

KOORS



SPIELBAR
mit Abstand

22 Challengekarten

Impressum

Herausgeber

Hessische Lehrkräfteakademie

Zentralstelle für
Schulsport und Bewegungsförderung (ZFS)

Wilhelmshöher Allee 64-66

34119 Kassel

zfs.bildung.hessen.de • zfs@kultus.hessen.de

Autorenteam

Sebastian Gensler, Johannes Limmeroth

Illustrationen

Sebastian Gensler, Johannes Limmeroth

Layout

Philip Benz

Ausgabe

Version 1.0, Stand: 19.04.2021

Verwendungsvorbehalt

Die Praxiskarten „Spielbar mit Abstand“ sind nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt. Darüber hinaus dürfen die Karten nicht verbreitet werden. Vor allem eine Digitalisierung oder Veröffentlichung ist nicht erlaubt.

Urheberrecht

Das Recht der Wiedergabe dieser Veröffentlichung zur fachdidaktisch-methodischen Fortbildung, auch auszugsweise und in jeder Form, liegt beim Herausgeber. Personen, die dieses Werk von der ZFS erhalten, verpflichten sich, keine Vervielfältigungen, Fotokopien, Übersetzungen sowie keine elektronische oder optische Speicherung und Verarbeitung (zum Beispiel Intranet) anzufertigen. Ausgenommen ist die Kopie einer einzelnen Seite zum Zwecke der Unterrichtsgestaltung.

Challenges

22 Beispiele à 60 Sekunden

Auf jeder Karte wird eine Challenge vorgestellt.

Die Sterne oben rechts informieren über den tendenziellen Schwierigkeitsgrad (Level).

Ellenbogenspieße

Ziel

Zwei Becher mit Hilfe von Spießen, die im Bereich der Ellenbogen befestigt sind, von einem zum anderen Tisch transportieren und auf dem Zieltisch ineinander stapeln.

Spielvorbereitung

Zur Bestigung der Spieße wird das Oberteil über den Ellenbogen zurückgezogen und anschließend werden die Spieße dort eingesteckt. Alternativ können die Spieße mit Klett- oder Klebeband befestigt werden.

Regeln

Die Becher dürfen nicht mit den Händen berührt werden.

Materialien

- zwei Spieße oder Stifte
- zwei Becher



Kartenrennen

Ziel

16 Karten getrennt nach Wertigkeit/Farbe auf die verschiedenen Zielpositionen sortieren.

Spielvorbereitung

Die Karten liegen verdeckt und gemischt auf dem Tisch aus.

Regeln

Es darf jeweils nur eine Karte aufgedeckt werden. Diese Karte muss je nach Wertigkeit/Farbe auf eine der vier Zielpositionen verdeckt abgelegt werden.

Materialien

- vier Mal vier Karten einer Wertigkeit/Farbe oder vier Mal vier Pappdeckel einer Farbe
- vier Stühle



Becher-Curling

Ziel

Sechs Becher in eine Zielzone nahe der Tischkante curlen (schieben).

Spielvorbereitung

Die Zielzone ist durch Pappdeckel definiert. Die Zone beginnt an den äußeren Rändern der Pappdeckel.

Regeln

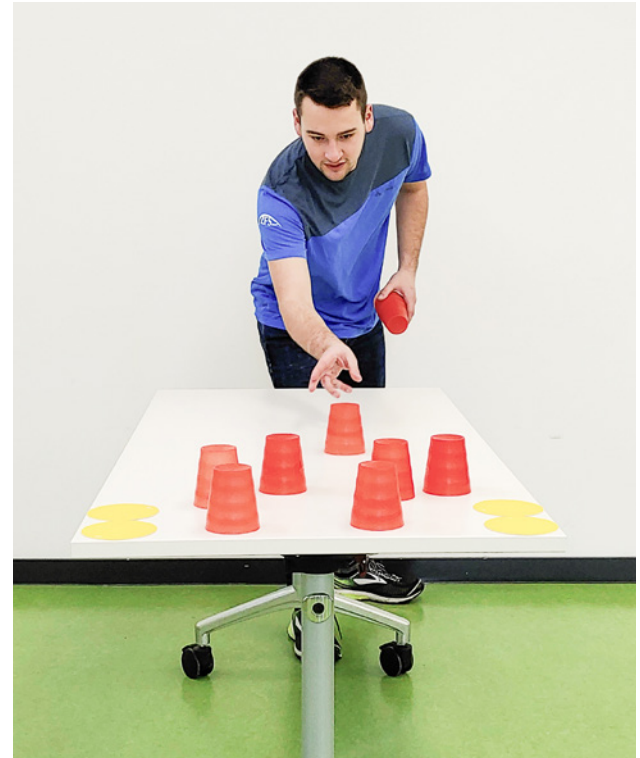
Die Becher müssen mindestens den Rand der Zielzone berühren.

Die Becher dürfen nicht geführt werden.

Der Ellenbogen muss hinter der Tischkante bleiben.

Materialien

- Vier Pappdeckel zur Zielzonenmarkierung
- sechs Becher



Transportband

Ziel

Drei Mal einen Tischtennisball auf der Spitze eines Maßbands balancieren und jeweils in drei unterschiedliche Becher ablegen.

Spielvorbereitung

Das Maßband sollte auf ca. 50 cm eingestellt werden.

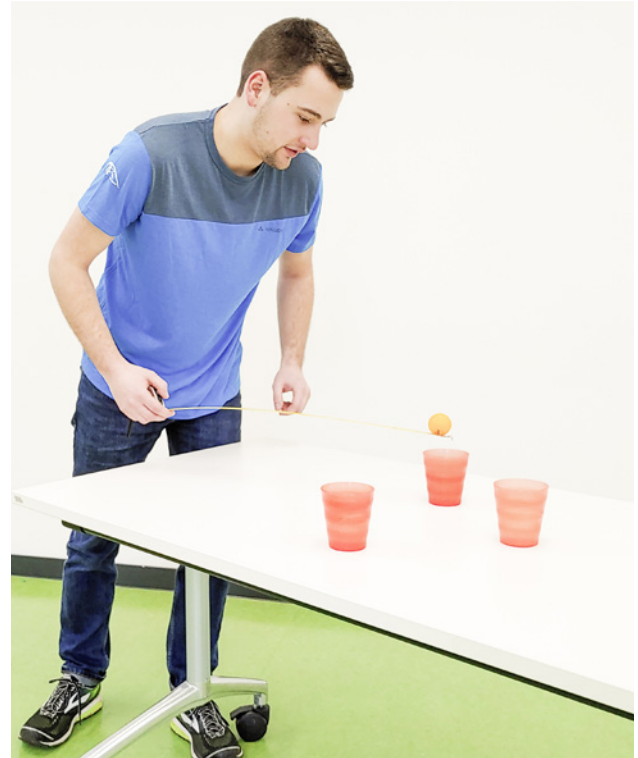
Die Becher stehen in der Mitte des Tisches.

Regeln

Die Spitze des Maßbands wird an die Tischkante gehalten und der Tischtennisball auf die Spitze gelegt.

Materialien

- Maßband
- drei Becher
- Tischtennisball



Zitterpartie

Ziel

Acht Schraubenmuttern mit Hilfe eines Spießes übereinander stapeln.

Spielvorbereitung

Die Schraubenmuttern werden auf den Tisch gelegt.

Regeln

Die Schraubenmuttern dürfen ausschließlich mit dem Spieß bewegt werden.

Materialien

- acht Schraubenmuttern
- ein Spieß



Schnippsdeckel

Ziel

Vier Pappdeckel zwischen den Bechern so entfernen, dass die Becher ineinander fallen.

Spielvorbereitung

Becher und Pappdeckel werden abwechselnd gestapelt.

Regeln

Die Becher dürfen nicht festgehalten werden.

Wenn der Stapel umfällt, muss von vorne begonnen bzw. neu aufgebaut werden.

Materialien

- vier Pappdeckel
- fünf Becher



Parkmünze

Ziel

Drei Münzen in die Zinken einer Gabel rollen (einparken).

Spielvorbereitung

Die Gabel liegt umgedreht in der Mitte des Tisches. Diese sollte 50-70 cm von der Tischkante entfernt positioniert werden.

Regeln

Die Münzen dürfen nicht geführt werden.

Der Ellenbogen muss hinter der Tischkante bleiben.

Materialien

- eine Gabel
- drei Münzen



Springmünze

Ziel

Drei (unterschiedliche) Münzen mit einem Kontakt auf dem Tisch in einen Becher werfen.

Spielvorbereitung

Der Becher darf frei auf dem Tisch positioniert werden.

Regeln

Die Münzen dürfen nicht direkt in den Becher geworfen werden.

Materialien

- drei (unterschiedliche) Münzen
- ein Becher



Deckelfrisbee

Level



Ziel

Fünf Pappdeckel hintereinander auf einen Tisch werfen.

Spielvorbereitung

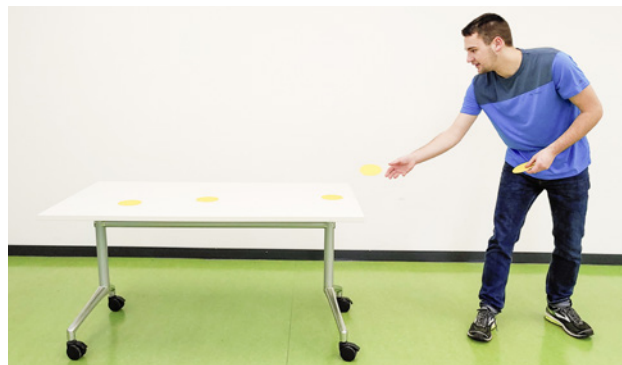
Der Spieler positioniert sich ca. 50 cm hinter dem Tisch.

Regeln

Auf einer gedachten Querlinie muss ein Deckel in voller Länge hinter den bereits geworfenen Deckeln liegenbleiben.

Materialien

- fünf Pappdeckel



SPIELBAR
mit Abstand

Stiftdarts

Ziel

In sechs der neun Becher mindestens einen Stift werfen.

Spielvorbereitung

Die Becher werden in einer 3x3 Formation nah der Tischkante aufgebaut.

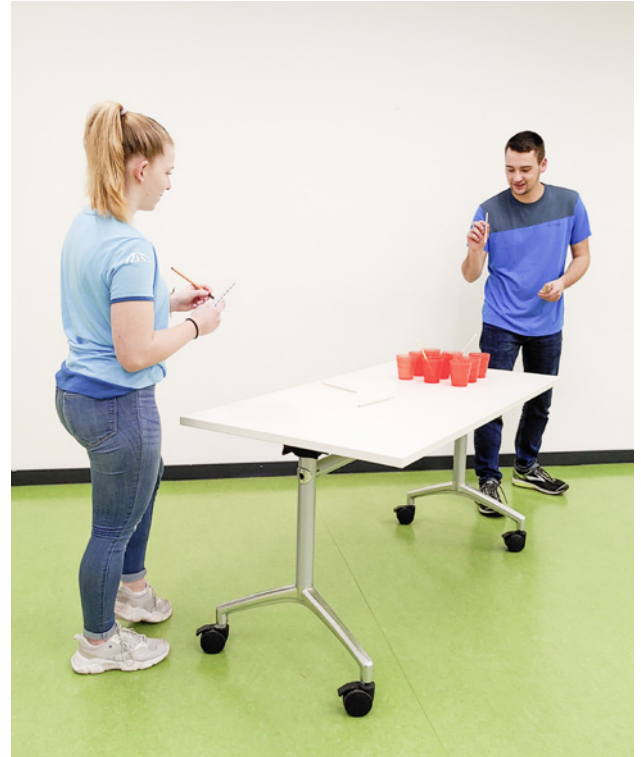
Der Spieler positioniert sich ca. 50 cm hinter dem Tisch.

Regeln

Keine weitere Vorgabe.

Materialien

- mehrere Stifte (alternativ: Strohhalme)
- neun Becher



Domino

Ziel

Eine Domino-Strecke mit 15 Steinen aufbauen und umfallen lassen.

Spielvorbereitung

Die Steine sind auf dem Tisch verteilt.

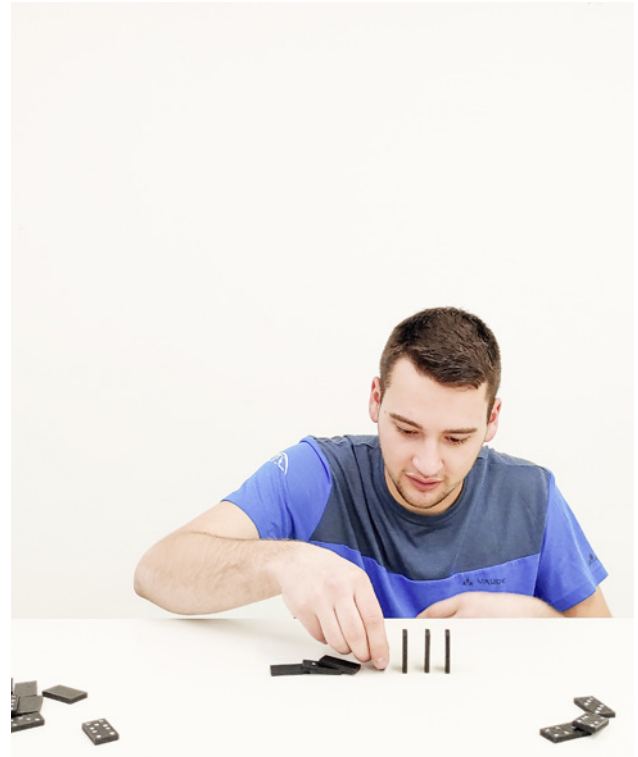
Regeln

Die Steine werden mit Abstand zueinander aufgebaut. Anschließend wird ein Stein durch die Spielperson angestoßen und die restlichen Steine müssen eigenständig umfallen.

Sollten die Steine vorzeitig umfallen, wird neu begonnen.

Materialien

- 15 Domino-Steine



Freier Fall

Ziel

Fünf Stifte in eine Flaschenöffnung fallen lassen.

Spielvorbereitung

Die Flasche wird neben dem Tisch platziert.

Regeln

Der Stift wird auf Höhe der Tischkante fallen gelassen.

Materialien

- eine Flasche
- fünf Stifte



Becherpyramide

Ziel

Eine Becherpyramide komplett auf- und anschließend wieder abbauen.

Spielvorbereitung

Die Becher sind zu Beginn des Spiels ineinander gestapelt.

Regeln

In der untersten Reihe müssen sich sieben Becher befinden.

Materialien

- 28 Becher



Stifteturm

Ziel

15 Stifte auf dem Handrücken zu einem Turm aufbauen.

Spielvorbereitung

Die Stifte liegen auf dem Tisch.

Regeln

Die Hand darf nicht aufgelegt werden.

Materialien

- 15 gleichartige Stifte



Becherrondell

Ziel

Den Becherstapel mit 15 Bechern (inkl. des markierten Bechers) einmal durchstapeln bis sich der markierte Becher wieder an der ursprünglichen Position befindet.

Spielvorbereitung

Die Becher sind ineinander gestapelt.

Ein Becher besitzt eine Markierung.

Regeln

Es darf immer nur ein Becher bewegt werden.

Materialien

- 15 Becher



Seilbahn

Level



Ziel

Drei Mal einen Ball über zwei Seile in ein Ziel rollen lassen.

Spielvorbereitung

An einem Tisch werden zwei Seile befestigt und diese in der Hand gehalten.

Vor der Tischkante wird ein Gefäß als Ziel bereitgestellt.

Regeln

Der Ball wird von der Person selbst auf das Seil gelegt.

Materialien

- zwei Seile (2-3 m)
- ein (Tischtennis-/Tennis-) Ball
- Gefäß als Ziel



SPIELBAR
mit Abstand

Stifteakrobatik

Ziel

Einen Stift vier Mal in die Luft werfen und dabei jeweils eine halbe Drehung durchführen lassen.

Spielvorbereitung

In beiden Händen wird je ein Stift gehalten. Darauf wird ein weiterer Stift platziert.

Regeln

Der Stift muss wieder aufgefangen werden und auf den beiden anderen Stiften liegen bleiben.

Materialien

- drei Stifte



Becherkick

Ziel

Sechs am Boden liegende Becher aufstellen.

Spielvorbereitung

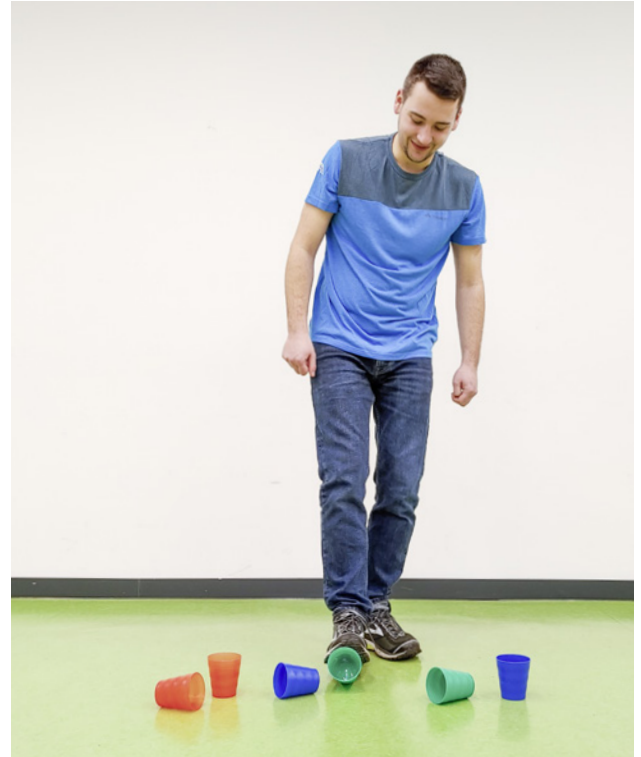
Die Becher liegen am Boden.

Regeln

Die Becher dürfen nur mit dem Fuß berührt werden.

Materialien

- sechs Becher



Deckelflipp

Ziel

Der Reihe nach einen Pappdeckel bis hin zu sieben Pappdeckeln mit den Fingern von der Tischkante in die Luft schlagen und anschließend mit der Hand auffangen.

Spielvorbereitung

Sieben Pappdeckel liegen nebeneinander aufgereiht an der Tischkante.

Regeln

Der erste Deckel wird geflippt und bei erfolgreicher Durchführung auf den nächsten gelegt.

Bei einem misslungenen Versuch wird die gleiche Deckelanzahl wiederholt. Es muss nicht von vorne gestartet werden.

Materialien

- sieben Pappdeckel



Stiftsalto

Level



Ziel

Fünf Stifte durch eine Schlagbewegung in einen Becher befördern.

Spielvorbereitung

Die Stifte werden am Tischrand positioniert.

Die Becherentfernung kann individuell gewählt werden.

Regeln

Keine weitere Vorgabe.

Materialien

- fünf Stifte
- ein Becher



SPIELBAR
mit Abstand

Dr. Dreh

Level



Ziel

Je fünf Schraubenmuttern auf zwei Schrauben aufdrehen.

Spielvorbereitung

Die Schrauben und Schraubenmuttern liegen auf dem Tisch.

Regel

Es gibt keine weitere Vorgabe.

Materialien

- zwei Schrauben
- zehn Schraubenmuttern



SPIELBAR
mit Abstand

Aufräumen

Ziel

16 Stifte bzw. Strohhalme in vier Becher sortieren.

Spielvorbereitung

Die Augen werden geschlossen oder mit einem Hilfsmittel verbunden.

Regeln

Keine weitere Vorgabe.

Materialien

- Halstuch/Schal
- vier Becher
- vier Mal vier gleiche Stifte (oder Strohhalme oder Spieß)



Herausgeber

Hessische Lehrkräfteakademie
Zentralstelle für Schulsport und Bewegungsförderung (ZFS)

Wilhelmshöher Allee 64-66
34119 Kassel
zfs.bildung.hessen.de • zfs@kultus.hessen.de

