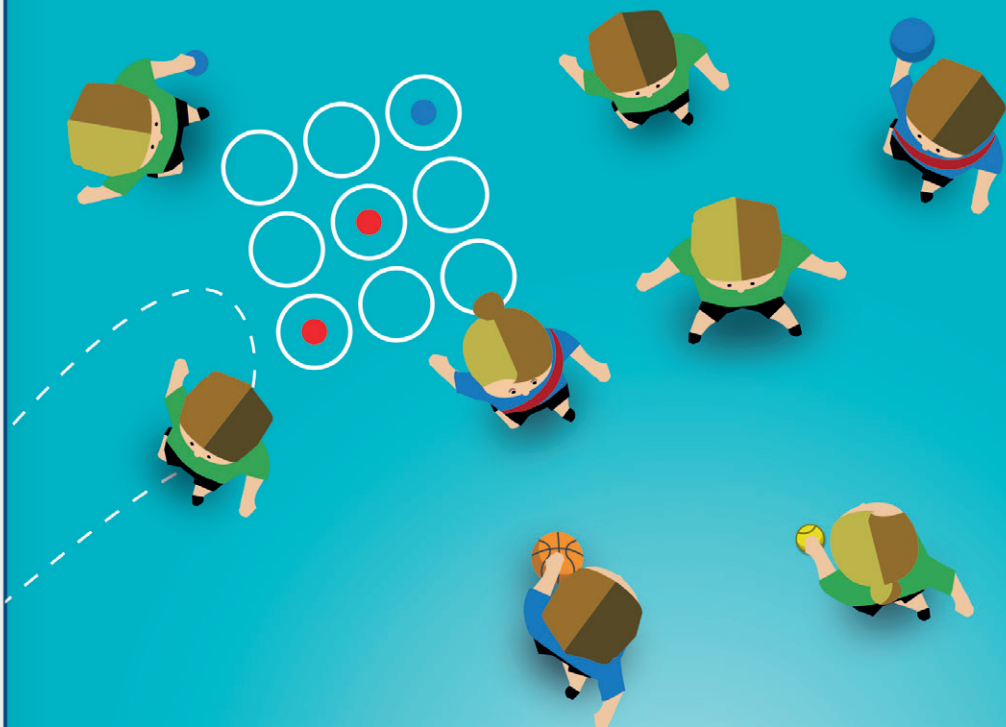


A Auer

e book

Sebastian Hörl
Ronald Edermayr



best of!

70 innovative Bewegungsspiele

Für Sportunterricht,
Verein und Freizeit

© 2022 Auer Verlag, Augsburg
AAP Lehrerwelt GmbH
Alle Rechte vorbehalten.

Das Werk als Ganzes sowie in seinen Teilen unterliegt dem deutschen Urheberrecht. Der*die Erwerber*in der Einzellizenz ist berechtigt, das Werk als Ganzes oder in seinen Teilen für den eigenen Gebrauch und den Einsatz im eigenen Präsenz- oder Distanzunterricht zu nutzen.

Produkte, die aufgrund ihres Bestimmungszweckes zur Vervielfältigung und Weitergabe zu Unterrichtszwecken gedacht sind (insbesondere Kopiervorlagen und Arbeitsblätter), dürfen zu Unterrichtszwecken vervielfältigt und weitergegeben werden.

Die Nutzung ist nur für den genannten Zweck gestattet, nicht jedoch für einen schulweiten Einsatz und Gebrauch, für die Weiterleitung an Dritte einschließlich weiterer Lehrkräfte, für die Veröffentlichung im Internet oder in (Schul-)Intranets oder einen weiteren kommerziellen Gebrauch.

Mit dem Kauf einer Schullizenz ist die Schule berechtigt, die Inhalte durch alle Lehrkräfte des Kollegiums der erwerbenden Schule sowie durch die Schüler*innen der Schule und deren Eltern zu nutzen.

Nicht erlaubt ist die Weiterleitung der Inhalte an Lehrkräfte, Schüler*innen, Eltern, andere Personen, soziale Netzwerke, Downloaddienste oder Ähnliches außerhalb der eigenen Schule.

Eine über den genannten Zweck hinausgehende Nutzung bedarf in jedem Fall der vorherigen schriftlichen Zustimmung des Verlags.

Sind Internetadressen in diesem Werk angegeben, wurden diese vom Verlag sorgfältig geprüft. Da wir auf die externen Seiten weder inhaltliche noch gestalterische Einflussmöglichkeiten haben, können wir nicht garantieren, dass die Inhalte zu einem späteren Zeitpunkt noch dieselben sind wie zum Zeitpunkt der Drucklegung.

Der Auer Verlag übernimmt deshalb keine Gewähr für die Aktualität und den Inhalt dieser Internetseiten oder solcher, die mit ihnen verlinkt sind, und schließt jegliche Haftung aus.

Autor*innen: Sebastian Hörl, Ronald Edermayr

Covergestaltung: Daniel Fischer Grafikdesign München

Coverillustration: Ronald Edermayr

Illustrationen: fotosatz griesheim GmbH nach Vorlagen von Ronald Edermayr

Satz: fotosatz griesheim GmbH

ISBN 978-3-403-**38366**-6

www.auer-verlag.de

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	4	3.4	Matten-Staffel	51
1. Laufspiele	6	3.5	Krabbenball	52
1.1 Zeitschätzlauf	6	3.6	Touchball	53
1.2 Wörter laufen	7	3.7	Rette deinen Freund	54
1.3 Ratespiel	8	3.8	Fünferball	55
1.4 Roboterspiel	9	3.9	Touchdown.	56
1.5 Wer bin ich?	10	3.10	Brennball „Hase und Werfer“	57
1.6 Knobelsprint	11	3.11	Brennball „Alaska“	58
1.7 Loser's Run	12	3.12	Schuhhockey	59
1.8 Richtig-/Falsch-Staffel	13	3.13	Reifenball	60
1.9 Karten-Staffel	15	3.14	Kegel-Match	61
1.10 Begrifferraten-Staffel	16	3.15	Paintball.	62
1.11 Städte-Rallye.	18	3.16	Ball über die Schnur mit Sichtschutz.	63
1.12 Tic Tac Toe	22	3.17	Ball über die Schnur Spezial	64
1.13 Reifen-Würfelstaffel	23	3.18	Billard	65
1.14 Risikosprint.	24	3.19	Völkerball klassisch.	66
1.15 Würfel-Staffel 1	25	3.20	4-Felder-Völkerball	69
1.16 Würfel-Staffel 2	26	3.21	Zonen-Völkerball	70
1.17 Merkstaffel	27	3.22	Speed-Völkerball „Dodgeball“	71
1.18 Stadt, Land, Fluss	29	3.23	Jedi-Dodgeball	72
1.19 Lauf-Bingo®	31	3.24	Moorhuhnjagd	73
1.20 Reifen-Rallye	33			
1.21 Agentenstaffel.	34	4. Ballspiele mit dem Fuß	74	
1.22 Memory®-Staffel	36	4.1	Fußball mit „lebenden“ Toren	74
1.23 Biathlonstaffel	38	4.2	Pylonen-Fußball.	75
1.24 Basketball-Biathlon.	39	4.3	Merk-Fußball.	76
		4.4	Krabben-Fußball	77
2. Fangspiele	40	4.5	Paar-Fußball	78
2.1 Schwarz-Weiß-Geschichte	40	4.6	Zahlen-Fußball	79
2.2 Schere, Stein, Papier	41	4.7	Würfel-Fußball 1	80
2.3 Weißer Hai 2.0	42	4.8	Würfel-Fußball 2	81
2.4 Spielfiguren-Jagd	43	4.9	Fußball-König	82
2.5 Zonenfangen Spezial	44			
2.6 Rettungsball	45	5. Ballspiele mit der Hand und / oder dem Fuß	83	
2.7 Bänder-Transport	46	5.1	One Touch	83
2.8 Capture the Flag	47	5.2	Nummernball Spezial	84
		5.3	Wetten, dass	85
3. Ballspiele mit der Hand	48	5.4	Spielemix	87
3.1 Kopfball-Spiel	48	5.5	Variationsball	88
3.2 Schleudersitz.	49			
3.3 Basketball-Shootout	50			

Warum kommt denn jetzt noch ein Buch mit Bewegungsspielen? Gibt es da nicht wirklich schon genug? Und findet man nicht sowieso alle Spiele ohnehin im Internet?

1. Es kann nie genug Anregungen geben, um Kinder und Jugendliche in Bewegung zu bringen. So sehen wir das zumindest.
2. Ja, es gibt viele Bücher mit Bewegungsspielen, und auch im Internet gibt es unzählige Seiten zur Thematik. Aber sind die Spiele dort wirklich alle praxiserprobt und sofort umsetzbar? Und sind sie so beschrieben, dass man sie auch gleich versteht und spielen möchte? Und sind sie auch wirklich so cool, dass die Kinder und Jugendlichen sie auch spielen wollen? Und können dabei auch wirklich alle voll und ganz mitspielen, die Bewegungsbegabten und die weniger Sportlichen? Und werden dabei neben den koordinativen und konditionellen Fähigkeiten der Spieler auch die Selbst- und Sozialkompetenz gefördert? Und sind die Spiele auch kognitiv aktivierend? Und haben die Spiele auch einfache und schnell zu erfassende Basisregeln? Und sind auch Variationen zu den einzelnen Spielen angeführt, damit sie immer wieder anders gespielt werden können? Und halten sich der Materialeinsatz und der Aufbau in Grenzen? Und wie findet man dann aus all den angebotenen Spielen die wirklichen Top-Spiele? Das absolute Best-of?

Daher musste dieses Buch eben doch geschrieben werden, nachdem über viele Jahre sowohl im schulischen Bereich als auch in der universitären Aus- und Fortbildung in Bewegung und Sport unzählige Spiele von uns erprobt und weiterentwickelt wurden. Das vorliegende Praxis-Buch richtet sich an alle Sportlehrer¹, Sportpädagogen, Freizeitbetreuer und Trainer, die mit ihren Spielern vielfach in der Praxis geprüfte Top-Bewegungsspiele spielen möchten.

Ein Hinweis ist uns dabei jedoch wichtig: Das vorliegende Buch ist keine Rezeptsammlung! Es sind coole Spielideen, die in der Praxis super funktionieren, trotzdem kommt dem Spielleiter eine große Bedeutung zu. Es kommt auf seine didaktische Intention an, worauf er beim jeweiligen Spiel den Fokus richten möchte. Er passt das Spiel an die situativen, die personellen Rahmenbedingungen und seine Zielsetzungen an. Er entscheidet, ob das Spiel drinnen oder draußen stattfindet, sorgt für optimale Voraussetzungen, legt geeignete Spielfelder fest und markiert diese gut sichtbar. Er ist verantwortlich für eine sichere und hindernisfreie Spielumgebung und den Einsatz des passenden Spielmaterials. Er bildet passende Teams und kennzeichnet diese erkennbar. Er vermittelt das Spiel knapp, klar und einfach. Er achtet darauf, dass alle Spielgruppen gleich lang spielen. Und er leitet das Spiel, im Idealfall ist er dabei aber gar nicht mehr so wichtig. Zudem kann er die Spiele je nach Spielergruppe bei Bedarf variieren und so den Spielerfolg optimieren.

Zur besseren Übersicht finden Sie oben auf jeder Seite bei **Spielidee** eine kurze Beschreibung des Spieles sowie das benötigte **Material**. Für die Variationsmöglichkeiten wird der Materialbedarf nicht extra aufgeführt.

¹ Aufgrund der besseren Lesbarkeit ist in diesem Buch mit Lehrer auch immer Lehrerin gemeint, ebenso verhält es sich mit Spielleiter und Spielleiterin, Spieler und Spielerin usw.

Darunter sind Informationen zur **Spielgruppengröße**, zum **Platzbedarf** und zur **Zeitvorgabe** je Spiel angegeben:



Spielgruppengröße: Mindestanzahl der benötigten Spieler, **damit das Spiel erfolgreich gespielt werden kann**. Bei einer größeren Gruppe ist es möglich, weitere Spielgruppen / Teams zu bilden. Dabei ist zu beachten, dass sich entweder der Platzbedarf erhöht oder sich die Spielgruppen / Teams beim Spielen abwechseln müssen. Bei kürzeren Spielzeiten (z. B. 3 bis 4 Minuten) kann ein schneller Wechsel der Spielgruppen / Teams erfolgen.



Platzbedarf: Mindestplatzbedarf **für 1 Spielgruppe**:

- **klein+**: Badmintonfeld (ca. 14 m · 7 m) oder größer
- **mittel+**: Volleyballfeld (ca. 18 m · 9 m) oder größer
- **groß+**: Basketballfeld (ca. 28 m · 15 m) oder größer



Zeitvorgabe: Spieldauer inklusive Aufbau

Bei einigen wenigen Spielen ist ausnahmsweise ein etwas aufwendigerer Aufbau nötig. Diese sind mit folgendem Symbol markiert:



Einer leicht verständlichen Erläuterung des Spielablaufs folgen **Variationsmöglichkeiten** und, wenn nötig, eine **bildliche Darstellung der Spielsituation**. Zusätzlich finden Sie bei einigen Spielen **passendes Spielmaterial als Kopiervorlage**, falls dieses benötigt wird.

Viel Spaß beim Spielen!

Sebastian Hörl und Ronald Edermayr

1.1 Zeitschätzlauf

Spielidee:

Eine vorgegebene Zeit einschätzen und so lange laufen

Material:

- › Stoppuhr
- › evtl. Markierungsteller

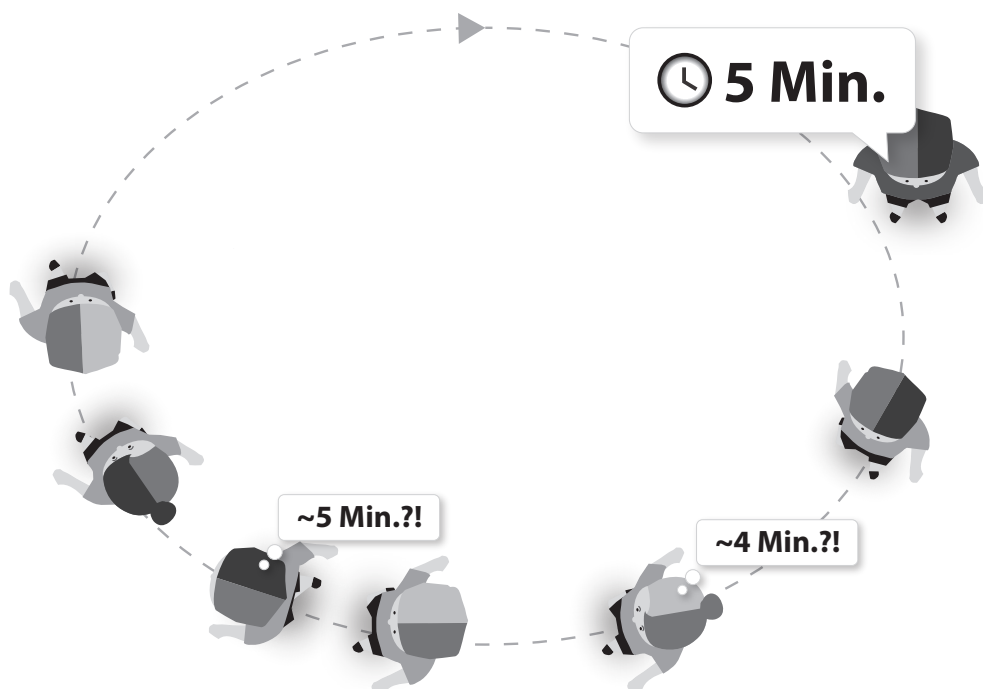


Spielbeschreibung:

Die Spieler sollen eine vorgegebene Zeit lang laufen, z. B. 5 Minuten. Ggf. kann der Spielleiter einen Laufweg für die Spieler mit Markierungstellern abstecken. Wenn ein Spieler glaubt, dass die vorgegebene Zeit abgelaufen ist, setzt er sich hin. Der Spielleiter merkt sich die 3 Spieler, die der Zielzeit am nächsten gekommen sind, und beendet das Spiel spätestens nach 2 Minuten Zeitüberschreitung. Gewonnen hat der Spieler, der die Zeit am besten schätzen kann.

Variationsmöglichkeit:

Die Spieler, die sich in einem vorher angegebenen Zeitraum, z. B. 15 Sekunden, zu früh bzw. zu spät hingesezt haben, müssen eine motorische Zusatzaufgabe absolvieren: z. B. 10 Strecksprünge, 10 Liegestütze, ...



1.2 Wörter laufen

Spielidee:

Wörter laufend erraten

Material:

–



Spielbeschreibung:

Die Spieler finden sich zu Paaren zusammen und die Paare stellen sich hintereinander auf. Der vordere Spieler läuft ein selbst gewähltes Wort in Blockbuchstaben. Der hintere Spieler läuft dem vorderen Spieler nach und muss versuchen, das Wort zu erraten. Anschließend werden die Rollen getauscht. Bei einer ungeraden Anzahl an Spielern wird eine Dreiergruppe gebildet, bei der 2 Spieler versuchen, das Wort zu erraten.

Variationsmöglichkeit:

Ein Spieler „schreibt“ mit dem Finger ein Wort in Blockbuchstaben auf den Rücken des Partners. Dieser muss versuchen, das geschriebene Wort zu laufen. Anschließend werden die Rollen getauscht.



1.3 Ratespiel

Spielidee:

Bewegungen nachmachen

Material:

–



Spielbeschreibung:

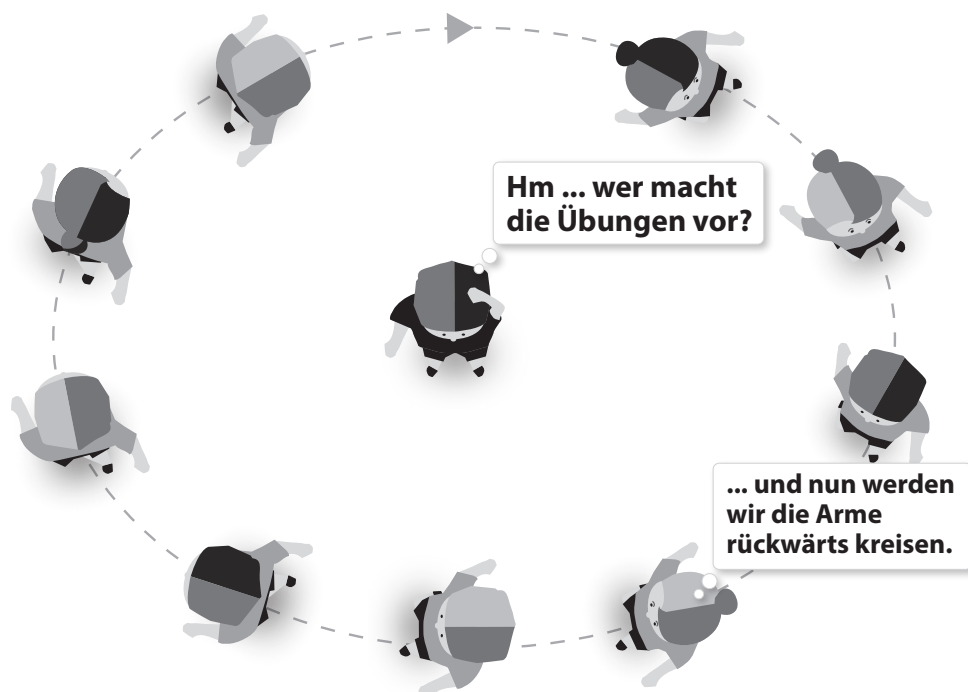
Die Gruppe wird in kleinere Spielgruppen mit 8 bis 10 Spielern aufgeteilt. Die Spieler laufen langsam in einem größeren Kreis. Ein Spieler steht außerhalb des Kreises und hält sich die Augen zu, während die Gruppe anhand von Handzeichen einen Spieler im Kreis auswählt, der abwechselnd verschiedene Bewegungen vormacht: z. B. Arme kreisen, anfersen, Kniehebelauf, klatschen, ... Diese werden von den restlichen Spielern der Gruppe nachgemacht.

Der ratende Spieler kommt nun in die Mitte des Kreises und hat zweimal die Chance, den Spieler, der die Übungen vorgibt, zu erraten.

Anschließend werden die Rollen getauscht.

Variationsmöglichkeit:

Schafft es der ratende Spieler nicht, den Spieler, der die Übungen vorgibt, zu erraten, muss er eine motorische Zusatzaufgabe absolvieren, z. B. 10 Liegestütze. Schafft er es, müssen alle Spieler der Gruppe die motorische Zusatzaufgabe ausführen.



1.4 Roboterspiel

Spielidee:

Laufspiel mit Dreierteams

Material:

- › Markierungsteller



Spielbeschreibung:

Der Spielleiter steckt das Spielfeld mit Markierungstellern ab. Anschließend wird die Gruppe in Teams mit je 3 Spielern aufgeteilt. 2 Spieler stellen Roboter dar, 1 Spieler ist Mechaniker. Sollte ein Spieler übrig bleiben, wird ein Team mit 3 Robotern und 1 Mechaniker gebildet. Der Mechaniker kann die Roboter durch Antippen wie folgt steuern:

- › leichtes Antippen des Rückens → langsam vorwärtslaufen
- › leichtes doppeltes Antippen des Rückens → langsam rückwärtslaufen
- › leichtes Antippen der linken Schulter → Drehung um 90 Grad nach links und langsam vorwärtslaufen
- › leichtes Antippen der rechten Schulter → Drehung um 90 Grad nach rechts und langsam vorwärtslaufen

Vor Spielbeginn sollten die Roboter die Steuerungsbefehle gehend einüben. Beim Spiel selbst laufen die Roboter langsam. Die beiden Roboter stehen zu Beginn Rücken an Rücken. Der Mechaniker aktiviert die Roboter mit einem leichten Antippen des Rückens und muss nun versuchen, die Roboter so zu steuern, dass sie frontal aufeinander zu laufen und sich somit begegnen. Beim Laufen strecken die Roboter die Arme nach vorne aus. Wenn ein Roboter an die Spielfeldgrenzen kommt, dreht er sich automatisch um 90 Grad nach links oder rechts und läuft langsam weiter. Sobald die Roboter sich treffen, werden die Rollen getauscht.

Variationsmöglichkeiten:

- › Die Roboter reagieren beim Antippen der linken Schulter mit einer 90-Grad-Drehung nach rechts und beim Antippen der rechten Schulter mit einer 90-Grad-Drehung nach links.
- › Die Spieler gehen paarweise zusammen. Ein Spieler stellt den Roboter dar, der andere ist der Mechaniker. Der Roboter schließt die Augen und streckt die Arme nach vorne. Der Mechaniker steuert den Roboter verantwortungsvoll durch leichtes Antippen quer durch den Raum (Steuerungsbefehle wie oben beschrieben), ohne dass es zu Kollisionen mit einem anderen Roboter kommt. Bei Gefahr ruft der Mechaniker: „Stopp und Augen auf!“

