

STUNDENBEISPIEL 10

BEWEGEN, ÜBEN UND SPIELEN OHNE GERÄTE

Teamgeist



SCHWIERIGKEITSGRAD

OHNE GERÄTE



PRAKTISCHE HINWEISE

- Die Hallenwände bieten als „Rückspiel-Partner“ viele motivierende Möglichkeiten für Pass-Aufgaben!
- Auf seitliche Abstände der Kinder bei Pass-Aufgaben achten!
- Für einzelne Kinder/leistungsstärkere Paare die Pass-Aufgaben an der Wand differenzieren!
- Kleine Wettbewerbe organisieren!



„Richtig spannend wird die Phase 1 in Verbindung mit der Bewegungsgeschichte „Im Stadion“.

PHASE 1: LAUF-/BEWEGUNGSSPIEL (10 MIN.)



ORGANISATION

- Alle Schüler bewegen sich in der Halle (Variationen: laufen, beidbeinig hüpfen, auf einem Bein hüpfen, rückwärts laufen usw.).

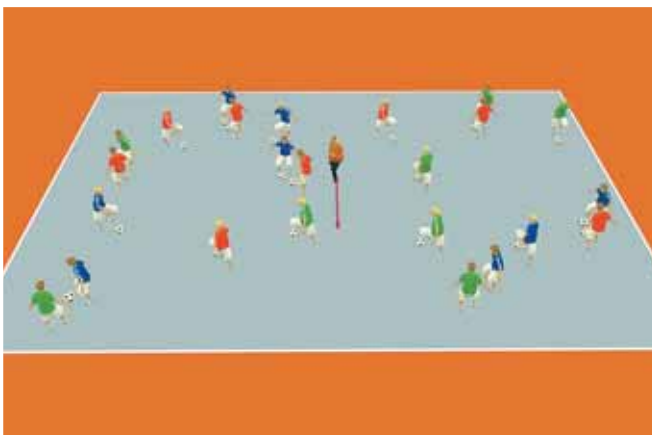
ABLAUF

- Die Lehrkraft fungiert als „lebende Stoppuhr“, sie „schreit“ oder läuft von Wand zu Wand (sie kann das Tempo durchaus variieren).
- Zwischendurch ruft die Lehrkraft laut eine Aufgabe, die die Schüler lösen müssen, bevor sie die Hallenwand erreicht.
- Schaffen sie es, muss die Lehrkraft eine Aufgabe (Hampelmann, Liegestütze) erfüllen, ansonsten die Schüler.

VARIATIONEN

- Die Schüler sollen sich zu Paaren zusammenfinden.
- Möglichst gleich große/schwere Schüler sollen Paare bilden.
- Wie zuvor, aber einer nimmt den anderen huckepack.
- Wie zuvor, aber die Paare bewegen sich per Huckepack zu einer Hallenwand.
- Die Lehrkraft zeigt eine Hallenecke an, zu der sich die Schüler begeben sollen.

LERNZIEL 1



ORGANISATION

- Ein Schüler-Paar hat je 1 Ball.
- Für jedes Paar einen Bereich vor der Hallenwand markieren, der einen Abstand von 2 bis 3 Metern zur Wand festlegt.
- Zusätzlich auf genügend seitlichen Abstand von Paar zu Paar achten - gegenseitige Behinderungen vermeiden.

ABLAUF

- Der eine Schüler passt an die Wand. Sein Mitspieler nimmt den Ball an und passt erneut an die Wand.

VARIATIONEN

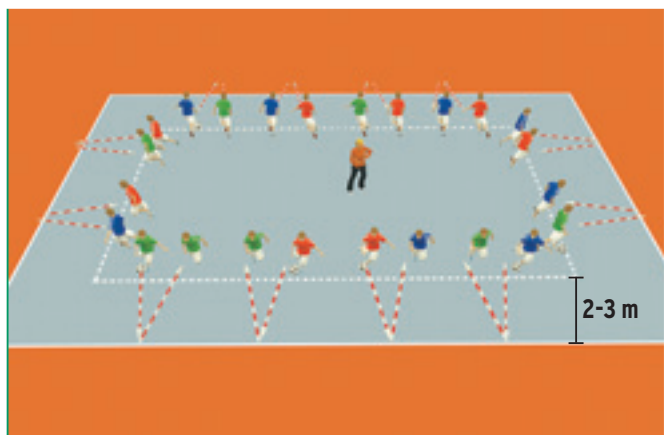
- Wettkampf: Welches Paar schafft in 1 Minute die meisten „Doppelpässe“ mit der Wand?
- Mit dem „anderen“ Fuß passen.
- Die Distanz zur Hallenwand verändern.



„Definierte Zielflächen an der Wand motivieren die Kinder und ermöglichen differenziertes Üben!“

PHASE 2: PÄSSE AN DIE WAND (10 MIN.)

(10 MIN.)



LERNZIEL 2

ORGANISATION

- Spielfeld ist die komplette Hallenfläche.
- Jeweils zwei 8er-Gruppen spielen im Feld gegeneinander, die dritte 8er-Gruppe hat Pause.

ABLAUF

- Zu Spielbeginn die wichtigsten Regeln erklären.
- Jede 8er-Gruppe teilt sich in 4 Torhüter und 4 Feldspieler auf.
- Ziel ist es, die Hallenwand des Gegners zu treffen, die von 4 Torhütern bewacht wird.
- Die Torhüter dürfen nur kurz vor der Wand agieren.
- Von Vorteil ist es, den erlaubten Aktionsraum für die Torhüter sowie die Höhe des Tores mit Hilfe von vorhandenen Markierungen zu begrenzen.
- Nach spätestens 3 Minuten wechselt die pausierende 8er-Gruppe ins Feld.

VARIATIONEN

- Gleicher Ablauf im Spiel 6 gegen 6 plus je 2 Torhüter.
- Mit 2 Bällen spielen.

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

(12 MIN.)



LERNZIEL 3