: none"> ○ ca. 100 Wäscheklammern 	
Variante: <ul style="list-style-type: none"> • Das Ziel ist es, möglichst keine Klammern an der eigenen Kleidung zu haben, sondern die Klammern anderen Personen anzustecken. Das Wegwerfen der Klammern ist verboten. 	

2 Hockey

Schuhhockey	
Klassenstufe: ab Klasse 1/2	Ziele: - Grundzüge des Hockeyspiels kennenlernen - In einer Mannschaft kooperieren
Spielidee: Die Gruppe wird in zwei Teams aufgeteilt. Die Mitspieler ziehen einen Schuh aus und nutzen diesen als „Hockeyschläger“. Das Ziel ist es mit diesem Schuh den Ball in das Tor der gegnerischen Mannschaft zu befördern. Der Schuh darf höchstens in Hüfthöhe gehalten und keinesfalls geworfen werden. Des Weiteren ist das Spielen des Balls mit dem Fuß nicht erlaubt	
Material: <ul style="list-style-type: none"> ○ einen Ball ○ ein Schuh je Mitspieler 	

Streusel-Donut	
Klassenstufe: ab Klasse 1	Ziele: - Kennenlernen des Spielgeräts
Spielidee: Die Gruppe steht in einem Kreis und jeder Mitspieler bekommt einen Gymnastik-Stab. Auf das Kommando „rechts“, „links“, „Drehung“, „Klatschen“ oder „Boden“ wird der Stab kurz gehen gelassen und die entsprechende Aufgabe erledigt. Fall ein Stock fällt, müssen alle Mitspieler zur nächstgelegenen Wand und zurücklaufen.	
Material: <ul style="list-style-type: none"> ○ einen Gymnastikstab pro Mitspieler 	
Hinweis: <ul style="list-style-type: none"> • Diese Spielform ist auch mit einem Hockeyschläger durchführbar 	

Hockey-Zug	
Klassenstufe: ab Klasse 1/2	Ziele: - Basistechniken kennenlernen - Blick vom Spielgerät lösen
Spielidee: In 4er-Gruppen zusammengehen und gemeinsam dribbeln und passen üben. Anschließend bewegt sich die 4er-Gruppe als Zug, der hintereinander herläuft. Die erste Person hat den Donut. Auf Kommando läuft der Letzte direkt/im Slalom an allen vorbei und übernimmt den Donut.	
Material: <ul style="list-style-type: none"> ○ einen Gymnastikstab pro Mitspieler ○ einen Donut pro Gruppe 	
Hinweis: <ul style="list-style-type: none"> • Diese Spielform ist auch mit einem Hockeyschläger und –ball durchführbar 	

Bully-Eiszeit-Ausgerutscht	
Klassenstufe: ab Klasse 2	Ziele: - schnelles Reagieren - Basistechniken (Dribbling, Stoppen, Richtungswechsel)
Spielidee: Alle Schüler laufen mit einem Hockeyschläger und einem Ball durch die Halle, bei Musikstopp soll auf Kommando eine Aufgabe erfüllt werden. Der Spieler, der die Aufgabe als Letzter ausführt, muss eine Strafe (10 Hampelmänner, o.Ä.) ausführen und kann anschließend wieder mitspielen. mögliche Bewegungsideen: „Strafecke“ – in die Hallenecke laufen „Bully“ – zu zweit gegenüberstellen „Bandencheck“ – zu einer Wand laufen „Eiszeit“ – Ball stoppen und eingefroren stehen bleiben „Ausgerutscht“ – Ball stoppen und auf den Boden legen	
Material: ○ je Mitspieler einen Ball und einen Schläger	

Hockey-Gruppenpuzzle	
Klassenstufe: ab Klasse 2	Ziele: - Basistechniken „Schuss“, „Pass“ und „Dribbling“ verbessern - eigene Ideen zur Verbesserung der Basistechniken einbringen
Spielidee: Die Schüler werden nachdem Prinzip eines Gruppenpuzzles in 3 Gruppen aufgeteilt. <i>Stammgruppenphase:</i> Sie sollen sich mit Hilfe von Kleingeräten einen Parcours ausdenken, der zur Verbesserung des Schusses, des Dribbelns oder des Passens dienen soll. Anschließend wird dieser ausprobiert und eventuell modifiziert. <i>Expertengruppenphase:</i> die Schüler der jeweiligen Stammgruppe werden zu Experten für ihre Basistechnik und stellen ihren Parcours vor. Allen Schüler dürfen diesen ausgiebig ausprobieren. Abschluss. Jeder Schüler kann in einem frei ausgewählten Parcours üben.	
Material: ○ diverse Kleingeräte (Hürden, Pylonen, kleine Kästen, Bänke, Seile, Fahrradmäntel, usw.) ○ je Mitspieler einen Ball und einen Schläger	
Hinweise: • Diese Übungsform eignet sich für eine punktuelle Leistungsüberprüfung • Diese Übungsform lässt sich auch sehr gut für die anderen Zielschusspiele zur Vertiefung der dort nötigen Basistechniken nutzen (Prellen, Dribbling, Torschuss/-wurf, Korbwurf, usw....).	

DRIBBELN

Überlegt euch einen Parcours, in dem man das Dribbeln beim Unihockey gut üben kann!

- Welches Material braucht ihr dafür?
- Sind alle Kinder beteiligt? Erhält jeder die Möglichkeit etwas zu sagen und Ideen vorzustellen?
- Einigt euch auf einen gemeinsamen Parcours!
- am Ende muss jedes Gruppenmitglied wissen, wie euer Parcours abläuft!



SCHIEESSEN

Überlegt euch einen Parcours, in dem man das Schießen beim Unihockey gut üben kann!

- Welches Material braucht ihr dafür?
- Sind alle Kinder beteiligt? Erhält jeder die Möglichkeit etwas zu sagen und Ideen vorzustellen?
- Einigt euch auf einen gemeinsamen Parcours!
- am Ende muss jedes Gruppenmitglied wissen, wie euer Parcours abläuft!



PASSEN

Überlegt euch einen Parcours, in dem man das Passen beim Unihockey gut üben kann!

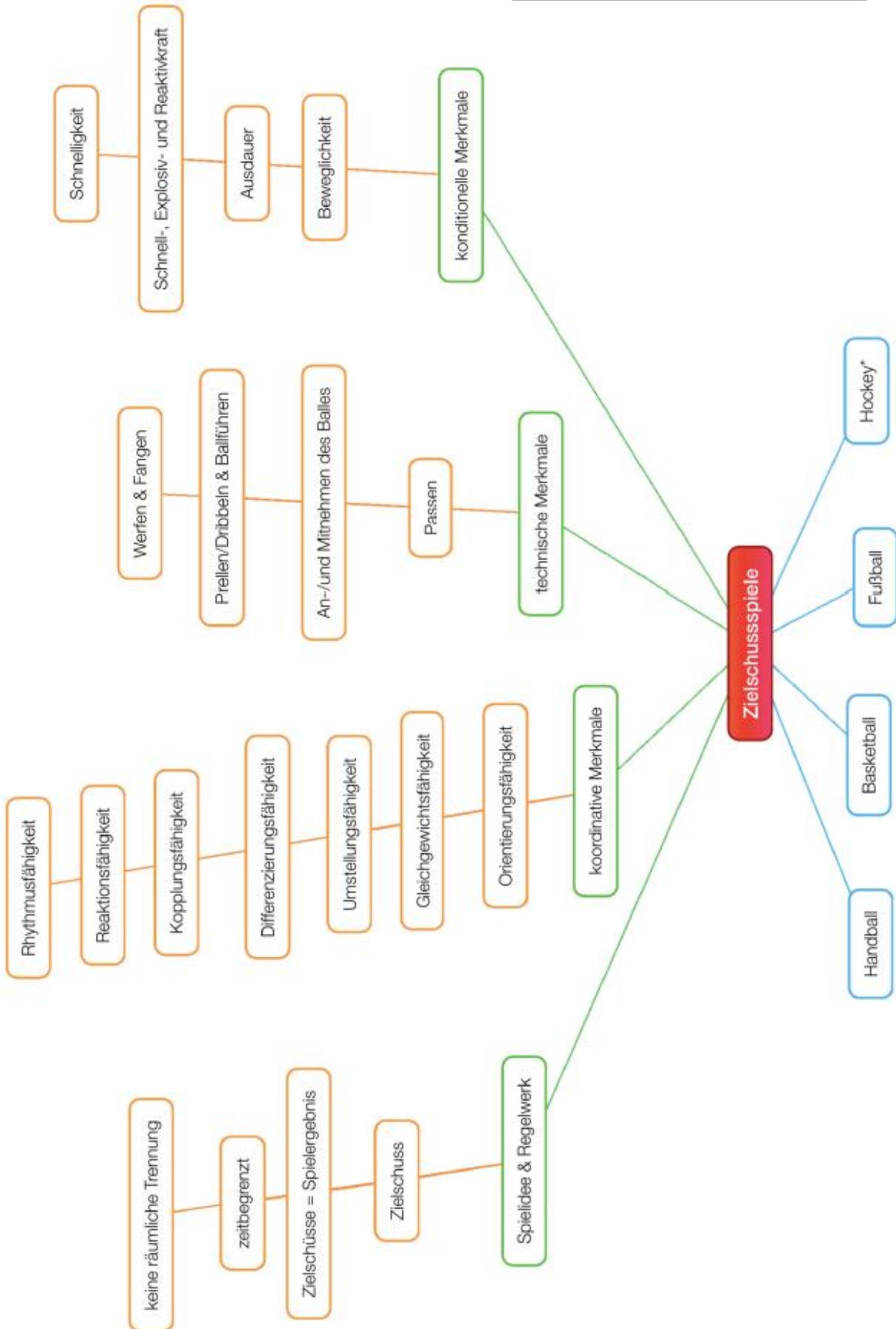
- Welches Material braucht ihr dafür?
- Sind **alle** Kinder beteiligt? Erhält jeder die Möglichkeit etwas zu sagen und Ideen vorzustellen?
- Einigt euch auf einen gemeinsamen Parcours!
- am Ende muss jedes Gruppenmitglied wissen, wie euer Parcours abläuft!

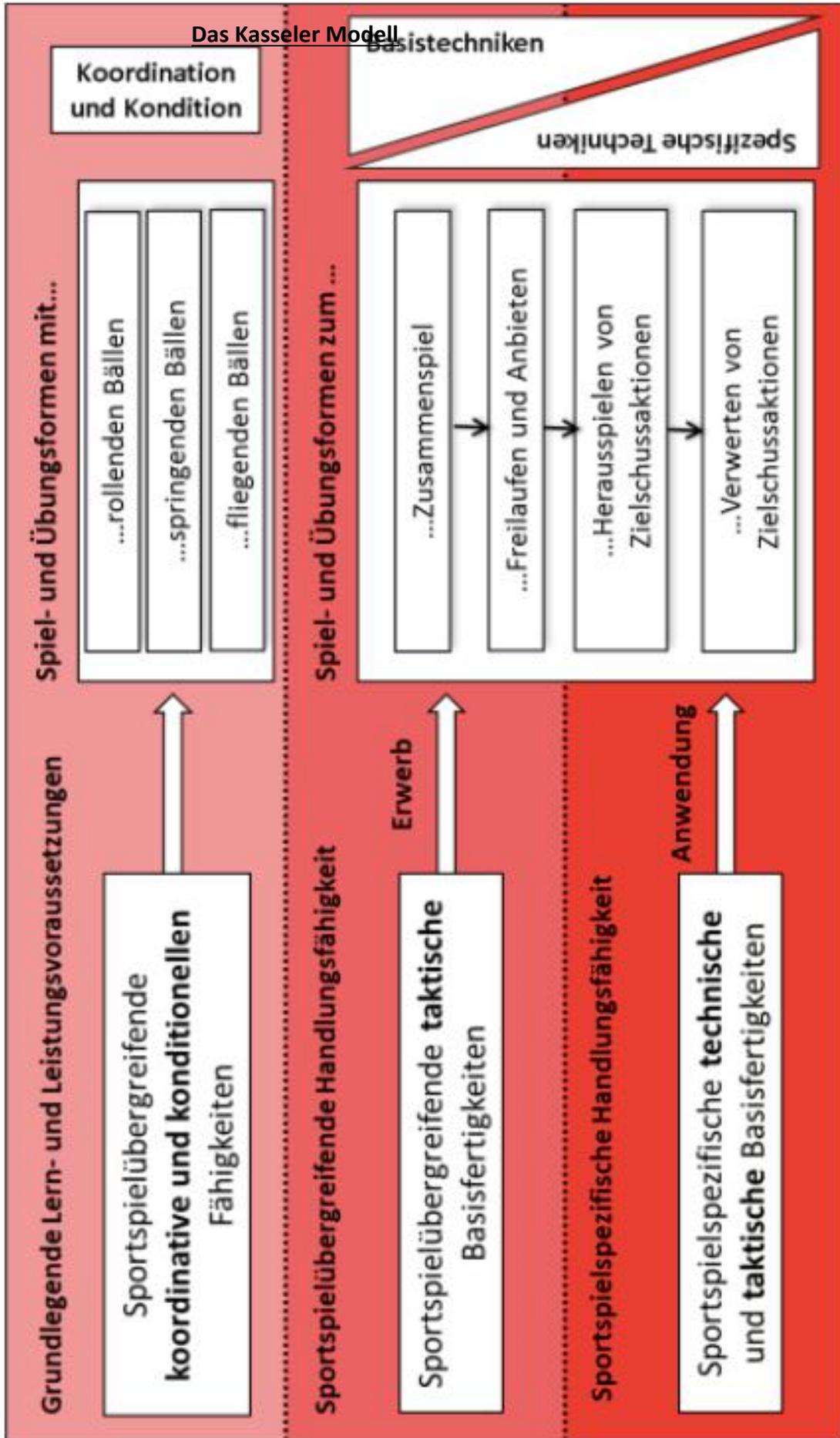


Nummern-Hockey	
Klassenstufe: ab Klasse 2	Ziele: - Hockey spielen (in kleineren Gruppen sind alle Mitspielenden stärker gefordert)
Spielidee: Es werden zwei Mannschaften gebildet. Jedem Spieler wird eine Nummer zugeordnet. Das Hockeyspiel beginnt und es spielen jeweils die Spieler mit der gleichen Zahl gegeneinander (z.B. 1, 3, 5, 7, 9). Nach kurzer Spielzeit wird das Spiel unterbrochen, neue Zahlen genannt und die entsprechenden Schüler gehen auf das Spielfeld.	
Material: <ul style="list-style-type: none"> ○ 2 Hockeytore ○ Ball ○ je Mitspieler einen Schläger ○ Markierungsleibchen 	
Hinweise: <ul style="list-style-type: none"> • Durch das (geschickte) Vergeben der Nummern besteht die Möglichkeit, dass auch Schüler stärker in das Spiel eingebunden werden, die ansonsten nur wenig am Spielgeschehen teilnehmen. Des Weiteren besteht die Möglichkeit, dass die Schüler in Kleingruppen spielen können und so auch tatsächlich ein „Hockeyspiel“ entsteht. • Diese Art des Spielens lässt sich auch sehr gut auf die anderen Zielschussspiele (Hand-, Fuß- und Basketball) übertragen. 	

3 Zielschusspiele

Zielschusspiele - Gemeinsamkeiten





Zielschusspiele – Systematisierung & Vermittlung

Rückschlagspiele		Zielschusspiele	
Einkontakt	Mehrkontakt	Torschusspiele	Wurfspiele
Squash (S) Badminton (S) Tischtennis (S) Tennis (S) Racketball (S) Fives (H)	Volleyball (H) Beachvolleyball (H) Faustball (H) Prellball (H) Indiacca (H)	Fußball Hockey Radball Eishockey	Basketball Handball Streetball American Football

Systematisierung der Sportspiele im deutschsprachigen Raum (in Anlehnung an Bremer et al., 1981; Groth & Kuhlmann, 1989; Adolph & Hönl, 2001; Roth et al, 2002; S = Schläger, H = Hand)

Spielvermittlung

Unterscheidung in deduktive und induktive Unterrichtsmethoden

Deduktive Methode	Induktive Methoden
strukturierte Lernwege Lehrer erklärt, Schüler führt aus	Lernwege sind offen Lehrer hält sich zurück, Schüler probieren aus
<i>Vorteile</i>	
streng gegliederter Lernweg exakte Erfolgskontrolle möglich	neue Bewegungserfahrungen Steigerung der Kreativität
<i>Nachteile</i>	
keine Kreativität auf Schülerseite wirkt motivationshemmend	kostet viel Zeit Erfolgskontrolle schwierig

offenes Unterrichtskonzept	geschlossenes Unterrichtskonzept
hohes Ausmaß an Selbstständigkeit der SuS Erfahrungs- und Interessenbezug Handlungs- und Problemorientierung methodische Offenheit	hoher Anteil an Lenkung durch Lehrer Vermittlungsprozess auf Aneignung des Lernstoffes ausgerichtet optimaler Lernweg und schnelles und effektives Erreichen der Lernziele

Spielvermittlung sollte – unabhängig vom jeweiligen Setting (z.B. Schule) in drei, nicht umkehrbaren Ausbildungsstufen ablaufen:

1. Sportspielübergreifendes Lernen
2. Sportspielgerichtetes Lernen

3. Sportspielspezifisches Lernen

Vermittlungsformen

Übungsreihe	Spielreihe
<p>Die Übungsreihe ist zunächst die übliche Methode, bei der die notwendigen</p> <ul style="list-style-type: none"> - technischen Grundfertigkeiten - komplexere spieltypische Übungen unter Anwendung mehrerer technischer Grundfertigkeiten - anschließend auch taktischen Fertigkeiten (bis hin zum Zielspiel) <p><u>Zergliederungsmethode</u> Aus dem eigentlichen Spiel werden die technischen Grundfertigkeiten entnommen und in isolierten Übungen nacheinander gezielt aufbauend nach dem Prinzip „Vom Leichten zum Schweren“, „Vom Einfachen zum Komplexen“, „Vom Bekannten zum Unbekannten“ geübt.</p>	<p>Ganzheitsmethode</p> <ul style="list-style-type: none"> - möglichst früh zum Spiel gelangen - einzelne Spielformen, die die systematische Entwicklung der Spielfähigkeit erreichen wollen - Spieler alleine, dann mit einem Partner und später in der Gruppe, in Verbindung mit Gegenspielern in Überzahl- und Gleichzahlverhältnissen spielt <p><u>Konfrontationsmethode</u> „Das Spielen wird durch Spielen erlernt“ Über kleine Spiele, kleine Sportspiele gelangt man schließlich über Vereinfachungen des großen Sportspiels zum Zielspiel</p>
<p><u>Vorteil der Übungsreihe</u></p> <p>schwächere Schüler können über das isolierte Üben an das Zielspiel herangeführt werden</p>	<p><u>Vorteil der Spielreihe</u></p> <p>Es werden sofort Spielerfahrungen gesammelt; die Motivationslage der Schüler wird eher berücksichtigt; sie gelangt schnell zum eigentlichen Spiel gelangt</p>
<p><u>Nachteil der Übungsreihe</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Schüler kommen zunächst nicht zum Spielen und erfahren damit nicht den besonderen motivationalen Aspekt der Sportspiele von Anfang an - Schüler mit großen Vorkenntnissen können das Interesse und die Motivation verlieren 	<p><u>Nachteil der Spielreihe</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Schüler sind häufig mit komplexeren Spielsituationen überfordert und stagnieren im Lernprozess

Das spielgemäße Konzept

Das spielgemäße Konzept ist ein Kompromiss zwischen den beiden zuerst genannten Modellen. Systematisch aufbauende Spielreihen bilden die Hauptlinien der Spielvermittlung, die immer wieder durch gezielte Übungsreihen zum Üben technischer Fertigkeiten und taktischer Fähigkeiten ergänzt werden. Das spielgemäße Konzept nutzt Kleine Spiele und Kleine Sportspiele zur Hinführung zum großen Sportspiel, greift aber zur Erarbeitung von technischen und taktischen Teilfertigkeiten auf unterstützende Übungsformen der Teilmethode zurück.

Das Kasseler Modell der integrativen Spielvermittlung (Zielschuss- und Rückschlagspiele)

Die Gemeinsamkeiten der Sportspiele werden genutzt, um sportartenübergreifende Fertigkeiten auszubilden. Über die Grundfertigkeiten und Basistechniken sollen die Spieler zu Spielsicherheit und allgemeiner Spielfähigkeit gelangen. Die Grundsituationen der Sportspiele sind die Basis, um dann zu einer sportspielartübergreifenden Einführung zu kommen.

1. Stufe: Allgemeine grundlegende Lern- und Leistungsvoraussetzungen

Allgemein vorbereitender Teil

- Ziele: Schulung koordinativer und antizipativer Fähigkeiten im Umgang mit unterschiedlichen Bällen, Verbesserung der Situationswahrnehmung und -antizipation, Verbesserung der Sozialstrukturen innerhalb der Lerngruppe
- Inhalte: Koordinationsübungen mit rollenden, springenden und fliegenden Bällen, einfache Spielformen, Fangspiele sowie Basisspiele bzw. stundenthemagebundene selbstentwickelte Spiele
-

2. Stufe: Sportspielübergreifende Komponenten der Spielfähigkeit

Zielschussspielspezifischer Teil (Schwerpunkt: Handball, Fußball, Basketball)

- Ziele: Schulung des Zusammenspiels, Verbesserung des Freilauf- und Deckungsverhaltens, Schulung des Herausspielens und Verwertens von Zielschussaktionen
- Inhalte: Zuspielübungen, Parteiballspiele, Parteiballspiele auf unterschiedliche Ziele, Gleich- und Überzahlspiele auf Tore / Körbe
-

3. Stufe: Sportspielspezifische Komponenten der Spielfähigkeit

Sportspielspezifischer technisch – taktischer Teil

- Ziele: Erlernen sportartspezifischer technischer Fertigkeiten, Anwenden und Festigen der erlernten technischen Fertigkeiten, Verbesserung des Angriffs- und Abwehrverhaltens
- Inhalte: Methodische Übungsreihen zu den verschiedenen technischen Elementen, individual- und gruppentaktisches Verhalten in reduzierten Spielsituationen, gruppen- und manschaftstaktisches Verhalten in komplexen (spielnahen) Spiel- und Übungsformen

Rollender Ball

Übungsvorschläge für das „durch-die-Halle-laufen“

einzel:

- mit einer Hand; mit 2 Händen; zwischen den Händen; neben, vor & hinter dem Körper; Ball rollen & mit verschiedenen Körperteilen stoppen; mit dem Fuß rollen; Ball rollen, vorbeilaufen und durch die Beine rollen lassen
- Linien einbeziehen: trifft man jemand gibt man die Hand; trifft man jemand tauscht man den Ball

zu zweit:

- Schattenlaufen; gegenüberstehen und zurollen; mit dem Fuß passen; anfassen und 2 Bälle (mit Hand oder Fuß) kontrollieren

Tunnelball	
Klassenstufe: ab Klasse 1	Ziele: - den rollenden Ball kontrollieren - als Team agieren
Spielidee: Die Gruppe wird in 5er-/6er-Teams unterteilt. Jedes Team stellt sich hintereinander auf und stellt die Füße etwa schulterbreit auf. Der erste Spieler rollt den Ball durch seine eigenen Beine und die Beine aller Mitspieler. Der letzte Spieler nimmt den Ball auf, läuft nach vorne, stellt sich vor den ersten Spieler und rollt den Ball wieder los. Gewonnen hat die Mannschaft, die zuerst eine festgelegte Anzahl an Durchgängen geschafft hat.	
Material: ○ ein Ball je Team	
Varianten: <ul style="list-style-type: none"> • Die Spieler laufen im Slalom durch die Reihe ihrer Mitspieler. • Der Ball wird nach hinten geschossen, der letzte Spieler stoppt den Ball mit dem Fuß (oder Kopf, Gesäß, Hand) und dribbelt mit dem Ball am Fuß nach vorne. • Die Spieler stehen nicht hintereinander, sondern begeben sich in die „Liegestütz-Position“. Der Ball wird unter den Mitspielern hindurch gerollt und der letzte Mitspieler nimmt den Ball auf, springt über seine Mitspieler, die sich in der Zwischenzeit auf den Bauch gelegt haben, und stellt sich vor den ersten Mitspieler, um den Ball wieder losrollen zu können. 	

Abrollen	
Klassenstufe: ab Klasse 1	Ziele: - einen Ball zielgerichtet rollen - dem rollenden Ball ausweichen
Spielidee: Zu Spielbeginn befindet sich die gesamte Gruppe innerhalb eines rechteckigen relativ kleinen Spielfeldes (ca. 5x5m). Außerhalb des Spielfeldes befinden sich mindestens zwei Spieler. Ziel der Außenspieler ist es einen Ball durch das Spielfeld zu rollen und andere Spieler dabei zu treffen.	

Vom rollenden Ball getroffene Spieler verlassen das Feld und werden zu Außenspielern, die den Ball auch rollen. Gewonnen haben die zwei Spieler, die zuletzt im Feld übrig bleiben. Wichtig: Der Ball darf nicht mit dem Fuß gespielt werden und er darf nicht geworfen werden.

Material:

- 4 kleine Kästen
- 4 Gummitwists

Varianten:

- einen Pezziball verwenden.
- mit mehreren Bällen spielen.

Kegeln

Klassenstufe:

ab Klasse 1/2

Ziele:

- einen Ball zielgerichtet rollen
- rollende Bälle stoppen

Spielidee:

Die Gruppe wird in zwei Teams aufgeteilt. Jede Mannschaft bekommt 10-15 Kegel und stellt diese ca. 2 m vor dem Kopfende der jeweiligen Hallenhälfte in einer Linie mit etwa gleichem Abstand auf. In der Mitte der Halle wird in ca. 50-70 cm Höhe eine Zauberschnur aufgehängt (Hakenbefestigung an der Wand oder Befestigung mittels zwei großer Kästen) und die Halle in zwei Felder getrennt. Jeder Spieler bekommt einen Ball.

Das Ziel des Spiels ist es die Kegel des gegnerischen Teams „umzukegeln“ und die eigenen Kegel zu verteidigen. Hierbei ist zu beachten, dass die Kegel nicht festgehalten dürfen und umgeworfene Kegel nicht wieder aufgestellt werden dürfen. Der Ball darf nur unter der Zauberschnur hindurch gekegelt werden. Das Schießen des Balles ist verboten. Gewonnen hat die Mannschaft, die nach einer festgelegten Zeit (90-120 Sekunden) mehr Kegel umgeworfen hat als der der Gegner.

Material:

- 20-30 Kegel
- Ein Ball je Mitspieler
- Zauberschnur

Hinweis/Variante:

- es hat sich als sinnvoll herausgestellt, dass die Lehrkraft die letzten Sekunden laut herunterzählt und alle Mitspieler sich bei „0“ auf den Boden legen müssen. In diesem Moment darf kein Ball mehr gerollt werden.
- Variante: Das Spiel wird taktischer und es bedarf mehr Teamabsprachen, wenn die Orte der Aufstellung der Kegel von den Teams frei gewählt werden dürfen.

Springender Ball:

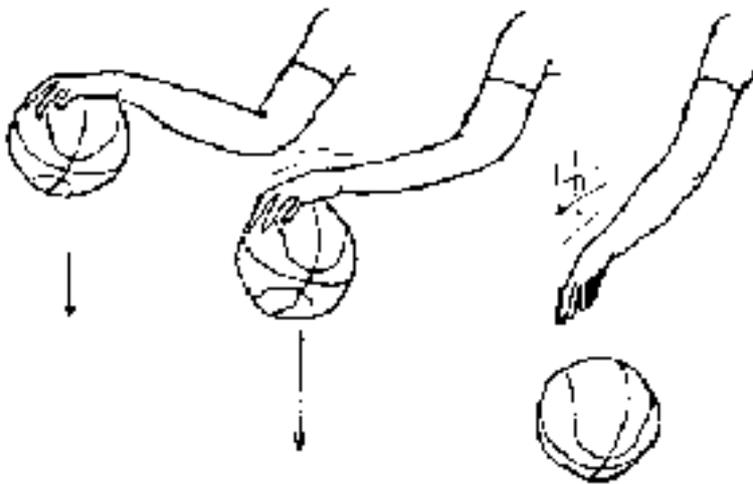
WICHTIG:

- Wenn die Lehrperson pfeift, sitzen die Schüler in den Schneidersitz, legen den Ball in den Schoß und sind ruhig – es wird etwas Neues erklärt.
- Zur Vereinfachung kann mit großen, leichten Bällen geübt werden.

Übungsvorschläge für das „durch-die-Halle-laufen“

Hohes/ tiefes Pellen, starke/schwache Hand, beidhändig, mit geschlossenen Augen, beim Rückwärtsgehen, in der Hocke, prellend hinlegen und wieder aufstehen, Schattenlaufen, Handfassung

Exkurs: Technik „Pellen“



Der Ball wird mit einer gekrümmten Hand zum Boden gedrückt. Dies erfolgt durch den Druck aus Ellbogen- und Handgelenk. Der Ball wird so stark zum Boden gedrückt, dass er danach wieder in etwa Hüfthöhe zurückspringt. Wichtig ist hierbei, dass der Ball mit der Hand „aufgesaugt“ wird, d.h. die Hand dem Ball entgegen geht.

Wichtige Tipps: auf die richtige Kraft achten, damit der Ball auch nur bis zur Hüfthöhe hochspringt. Den Ball nicht mit der flachen Hand „schlagen“, da man so keine Kontrolle über den Ball hat.

Üben mit Lerninseln

Das Prinzip (vgl. Schute, 2012)

- gute Möglichkeit motorische Kompetenzen sehr individualisiert im Sportunterricht üben und vertiefen zu können
- vier identische Lerninseln
- in einem Reifen ein Satz gleicher Arbeitskarten
- Lesekompetenz im Sportunterricht (mit Piktogrammen aber auch in Klasse 1/2 möglich)
- Die Farben symbolisieren den Schwierigkeitsgrad
 - grün (einfach) – muss von jedem bearbeitet werden
 - gelb (mittel) – sollte jeder wenigstens ausprobieren
 - rot (schwer) – Herausforderung für leistungsstarke Schüler

- sowohl einzeln möglich als auch mit einem Tandempartner (leistungsstarker bzw. Leistungsstarker Schüler, Experte; aber auch lesestarker/leseschwacher Schüler)
- optional: blaue „Experten-Karte“ – eigene Übung für das jeweilige Lernziel ausdenken

Lerninsel (grün) zum Thema:

„Springender Ball“

1. Ball ein Stück rollen und anschließend mit unterschiedlichen Körperteilen stoppen (Bauch, Knie etc.)
2. Ball um Körper kreisen lassen
3. Im Stehen den Ball mit der „starken“ und der „schwachen“ Hand prellen
4. Ball einhändig prellen, mit dem anderen Arm kreisen
5. Ball auf dem Handrücken (oder Unterarm) jonglieren
6. Im Gehen prellen
7. Auf einem Bein stehend prellen
8. Im Hüpfen prellen
9. Im Sitzen prellen
10. Ball in der Hocke prellen

Lerninsel (gelb) zum Thema:

„Springender Ball“

1. Sandsäckchen auf dem Kopf balancieren und gleichzeitig einen Ball prellen
2. Bälle im Wechsel links und rechts auf dem Boden aufprellen lassen und wieder fangen
3. Im Rückwärtsgehen prellen
4. Im Liegen prellen
5. Mit geschlossenen Augen prellen
6. Den Ball fest aufprellen, klatschen und dann fangen
7. Auf einer Bank laufen und den Ball prellen, neben der Bank laufen und auf ihr prellen
8. 2 Bällen gleichzeitig prellen
9. Zu zweit, mit einem Ball, immer abwechselnd prellen

Lerninsel (rot) zum Thema:

„Springender Ball“

1. Ball im Gehen durch die Beine prellen. Ein Schritt = 1 x Prellen.
2. Den Ball im Stehen fest aufprellen, hinsetzen und dann fangen
3. Den Ball im Stehen fest aufprellen, hinsetzen, aufstehen und dann fangen
4. Ball fest aufprellen, ganze Drehung, Ball wieder auffangen.
5. Den Ball im Stehen fest aufprellen, hinter dem Rücken klatschen, unter dem Bein klatschen und dann fangen
6. Seitlich zur Wand stehen, Ball gegen die Wand werfen, eine halbe Drehung (von der Wand weg) und den Ball fangen
7. Ball rückwärts mit zwei Händen durch die Beine gegen die Wand werfen, drehen und auffangen
8. Ball hochwerfen, vor dem Körper aufkommen lassen und hinter dem Körper fangen

Zonenwechselfpiel	
Klassenstufe: ab Klasse 1	Ziele: - auf Signale reagieren - den Blick vom Ball lösen
Spielidee: Die Halle wird in drei Bereiche (=Zonen) aufgeteilt, die durchnummeriert werden. Die Mitspieler laufen durcheinander und prellen dabei. Auf den Zuruf der entsprechenden Zahl versuchen alle so schnell wie möglich in die entsprechende Zone zu kommen. Nach einigen Durchgängen wird die Nummer der Zone nicht mehr gerufen, sondern nur durch das Hochhalten einer entsprechenden Anzahl von Fingern symbolisiert.	
Material: <ul style="list-style-type: none"> ○ 6 Hütchen ○ Nummernzettel (1, 2, 3, 4) ○ Ein Ball je Mitspieler 	
Varianten: <ul style="list-style-type: none"> • die Mitspieler prellen im Rückwärtsgehen, im Hopselauf, usw. • wer als Letztes in der entsprechenden Zone ankommt, muss eine Zusatzaufgabe erledigen. 	

Fische fangen	
Klassenstufe: ab Klasse 1	Ziele: - schnelles Prellen und Orientieren - Im Team zusammenspielen
Spielidee: Die Bälle liegen in der Halle verstreut. Die Bälle (=Fische) sollen eingesammelt (ein Ball pro Lauf) werden und auf die heimische Matte gebracht werden. Auf das Startsignal laufen alle Mitspieler jeder Gruppe zu den Bällen in der Mitte, nehmen einen Ball auf und laufen mit diesem wieder zurück zum Schiff (=zur Matte). Es dürfen nur Bälle aus der Mitte genommen werden! Am Ende hat das Team gewonnen, welches die meisten Bälle auf seiner gesammelt hat, wenn sich in der Mitte keine Bälle mehr befinden.	
Material: <ul style="list-style-type: none"> ○ 2-4 kleine Matten ○ Viele Bälle (mind. 3-4 Bälle je Mitspieler) 	
Varianten: <ul style="list-style-type: none"> • Je nach Gruppengröße auch 3 oder 4 Mannschaften bilden. • Variante 1: Bälle müssen auf dem Rückweg geprellt oder mit dem Fuß geführt werden. • Variante 2: ein Kapitän bleibt im Schiff und diesem müssen die Bälle zugeworfen werden. 	

<u>Prellendes Atomspiel</u>	
Klassenstufe: ab Klasse 1	Ziele: - auf Signale reagieren - den Blick vom Ball lösen
Spielidee: Die Mitspieler laufen prellend durch die Halle. Auf den Zuruf einer Zahl treffen sich die Mitspieler so schnell wie möglich entsprechend der genannten Anzahl in Gruppen zusammen. Nach einigen Durchgängen wird die Anzahl nicht mehr gerufen, sondern nur durch das Hochhalten einer entsprechenden Anzahl von Fingern symbolisiert.	
Material: ○ Ein Ball je Mitspieler	
Hinweis/Variante: <ul style="list-style-type: none"> • die Mitspieler prellen im Rückwärtsgehen, im Hopslerlauf, usw. • wer als Letztes in der entsprechenden Zone ankommt, muss eine Zusatzaufgabe erledigen. • Hinweis: dieses Spiel kann man auch für das Dribbling beim Fußball oder Hockey sehr gut nutzen. 	

Fliegender Ball

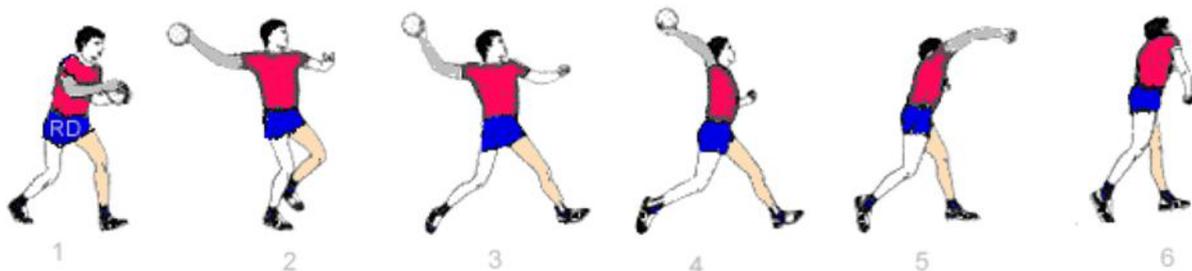
Übungsvorschläge für das „durch-die-Halle-laufen“

einzel:

- Hochwerfen und mit Händen, Füßen, Knien fangen;
hochwerfen/klatschen; hochwerfen/drehen; hochwerfen und
im sitzen/liegen fangen; hochwerfen und im Lauf/im Sprung
(höchster Punkt) fangen

zu zweit:

- gegenüberstehen und erst einen, dann zwei Bälle zupassen
(links/rechts, „Bogenlampe“/Direktpass); einer wirft den Ball
hoch, in der Zeit Doppelpass mit zweitem Ball spielen, dann
fangen



Exkurs: Technik „Schlagwurf“

- Schrittfolge für Rechtshänder links, rechts, links (mit Schrittrhythmus lang, kurz, lang)
- Während der Schrittfolge Oberkörper ausdrehen, Wurf Schulter und Ball nach hinten führen. (siehe Abbildung 2 und 3)
- Ellenbogen auf Ohrenhöhe, Handstellung hinter dem Ball (siehe Abbildung 3).
- Werfen während der Stemmphase des 3. Schrittes (siehe Abbildung 4 und 5).

Methodische Übungsreihe zum Schlagwurf:

1. Jeder erhält einen Tennisball oder einen Minihandball und sucht sich damit einen freien Platz in der Halle. Der Ball wird mit beiden Händen gefasst und mit leicht gebeugten Armen vor dem Körper gehalten. Der Übende nimmt eine leichte Grätschstellung ein und wirft den Ball nach einer kurzen Auftaktbewegung auf den Boden. Anschließend mehrfaches Wiederholen.

Wer schafft es, den Ball gleich wieder mit der entsprechenden Handhaltung zu fangen und sofort wieder auf den Boden zu werfen? Rhythmisches Üben der Bewegungsfolge WERFEN - FANGEN - WERFEN.... (Abbildung 1).

2. Nach dieser Übung suchen sich alle einen Platz, von dem sie den Ball gegen die Wand werfen können (Abstand zwei bis drei Meter). Die Grundhaltung (Grätschstellung und Halten des Balles wie unter 1. beschrieben) bleibt bestehen. Die Übenden führen den Ball aber jetzt mit leicht gebeugten Armen über den Kopf und werfen ihn anschließend mit beiden Händen gegen die Wand. Wichtig ist, dass der Ball über Kopfhöhe die Wand erreicht.

Wer kann den zurückspringenden Ball gleich wieder in der richtigen Handfassung vor dem Körper, in Gesichtshöhe, fangen und sofort wieder gegen die Wand werfen? Wieder zahlreiche Wiederholungen (Abbildung 2).

3. Die Übenden stehen in mittlerer Grätschstellung, der Ball wird mit leicht gebeugten Armen über dem Kopf in schon bekannter Handfassung gehalten. Der Rechtshänder führt mit dem gehaltenen Ball über Kopf eine Vierteldrehung nach rechts aus, wobei der rechte Fuß nur leicht mitdreht, während der linke Fuß angehoben und mit dem Fußballen vor dem Körper neu aufsetzt, so dass jetzt die linke Körperseite in Wurfrichtung (zur Wand) zeigt. Durch die Vierteldrehung wird die Wurfarmschulter zurückgenommen, und die rechte Wurfhand gelangt hinter den Ball, während die linke Hand nur noch Haltfunktion hat. Aus dieser Haltung wird der Ball gegen die Wand geworfen. Wichtig ist, dass nach der Ausführung der Vierteldrehung der Ball sofort geworfen wird. Wer kann den Ball sofort nach dem Wurf wieder fangen, in die Grätschstellung zurückgehen und dann anschließend wiederum die Bewegungsfolge mit der Vierteldrehung ausführen? Erneut mehrere Wiederholungen und nun variierender Abstand zur Wand (Abbildung 3).

4. Bewegungsablauf wie unter 3. beschrieben, aber jetzt erfolgt während des Ausführens der Vierteldrehung das Rücknehmen des fast gestreckten Wurfarms und das gleichzeitige Vornehmen des linken Armes (zeigt in etwa in Wurfrichtung). Danach wird sofort geworfen. Dabei ist auf das flüssige Ausführen von der VIERTELDREHUNG - WURFARMRÜCKNAHME - ZEIGEN DES LINKEN ARMES IN WURFRICHTUNG - WURF zu achten. Diesen Ablauf gilt es immer wieder zu üben (Abbildung 4).

5. Wie 4., aber darauf achten, dass der Wurfarm am Kopf vorbeigeführt wird.

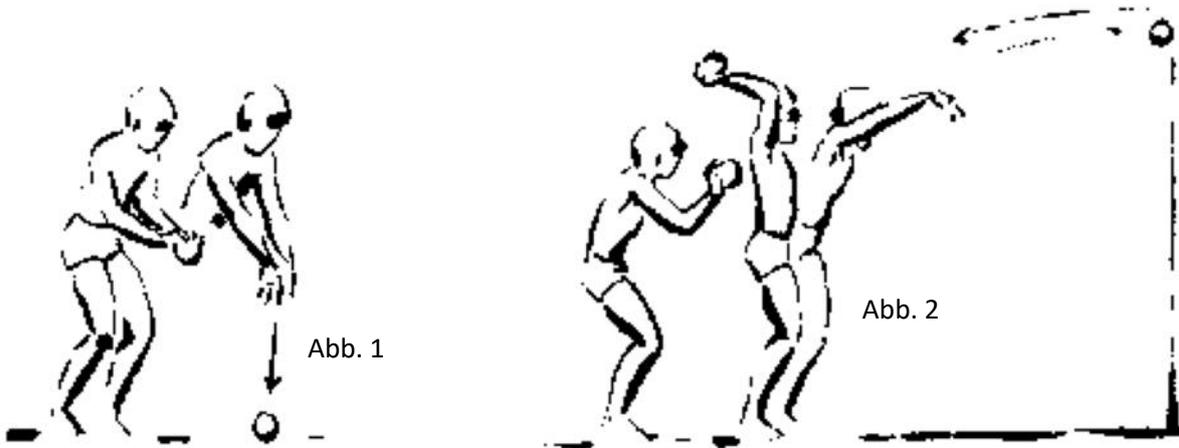
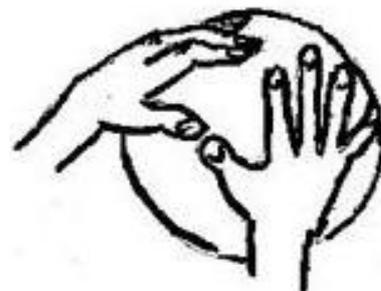


Abb. 4

Exkurs: Technik „Fangen“

Um einen Ball fangen zu können, werden die Hände vor der Brust gehalten. Die Finger sind gespreizt und die Daumen berühren einander (siehe Abbildung). Sieht man den Ball auf sich zu fliegen, gehe die Hände dem Ball leicht entgegen, um den Wurf abzufedern. Berührt der Ball die Hände, schließen sich die Finger und der Ball wird festgehalten.



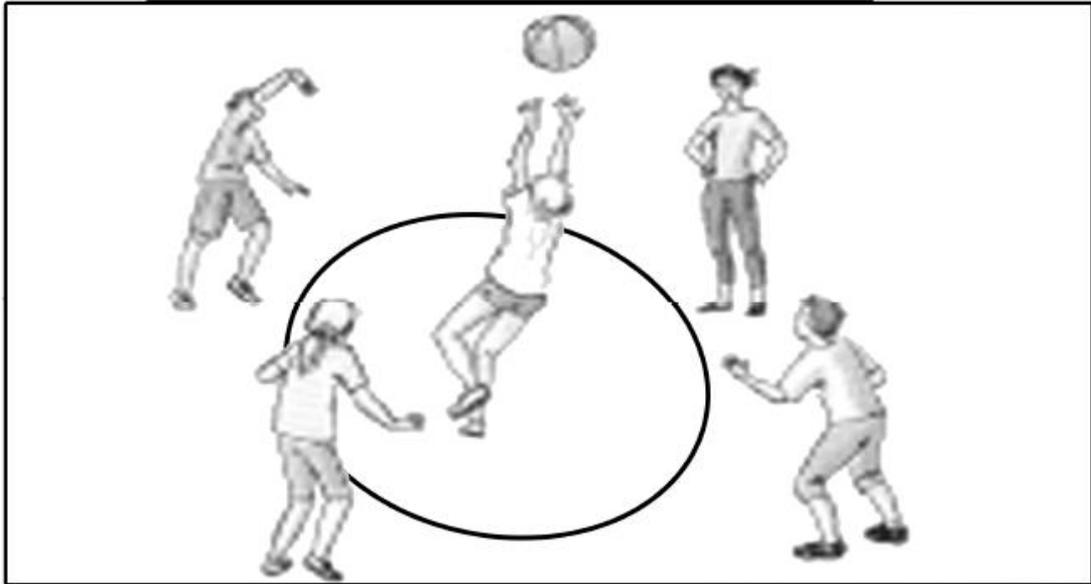
Haltet das Feld frei

Klassenstufe: ab Klasse 1	Ziele: - Bälle werfen - sich auspowern
Spielidee: Die Gruppe wird in zwei Teams aufgeteilt und jedes Team befindet sich in einer Hälfte der Halle. In den Feldern liegen Bälle (ca. ein Ball je Mitspieler). Das Ziel des Spiels ist es, sein eigenes Feld freizuhalten, also die Bälle in das Feld der gegnerischen Mannschaft zu werfen (nicht schießen!), ohne dabei die Mittellinie zu übertreten.	
Material: ○ Ein Ball je Mitspieler	
Hinweis/Variante: <ul style="list-style-type: none"> • man kann die Halle auch in vier Felder aufteilen und dann vier Teams gegeneinander spielen lassen. Dies erhöht die Spielintensität. • Hinweis: es hat sich als sinnvoll herausgestellt, dass die Lehrkraft die letzten Sekunden laut herunterzählt und alle Mitspieler sich bei „0“ auf den Boden legen müssen. In diesem Moment darf kein Ball mehr geworfen werden. 	

<u>Rund um die Pfütze</u>	
Klassenstufe: ab Klasse 1	Ziele: - Wurftechnik üben und vertiefen - Zielgenau (auf bewegliche) Ziele werfen
Es wird Reifen in die Mitte gelegt und Vierergruppe verteilt sich gleichmäßig um den Reifen (ca. 2m Abstand) herum. Die Schüler, die sich gegenüberstehen spielen sich Pässe zu (einhändig, beidhändig, über den Kopf, usw.) bei denen der Ball als Bodenpass im Reifen aufprellen muss. Hierbei kann der Abstand zum Reifen je nach Leistungsfähigkeit variiert werden.	
Material: ○ Ein Reifen für vier Mitspieler ○ Einen Ball für zwei Mitspieler	
Hinweis/Variante: <ul style="list-style-type: none"> • Zwei rollen sich den Reifen zu, während die anderen Kinder versuchen sich den Ball durch den Reifen als Bodenpass zu zuwerfen. In einem Fußball-Setting kann den Ball auch durch den Reifen zu schießen lassen. 	

Parteiball	
Klassenstufe: ab Klasse 1, je nach Spielstufe	Ziele: - Freilaufen, Passen und Fangen üben - kooperativ als Team spielen
Spielidee: <ol style="list-style-type: none"> 1. 3er-Gruppen: Ball zu dritt zupassen; ein Spieler geht in den Reifen und passt von dort einem Mitspieler zu, dann weiterlaufen zum nächsten Reifen und ein anderes Kind geht in den Reifen. 2. 3er-Gruppen; 2 Reifen; abgegrenztes Spielfeld; 2 Angreifer, ein Verteidiger, Kind A passt zu Kind B, Kind C ist der Verteidiger, anschließend passt Kind B zu Kind C und Kind A ist der Verteidiger, zuletzt passt Kind C zu Kind A und Kind B ist der Verteidiger, danach geht es wieder von vorne los. 3. 6er-Gruppen; 4 Reifen; abgegrenztes Spielfeld; 4 Angreifer, 2 feste Verteidiger, Wechsel der Verteidiger nach festem Zeitintervall (evtl. 3-Schrittregel einfordern und Prellen verbieten), Punkte für erfolgreiche Pässe zählen (evtl. eine Person als Schiedsrichter/Punktezähler) 4. 6er-Gruppen; 4 Reifen; abgegrenztes Spielfeld; 3 5. Angreifer, 3 Verteidiger; 2 Teams (kein Verteidiger darf in den Reifen), Punkte für erfolgreiche Pässe zählen 6. 2 Mannschaften: Parteiball 7. Zwei Mannschaften spielen gegeneinander. Sie versuchen eine vorher festgelegte Anzahl (z.B. 10) Pässe untereinander zu spielen und damit einen Punkt zu erzielen. Anschließend wechselt der Ballbesitz. Wird der Ball von der gegnerischen Mannschaft abgefangen oder ins Aus geworfen, bekommt das andere Team den Ball. Es ist verboten zu prellen, den Ball mit dem Fuß zu spielen oder die gegnerischen Spieler zu foulern. 8. 2 Mannschaften, der Passempfänger muss in einem Reifen stehen 9. „Parteiball á la Dino“ Im Spielfeld verteilt liegen 8-10 Fahrradmäntel, in denen sich unterschiedliche Wurfgeräte befinden. Wird das Wurfgerät in den Reifen hineingelegt, hat ein Mannschaftskamerad die Aufgabe den vorher im Fahrradmantel liegenden Gegenstand aufzunehmen und damit weiterzuspielen. 	
Material: <ul style="list-style-type: none"> ○ 8-10 Fahrradmäntel ○ Markierungsbänder ○ Bälle und weitere Wurfgegenstände 	

STATION 1



Tigerball

STATION 1

Ihr spielt „Tigerball“!

Mehrere Kinder bilden einen Kreis um den Basketballkreis. Sie spielen sich den Ball zu.

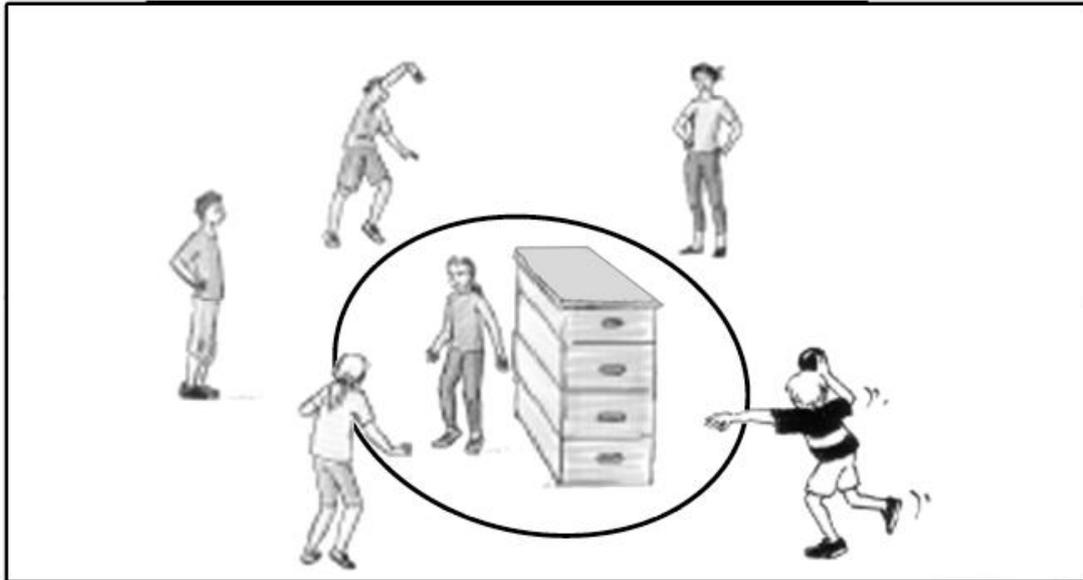
Der Tiger in der Mitte versucht an den Ball heranzukommen.

Schafft er dies, werden die Rollen getauscht und das Kind, was den Ball geworfen hat, ist der neue Tiger.

Bogenlampen sind verboten!

Ihr benötigt: einen Ball

STATION 2



Der Kasten ist euer Schutz!

STATION 2

Ihr spielt „Schutzball“!

Mehrere Kinder bilden einen Kreis um den Basketballkreis.

Sie spielen sich den Ball zu.

Das Kind in der Mitte versucht nicht vom Ball getroffen zu werden.

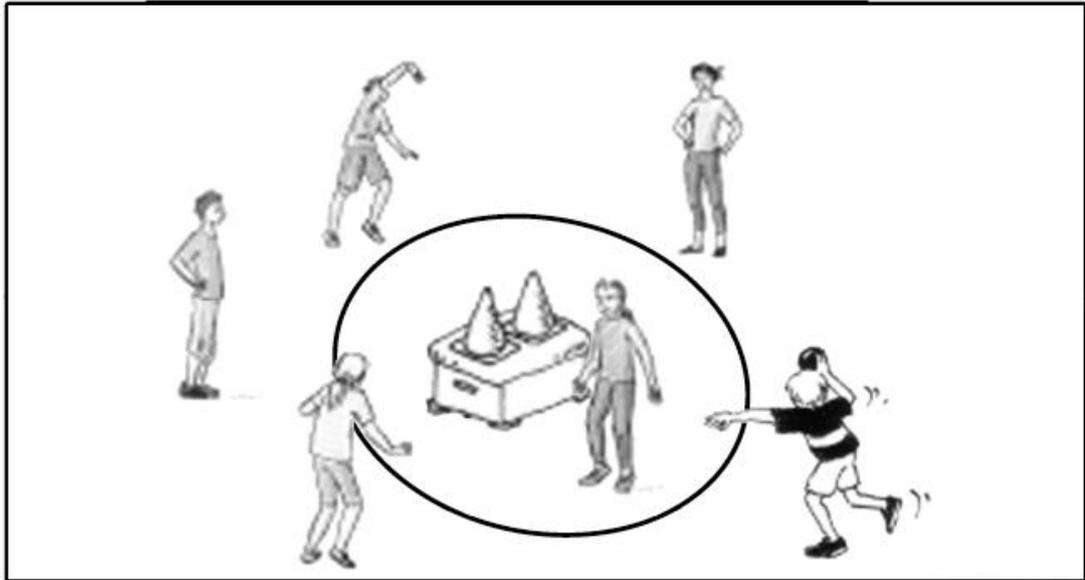
Es kann sich Schutz hinter dem Kasten suchen.

Wird es getroffen, werden die Rollen getauscht und das Kind, was den Ball geworfen hat, ist in der Mitte.

Würfe gegen den Kopf sind verboten!

Ihr benötigt: einen Ball, einen großen Kasten

STATION 3



Verteidigt das Hütchen!

STATION 3

Ihr spielt „Abwehrball“!

Mehrere Kinder bilden einen Kreis um den Basketballkreis. Sie spielen sich den Ball zu und versuchen die Hütchen von dem Kasten herunterzuwerfen.

Das Kind in der Mitte versucht dies zu verhindern.

Sind beide Hütchen heruntergefallen, geht das Kind in die Mitte, dass das letzte Hütchen abgeworfen hat.

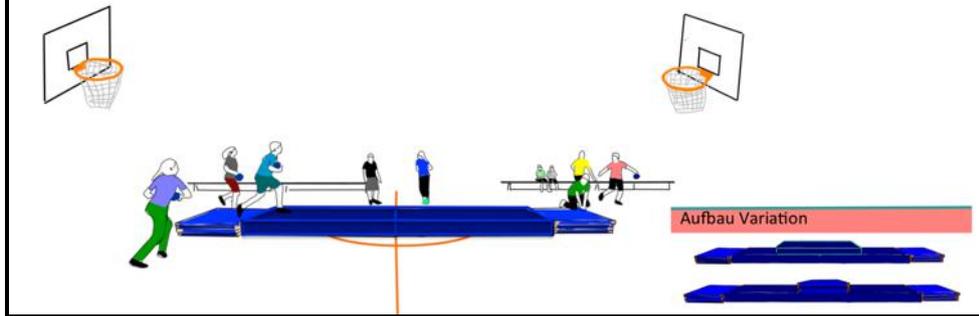
Würfe gegen den Kopf sind verboten!

*Ihr benötigt: einen weichen Ball, einen kleinen Kasten,
2 Hütchen*

Zombieball	
Klassenstufe: ab Klasse 1	Ziele: - dem Ball ausweichen - zielgenau werfen
Spielidee: Alle Spieler laufen durcheinander. Jeder kann jeden abwerfen. Wenn Spieler A einen Spieler B abwirft, so muss sich Spieler B auf die Bank setzen. Er darf erst wieder aufstehen, wenn er oder jemand Anderes Spieler A abgeworfen hat. Um das Spiel interessanter zu machen, können mehrere Bälle ins Spiel gebracht werden.	
Material: ○ 3-5 Bälle	
Varianten: <ul style="list-style-type: none"> • Beschränkt man die Anzahl der Schritte (auf 5 oder sogar 3 Schritte) mit dem Ball in der Hand geht die Aufgabe deutlich stärker in Richtung der großen Sportspiele, erhöht allerdings auch die Komplexität des Spiels. • Um die Intensität für alle Mitspieler zu steigern, müssen nur maximal drei Mitspieler auf der Bank sitzen. Kommt eine vierte abgetroffene Person hinzu, darf die Person, die bereits am längsten auf der Bank sitzt, wieder mitspielen. 	

Dodgeball	
Klassenstufe: ab Klasse 1	Ziele: - dem Ball ausweichen - Bälle fangen und andere Spieler abwerfen
Spielidee: Zwei Teams stehen sich im auf den unterschiedlichen Hälften der Halle gegenüber. Ziel ist es alle Spieler des gegnerischen Teams abzuwerfen. Das Spiel wird mit fünf Bällen auf der Mittellinie liegend gestartet. Auf Pfiff laufen die Spieler von den Grundlinien in die Mitte und ergattern sich die Spielbälle. Wird man vom Ball getroffen muss man das Spielfeld verlassen und darf zurückkehren, wenn es einem Mitspieler gelingt, einen Ball aus der Luft zu fangen. Der am längsten abgeworfene Spieler darf zuerst zurück ins Feld. Ein in der Hand gehaltener Ball darf als "Schutzschild" verwendet werden.	
Material: ○ 5 Bälle	
Variante: <ul style="list-style-type: none"> • Pantherball: Zwei Teams stehen sich in einem Spielfeld, etwa in Volleyballfeldgröße, gegenüber. Ziel ist es, wie beim Völkerball, alle Spieler des gegnerischen Teams abzuwerfen. Zusätzlich wird aus Matten ein Steg in der Mitte des Feldes aufgebaut, auf dem man tief ins gegnerische Feld vordringen kann. Von dort aus kann man die Gegner auch abwerfen, allerdings auch abgeworfen werden. Abgeworfene Spieler setzen sich der Reihe nach auf die Bank, die sich am Spielfeldrand befindet. Der Spieler, der am längsten auf der Bank sitzt, kann befreit werden, indem ein Mitspieler den Ball fängt oder vom „Matten- Steg“ aus auf das gegnerische 	

Basketballbrett wirft und dieses trifft. Wird sogar ein Korb geworfen, sind alle auf der Bank sitzenden Mitspieler wieder frei.

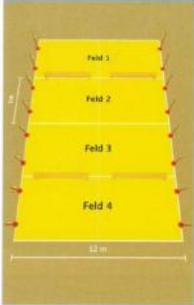


Freilaufspiel	
Klassenstufe: ab Klasse 1	Ziele: - Passen, Fangen und Freilaufen üben
Spielidee: Das Spielfeld wird in eine innere und eine äußere Zone unterteilt. In der inneren Zone stehen Hindernisse. 1/3 der Kinder geht in die innere Zone und 2/3 sind in der äußeren Zone. Die Kinder in der inneren Zone und laufen umher und spielen einen Pass mit Rückpass mit einem Kind der äußeren Zone. Anschließend läuft das (innere) Kind weiter und sucht sich einen anderen „Passpartner“, unter den Kindern, die außen stehen. Wechsel nach einiger Zeit.	
Material: <ul style="list-style-type: none"> ○ Jedes Kind in der „inneren Zone“ braucht einen Ball ○ Geräte, Hütchen, kleine/große Kästen, Bänke, Matten 	
Varianten: <ul style="list-style-type: none"> • Das Spiel ist auch als Fußball- Variante möglich. 	

Handball

Sportunterricht in der Grundschule

Organisation



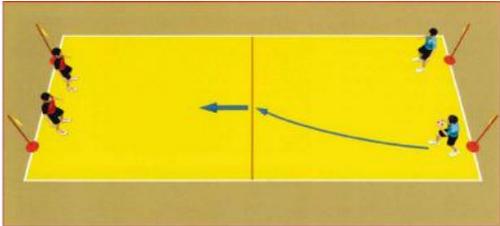
- 1 Hallendrittel (ca. 20 mal 12 Meter) = 4 Spielfelder quer (ca. 12 mal 5 Meter)
- Spielfeldlinien mit Gummipflättchen erkennbar andeuten
- obere Torbegrenzung: 2. Falz der Trennwand
- Tore mit Malstangen/Pylonen markieren
- Jede Mannschaft besteht aus 2 Spielern und 2 Auswechselspielern (insgesamt 32 Spieler möglich). Die Spieler, die gerade nicht am Spiel beteiligt sind, sitzen auf den Bänken zwischen den Spielfeldern (s. Abb. links).

Sportunterricht in der Grundschule

Spielform 2-2

(1) Tragen des Balles (keine Beschränkung der Anzahl der Schritte)

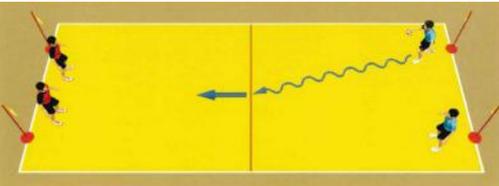
Beide Spieler sind Torhüter // die Torbreite beträgt ca. 4m // nur "Aufsetzertore" zählen // Torshütze wechselt mit Auswechselspieler



Sportunterricht in der Grundschule

Spielform 2-2

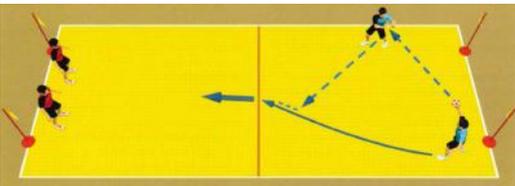
(2) Pellen des Balles („3-Schritte-Regel“)



Sportunterricht in der Grundschule

Spielform 2-2

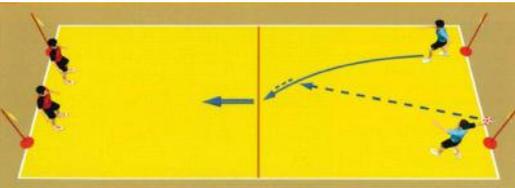
(3) Passen des Balles („ohne Pellen“)



Sportunterricht in der Grundschule

Spielform 2-2

(4) „Langpass“ (zur Wurflinie laufen, einen Pass bekommen und direkt auf das Tor werfen)

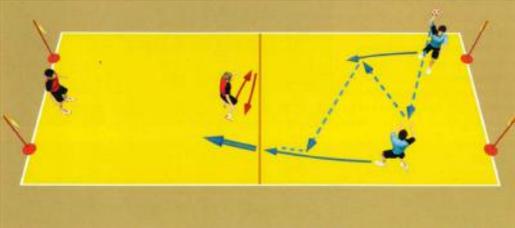


Sportunterricht in der Grundschule

Spielform 2-2

(5) Torhüter + ein Verteidiger an der Wurflinie

Torhüter + Abwehrspieler // Torhüter wird im Angriff zum zweiten Feldspieler // die Torbreite beträgt ca. 2-3m // nur "Aufsetzertore" zählen

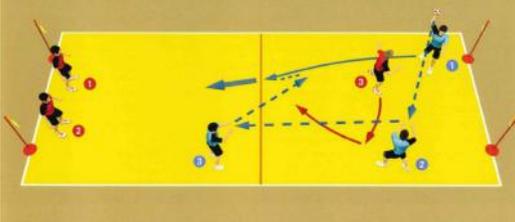


Sportunterricht in der Grundschule

Spielform 3-3

„mit Störer“

Torhüter, Abwehrspieler, „Störer“ // „Störer“ wird im Angriff zur „Passstation“ // die Torbreite beträgt ca. 2-3m // nur "Aufsetzertore" zählen

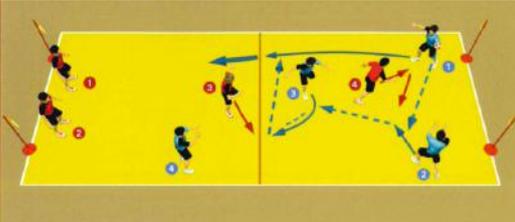


Sportunterricht in der Grundschule

Spielform 4-4

mit „Störer“ und „Verteidiger“

Torhüter, Abwehrspieler, Verteidiger, „Störer“ // „Störer“ wird im Angriff zur „Passstation“ // die Torbreite beträgt ca. 2-3m // nur "Aufsetzertore" zählen



Sautreiben	
Klassenstufe: ab Klasse 1	Ziele: - zielgenau werfen - auf bewegliche Ziele werfen
Spielidee: Zwei Mannschaften stehen sich gegenüber und jeder Spieler hat einen Ball. Die Lehrkraft legt einen Medizinball in die Mitte, den die Spieler auf die andere Seite treiben müssen. Darauf achten, dass Abwurflinien eingehalten werden (zur Not: Bank als Abwurfmarkierung quer legen). Hinweis: Jeder sollte den Ball, den er holt auch werfen!	
Material: <ul style="list-style-type: none"> ○ Medizinball ○ ein Ball je Mitspieler 	
Varianten: <ul style="list-style-type: none"> • In einem quadratischen Spielfeld stehen sich 4 Mannschaften gegenüber • Der Ball wird durch die Gasse gerollt und die Treffer der Mannschaften werden gezählt. • Mannschaft A bildet eine Gasse, Mannschaft B läuft nacheinander durch diese Gasse und darf abgeworfen werden. Die Treffer werden gezählt. (Vorsicht, auch hier gilt, dass die Kinder noch nicht zu fest werfen dürfen oder: Treffer gelten nur im Fußbereich!). • Spieler A und B werfen sich Pässe zu und laufen durch die Gasse, die anderen Spieler müssen versuchen, den Ball in der Luft zu treffen. • Medizinball durch Bankgasse treiben. Zwei Mannschaften versuchen von Ihrer Abwurflinie einen Medizinball durch die Bankgasse zu treiben. Welcher Ball rollt als erster über die Ziellinie? 	

Übungsreihe, die zum Torwurf führt:

1. Stufe: ein Angreifer spielt einen Doppelpass mit der Lehrkraft und wirft den Ball auf das Tor, ohne Verteidiger (1-0).

2. Stufe: Zwei Angreifer spielen sich den Ball zu und werfen diesen auf das Tor (2-0).

3. Stufe: Zwei Angreifer spielen sich den Ball zu und ein Verteidiger versucht (anfänglich in einem abgetrennten Bereich) den Ball abzufangen (2-1).

4. Stufe: Drei Angreifer gegen einen Verteidiger.

5. Stufe: Drei Angreifer gegen zwei Verteidiger.

Hinweis: Das Pellen sollte weitestgehend vermieden und nur im „Notfall“ genutzt werden.

Mattenball	
Klassenstufe: ab Klasse 2	Ziele: - freilaufen, passen und fangen im Spiel anwenden - spieltaktisches Verhalten üben
Spielidee: Zwei Mannschaften spielen gegeneinander und im Spielfeld liegen einige Matte verteilt (je nach Hallengröße und Mitspieleranzahl ca. fünf bis acht Matten). Die Spieler einer Mannschaft passen sich den Ball untereinander zu und versuchen einen eigenen Mitspieler auf der Matte (die nicht verlassen werden darf) anzuspielen. Immer wenn der Mattenspieler den Ball korrekt gefangen hat und ihn danach an einen anderen Mitspieler zurückgepasst hat, gibt es einen Punkt. Wird der Ball von der gegnerischen Mannschaft unter Kontrolle gebracht, so versucht diese ihrerseits mit geschickten Pässen möglichst viele Punkte zu erzielen. Der Pass-Spieler wird anschließend zum neuen Mattenspieler.	
Material: <ul style="list-style-type: none"> ○ 5-8 Matten ○ Ball ○ Markierungsleibchen 	
Varianten: <ul style="list-style-type: none"> • Es gibt keinen Mattenspieler, sondern das Ziel ist es den Ball auf einer Matte abzulegen. Die erhöhte Schwierigkeit entsteht dadurch, dass die zuletzt benutzte Matte „gesperrt“ ist und man so schnellstmöglich nach einer neuen Möglichkeit für die nächste „Ballablage“ schauen muss. 	

Exkurs: „Goalcha“

Die Streethandball-Regeln sind sehr frei – es gibt (noch) kein festes Regelwerk. Die nachfolgenden Grundregeln sind als Vorschlag zu verstehen. Je nach Können der Klasse und Beschaffenheit des Spielfelds werden die Regeln angepasst.

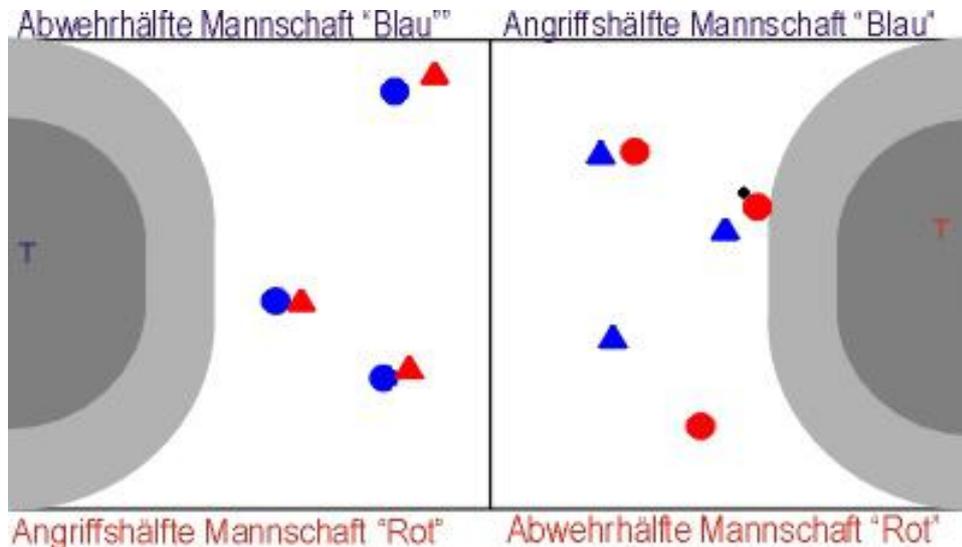
Street Handball wird ohne Schiedsrichter gespielt – Im Umgang mit Regelverstößen gelten dieselben Gepflogenheiten wie beim Streetball.

- Street Handball wird 4 gegen 4 gespielt.
- Es wird auf ein Tor gespielt (ähnlich Streetball).
- Dribbling ist verboten.
- Es gilt die 3-Schritte-Regel.
- Nach einem erfolgreichen Torabschluss bleibt das angreifende Team in Ballbesitz, muss allerdings mit dem Ball hinter eine festgelegte Markierung gelangen. Die Markierung, hinter die nach einer Balleroberung oder einem Tor zu gelangen ist, sollte mindestens 10 Meter vom Tor entfernt.
- Bei Ballverlust (out, Foul, Fehlwurf) erhält die gegnerische Mannschaft den Ball.
- Der Wurfbereich darf nur vom Torhüter betreten werden.
- Street Handball wird ohne Körperkontakt gespielt, der Ball darf nur «free play» erobert werden – d. h. indem ein Pass oder Wurf abgefangen wird.

Exkurs: „Spielvariante 2x3-3“

Verbindliche Spielvariante für mind. eine Halbzeit in der E-Jugend (8-10 Jahre)

Grundregeln des Spiels 2x3-3



- Zwei Mannschaften spielen mit "normaler" Spielerzahl (6 plus Torwart) gegeneinander
- das Handballfeld wird für jede Mannschaft in eine Angriffs- und eine Abwehrhälfte unterteilt (siehe Skizze), die Mittellinie teilt diese und darf nicht überschritten werden. In jeder Hälfte befinden sich je 3 Spieler jeder Mannschaft.
- nach einem Torerfolg bringt der Torhüter den Ball sofort wieder ins Spiel (kein Mittelanwurf)

- durch Abklatschen an der Mittellinie können Spieler die Spielfeldhälfte wechseln, das Verhältnis 3:3 muss immer gewahrt bleiben

Wie man in der Skizze sehen kann, übernehmen die Angreifer auch Abwehraufgaben (Angriff blau), wenn der Ball vom Torhüter einem Abwehrspieler zugespielt wurde und diese nun versuchen den Ball weiter zu ihrem Angriff zu spielen versucht der blaue Angriff sofort wieder in Ballbesitz zu gelangen.

Vorteile des Spiels „2 x 3-3“

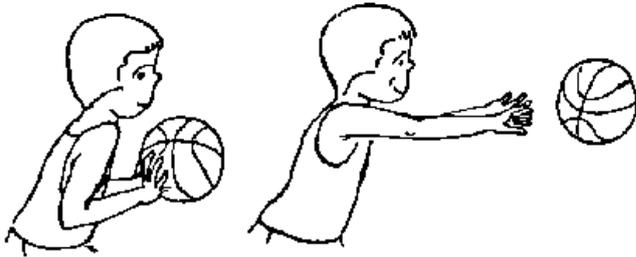
- übersichtlichere Spielsituation, d.h. Vereinfachung von Entscheidungssituationen
- mehr 1 gegen 1 (mit und ohne Ball), mehr Bewegung, mehr Tore, mehr Spaß
- offensives, auf Ballgewinn ausgerichtetes, Abwehrverhalten (statt defensives an 6m auf bloßes Tore verhindern ausgerichtetes Verteidigen)
- Größe ist weniger entscheidend, d.h. kleine, schnelle und bewegliche Spieler haben mehr Chancen ein Tor zu erzielen als bei 6:6
- mehr Verantwortung und mehr Spielanteile für schwächere Spieler (bei nur 3 Spieler in Angriff oder Abwehr muss jeder einzelne mehr Beitragen), kein "Abstellen" auf Außenpositionen

Wichtig:

- jeder Spieler soll immer Spielanteile sowohl im Angriff als auch in der Abwehr erhalten

Basketball

Exkurs: „Passen des Basketballs“

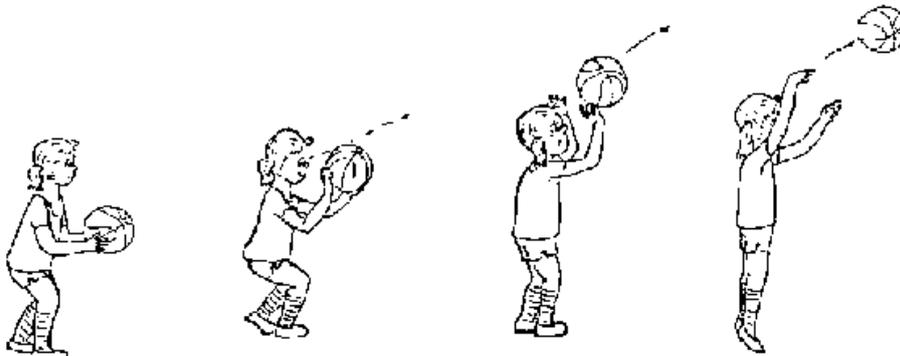


Druckpass:

- Der Ball wird mit beiden Händen vor der Brust gehalten.
- Die Hände kommen mit Daumen, Zeige- und Mittelfinger hinter den Ball.
- Bei dem Pass erfolgt eine schnelle Streckung der Arme und die Fingerspitzen der Mittel- und Zeigefinger verlassen mit einer kräftigen Abklappbewegung als Letzte den Ball.
- Die Handgelenke klappen ab, so dass die Handflächen nach außen zeigen.
- Die Flugbahn des Balles sollte gerade sein und er sollte in Brusthöhe des Partners ankommen.

Passen üben: Kurzes „Einüben des Druckpasses“ mit direktem und indirektem Pass – mit einem/später zwei Bällen (einer indirekt, der andere direkt gepasst).

Exkurs: Technik „Korbwurf“



Die Kinder stehen in schulterbreiter Fußstellung mit leicht gebeugten Beinen frontal vor dem Korb.

- Der Oberkörper ist aufrecht und der Blick zum Korb gerichtet, der Ball wird vor der Brust gehalten

(Daumen zeigen zueinander, Trichterform).

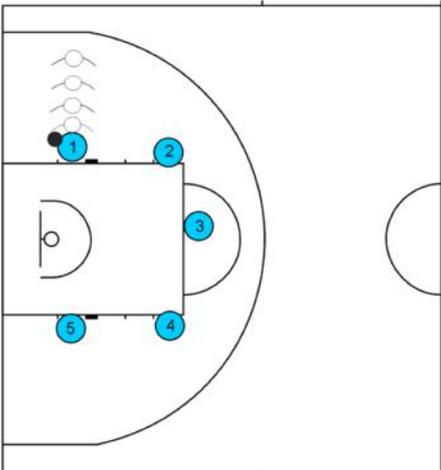
- Die Wurfbewegung wird durch das Hochführen des Balles eingeleitet, dabei wird der Ellbogen der Wurfhand senkrecht vor den Körper gedreht. Dadurch liegt der Ball auf der nach hinten geklappten Wurfhand. Die andere Hand sichert den Ball seitlich.

- Ist der Ball in Stirnhöhe, liegt er auf der Wurfhand wie auf einem Tablett.

- Es erfolgt jetzt die gleichzeitige Streckung der Beine und des Wurfarmes. Dabei zeigt der Ellbogen des Wurfarmes immer in Richtung Korb.

- Das Handgelenk klappt kräftig in Korbrichtung ab („Cobra“). Mittel- und Zeigefinger der Wurfhand berühren als Letzte den Ball.

Mögliche Ausprobieren: in 2er-Gruppen zusammengehen und gemeinsam ausprobieren. Zuerst Technik an der Wand ausprobieren mit gegenseitiger Kontrolle, dann auch auf die Körbe. Wichtig ist eine gegenseitige Kontrolle, die nicht nur frontal, sondern auch von der Seite stattfinden sollte.

Reise um die Welt	
Klassenstufe: ab Klasse 3	Ziele: - Korbwurf ausprobieren - verschiedene Wurfpositionen kennenlernen
Spielidee: Es werden verschiedene Wurfpositionen im Bereich des Zonenrandes festgelegt und mit Hütchen markiert. Jeweils an der ersten Position steht eine Person mit einem Ball, welche auf den Korb wirft. Trifft der Spieler, rückt er zur zweiten Position vor. Gewonnen hat der Spieler, der als erstes alle Positionen durchlaufen hat.	
Material: <ul style="list-style-type: none"> ○ 5 Hütchen ○ 2 Basketballkörbe ○ Basketbälle 	
	

Lebende Körbe	
Klassenstufe: ab Klasse 2/3	Ziele: - prellen, passen, freilaufen - Zielgerichtet werfen
Spielidee: Es werden 4 Mannschaften zu je 5 Spielern gebildet. Es gibt zwei Felder an deren Kopfenden jeweils ein kleiner Kasten steht, auf dem sich ein Spieler befindet. Das Ziel ist dem Kind, welches auf dem Kasten steht, den Ball zu zupassen. Der Pass-Spieler wird anschließend zum neuen Spieler auf dem Kasten. Da zwei Spiele gleichzeitig stattfinden, gibt es keine Schiedsrichter, sondern die Spieler geben Regelverstöße selbst zu.	
Material: <ul style="list-style-type: none"> ○ 2 Basketbälle 	

- | |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ○ 4 kleine Kästen ○ Markierungsleibchen |
|--|

Turm-Basketball	
Klassenstufe: ab Klasse 2/3	Ziele: - Passen und Freilaufen - Zielgerichtet werfen
Spielidee: Zwei Mannschaften spielen gegeneinander. Sie versuchen ihren „Turmspieler“, der auf einem kleinen Kasten in Korbnähe steht, so anzuspielden, dass er den Ball, ohne den Kasten zu verlassen, fangen kann. Danach darf der „Turmspieler“ ohne Behinderung vom Kasten aus auf den Korb werfen. Nach Korberfolg (= 2 Punkte) erhält die Gegenpartei den Ball, bei Fehlwurf ist der Ball zum Spielen frei. Derjenige, der den Turmspieler anspielt wird nächster Turmspieler. Ohne Dribbling!	
Material: <ul style="list-style-type: none"> ○ Basketball ○ 2 Basketballkörbe ○ 2 kleine Kästen ○ Markierungsleibchen 	
Hinweis: <ul style="list-style-type: none"> • Entfernung des Kastens zum Korb vom Leistungsstand der Lerngruppe abhängig machen 	

Hütchenbasketball	
Klassenstufe: ab Klasse 2/3	Ziele: - die Basistechniken des Basketballspiels anwenden - spieltaktisches Verhalten in einem „basketball-ähnlichen“ Spiel zeigen
Spielidee: Zwei Mannschaften spielen gegeneinander; sie versuchen ihrem Mitspieler, der in der „Basketballzone“ (dem Bereich um zwischen Korb und Freiwurflinie) steht, den Ball so zu zuwerfen, dass dieser den Ball, ohne „seinen Bereich“ zu verlassen, mit der Pylone, welches er in der Hand hält, fangen kann. Gelingt dies, bekommt die Mannschaft einen Punkt. Die gegnerische Mannschaft versucht dies zu verhindern und nach Ballgewinn ihrerseits den Ball dem eigenen Mitspieler in der „Basketballzone“ zu zupassen. Derjenige, der den Mitspieler anspielt wird nächster Spieler in der „Basketballzone“. Ohne Dribbling!	
Material: <ul style="list-style-type: none"> ○ Markierungsleibchen ○ Ball ○ Markierungshütchen/Pylone 	

Fußball

Würfelkick	
Klassenstufe: ab Klasse 1/2	Ziele: - Basistechniken des Fußballspiels im Spiel vertiefen - Umgang mit „ungewohntem“ Spielgerät üben
Spielidee: Es werden zwei Mannschaften gebildet. Die Stirnseiten der Halle dienen als Tore. Anstelle eines Balles wird mit einem Schaumstoffwürfel gespielt. Der Schaumstoffwürfel darf nur mit dem Fuß gespielt werden und das Ziel ist es diesen gegen die gegnerische Stirnwand zu schießen. Nach dem Wandtreffer darf der Würfel von keinem Spieler mehr berührt werden. Nach dem Ausrollen des Würfels wird die oben liegende Punktzahl des Würfels (=Tore) ermittelt.	
Material: <ul style="list-style-type: none"> ○ Schaumstoffwürfel ○ Markierungsleibchen 	
Varianten: <ul style="list-style-type: none"> • Tore zählen nur, wenn der Würfel eine gerade (oder ungerade) Zahl anzeigt. • Immer zwei Spieler müssen sich gegenseitig an die Hand fassen und spielen. 	

Eiertanz	
Klassenstufe: ab Klasse 1/2	Ziele: - Basistechniken des Fußballspiels im Spiel vertiefen - Umgang mit „ungewohntem“ Spielgerät üben
Spielidee: Es werden zwei Mannschaften gebildet und diese spielen Fußball (nach gewohnte/eingeführten Fußballregeln) gegeneinander. Das Spiel wird jedoch nicht mit einem gewöhnlichen Fußball, sondern mit einem Softrugby oder Softfootball gespielt.	
Material: <ul style="list-style-type: none"> ○ Softrugby oder Softfootball ○ Markierungsleibchen 	
Hinweis: <ul style="list-style-type: none"> • durch das unberechenbare Springen des Softrugby oder Softfootballs kann es ein leicht erhöhtes Verletzungsrisiko geben. Es wichtig, dass besonders auf das „körperlose Spiel“ geachtet wird. 	

Kastentordribbelwettbewerb	
Klassenstufe: ab Klasse 1/2	Ziele: - Die Basistechniken (Dribbling, Passen, Stoppen, Schießen) werden geübt und vertieft.

Spielidee:

In der Halle werden fünf bis sechs kleine Kästen (=Tore) verteilt. Auf jedem Kasten sitzt ein Mitspieler, der als Torwart agiert, jedoch den Kasten immer mindestens mit seinen beiden Händen berühren muss. Die anderen Spieler haben das Ziel durch Dribbling oder Passen den Torwart auszuspielen und so „Tore“ zu erzielen. Es gibt mehrere (5-6) Spielbälle und nach einer festgelegten Zeit werden die Positionen gewechselt.

Material:

- kleine Kästen
- Bälle

2-Farben-Spiel

Klassenstufe:

ab Klasse 1/2

Ziele:

- Die Wahrnehmung wird geschult
- Anwendung der Basistechniken in spielnahen Situationen

Spielidee:

Zwei Mannschaften in einem abgesteckten Spielfeld. Team A trägt Leibchen in rot & grün, Team B in blau & gelb. Ziel des Spiels ist es den Ball ins Tor/über die Grundlinie/auf Hütchen auf der Grundlinie/in einen Kasten/ des gegnerischen Teams zu schießen. Innerhalb des Teams muss immer abwechselnd zwischen den Farben gepasst werden.

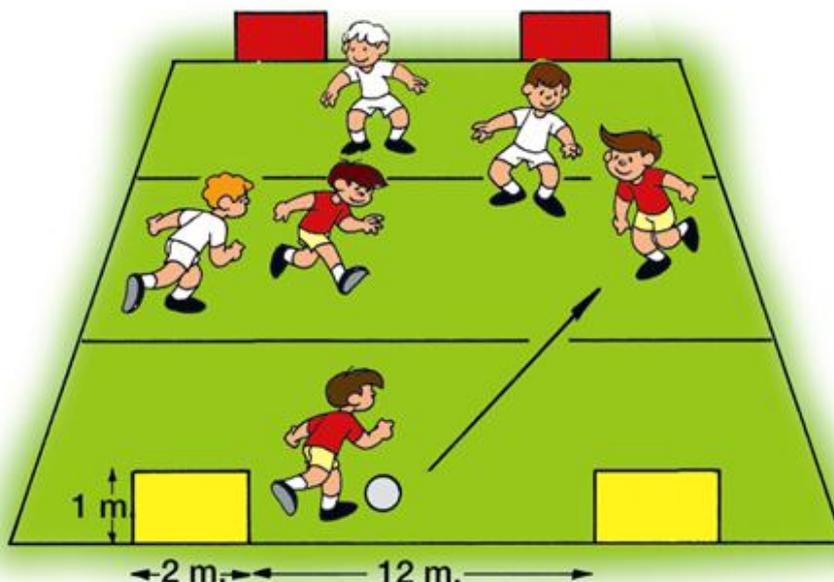
Material:

- Einen Ball
- Markierungsleibchen

Variation:

- Diese Spielform ist auch denkbar im Bereich Hand- oder Basketball.

Exkurs: FUNiño



FUNiño wird (in der Grundversion) 3:3 auf 4 Tore ohne Torspieler gespielt. Ein Tor kann nur in der gegnerischen Schusszone (mit Hütchen markiert) erzielt werden.

Es gibt kein Abseits, keinen Eckball und keinen Elfmeter. Anstelle eines Einwurfes wird der Ball von der Außenlinie gespielt oder gedribbelt.

Bei einem Regelverstoß im Mittelfeld gibt es einen Freistoß oder ein Dribbling. Dabei müssen alle Gegner mehr als 3 Meter entfernt bleiben.

Bei Regelverstoß in der Schusszone erfolgt ein Strafangriff aus der Mitte gegen einen Verteidiger in der Schusszone.

Es gibt keinen Schiedsrichter, die Spieler sind aufgefordert, das Spiel alleine zu spielen.

Sollte eine der beiden Mannschaften mit 3 Toren (oder höher) führen, dann kann die verlierende Mannschaft einen Auswechselspieler einwechseln und mit Überzahl spielen, solange ein Mindestvorsprung von 3 Toren besteht.

Fußball-Handball	
<p>Klassenstufe: ab Klasse 3</p>	<p>Ziele:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Die Wahrnehmung wird geschult - Anwendung der sportspielspezifischen Basistechniken
<p>Spielidee: Zwei Mannschaften in einem Spielfeld, welches in zwei Hälften unterteilt ist. In einer Hälfte wird Fußball gespielt, in der anderen Hälfte Handball. Bei Übertritt des Balles über die Mittellinie wird entsprechend die jeweilige Sportart in dieser Hälfte gespielt.</p>	
<p>Material:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Einen Ball ○ Markierungsleibchen 	
<p>Variation:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diese Spielform ist auch als Fußball-Basketball(=Streetball) oder Basketball(=Streetball)-Handball denkbar. 	

4 Rückschlagspiele

Die Gemeinsamkeiten der Rückschlagspiele werden durch die beiden Wortsilben „Rück“ und „Schlag“ zum Ausdruck gebracht. Die erste Silbe verweist darauf, dass ein bestimmtes Spielobjekt (Ball, Federball, Indiacä...) zwischen zwei Parteien hin und her gespielt wird. Die zweite Silbe verdeutlicht, dass es zu keinem eigentlichen „Besitz“ des Spielobjektes kommt. Charakteristisch ist vielmehr eine nur kurzzeitige Berührung mit der Hand oder einem Schlaggerät. Das Ziel besteht darin, das Spielobjekt so in das gegenüberliegende Feld oder über eine Wand wieder in das eigene Feld zu schlagen, dass kein regelgerechter Rückschlag des Gegners möglich ist.

(vgl. Roth, Kröger & Memmert, 2002, S. 42)

Ein mögliches Vorgehen nach dem Prinzip des Ausprobierens („implizites Lernen“) verschiedener Rückschlagspiele wird im Folgenden beschrieben. Hierbei soll darauf geachtet werden, dass die Anforderungen für die Teilnehmenden „vom Leichten zum Schweren“ ansteigen und dass zuerst das Prinzip des „zusammen Spielens“ im Vordergrund steht, bevor es zum „gegeneinander Spielen“ kommt. Besondere Schwierigkeiten für die Schüler stellen oftmals die kurze Reaktionszeit aufgrund der hohen Geschwindigkeit der Spielgeräte und der Umgang mit einem Schläger, der die Trefferfläche weiter vom Körper weg transformiert. Um diesem Umstand Rechnung zu tragen, wird anfangs mit der Hand und „langsamen Spielgeräten“ (z.B. Luftballon) gespielt.

- Tischtennisball

Jeder Mitspieler bekommt einen Tischtennisball und soll diesen mit der flachen Hand hochhalten, anschließend soll der Ball alleine gegen die Wand gespielt werden (mit/ohne Aufprellen des Balles).

Die nächste Stufe ist das Spielen zu zweit: die Mitspieler sollen den Ball einander zu spielen und anschließend zu zweit hintereinander stehen und den Ball abwechselnd gegen die Wand spielen (ähnlich wie bei Squash).

- Luftballon/Fluba

Jeder Mitspieler bekommt einen Luftballon und soll diesen mit der flachen Hand hochhalten.

Die nächste Stufe ist das Spielen zu zweit: die Mitspieler sollen den Ball einander zu spielen. Eine besondere Herausforderung ist das Spielen mit einem sog. „Fluba“ (in dem Luftballon befindet sich eine mit Wasser gefüllte Wasserbombe), der mit seinem unberechenbaren Flugverhalten für neue Anreize der Mitspieler sorgen kann.

Weitere Möglichkeiten des „Rückschlagspielens“ könnten so aussehen:

In der Halle werden in verschiedenen Höhen Netze (Seile, Volleyballnetze, Badmintonnetze, Zauberschnüre, usw.) aufgehängt und den Schülern eine Vielfalt verschiedener Rückschlagspiele angeboten:

- Indiacä
- Frisbee (einander zu werfen, durch Reifen werfen, usw.)
- Goba
- Tischtennis-Rundlauf (mit Tischtennisball und -schläger oder Tennisball und Händen)
- Street-Racket (in der Halle oder draußen mit Kreide Felder aufzeichnen)

- ogo-Schläger
- Speedminton
- Bassolo (Tennisbälle in/mit Chips- oder Müslidosen zuwerfen und -fangen)
- Ringtennis

Ein sinnvoller Aufbau, in dem die gesamte Klasse gleichzeitig im Spielsystem „2 gegen 2“ sowohl die unterschiedlichen „Rückschlagspiel-Geräte“ (z.B. Schläger, usw.) als auch Grundformen des Volleyballs spielen können, sieht so aus:

Ein Spielfeld ist ca. 3m breit und 6m lang. Die Netzhöhe beträgt etwa 160-200cm (dies hängt jedoch sowohl vom gewählten Spiel als auch vom Leistungsvermögen der beteiligten Schüler ab).

Volleyball

Haben die Schüler bereits ein paar Erfahrungen im Spiel „Ball über die Schnur“ gesammelt, ist es durchaus möglich in der Grundschule erste „Schritte“ im Bereich des Volleyballs zu gehen. Hierfür ist neben der Einführung der Grundtechniken ein methodischer und organisatorischer Aufbau, der den Schülern sowohl kooperative als auch kompetitive Spielerfahrungen bietet.

Technik-Einführung

1. Baggern:
 - I. Klasse 1/2:
Der Ball wird mit beiden Händen von unten geworfen und beidhändig wieder gefangen.
 - II. ab Klasse 2/3:
 1. Den Ball mit ausgestreckten Armen balancieren (im Stand, dann im Laufen)

2. Als Steigerung dann einen Kurvenlauf: Innenschulter absenken, Außenschulter hochnehmen, korrekte Schulter-, Kopf- und Oberkörperhaltung
3. Ball hochwerfen, aufkommen lassen und in Baggerhaltung abfangen, Ball darf nicht wegspringen, ganzer Körper federt ab
4. Ball von unten nach oben an die Wand werfen und mit fest eingestellter Baggerhaltung abprallen lassen
5. Baggern mit aktiver Bewegung zum Partner

2. Pritschen:

I. Klasse 1/2:

Der Ball wird beidhändig oberhalb der Stirn weggestoßen (Druckpass) und beidhändig vor der Stirn wieder gefangen. Hierbei ist auch eine Anpassung der Körperposition (hinter-unter) beim Ballfangen notwendig.

II. ab Klasse 2/3

Der Ball wird mit einer Dreieckshaltung der Hände vor und über der Stirn gespielt. Der Ball wird mit allen Fingern gespielt. Diese sind so gespannt wie ein federndes „Trampolin“. Arme und Beine werden gleichzeitig Richtung Abspielrichtung gestreckt

Bewegungsablauf des Pritschens:

1. Das Kind hält den Ball wie auf einem *Tablett* liegend mit beiden Händen vor dem Bauch fest, um ihn sich so von unten anzuwerfen, dass er von oben auf die Stirn fallen würde.
2. Die richtige Handhaltung vor/über der Stirn wird eingenommen und durch das offene Dreieck der Finger ein „Foto“ des anfliegenden Balles gemacht.
3. *Trampolin*: Der Ball wird federnd mit allen Fingern gespielt.
4. *Supergirl/Superman*: Streckung der Arme nach vorne/oben. Zur besseren Bewegungskontrolle eignet sich ein „*Einfrieren*“ der vollständigen Streckung.

Erste Regeln:

- Der Ball darf nur mit beiden Händen oberhalb der Stirn gefangen werden und von dort aus mit beiden Händen weggestoßen werden → Vorstufe zum Pritschen
- Der Ball darf nicht länger als eine Sekunde gehalten werden und muss schnell weitergespielt werden.
- Der Ball muss dreimal auf der eigenen Seite gespielt werden, bevor er über die Schnur zum Gegner gespielt wird → Vorbereitung einer günstigen Angriffssituation.
- Der Aufschlag erfolgt durch Anpritschen

Beim Spielen gilt auch hier der Grundsatz: „Erst zusammen, dann gegeneinander“. Mögliche Spielformen, die vom organisatorischen Aufbau genau dieses ermöglichen sind:

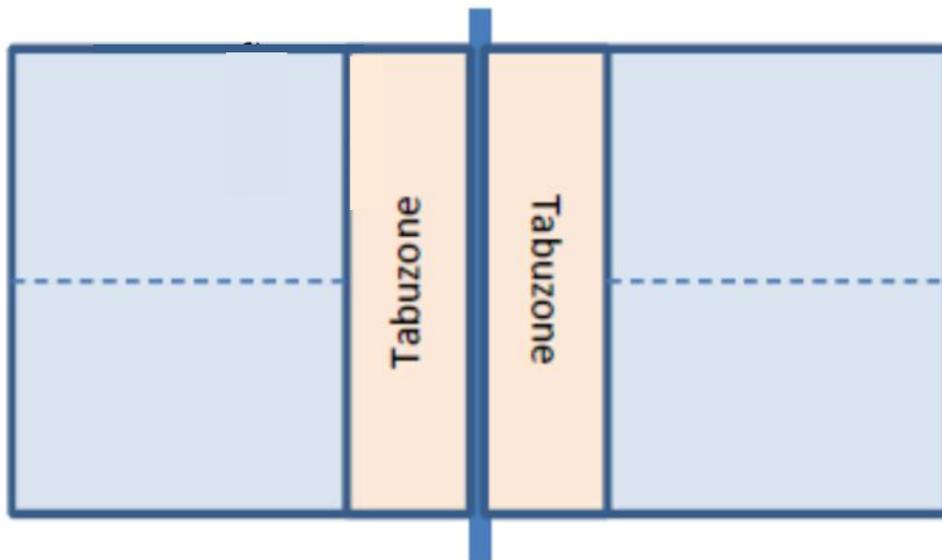
Canadian Volleyball

Das Spiel Canadian-Volley bringt Elemente der Vorform „Ball über die Schnur“ und des Zielspiels Volleyball zusammen. Dafür ist das Fangen und Werfen zunächst im ersten und zweiten Ballkontakt erlaubt, während die dritte Ballberührung volley auf die andere Seite gespielt werden muss.

Variation:

Im nächsten Schritt muss auch der erste Kontakt volley gespielt werden. Somit darf nur noch der zweite Kontakt gefangen werden und die Kinder spielen zwei von drei Ballkontakten volley. Auch hier kann der zweite Kontakt sowohl geworfen, als auch selbst angeworfen und gepritscht werden. Diese Form des Canadian-Volley ist für die vierte Klasse eine hohe Anforderung und unter Umständen noch zu anspruchsvoll.

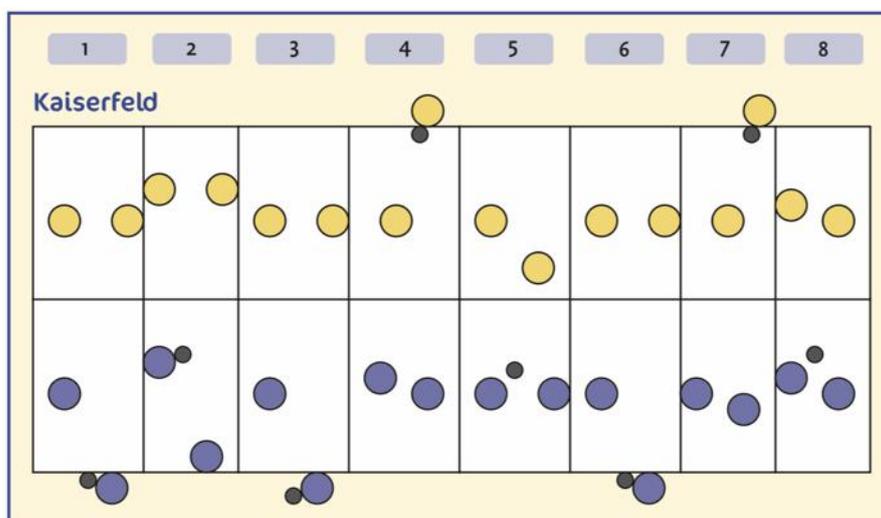
Möglicher Aufbau mit „Tabuzonen“:



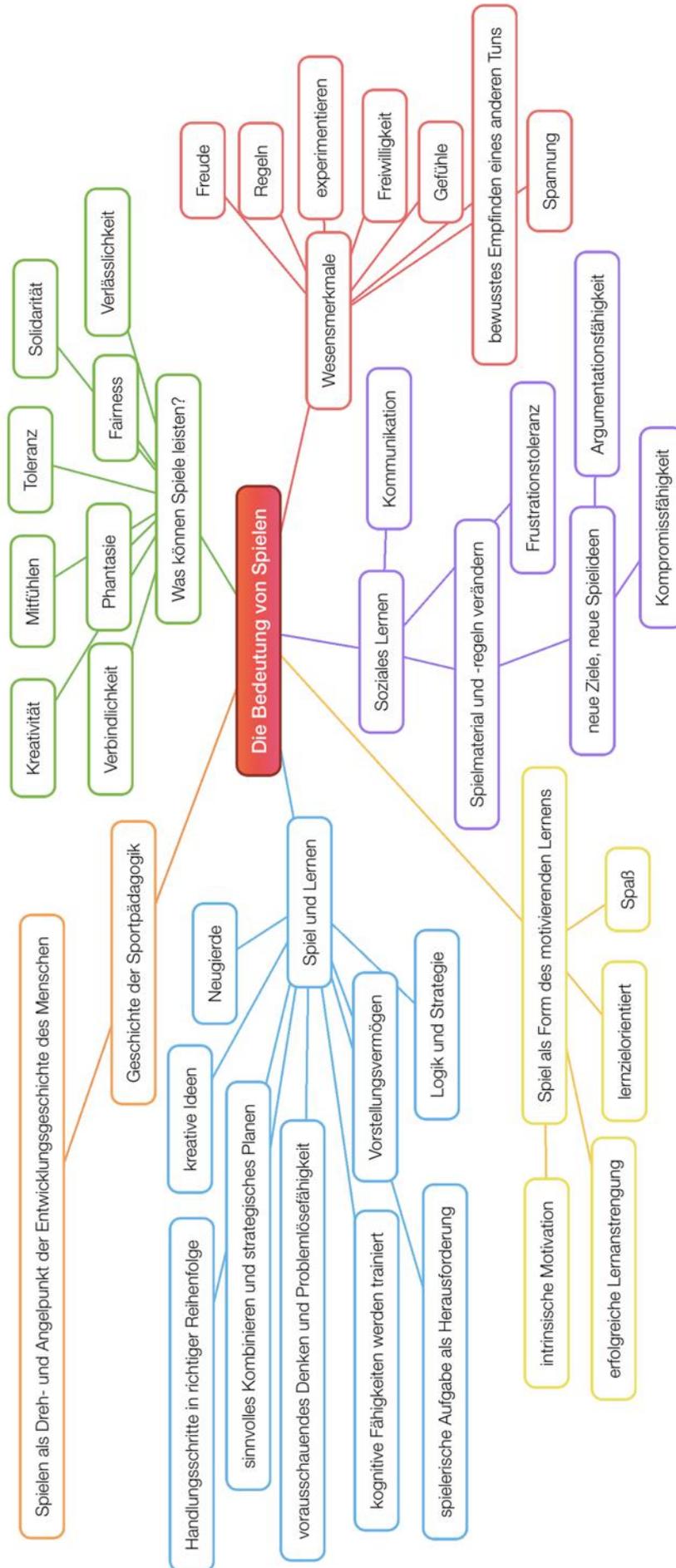
Kaiserturnier

Es wird 2-2 auf Zeit gespielt, mit zentralem Anpfiff und Abpfiff. Nach dem Spiel steigt die Siegermannschaft ein Spielfeld aufwärts und das Verliererteam steigt ein Feld abwärts. Der Sieger auf dem Kaiserfeld und der Verlierer auf dem untersten Feld bleiben stehen. Sollte es nach dem Abpfiff einer Spielrunde auf einigen Feldern noch unentschieden stehen, bleiben alle auf ihren Feldern stehen und schauen denen zu, die den Entscheidungspunkt ausspielen.

Alle hier beschriebenen Organisationsformen können auch in dieser Turnierform gespielt oder integriert werden.



5 Zusatz



Spielen im Kerncurriculum

Überfachliche Kompetenzen	Leitideen	Inhaltsfelder
Personale Kompetenz Sprachkompetenz Soziale Kompetenz Lernkompetenz	Soziale Interaktion Körperwahrnehmung Leisten Gesundheit Ausdruck Wagnis	Spielen Bewegen an und mit Geräten Gymnastik, rhythmisches Bewegen, Tanzen Laufen, Springen, Werfen Fahren, Rollen, Gleiten Mit und gegen Partner kämpfen Bewegen im Wasser

Fachliche Kompetenzen (Leitfaden) Standards am Ende der Kl. 4

Bewegungskompetenz

Die Lernenden können...

- ... Grundformen der Bewegungen anforderungsbezogen ausführen und im Rahmen der eigenen Möglichkeiten verbessern,
- ... sportliche Handlungssituationen koordinativ und konditionell anforderungsgemäß bewältigen,
- ... Bewegungen kreativ, rhythmisch und spielerisch gestalten und präsentieren,
- ... Bewegung anforderungsbezogen steuern und variieren,
- ... in sportlichen Handlungssituationen – auch wettkampfbezogen – anforderungsgemäß reagieren,
- ... grundlegende Möglichkeiten der Fortbewegung, des Richtungswechsels, des Beschleunigens und Anhaltens in situationspezifischen Anforderungen anwenden,
- ... Rhythmen in Bewegung umsetzen,
- ... mit- und gegeneinander spielen,
- ... kontrolliert fallen und landen.

Urteils- und Entscheidungskompetenz

Die Lernenden können...

- ... Bewegungs- und Körpererfahrungen situationsbezogen reflektieren,
- ... Bewegungsverläufe unter Verwendung elementarer Fachbegriffe beschreiben,
- ... Bewegungsausführungen nach vereinbarten Kriterien beurteilen,
- ... Zusammenhänge zwischen Bewegung, Gesundheit und Ernährung an geeigneten Beispielen beschreiben,
- ... sich im handelnden Umgang mit Bewegung Ziele setzen und deren Erreichen überprüfen,
- ... sportliche Spiel- und Bewegungsanforderungen planen und durchführen,
- ... Ressourcen und Bewegungsräume, insbesondere die Natur, erkunden und verantwortungsbewusst nutzen,
- ... Risiken benennen, Gefahren vermeiden, Wagnisse kontrolliert eingehen,
- ... verantwortungsbewusst sichern und helfen,

... das eigene Bewegungsvermögen realistisch einschätzen und situationsbezogen handeln,
... Vereinbarungen zur Affektbeherrschung und -kanalisierung benennen und situationsbezogen einsetzen.

Teamkompetenz

Die Lernenden können...

... Regeln und Vorschriften benennen, einhalten, aufstellen und variieren,
... verschiedene Rollen einnehmen, ausfüllen und akzeptieren,
... sich fair verhalten, auch bei Erfolgs- und Misserfolgserlebnissen,
... unter Anleitung Konflikte konstruktiv lösen,
... situationsbedingt kooperieren,
... Interessens- und Leistungsunterschiede berücksichtigen.
... Vereinbarungen zur Affektbeherrschung und -kanalisierung benennen und situationsbezogen einsetzen

Das Inhaltsfeld „Spielen“ im Kerncurriculum

Zum Lösen von Spielaufgaben sind Grundtechniken (Zuspielen und Annehmen, Vorantreiben und zum Abschluss kommen) im Umgang mit unterschiedlichen Spielgeräten erforderlich. An der Entwicklung eigener Spiele und der Umsetzung von Spielen im Bereich der Fang-, Kraft-, Gewandtheits- und Rückschlagspiele sowie der „Kleinen Spiele“ erfolgt die Auseinandersetzung mit der Spielidee, den Spielregeln, der Rolle der Spielenden, der Technik und Taktik.

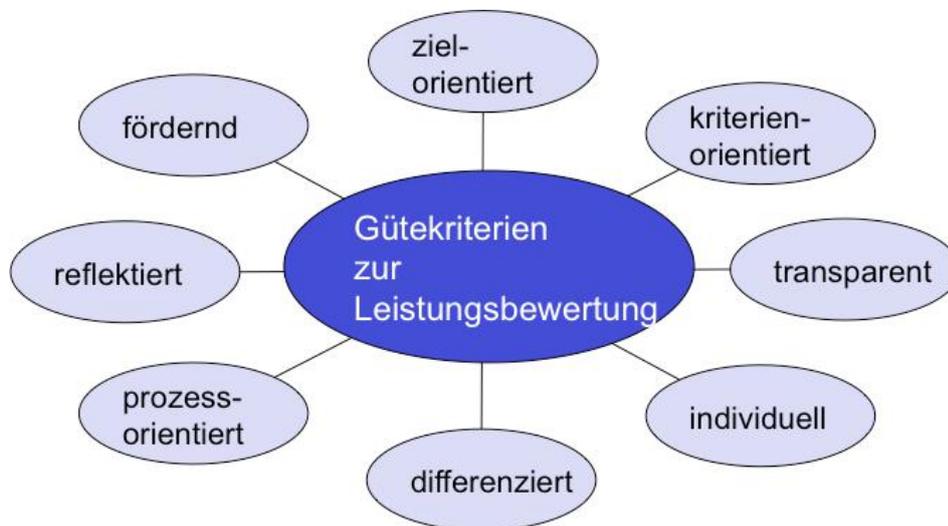
Das Spielen in unterschiedlichen Sozialformen führt die oben genannten Bereiche zusammen. Spielen wird als soziales Handeln praktiziert, das eine Auseinandersetzung mit dem Gedanken der Fairness und des Wettbewerbs einschließt. Dies umfasst auch das Einhalten, Aufstellen und Verändern von Regeln, das Akzeptieren von Schiedsrichterentscheidungen sowie das Lösen von Konflikten unter Anleitung.

Leistungsbewertung

Schulrechtlicher Bezug:

Folgende Gesetze, Verordnungen, Richtlinien sind für die Leistungsbewertung in Hessen maßgeblich:

- Hessisches **Schulgesetz** (HSchG) vom 14.06.2005, zuletzt geändert am 24.03.2015
- Verordnung zur **Gestaltung des Schulverhältnisses** (VOGSV) vom 19.08.2011, geändert am 29.04.2014
- **Bildungsstandards und Inhaltsfelder Sport** – Das neue Kerncurriculum für Hessen. Primarstufe und Sekundarstufe I (Hessisches Kultusministerium, 2011)
- **Lehrpläne Sport**
- Verordnung über Unterricht, Erziehung und **sonderpädagogische Förderung** von Schülerinnen und Schülern mit Beeinträchtigungen oder Behinderungen (VOSB) vom 15. Mai 2012



Grundsätzliche Empfehlungen zur Leistungsbewertung:

Leistungsbeurteilung (Sportnote) setzt sich zusammen aus:

- **kontinuierlich erbrachte Leistungen** im Unterrichtsprozess machen **mindestens die Hälfte** der Leistungsbeurteilung aus,
- **punktuellen Leistungsfeststellungen** (Lernstand in den Bereichen: Bewegungskompetenz (quantitativ messbare Leistungen und qualitative Leistungen des Bewegungskönnens), Teamkompetenz, Urteils- und Entscheidungskompetenz),
- in jedem Halbjahr sollten **mindestens zwei punktuellen Leistungsfeststellungen** resultierend aus verschiedenen Unterrichtsthemen stattfinden,
- schematisch-rechnerische Ermittlung der Gesamtbeurteilung ist **nicht** zulässig, **keine** nur ausschließlich messbare Beurteilung,
- Beeinträchtigungen und Behinderungen sind zu berücksichtigen.
- Genauere Festlegungen trifft die Sportfachkonferenz.

Kontinuierlich erbrachte Leistungen im Unterrichtsprozess sind unter anderem:

- Bewegungskönnen unter Einbeziehung der individuellen Lernentwicklung

- koordinative, konditionelle, gestalterische Fähigkeiten
- Einhalten der Regeln und Bestimmungen, Sportbekleidung, ...
- Selbstständigkeit, Mitverantwortung und Mitgestaltung
- Anstrengungsbereitschaft, Leistungswille, Frustrationstoleranz
- Teamfähigkeit
- Fairness und Verhalten in Konfliktsituationen
- Reflexionsfähigkeit in Sachzusammenhängen
- ...

Formen des Nachteilsausgleichs (§7 Abs.2 VOGSV)

Differenzierungen bei Art und Weise der Leistungserbringung bei gleichbleibenden fachlichen Anforderungen:

- Einsatz von technischen Hilfs- oder Arbeitsmitteln (Gehörschutz, spezieller Rollstuhl, Prothesen, Auftriebskörper beim Schwimmen,...)
- Nutzung didaktisch-methodischer Hilfen (Signale, Markierungen, Parteibänder, bestimmte Bälle, Kennzeichnung von Aufgaben,...)
- Unterrichtsorganisatorische Veränderungen (Sozialformen, verlängerte Ruhephasen, ausgewählte Bereiche der Sportstätte,...)
- Verwendung von Umrechnungsfaktoren für cgs-Messungen
- Verlängerte Bearbeitungs-/Übungszeiten
- *Idee: Spielen von Behindertensportarten*

Verfahren der Mannschaftsbildung

- Die leistungsstärksten Schüler wählen

Vorteile: Es entstehen in der Regel leistungshomogene Mannschaften

Nachteile: Psychologisch schlecht für die schwachen Schüler, da sie immer als letzte gewählt und dadurch jedes Mal als "besonders schwach" herausgestellt werden. Gefahr der "Cliquenbildung".

- Leistungsschwächere Schüler wählen

Vorteile: Auch nicht so gute Schüler dürfen eine Mannschaft bilden und ggf. "Kapitän" sein. Es können durchaus leistungshomogene Mannschaften entstehen.

Nachteile: Es finden sich aber nicht immer gleichstarke Mannschaften, da schwächere Schüler oft aus Sympathie zuerst ihre Freunde wählen.

- Schüler wählen die Spieler für die gegnerische Mannschaft

Zwei Schüler werden als Teamkapitäne ernannt, um abwechselnd Mitspieler für die gegnerische Mannschaft zu wählen.

Vorteile: Vermeintlich schwächere Schüler werden zuerst gewählt und müssen nicht bis zuletzt warten. Geht recht schnell. Homogene Mannschaften entstehen.

Nachteile: Beiden Kapitänen muss dieses Verfahren klar sein, sonst entstehen heterogene Gruppen. Wenn diese Variante zu oft eingesetzt wird verliert der psychologische Aspekt für die Schwachen an Wert.

Alternativ: Der Lehrer bestimmt zwei Schüler. Schüler A bestimmt zwei Mannschaften, Schüler B sucht sich die Mannschaft aus, in der er spielen möchte. Schüler A spielt mit der anderen Mannschaft.

- Der Lehrer trifft eine Vorauswahl (zwei starke Schüler und zwei mittelgute Schüler wählen jeweils eine Mannschaft)

Anmerkung: Eine gute Lösung, wenn mit 4 Mannschaften auf 2 Feldern gespielt wird.

Vorteile: Gute Leistungsdifferenzierung. Die beiden schwächeren Mannschaften, die gegeneinander spielen, werden nicht durch Schüler, die besonders leistungsstark sind, in ihrem Spielverhalten gehemmt.

Nachteile: Die schwächeren Schüler erkennen sehr wohl, dass sie vom Lehrer als "nicht so gut" angesehen werden (negativer Effekt auf die Psyche).

- Der Lehrer trifft eine Vorauswahl und gibt bestimmte Wahlkriterien vor

Beispiel: Es sollen 4 Mannschaften mit je 5 Spielern gebildet werden.

Der Lehrer teilt 4 ungefähr gleich starke Schüler zur Wahl ein.

Ausgangssituation: Jeder Kapitän muss nun noch 4 weitere Spieler auswählen. Alle übrigen Schüler der Klasse sitzen auf einer Bank.

Der Lehrer gibt eine Richtung für die Wahl der sitzenden Schüler vor.

Kapitän Nr.1 muss den ersten Schüler zu seiner Mannschaft nehmen. Er darf auch die nächsten drei in sein Team beordern, wenn er dies wünscht. Seine Mannschaft wäre dann bereits komplett. Er kann jedoch auch nur den nächsten oder die nächsten 2 Schüler zu seiner Gruppe nehmen und das Wahlrecht an den Kapitän Nr. 2 weitergeben. Dieser muss ebenfalls den ersten Schüler nehmen und kann je nach Situation wieder entscheiden, ob er sein Team schon komplettieren will oder nicht.

Dieses Verfahren wird solange praktiziert, bis alle Mannschaften vollzählig sind.

Vorteile: Gute Vermischung von schwächeren und stärkeren Schülern; hat auch sozialintegrativen Charakter, da die "unbeliebten" Schüler nicht bis zum Schluss übrigbleiben.

Nachteile: Wenn der Zufall es will, können ungleich starke Teams entstehen.

- Das "Daumenbiegen"

Die Schüler stellen sich in einen Kreis, machen eine Faust, strecken den Daumen hervor und schließen die Augen. Dann darf ein Kind (schnell und spontan) die Hälfte der Fäuste umdrehen, so dass der Daumen bei der Hälfte der Kinder nach unten zeigt. Benötigt man Pärchen, kann man die Kinder - im Kreis stehend (wieder mit geschlossenen Augen) - nach einer Hand greifen lassen, so dass sich Paare finden.

Anmerkung: Lustiges und einfaches Verfahren.

Vorteile: Schnelle Mannschaftsbildung

Nachteile: Häufig entstehen ungleiche Mannschaften. Dies kann zu "Frust" bei den Spielern führen.

- Der Lehrer zählt die Schüler der Reihe nach ab (z. B. 1, 2, 1, 2 oder 1, 2, 3, 4, 1, 2, 3, 4, je nach Anzahl der benötigten Mannschaften)

Anmerkung: Gutes Verfahren, wenn es schnell gehen muss.

Vorteile: Schnelle Mannschaftsbildung

Nachteile: Häufig entstehen ungleiche Mannschaften. Dies kann zu "Frust" bei den Spielern führen.

- Der Spielleiter ernennt 2 Schüler/Innen (am besten 2 gleichstarke S. oder auch Geburtstagskinder).

Diese stellen sich mit dem Gesicht zur Wand in die diagonal gegenüberliegenden Ecken der Halle. Alle übrigen S. werden vom L. durchgezählt (1, 2, 3, etc.). Danach dürfen die vom Spielleiter benannten S. der Reihe nach beliebige Zahlen aufrufen. Die aufgerufenen S. dürfen sich jedoch noch nicht direkt zu den Mannschaftskapitänen stellen, sondern müssen zunächst in die andere Ecke derselben Hallenseite gehen (somit wird das "Vorflüstern" von Namen vermieden).

Anmerkung: Kein sehr schnelles Verfahren, macht den Schülern aber sehr viel Spaß, zumal sie sich überraschen lassen müssen, wer wohl in ihre Gruppe kommt.

Vorteile: lustige Form der Mannschaftsbildung

Nachteile: Auch hier können zufällig ungleiche Mannschaften entstehen. Dies kann zu "Frust" bei den Spielern führen.

- Die Schüler ziehen eine Karte aus einem Kartenspiel (z. B. 2 verschiedene Farben bei 2 Mannschaften; 4 Farben bei 4 Mannschaften etc.)

Beispiel: Ein Kartenspiel (Quartettspiel bei Vierergruppen) wird den Schülern verdeckt vorgehalten. Jeder Spieler zieht sich eine Karte. Alle, die eine rote Karte haben, gehören zu einer Mannschaft, alle Schüler, die eine schwarze Karte gezogen haben, bilden die gegnerische Mannschaft.

Anmerkung: Gute Möglichkeit, wenn es schnell gehen muss. Verfahren, welches für die Schüler vollkommen neu ist, ihre Neugierde weckt und in der Regel von allen akzeptiert wird.

Vorteile: Schnelle Mannschaftsbildung

Nachteile: Häufig entstehen ungleiche Mannschaften. Dies kann zu "Frust" bei den Spielern führen.

- Mannschaftsbildung durch Geburtstag

Der Lehrer teilt die nach ihrem Geburtsmonat in Gruppen ein.

Anmerkung: gutes Verfahren bei koedukativem Unterricht.

Vorteile: geht schnell

Nachteile: Lehrer muss den Überblick behalten, geht nicht immer genau auf

- Mannschaftsbildung durch Körpergröße

Die Schüler stellen sich in einer Reihe auf. Es gehen immer abwechselnd die jeweils äußeren beiden in eine Mannschaft (der größte und kleinste Schüler sind die ersten beiden Spieler von Mannschaft A, der zweitgrößte und zweitkleinste spielen zusammen in Mannschaft B, die nächsten beiden gehen wieder in Mannschaft A usw.).

Vorteile: Schüler können sich selbst kontrollieren

Nachteile: Es kann länger dauern, bis die Schüler tatsächlich in der richtigen Reihenfolge stehen.

- Mannschaftsbildung durch Farbe der Kleidung

Der Lehrer teilt Schüler je nach Farbe des T-Shirts oder der Hose in eine "helle und dunkle" Mannschaft ein.

Anmerkung: Geht nur, wenn der Lehrer einen schnellen Überblick hat, bzw. dies auf den ersten Blick erkennbar ist.

Vorteil: geht schnell

Nachteil: funktioniert nicht, wenn die Schüler nicht dementsprechend bekleidet sind.

- Mannschaftsbildung mit Postkarten und kombinierter Aufwärmgymnastik

Der Lehrer bereitet Postkarten vor, die mit unterschiedlichen Symbolen auf der einen Seite versehen werden (jeweils gleiche Symbole für eine Mannschaft). Auf der anderen Seite der Karte stehen Aufwärmübungen. Jeder Schüler bekommt eine Karte. Der Lehrer lässt Musik laufen. In dieser Zeit bewegen sich die Schüler quer durch die Halle. Wenn die Musik aufhört, machen sie die Übungen, die auf der Karte stehen. Wenn die Musik wieder läuft, tauschen sie ihre Karte mit einem Mitschüler. Je nach Intensität des Aufwärmens wird dies wiederholt.

Am Ende des Aufwärmens hat jeder Schüler eine Karte. Die mit dem gleichen Symbol bilden eine Mannschaft.

So sind die Schüler warm und gedehnt (je nach Übungen auf den Karten) und die Mannschaftseinteilung ist auch geschafft.

- Schüler wählen die Spieler für die gegnerische Mannschaft

Zwei Schüler werden als Teamkapitäne ernannt, um abwechselnd Mitspieler für die gegnerische Mannschaft zu wählen.

Vorteile: Vermeidlich schwächere Schüler werden zuerst gewählt und müssen nicht bis zuletzt warten. Geht recht schnell. Homogene Mannschaften entstehen.

Nachteile: Beiden Kapitänen muss dieses Verfahren klar sein, sonst entstehen heterogene Gruppen. Wenn diese Variante zu oft eingesetzt wird verliert der psychologische Aspekt für die Schwachen an Wert.

- Zwei Freunde wählen jeweils ein weiteres Freundschaftspaar dazu

Anmerkung: kommt gut bei den Mädchen an, da Mädchen sehr gern mit ihrer Freundin in einer Mannschaft spielen.

Vorteile: Betont den sozialaffektiven Charakter des "Miteinanderspielens". Spaß und Freundschaft in Vordergrund.

Nachteile: Oft keine Leistungshomogenität der Gruppen.

Der Lehrer beauftragt die Schüler, zur nächsten Stunde, eine gerechte Mannschaftseinteilung schriftlich auszuarbeiten

Anmerkung: Gutes Verfahren, wenn man bis zur nächsten Sportstunde Zeit hat.

Vorteile: Das Vorgehen verkürzt die Einteilungszeit, ist pädagogisch wertvoll und meistens sehr gerecht.

Nachteile: Benötigt Zeit und ist deshalb für die jeweils aktuelle Sportstunde nicht praktikabel.

- Der Lehrer bestimmt zwei SchülerInnen aus der Klasse.

Schüler A darf die Mannschaften einteilen. Schüler B hat zunächst nichts zu tun. Sobald beide Mannschaften feststehen, darf sich Schüler B aussuchen, in welche Mannschaft er gehen möchte. Spieler A muss dann in die "übrig gebliebene" Mannschaft. Dies bedeutet: Spieler B, der ja zuerst wählen darf, in welcher Mannschaft er spielen möchte, würde immer in die leistungsstärkere Gruppe gehen, wenn A ungleiche Gruppen gebildet hätte. Somit hätte A Pech und musste in die leistungsschwächere Mannschaft. Haben die Schüler das Prinzip der Einteilung verstanden, dann erstellen sie in Zukunft auch zwei gerechte Mannschaften.

Anmerkung: Überträgt Verantwortung und fördert die Mitbestimmung der Schüler.

Vorteile: Mitverantwortung der Schüler.

Nachteile: Benötigt etwas Zeit, da sich die meisten Schüler nicht so schnell für eine Lösung entscheiden können.

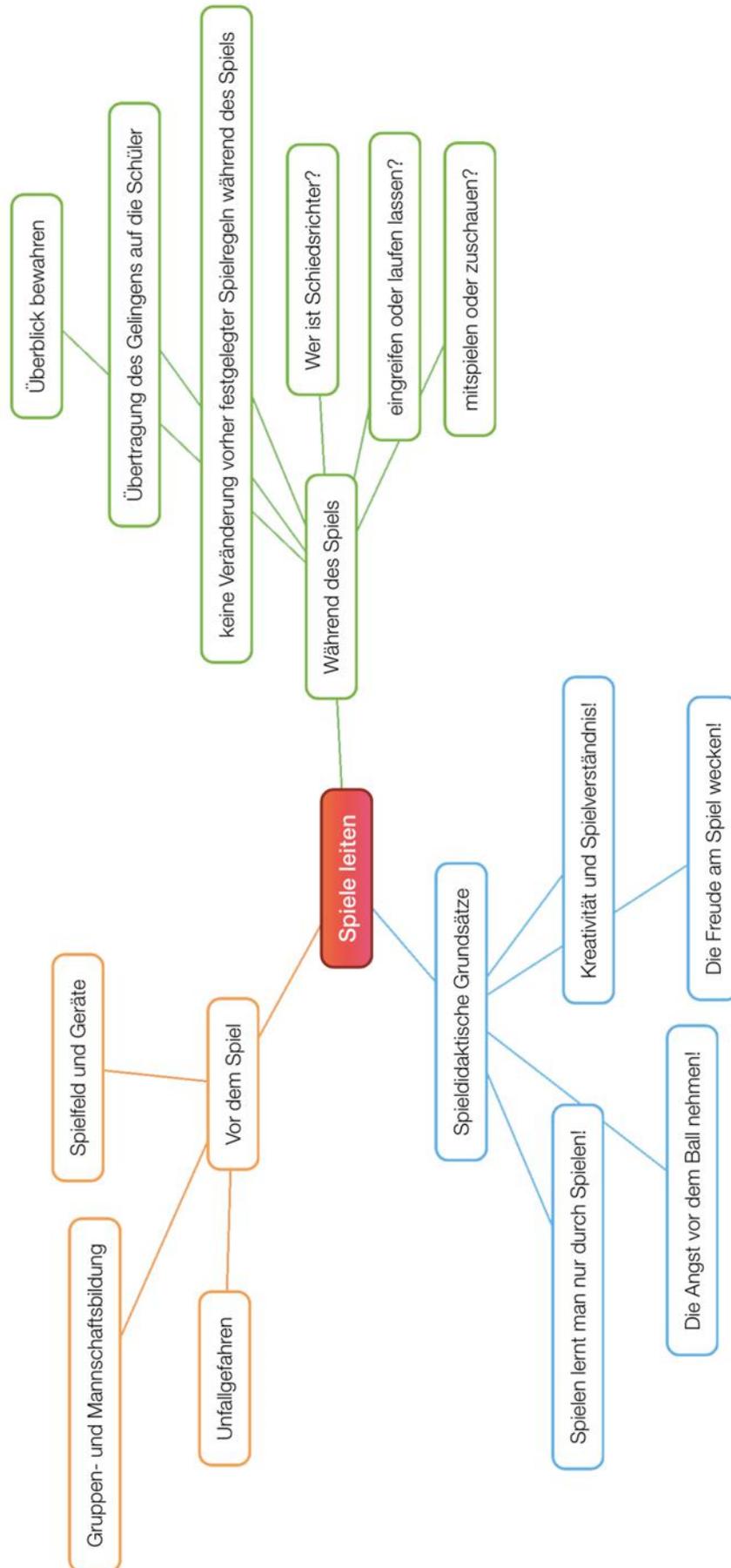
- Der Lehrer bestimmt zunächst zwei Mädchen oder zwei Jungen, die dann jeweils immer abwechselnd ein Mädchen bzw. einen Jungen auswählen

Anmerkung: Gutes Verfahren bei koedukativem Unterricht.

Vorteile: Mädchen und Jungen spielen auch gern zusammen (sozial-affektive Komponente des Schulsports). Abbau von Vorurteilen (z.B. "Mädchen sind nicht so sportlich wie die Jungen"). Die Mädchen beweisen den Jungen ihr sportliches Können.

Nachteile: Die Gefahr besteht, dass die Jungen nur unter sich spielen.

Die Jungen können nicht immer ihr gesamtes Spielpotential zeigen, da sie gemeinsam mit Mädchen "verhaltener" spielen müssen.



Mehr miteinander als gegeneinander – kooperativ spielen & fair-play

Kooperationsspiel:

Kooperationsspiele fördern den Zusammenhalt in der Klasse und das soziale Lernen jedes Einzelnen. Es gibt keine Sieger oder Verlierer, die Gruppe als Ganzes ist gefordert. Sie bekommt eine Aufgabe, die ihre Teamfähigkeit auf die Probe stellt. Jeder muss dazu beitragen, dass die Herausforderungen gelöst werden. Um zu gewährleisten, dass der vollzogene Lernprozess auch in den Gruppenalltag hineinwirkt, sollte im Anschluss gemeinsam ausgewertet werden.

Soziale Kompetenzen	Personale Kompetenzen	Sachkompetenz
<ul style="list-style-type: none"> • Miteinander Probleme lösen • Übernahme von Verantwortung • Rücksichtnahme • Empathie • Kommunikations- und Kooperationsfähigkeit • Teamfähigkeit • Hilfsbereitschaft • Vertrauensbildung 	<ul style="list-style-type: none"> • Überwinden eigener Ängste • Eigene Stärken erkennen und aktivieren • Selbstwahrnehmung • Grenzerfahrungen machen • Konfliktfähigkeit • Umgang mit starken Erlebnissen 	<ul style="list-style-type: none"> • Planungs- und Entscheidungsfähigkeit • Orientierungssinn • Bewältigungskompetenz • Handlungsfähigkeit • Eigeninitiative • Selbststeuerungsfähigkeit • Konzentration • Sorgfalt

Kooperativ spielen

- Wie gehe ich mit meinen Mitspielern/Gegnern um?
- Wie gehe ich mit einem Sieg/einer Niederlage um?
- Wie verhalte ich mich bei (in meinen Augen) ungerechten Entscheidungen?

→ Der Sportunterricht eignet sich hervorragend als „Übungsfeld“ für den sozialen Umgang untereinander

Fair-Play...

... ist eine verinnerlichte Handlungsbereitschaft, eine bestimmte Einstellung, Moral, Gesinnung, die versucht, durch Interpretation der Grundidee, dem eigentlichen „Geist“ des Spiels in seinem eigenen Handeln gerecht zu werden.

Fairness aus der Sicht der Kinder:

- Gerechtigkeit im Sinne von Chancengleichheit innerhalb der eigenen Mannschaft und zwischen den Spielparteien
- Einhaltung der Regeln
- Der Spaß am Spiel sowie das körperliche Wohl stehen über dem Wunsch zum Siegen-Wollen um jeden Preis
- Spieler dürfen sich keine „ungerechten“ Vorteile verschaffen

Konsequenzen für den Unterricht:

Kinder müssen lernen...

- ... **Verantwortung** für ihr Spiel zu **übernehmen** und sie nicht an einen Dritten zu delegieren
- ... Spiele auszuwerten und über ihre Einstellungen zum Spiel nachzudenken
- ... und wir Lehrer sind die **Vorbilder** für die Schüler!

Regeln der großen Spielsportarten im Sportunterricht – Eine Kurzfassung mit den wichtigsten Spielregeln für die Schule (aus: www.sportamt.ch (Mai-14))

Fussball

1. Teamgrösse

Die Teamgrösse wird der Spielfeldgrösse angepasst. (Torhüter und ca. 4 Feldspieler in der Halle, 6 Feldspieler auf dem Rasen)

2. Spielbeginn

Zu Beginn jedes Spielabschnittes und nach einem Torerfolg spielt ein Team in der Spielfeldmitte an. Die Spieler des gegnerischen Teams befinden sich ausserhalb des Anspielkreises.

3. Spielfeldmarkierungen

In der Halle gibt es keinen Einwurf, Eckball oder Abstoss. Die Wände werden als Banden benutzt. Im eigenen Strafraum (Handball Torraum verwenden) darf der Torhüter den Ball mit Armen, Händen und Beinen spielen.

Wenn der Ball das Spielfeld auf dem Rasen verlässt, wird der Ball mit einem beidhändigen Wurf über den Kopf von ausserhalb der Seitenlinie wieder ins Feld gespielt. Wenn der Ball vom angreifenden Team über die Torauslinie (Grundlinie) gespielt wird, gibt es Torabstoss. Ein Eckstoss erfolgt, wenn die verteidigende Mannschaft den Ball über die Torauslinie spielt. Innerhalb des Strafraums darf der Torhüter den Ball mit den Händen spielen.

4. Gültiges Tor

Ein gültiges Tor wurde dann erzielt, wenn der Ball mit einem Körperteil, ausser dem Arm, in vollem Umfang über die Torlinie befördert wurde.



5. Foulregeln

Beim Fussball sind folgende Handlungen als Foul zu ahnden: Den Gegner festhalten, klammern, schlagen, stossen, anspringen, das Bein stellen, in die Beine treten, sich aufstützen. Bei Foulspiel und absichtlichem Spielen des Balles mit Armen oder Händen wird auf Freistoss entschieden. Ein direkter Torschuss ist in diesen Fällen erlaubt. Ein Foul im Strafraum führt zu einem Penalty. Alle Spieler ausser der Schütze und der Torhüter müssen sich ausserhalb des Strafraumes aufhalten.



6. Weitere Regeln

Ein Handspiel liegt vor, wenn ein Spieler den Ball mit seiner Hand oder seinem Arm absichtlich berührt. Der Schiedsrichter achtet bei der Beurteilung der Situation auf die Bewegung der Hand zum Ball (nicht des Balls zur Hand), die Entfernung zwischen Gegner und Ball (unerwartetes Zuspiel), die Position der Hand (das Berühren des Balls an sich ist noch kein Vergehen), was ein Vergehen darstellt.



Handball

1. Teamgrösse

Je nach Hallenbreite mit einem Torhüter und ca. 4-6 Feldspieler spielen.

2. Spielbeginn

Zu Beginn jedes Spielabschnittes und nach einem Torerfolg spielt ein Team in der Spielfeldmitte an. Beim Handball wird das Spiel bereits angepfiffen, bevor alle Verteidiger in ihre Hälfte zurück gelaufen sind.

3. Spielfeldmarkierung

Wenn der Ball die Seitenlinie überquert, erhält die gegnerische Mannschaft den Einwurf. Wenn der Ball die Grundlinie oder die Seitenlinie innerhalb des Torraums überquert erhält der Torhüter den Abwurf, auch wenn er selber den Ball als letztes noch berührte. Wenn der Ball nach einer Berührung eines Verteidigers eine dieser Linien überquert, bekommen die Angreifer den Einwurf von der Ecke aus.

Den Torraum darf man mit dem Ball in der Hand nicht betreten. Man darf jedoch in den Torraum springen, wenn man vor der Linie abspringt und den Ball vor der Landung wirft. Liegt der Ball im Torraum, gehört er dem Torhüter. Man darf den Ball nicht dem Torhüter zurückspielen, wenn dieser im Torraum steht. Im Torraum darf der Torhüter den Ball mit allen Körperteilen spielen. Er darf den Torraum aber nur ohne Ball verlassen



4. Gültiges Tor

Ein Tor ist gültig, wenn der Ball mit einem Körperteil, ausser den Unterschenkeln oder den Füßen, mit vollem Umfang über die Torlinie befördert wurde.

5. Foulregeln

Es ist erlaubt den Körperkontakt zu suchen, um den Gegner zu kontrollieren. Es ist nicht erlaubt zu halten, zu klammern, zu stossen, zu schlagen, oder von hinten in den Wurfarm zu greifen. Begeht ein Spieler ein Foul, so erhält die andere Mannschaft den Ball.

Verhindert ein Spieler durch ein Foul eine klare Torchance, so darf die andere Mannschaft einen Strafwurf (7 Meter) werfen.



6. Weitere Regeln

Mit dem Ball in der Hand darf man sich höchstens 3 Schritte bewegen. Man darf den Ball beliebig oft prellen und sich dabei fortbewegen. Wenn man den Ball nach dem Prollen wieder in der Hand hält, muss man ihn weiterspielen und darf ihn kein zweites Mal prellen. Desweiteren darf man den Ball nur 3 Sekunden festhalten.

Basketball

1. Teamgrösse

Ein Team besteht aus maximal 5 Spielern.

2. Spielbeginn

Das Spiel beginnt mit einem Sprungball im Mittelkreis. Zwei Spieler stellen sich dafür in ihrer Spielfeldhälfte beim Anspielpunkt nebeneinander (Schulter an Schulter), zu der Lehrperson ausgerichtet auf. Die Mitspieler stellen sich ausserhalb des Kreises auf, müssen aber nicht in ihrer Spielfeldhälfte stehen. Der Ball wird von der Lehrperson senkrecht zwischen den beiden Spielern im Kreis in die Luft geworfen, woraufhin diese möglichst hoch springen, um den Ball in Richtung eines Mitspielers zu tippen, der diesen dann fangen und unter seine Kontrolle bringen kann. Die beiden Springen dürfen den Ball beim Sprungball nicht fangen.

Nach einem erfolgreichen Korbwurf wird der Ball hinter der Grundlinie, unter dem eigene Korb abgespielt.



3. Spielfeldmarkierung

Wenn der Ball oder der ballführende Spieler sich ausserhalb der Seiten- oder Grundlinie befindet, bekommt das gegnerische Team einen Einwurf.

Die gegnerische Zone (früher Trapez) muss nach drei Sekunden wieder verlassen werden. Beim Korbwurf ist diese Regel aufgehoben, bis ein Angreifer erneut im Besitz des Balles ist.



4. Gültiger Korb

Jeder Korb zählt 2 Punkte, jeder erfolgreiche Freiwurf 1 Punkt. Ein Korbwurf ausserhalb der 6.25m Kreislänge zählt 3 Punkte.

5. Foulregeln

Es ist verboten grob oder gefährlich zu spielen (absichtliches Foul). Man darf den Gegner nicht mit Armen und Beinen sperren oder durch eine Berührung stören bzw. behindern.

Als Verteidiger darf man sich nicht so in den Weg des Angreifers bewegen, dass ein Kontakt unvermeidlich wird. Als ballbesitzender Spieler darf man nicht unbeherrscht in den schon stehenden Verteidiger hineingehen (Stürmerfoul).

Nach einer Regelübertretung findet ein Einwurf von der Seitenlinie oder der Grundlinie statt (beim nahegelegensten Punkt). Wird ein auf den Korb werfender Spieler gefoult, erhält der gefoulte Spieler zwei Freiwürfe von der Freiwurflinie aus.



6. Weitere Regeln

Es ist nicht erlaubt den Ball absichtlich mit dem Fuss zu spielen oder abzuwehren. Wenn man prellt und den Ball in die Hände nimmt, darf man nicht nochmals beginnen zu prellen. Während des Prellens darf man mit der Hand nicht unter den Ball gehen. Ohne den Ball zu prellen darf man nur einen Schritt ausführen.

Unihockey

1. Teamgrösse

Pro Team befinden sich 3 Feldspieler und ein Torhüter (ohne Stock, aber mit entsprechender Schutzkleidung und Maske) gleichzeitig auf dem Spielfeld.

2. Spielbeginn

Zu Beginn jedes Spielabschnittes und nach einem Torerfolg erfolgt ein Bully am Mittelpunkt. Beide Teams befinden sich dabei in ihrer Spielfeldhälfte, ausserhalb des Anspielkreises. Die beiden Spieler, die das Bully machen stehen sich beim Anspielpunkt gegenüber und haben den Ball zwischen ihren Stockschaufeln (sie berühren ihn nicht). Der Ball wird durch den Pfiff der Lehrperson freigegeben - beide Spieler versuchen durch drehen des Stocks den Ball in die eigene Hälfte zu ihren Mitspielern zu spielen.



3. Spielfeldmarkierung

In einer normalen Schulsporthalle spielt man in der Regel ohne Unihockeybanden. In die Ecken werden aufgekantete Langbänke gestellt, um sie abzurunden (Auswechselspieler sitzen dahinter). Fliegt der Ball über eine solche Langbank, bekommt das gegnerische Team einen Freischlag in der entsprechenden Ecke.

Der Torhüter darf in seinem Torraum (grosses Rechteck um den Torraum, nicht in allen Hallen eingezeichnet) mit allen Körperteilen spielen. Er darf den Ball in die Hände nehmen, solange mindestens ein Körperteil den Torraum berührt.

4. Gültiges Tor

Ein Tor ist gültig, wenn der Ball durch den Stock eines Spielers mit vollem Umfang über die Torlinie befördert wurde. Wird ein ins Tor fliegender Ball durch einen Körper (ausgenommen Arme, Hände und Kopf) unabsichtlich ins Tor abgelenkt, zählt das Tor ebenfalls. Der Ball darf sich zwar einmal selber mit dem Fuss oder Körper vorgelegt werden, wird der Ball jedoch absichtlich vom Körper ins Tor abgelenkt, zählt das Tor nicht.

5. Foulregeln

Im Kampf ist ein Abdecken des Balles mit dem Körper zulässig. Ebenso ist ein leichtes Stossen mit der Schulter erlaubt. Festhalten, Stossen mit den Händen und rückwärts in den Gegner Laufen ist verboten. Einem Spieler darf der Weg nicht versperrt werden. Bei einem Vergehen erhält die gegnerische Mannschaft einen Freischlag am Ort des Vergehens. Freischläge hinter der verlängerten Torlinie werden auf der Seite des Tores beim Bullypunkt ausgeführt (auf der Höhe des Tores).

6. Weitere Regeln

Mit dem eigenen Stock darf nicht auf den Stock des Gegners oder dessen Körper geschlagen werden (auch nicht seitlich oder von unten).

Das Ausholen über Hüfthöhe ist verboten. Über Kniehöhe darf der Ball nicht mehr mit dem Stock gespielt werden. Das Ausschwingen nach vorne ist grundsätzlich erlaubt, wenn niemand in der Nähe steht.

Absichtliche Berührungen des Balls mit dem Arm, der Hand oder dem Kopf sind in keinem Fall erlaubt.

Ein Feldspieler darf nur mit seinen Füissen und einem Knie sowie der Stockhand Bodenkontakt haben. Berührt er den Boden mit einem anderen Körperteil, und spielt dabei den Ball absichtlich, wird dies mit einem Freischlag geahndet. Somit ist es untersagt, sich in den Schuss zu werfen.



Raster zur Planung einer Unterrichtseinheit

UE	Inhalte der Stunde:	
Lernvoraussetzungen:		Unsere Lernenden können... <i>(Kerncurriculum Sport – Inhaltsfelder, Leitideen, Kompetenzbereiche)</i>
Methodische Überlegungen / Sozial- und Organisationsform:		Material:
Hinführung zur Leistungsbewertung:		

UE	Inhalte der Stunde:	
Lernvoraussetzungen:		Unsere Lernenden können... <i>(Kerncurriculum Sport – Inhaltsfelder, Leitideen, Kompetenzbereiche)</i>
Methodische Überlegungen / Sozial- und Organisationsform:		Material:
Hinführung zur Leistungsbewertung:		