



## STUNDENBEISPIEL 11

## BEWEGEN, ÜBEN UND SPIELEN OHNE GERÄTE

## Lebendige Tore



SCHWIERIGKEITSGRAD

OHNE GERÄTE



## PRAKTISCHE HINWEISE

- Fangspiele benötigen kaum Vorlauf und können direkt gestartet werden!
- Bewegungsintensive, variantenreiche und motivierende Aufgaben zum geschickten Laufen und Bewegen anbieten!
- Durch eine variable Tore-Bildung beim Fußballspielen in kleinen Gruppen alle Kinder einbinden! Beim Spiel auf „lebendige Tore“ nur Softbälle verwenden!



„Die wichtigste Forderung: Jedes Kind muss viel in Bewegung sein und intensiv am Spiel teilnehmen!“

## PHASE 1: FANGSPIEL

(10 MIN.)



## ORGANISATION

- Je zwei 6er-Gruppen absolvieren zunächst in einer Hallenhälfte die Phase 1 gemeinsam.
- Um die Spielfeldtrennung übersichtlicher zu gestalten, gegebenenfalls 2 bis 3 Langbänke oder Hütchen auf der Mittellinie aufstellen.

## ABLAUF

- In jeder Hälfte einen Fänger bestimmen und kennzeichnen (siehe Spot).
- Wer gefangen ist, muss im Grätschschritt verharren.
- Gefangene Schüler können befreit werden, indem ein Mitschüler durch deren gegrätschten Beine krabbelt.
- Nach 1 bis 2 Minuten stoppt die Lehrkraft die Aktionen: Auf welcher Seite war der Fänger in diesem Moment erfolgreicher?
- Anschließend neue Fänger bestimmen!

## VARIATIONEN

- 2 Fänger je Hallenhälfte bestimmen.
- Gefangene Schüler bilden eine „Bank“. Mitspieler überspringen diese, um die Gefangenen zu befreien.

LERNZIEL 1

## ORGANISATION

- Die vier 6er-Gruppen stellen sich jeweils in Reihe mit einem Abstand von etwa 2 Metern von Schüler zu Schüler auf.
- Als Orientierungshilfe eventuell die „Positionierung“ der Schüler durch Hütchen an der Seite festlegen, um gleiche Abstände sicherzustellen.

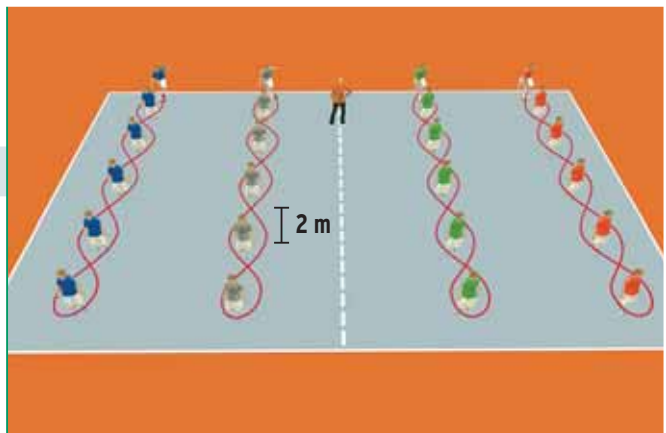
## ABLAUF

- Auf ein Startsignal umlaufen die Schüler im Slalom alle anderen Gruppenmitglieder.
- Es beginnt der erste Schüler in jeder Gruppe. Ist er wieder an seinem ursprünglichen Platz angekommen, startet der 2. Schüler usw.
- Wettbewerb: Welche Gruppe ist zuerst fertig?

## VARIATIONEN

- Mit einem Ball in der Hand laufen.
- Rückwärts laufen.
- Einen Ball prellen/rollen.
- Einen Ball am Fuß dribbeln.

## PHASE 2: SLALOMLÄUFE (10 MIN.)



LERNZIEL 2

## ORGANISATION

- Zwei 6er-Gruppen bilden in je einer Hälfte „lebendige Tore“ - dazu halten sich je 2 Schüler bei ausgestrecktem Arm an den Händen fest. Die Füße sind geschlossen.
- Die 3 „lebendigen Tore“ stellen sich an die Hallenwände.
- Die anderen beiden 6er-Gruppen teilen sich auf die Hallenhälften zum 2 x 3 gegen 3 auf.

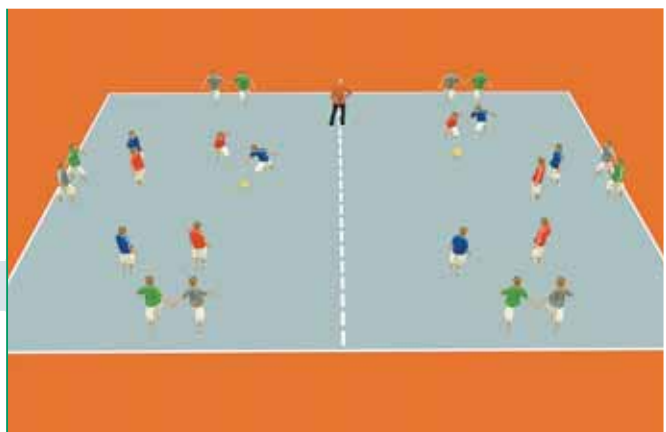
## ABLAUF

- Zu Spielbeginn die wichtigsten Regeln erklären.
- In beiden Hälften sollen die jeweiligen Angreifer aus dem Spiel 3 gegen 3 Treffer erzielen, indem sie den Ball durch eines der „lebenden Tore“ schießen.
- Jede Mannschaft darf in jedes Tor schießen und muss auch jedes verteidigen.
- Nach einem Tor läuft das Spiel direkt weiter.
- Nach 3 Minuten wechseln die Gruppen die Positionen und Aufgaben (Torhüter - Feldspieler).

## VARIATION

- Die „lebendigen Tore“ bewegen sich in der Hallenhälfte.

## PHASE 3: 3:3 AUF JE 3 TORE (12 MIN.)



LERNZIEL 3