

Klaus Dechant
Michael Medler
Arnd Schuster

Kleine Spiele im Sportunterricht

Inhalt

Einleitung	7
Kleine Spiele im Sportunterricht	9
<i>Was ist ein Kleines Spiel?</i>	9
<i>Kleine Spiele - wozu?</i>	10
<i>Welche Kleinen Spiele im Unterricht?</i>	12
<i>Mit Kleinen Spielen spielen lernen</i>	13
<i>Mit Kleinen Spielen lernen, üben und trainieren</i>	14
<i>Mit Kleinen Spielen aufwärmen</i>	16
<i>Mit Kleinen Spielen eine Stunde beenden</i>	16
Praxis der Kleinen Spiele	18
<i>Zum Inhalt</i>	18
<i>Alle Spiele im Überblick</i>	19
<i>Einzelne Spiele</i>	ab 22
<i>Alle Spiele in alphabetischer Reihenfolge</i>	150
Literatur	153

Einleitung

Das Frühstücksei entfaltet erst dann seine geschmackliche Stärke, wenn ihm eine Prise Salz zugefügt wird, und die Wurst braucht ein bisschen Senf, um richtig würzig zu schmecken. Ähnlich verhält es sich mit dem Sportunterricht. Er entwickelt sich oft erst dann zu einem runden Ganzen, wenn durch eine Prise Kleine Spiele immer mal wieder ein affektiv-emotionaler Akzent gesetzt wird. In diesem Buch geht es um eben diese Akzente.

Kleine Spiele sind eine Bereicherung jeglicher körperlichen Ausbildung und Auseinandersetzung, ob es sich um spontanes Bewegen oder gezieltes Üben und Trainieren, um Erholung oder gezielte Belastung, um Anspannung oder Entspannung handelt. Es hat immer wieder Versuche gegeben, das große Feld der Kleinen Spiele zu systematisieren und für bestimmte Absichten und Bereiche überschaubare Sammlungen anzubieten. So gibt es Sammlungen für so unterschiedliche Bereiche wie den Kindergarten und die Grundschule, für Freizeit und Urlaub, für die Betonung des Miteinanders wie die des Gegeneinanders, und es gibt Zusammenstellungen, die insbesondere nach den Hauptmerkmalen der Spieltätigkeit vorgenommen werden.

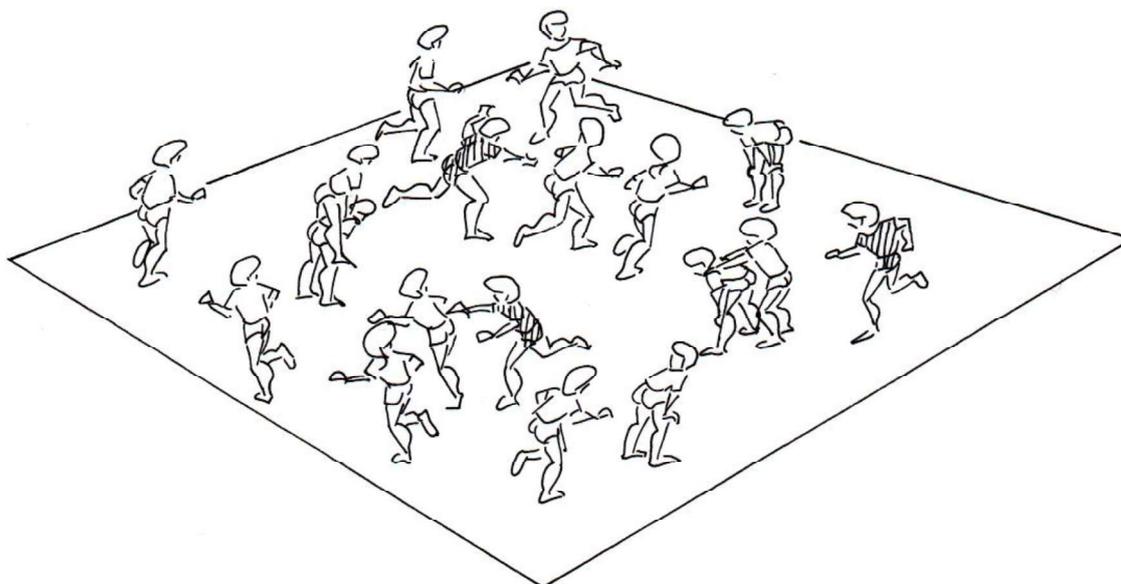
In ähnlicher Absicht erfährt das breite Spektrum der Kleinen Spiele auch in diesem Buch durch die besondere Themenstellung „Kleine Spiele im Sportunterricht“ eine gewollte Einschränkung. Es geht uns nur um diejenigen Kleinen Spiele, die im Aufbau und in der Gestaltung einer normalen Sportstunde – und das ist im Allgemeinen eine Einheit von 45 Minuten – eine sinnvolle Funktion einnehmen.

Die Herausarbeitung der Funktionen innerhalb der Gestaltung des Unterrichts steht im Mittelpunkt des theoretischen Teils des Buches. Diese bestimmen die Blickrichtungen, unter denen das große Feld der Kleinen Spiele systematisiert wird; sie bestimmen die didaktischen Bezugsgrößen sowie die methodischen Akzente der Gestaltung der Kleinen Spiele. Kleine Spiele können im Unterricht für ganz unterschiedliche inhaltliche Schwerpunktsetzungen stehen. Sie sind gestalterisches Mittel der Gesamtkomposition der einzelnen Unterrichtsstunde ebenso wie ihrer Erlebnisdimension. Darüber hinaus entfalten Kleine Spiele eine besondere methodische Kraft, wenn es um die Verpackung bei der Vermittlung koordinativer und konditioneller Schwerpunktsetzungen geht, wenn die Gestaltung sozialer Prozesse beim Miteinander und Gegeneinander in den Mittelpunkt des Interesses rückt und wenn die diesen Prozessen zugeordneten individuellen Befindlichkeiten besonderes Gewicht haben sollen.

Der zweite, größere Teil des Buches ist der Spielpraxis der Kleinen Spiele gewidmet. Aus Gründen der Übersicht ist jedes Spiel auf genau einer Seite

dargestellt. Zur Veranschaulichung beginnt jede Ausarbeitung mit einem gezeichneten Spielausschnitt. Das Bild und die daran anschließende Spielidee erlauben ein schnelles Erfassen des Wesentlichen. Abgeschlossen wird jede Seite mit einer Sammlung von Variationen, mit denen Möglichkeiten aufgezeigt werden, ein Spiel immer wieder zu neuem Leben zu erwecken, die andererseits aber auch den Leser zum kreativen Mitdenken und Weiterentwickeln herausfordern sollen.

Fangen und Befreien



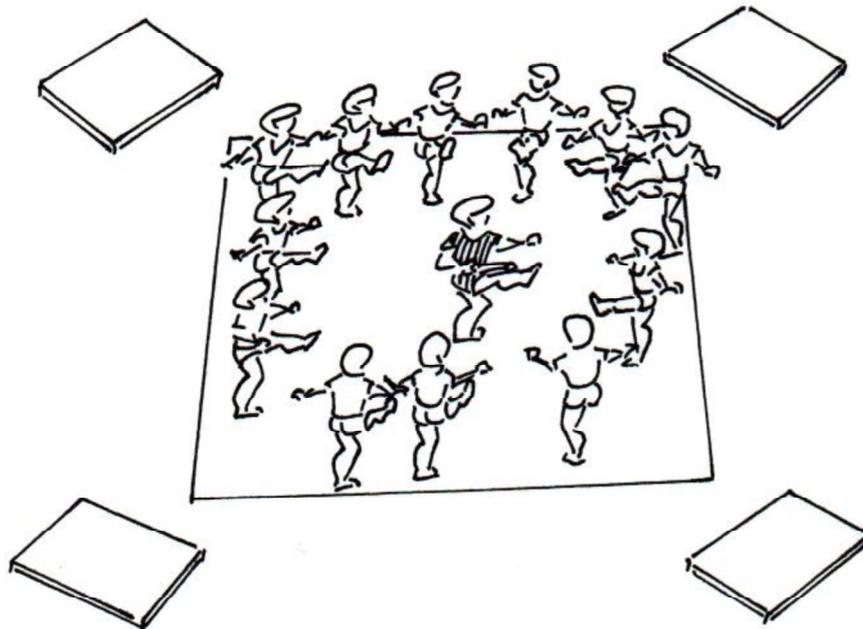
Spielidee

In jeder Spielgruppe werden mehrere feste Fänger bestimmt, die durch Mannschaftsbänder, Leibchen, Mützen ... deutlich erkennbar sind. Alle Spieler bewegen sich in einem markierten Feld, das sich durch vorhandene Linien oder eingestellte Hütchen ergibt. Wer gefangen wird (Berühren reicht), muss eine vorher bestimmte Ruhestellung einnehmen (kleiner Bock, Bankstellung, Grätschstand). Jeder gefangene Spieler kann durch seine Mitspieler wieder befreit werden. Bei der Bockstellung geschieht die Befreiung durch eine Grätsche über den Bock, bei der Bankstellung durch eine Hockwende und beim Stand mit gegrätschten Beinen dadurch, dass der Mitspieler von vorne hindurchkriecht. Wer beim Verfolgen das Feld verlässt, gilt als gefangen und muss in die Ruhestellung.

Variationen

ergeben sich durch weitere Ruhestellungen, durch die Anzahl der festen Fänger oder durch die Fortbewegungsart.

Der Zauberer



Spielidee

Mit einem Spruch („Simsalabim!“) erreicht es der „Zauberer“, dass alle Spieler aus ihren Freimalen (z.B. Matten in den Ecken der Halle) herauskommen müssen und sich in einem gekennzeichneten Feld bewegen.

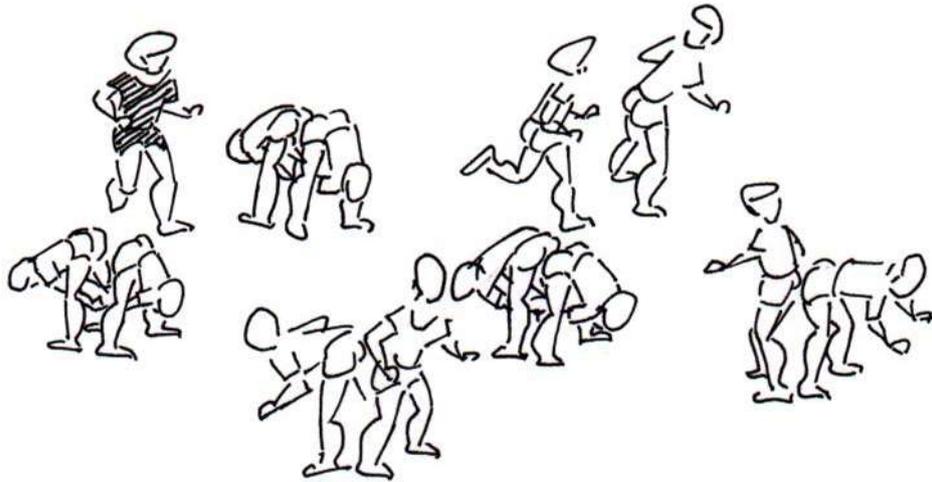
Der Zauberer, der einen Stab (z.B. Schaumstoff) in der Hand trägt, zeigt Bewegungen, die die Verzauberten nachmachen. Lässt er plötzlich den Stab fallen, ist der „Bann“ gebrochen: Alle laufen zu ihren Freimalen, während der Zauberer versucht, einen Spieler abzuschlagen, der dann neuer Zauberer ist.

Variationen

(1) Zauberpaar

Die Spieler teilen sich paarweise auf; zwei bilden das Zaubererpaar. Seine Aufgabe ist es, Bewegungen zu zweit für alle anderen vorzumachen, bis der Zauberstab fällt.

Der Seeteufel kommt!



Spielidee

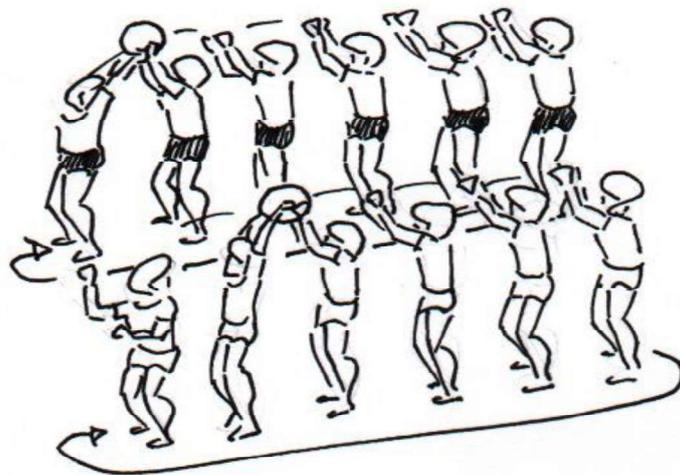
Ziel dieses Spiels ist es, möglichst schnell mit einem Partner oder innerhalb einer Gruppe zu kooperieren und dadurch nicht vom „Seeteufel“ gefressen zu werden. Die Spieler laufen kreuz und quer auf dem Spielfeld umher. „Der Seeteufel kommt!“ ruft die Lehrerin. Nun haben die „Fische“ Zeit, vorher eingeübte Bewegungsaufgaben als Schutz vor dem Seeteufel auszuführen. Die Kommandos lauten:

- „Alle sind Kraken!“ Jeder legt sich schnell auf den Rücken oder Bauch und verhakt mit einem Partner einen Arm oder ein Bein. Auch Dreier- oder Vierer-Kraken sind möglich.
- „Alle sind Sardinen!“ Alle laufen an einem Punkt zusammen und bilden einen ganz engen, stehenden Sardinenhaufen.
- „Alle sind Krebse!“ Je zwei Spieler stehen Rücken an Rücken und ergreifen durch die gegrätschten Beine die Hände des Partners.
- „Alle sind Angler!“ Ein Spieler setzt sich und zieht die Knie an; ein Partner setzt sich auf die Knie (als Angelhocker), wirft seine Angel aus (gestreckter Arm) und stützt diese Angel mit der freien Hand.
- „Alle sind ein Fischernetz!“ Alle legen sich schnell auf den Boden und bauen ein Netz: Hände und Füße müssen Kontakt mit anderen Händen oder Füßen haben.

Nun läuft die Lehrerin als Seeteufel über das Spielfeld und schlägt Spieler, die die Aufgabe nicht erfüllen, ab. Ruft sie: „Alle sind in Sicherheit!“, springen die Spieler mit einem Partner oder als Gruppe in die Höhe und rufen dabei laut: „Juhuuu!“.

Ein neuer Durchgang kann beginnen.

Reihenstaffeln: Balltransport



Spielidee

Die Klasse ist in mehrere Mannschaften eingeteilt. Sie geben in unterschiedlicher Form ein Gerät durch die Gruppe nach hinten (im Beispiel Ballabgabe über den Kopf). Der letzte Spieler läuft mit dem Gerät an den Reihenanfang und reicht es erneut nach hinten. Sieger ist die Gruppe, deren erster Spieler wieder mit dem Gerät an seinem alten Platz steht.

Variationen

(1) Tunnel-Transport -

Die Spieler rollen einen Ball durch die gegrätschten Beine nach hinten.

(2) Tunnel-Abgabe

Die Spieler reichen sich ein Gerät durch die gegrätschten Beine zu.

(3) Tief-Hoch

Das Gerät wird im Wechsel durch die Beine / über den Kopf nach hinten gegeben.

(4) Slalom-Transport

Das Gerät wandert i Slalom rechts und links im Wechsel nach hinten durch.

(5) Fuß-Transport

Die Spieler sitzen sich auf Lücke gegenüber und reichen sich einen Gegenstand mit den Füßen zu.