

STUNDENBEISPIEL 2

BEWEGEN, ÜBEN UND SPIELEN MIT MATTEN

Feuer-Wasser-Blitz



SCHWIERIGKEITSGRAD

MATTEN



PRAKTISCHE HINWEISE

- Vielseitige Bewegungsaufgaben und -spiele einplanen!
- Akustische Signale als Startzeichen fördern die Übersicht der Kinder! Sie müssen einander ausweichen und gleichzeitig die Lehrkraft im Blick haben!
- Aufwändige Umbauten von Phase zu Phase vermeiden, denn das kostet wertvolle Spiel- und Bewegungszeit!



„Mit einfachen Aufgaben starten:
Alle müssen sich intensiv bewegen
und austoben können!“

PHASE 1: LAUFSPIEL

(10 MIN.)



ORGANISATION

- Die Halle eventuell durch 3 aneinandergestellte Langbänke trennen.
- Die 8 Matten mit 2 Metern Abstand zur Hallenwand gleichmäßig verteilt (wie in der Abb.) auslegen.

ABLAUF

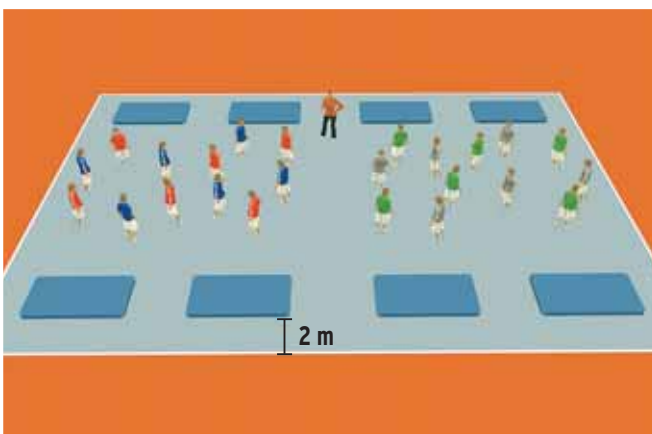
Je zwei 6er-Gruppen bewegen sich in einer Hallenhälfte frei im Raum - zwischendurch ruft die Lehrkraft laut Kommandos, auf die die Schüler schnell reagieren.

- Kommando „Feuer“: Sie laufen in die Ecken der Hallenhälfte.
- Kommando „Wasser“: Sie laufen auf die Matten (= Boote).
- Kommando „Blitz“: Sie verharren in der Position, in der die Schüler „der Blitz getroffen“ hat.
- Kommando „Sturm“: Sie legen sich flach hin.

VARIATIONEN

- Auf einem Bein hüpfen.
- Rückwärts laufen, leise/laut fortbewegen.
- Ganz große Schritte/ganz kleine Schritte.

LERNZIEL 1



ORGANISATION

- Die Matten werden an die Hallenwand gestellt.
- Vor den 8 Matten stellen sich je 3 Schüler auf.
- Die Schüler der einen Seite haben je einen Ball.

ABLAUF

- Auf das Kommando der Lehrkraft tauschen die gegenüber postierten Gruppen die Positionen.
- Die 3er-Gruppen mit Ball dribbeln dabei zur anderen Seite, die anderen 3er-Gruppen laufen.
- Aufgabenwechsel der Gruppen nach etwa 5 Aktionen.

VARIATIONEN

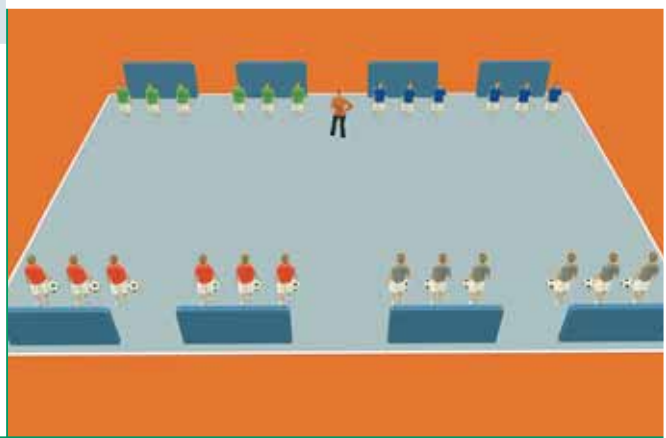
- Die Bälle in der Mitte an die gegenüber postierte Gruppe übergeben.
- Die Bälle der gegenüber postierten Gruppe zupassen.
- Je 2 diagonal gegenüber postierte Gruppen tauschen die Positionen.



„Augen auf und Zusammenstöße vermeiden!“

PHASE 2: BALLTRANSPORT (10 MIN.)

(10 MIN.)



LERNZIEL 2

ORGANISATION

- Den Aufbau aus Phase 2 übernehmen.
- Die zwei Spielfelder gegebenenfalls durch 3 Langbänke auf der Mittellinie trennen.
- Die beiden Tore etwa 5 Meter auseinanderstellen.
- Jede Mannschaft spielt mit 2 Torhütern.

ABLAUF

- Zu Spielbeginn die wichtigsten Regeln erklären.
- Spiel 4 + 2 Torhüter gegen 4 + 2 Torhüter in jeder Hallenhälfte.
- Jede Gruppe muss die beiden eigenen Mattentore verteidigen und kann bei beiden Mattentoren des Gegners Treffer erzielen.
- Nach jedem Tor (oder nach spätestens 3 Minuten) die beiden Torhüter austauschen.

PHASE 3: 4:4 PLUS JE 2 TORHÜTER (12 MIN.)

(12 MIN.)



LERNZIEL 3