

SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

45-Minuten-Spiele für den Sportunterricht

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de



Inhaltsverzeichnis

Vorwort	5
I. Theoretische Vorüberlegungen	6
1. Charakteristik der „45-Minuten-Spiele“	6
2. Kompetenzorientierung im Sportunterricht	6
3. Entwicklung der Spielfähigkeit	8
4. Motivation	9
II. Unterrichtspraxis	10
1. Empfehlungen zum Spielbetrieb	10
2. Schematische Spielbeschreibung im Raster	11
3. Didaktisch-methodische Checkliste von A bis Z	14
III. 45-Minuten-Spiele	16
1. Ziele und Tore	16
1.1 Abfangjäger	16
1.2 Aufsetzer-Ball	18
1.3 Brett-Ring-Korb	20
1.4 Frisbee-Golf	22
1.5 Kegelwächter	24
1.6 Korbkönig	26
1.7 Kreuzfeuer	28
1.8 Ringerücken	30
1.9 Würfelchallenge	32
1.10 Wurfbude	34
1.11 Zielball-Zirkel	36
2. Abwerfen	38
2.1 Hexenkessel	38
2.2 Goal-Völkerball	40
2.3 Moorhuhnjagd®	42
2.4 Takeshi-Run	44
3. Passen, Fangen, Spielen	46
3.1 Floorball	46
3.2 Match-Triathlon	48
3.3 Ringhockey-Rolle	50
3.4 Schatzball	52
3.5 Sechserball	54
3.6 Tchoukball	56
3.7 Ultimate-School-Frisbee	58
3.8 Mixball	60

4. Übers Netz	62
4.1 Aufschlag fordert Annahme	62
4.2 Handtuch-Ball	64
4.3 Multi-Ball-Tennis	66
4.4 Nummern-Federball	68
4.5 Ring-Volley	70
4.6 Sitzvolleyball	72
4.7 Volleyminton	74
5. Laufen	76
5.1 Frisbee-Mattenrennen	76
5.2 Hallen-Biathlon	78
5.3 Jäger-Brennball	80
5.4 Werfer vs. Läufer	82
5.5 Lauf-Poker	84
IV. Turniersysteme und Matchkarten	86
V. Spiele-Register	92
VI. Literatur	93

Vorwort

„Dürfen wir heute spielen?“ – diese oder ähnliche Fragen von Schülern¹ auf dem Weg in die Turnhalle oder in der Umkleidekabine kennt jeder Sportlehrer nur zu gut. Dementsprechend wertvoll ist das Repertoire an interessanten und ergiebigen Spielen für jeden Übungsleiter. Ein gut gefüllter Fundus, aus dem man sich zielorientiert bedienen kann, ist Gold wert, vor allem da die Freude der Schüler am Spiel die grundlegende Chance darstellt, auch weniger Sportbegeisterte zu „bewegen“. Emotionale, soziale und kognitive Kompetenzen profitieren vom sportlichen Spiel ebenso wie die physiologischen. Die Grundlagen für die Handlungsfelder des Sportunterrichts werden durch gezielt ausgewählte Spiele mitentwickelt, komplexe Lehrplaninhalte werden vorbereitet, im Schonraum geübt, gesichert und im Wettbewerb angewandt.

Durchschnittlich 35 Wochen stehen uns Sportlehrern pro Schuljahr zur Verfügung, um die Schüler im Sinne einer umfassenden Sporterziehung fit zu machen. **35 Mannschaftsspiele** – sozusagen „Spiele der Woche“ – werden im Folgenden vorgestellt und beschrieben. Dabei handelt es sich um gesammelte innovative Ideen, die praktisch erprobt und von Schülern sowie erfahrenen Lehrerkollegen für gut befunden wurden. Varianten bekannter Spiele werden in Turnier- und Organisationsformen so präsentiert, dass möglichst viele Schüler gleichzeitig ohne lange Passivphasen am Spielgeschehen teilnehmen können. Vorwiegend situationsbezogen und spielerisch taktisch lernen die Schüler nicht nur sportartübergreifend das Spielen als solches, sondern verbessern auch induktiv Fertigkeiten und Fähigkeiten.

Sämtliche in dieser Handreichung vorgestellten Spiele lassen sich in einer regulären Unterrichtsstunde von **45 Minuten** umsetzen, sodass sie sich gut in den alltäglichen Sportunterricht integrieren lassen. Um Zeit zu sparen, kann ein komplexer Stationsaufbau an einem Tag auch einmal für nachfolgende Gruppen stehen bleiben, Materialien können für verschiedene Klassen die Woche über parat gehalten, spielimmanente Schwerpunkte in der Jahresplanung platziert werden.

Kleine Veränderungen am Regelwerk, am Material- oder Platzangebot machen nahezu alle Spiele für sämtliche Jahrgangsstufen interessant. Beim Spielen verschwimmen diese Grenzen erfahrungsgemäß. Das Erleben von Spaß und Spannung im Wettbewerb sowie die Erfahrungen in Sieg und Niederlage rechtfertigen das Spielen auch um des Spielens Willen.

Winni Dombroth

1 Aufgrund der besseren Lesbarkeit ist in diesem Buch mit Schüler immer auch die Schülerin gemeint, ebenso verhält es sich mit Lehrer und Lehrerin etc.

I. Theoretische Vorüberlegungen

1. Charakteristik der „45-Minuten-Spiele“

Während das Kennenlernen der Umwelt in den ersten Lebensjahren fast nur spielerisch erfolgt, nimmt der Spielanteil mit steigendem Alter immer mehr ab. Pflichten und Regeln bestimmen zunehmend den Tagesablauf. Dabei erleben wir gerade das Spiel als freudvollen Gegensatz zu unseren täglichen Verpflichtungen, als Erholung und Kontrast. Sportlich-spielerische Aktivitäten tragen dazu bei, das seelische und körperliche Wohlbefinden sowie die Leistungsfähigkeit zu steigern. Man entwickelt sich im motorischen, physiologischen, intellektuellen, soziologischen und kreativen Sektor weiter.

Die im Anschluss beschriebenen Spiele stehen bezüglich Charakteristik und Anforderungsprofil zwischen den bekannten Sportspielen mit ihrem meist international festgelegten Reglement und der Gruppe der „Kleinen Spiele“. Zum einen sind sie wettkampf- und leistungsbestimmt, leben von entstehender Spannung und der Auflösung von Spiel- und Zweikampfsituationen. Zum anderen vermitteln sie den Schülern vielfältige Erfahrungen in einem relativ offenen Rahmen mit der Möglichkeit des Spielens als Selbstzweck. Ohne umfassende Vorlaufzeit sollten diese speziell auf den Schulsport ausgerichteten „Zwischenspiele“ in einer 45-Minuten-Einheit sinnvoll durchgeführt, aber bei Bedarf auch kreativ abgewandelt werden können.

Vor allem das Spielen im Team bietet hinsichtlich des Brückenschlags von sportlichem Ernst zur freudebetonten Bewegung viel Potenzial. Innerhalb vorgegebener Spielregeln kann man individuell handeln und sein Spiel den eigenen Voraussetzungen und denen der Mitspieler und Gegner anpassen. Bei individuellen Zielerwartungen gilt prinzipiell, dass alle Teilnehmer das gleiche Spiel spielen, jeder allerdings die Aufgaben nach den ihm gegebenen Möglichkeiten erfüllen kann. Bei Beibehaltung der komplexen Leistungsfaktoren und der taktischen Determiniertheit wird auch bei entschärftem Leistungs- und Regeldruck die Spielfähigkeit gefördert. Neben dem Üben und Anwenden der Technikaspekte wie angemessenes Werfen / Kicken / Schießen, sicheres Fangen / Stoppen, geschicktes Umspielen / Verteidigen / Ausweichen kommen konditionelle und koordinative Aspekte zum Tragen. Lehrreiche Erfahrungen in Spiel- oder Wettkampfsituationen und im Fairplay-Bereich werden ermöglicht. Wahrnehmung, Entscheidungsfähigkeit und angemessenes Taktikverhalten werden angebahnt. Die Schüler setzen sich mit Materialien und Regeln auseinander, bringen ihre eigenen Ideen zu Variationsmöglichkeiten ein. Konfliktlösungen, Kooperationen oder Kompromisse werden initiiert. Zudem darf nicht vergessen werden, wie sich in Mannschaftsspielen der umsichtige Umgang mit Konkurrenz, Anerkennung, Solidarität, Stärken, Ängsten oder Schwächen erleben und reflektieren lässt.

2. Kompetenzorientierung im Sportunterricht

Im Rahmen der Unterrichtsentwicklung für das Fach Sport werden neue Lehrpläne an einer durchgängigen Kompetenzentwicklung ausgerichtet. Kompetenzen [...] „bestehen nicht aus tragem Wissen, das auch tot sein kann, oder Können, das auch

blind sein kann, sondern ausdrücklich aus der Verknüpfung von Wissen und Können. [...] Kompetenzen sind kognitive Fähigkeiten und Fertigkeiten, bestimmte Probleme zu lösen, sowie die damit verbundenen motivationalen, volitionalen und sozialen Bereitschaften und Fähigkeiten, um die Problemlösung in variablen Situationen erfolgreich und verantwortungsvoll nutzen zu können. [...] Kompetenzen setzen sich zusammen aus Wissen, Können und Wollen.“ (Kurz, 2008, S.215). Kompetenzen werden vom Sportlehrer nicht im eigentlichen Sinne unterrichtet, vielmehr muss dem Schüler ermöglicht werden, diese zu erwerben.

Neben den offensichtlichen physiologischen Kompetenzen lassen sich durch sportlich-spielerische Aktivitäten im besonderen Maße also auch die emotionalen, sozialen und kognitiven erwerben. So muss an den Schulsport ein gesteigerter pädagogischer Anspruch gestellt werden. Der Anteil der rein sportlichen Leistung relativiert sich, die Ausrichtung an isolierten Disziplinen und Sportarten tritt in den Hintergrund. Komplexer betrachtet, kann die Erziehung zum Sport parallel zu einer Erziehung durch Sport erfolgen. Die Beschränkung auf die Vermittlung von sportmotorischen Fähigkeiten und Fertigkeiten wäre fahrlässig, denn die Möglichkeiten zur ganzheitlichen Kompetenzsteigerung und Entwicklungsförderung würden nicht ausgeschöpft.

Zentrale Kompetenzbereiche im Teamspiel

Eine Vernetzung diverser Fähigkeiten, Fertigkeiten, Kenntnisse und Haltungen ist im komplexen Anforderungsprofil der Mannschaftsspiele ideal umsetzbar. Die Ausbildung der bekannten koordinativen und konditionellen Bausteine wird durch den hohen Aufforderungscharakter im Teamspiel in diversen Spielräumen bekanntermaßen begünstigt. Durch Üben gelangt man auf eine höhere Niveaustufe von Kompetenz, ein Mindeststandard, ein realistisch zumutbarer Regelstandard oder gar ein theoretisch möglicher Expertenstandard kann erreicht werden. Darüber hinaus lassen sich durch Interaktion unter anderem Empathie, Mannschaftsgeist, Fairness, Kooperation und Kommunikation, Durchhaltevermögen, Wagnis- und Leistungsbereitschaft ausprägen, die Umwelt, die eigene Fitness und das sportliche Handlungsfeld erschließen. Bei der Prozessorientierung gibt man den Schülern Gelegenheit, Kompetenzen über einen längeren Zeitraum aufzubauen.

Aus der Position der Fachdidaktik werden Bildungsstandards, also überprüfbare Bildungsziele, die zu erreichende Kompetenzen beschreiben, grundsätzlich positiv gesehen. Eine exakte Zuordnung „Übung → Kompetenz“ ist jedoch gerade beim Spiel wenig sinnvoll. Kompetenzorientierter Unterricht definiert sich nicht dadurch, jedem einzelnen Spielvorschlag konkret eine Kompetenz zuzuweisen. Vielmehr muss der Schüler die Gelegenheit haben, sich angestrebte Kompetenzen bei der Auseinandersetzung mit dem Spiel aneignen zu können.

Eine Übersicht über Kompetenzbereiche im Teamspiel könnte folgendermaßen aussehen:

Fachkompetenz

Es wird erwartet, dass der Schüler aufgrund seiner körperlich-sinnlichen Wahrnehmungen und Bewegungserfahrungen handelt und sein motorisches Repertoire funktionsgerecht anwendet, verbessert und je nach Situation anpasst. Eigene und

fremde Voraussetzungen im konditionellen, koordinativen, technischen und taktischen Bereich werden berücksichtigt. Auf dieser Basis wird reflektiert, individuell optimiert und auf andere Bewegungsfelder transferiert.

Sachkompetenz

Ziel ist es, Sachzusammenhänge zu erschließen, darzulegen und fachspezifisches Wissen ins eigene Spiel einfließen zu lassen. Die soziale Komponente ist dabei ebenso zu beleuchten wie Sachverhalte zur Realisierung gemeinschaftlichen sportlichen Handelns.

Methodenkompetenz

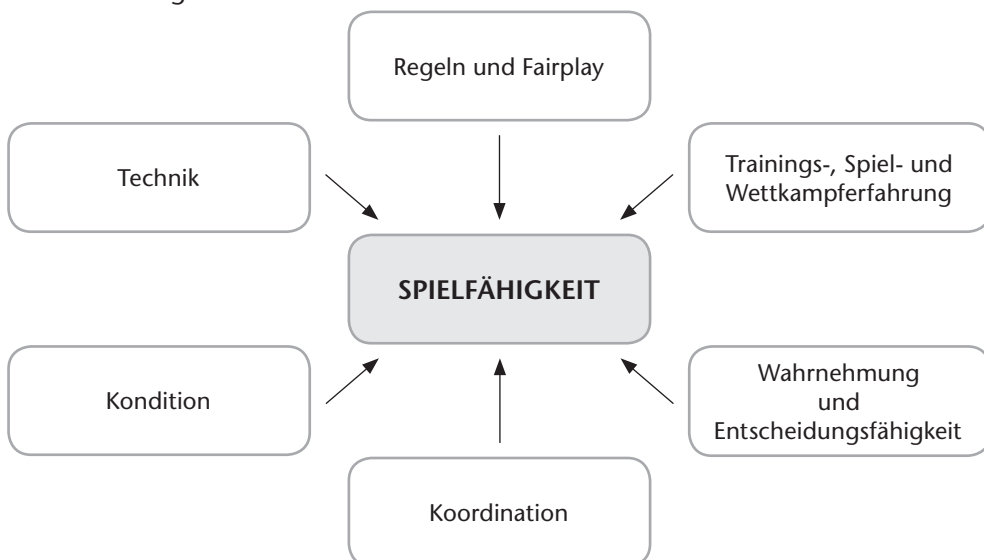
Die zum erfolgreichen Spiel notwendigen strategischen Methoden wie auch die zur Verständigung mit Mitspielern erforderlichen Verfahren sollen planvoll erschlossen und je nach Anforderung eingesetzt werden. Der Schüler kann Erarbeitetes präsentieren, analysieren und organisieren.

Sozial-personale Kompetenz

Auf der Grundlage fachlicher, sachlicher und methodischer Aspekte entwickelt der Schüler Freude am Spielbetrieb, kooperiert und kommuniziert mit Mitspielern oder Kontrahenten. Motiviert und leistungsbereit schätzt er sich selbst und andere verantwortungsbewusst ein, gestaltet zuverlässig und tolerant unter Einhaltung von Fairplay sportliche Spiele mit. Der Lerner lässt sich in den gesamten Lernprozess einbeziehen.

3. Entwicklung der Spielfähigkeit

Neben koordinativen und konditionellen Basiskomponenten soll sich im Rahmen des Sportunterrichts – auch im Hinblick auf die großen Sportspiele – die allgemeine Spielfähigkeit als weiterer Leistungsfaktor entwickeln. Die komplexen Spielsituationen der „45-Minuten-Spiele“ ermöglichen vielfältige Bewegungserfahrungen und Wahrnehmungen.



4. Motivation

Bezüglich des Teamspiels im Sportunterricht befindet man sich in der komfortablen Situation, die Schüler selten extrinsisch motivieren zu müssen, da sie im Jugendalter von sich aus Wettbewerb und Vergleich suchen. Von besonderem Vorteil ist dabei, dass die oft instabile Motivation schwächerer Sportler eher aufrecht erhalten werden kann, da Leistungsdefizite von der Gruppe kompensiert werden können. Entscheidend ist hierfür das Verhalten des Sportlehrers, der mit Sensibilität für die Situation und Fingerspitzengefühl regulierend eingreifen kann. Ein vernünftiger Umgang mit Sieg und Niederlage, mit Kontrahenten und Mannschaftskameraden, muss bei allem Ehrgeiz angebahnt werden. Kein Schüler darf Angst vor Anfeindungen oder Diskriminierung aufgrund eines Fehlers haben müssen. Der soziale Aspekt wird in diesem Zusammenhang betont, Fehlverhalten wird in einer Reflexionsphase thematisiert. Bei Bewegungsaufgaben, in denen Teams oder einzelne Schüler der Reihe nach „finishen“, empfiehlt es sich oft, nach zwei Dritteln abzubrechen, um niemanden vor den Augen der Sieger bloßzustellen.

Zudem sind bei „Kleinen Spielen“ und „Zwischenspielen“ – anders als bei den großen Sportspielen – die Sieger nicht immer unter den Spezialisten zu suchen, da oft alternative Aufgaben gestellt werden, taktische Flexibilität gefordert ist oder Glück und Zufall mitentscheiden. Der Wettbewerbscharakter soll vom Sportlehrer nicht immer in den Vordergrund gerückt werden. Die abwechslungsreiche, interessante Aufgabe wäre im Idealfall attraktiv genug.

II. Unterrichtspraxis

1. Empfehlungen zum Spielbetrieb

Teameinteilung

Besondere Bedeutung kommt einer pädagogisch cleveren Mannschaftszusammensetzung zu. Wenig empfehlenswert ist es, Teams rein nach dem Zufallsprinzip zu formen, denn zu groß ist die Gefahr, unschlagbare oder chancenlose Gruppen zu erhalten, wobei Spaß, Spannung und Motivation verloren gingen. Das Setzen von leistungsstarken Schülern als Mannschaftskapitäne hat sich bewährt. So wird zum einen verhindert, dass diese zusammengelost werden, zum anderen können sie mit ihrem überdurchschnittlichen Leistungsvermögen die Mitstreiter führen. Der Rest der Teambildung kann dann getrost dem Zufall überlassen werden:

- Karten / Farbsymbole ziehen
- im Sitzkreis nach Nummern abzählen und dann zuordnen
- Gummibärchen / Wäscheklammern in verschiedenen Farben aus einer Tüte nehmen
- (scheinbar) zufällige Übergabe von verschiedenfarbigen Trikots durch den Lehrer
- nach Geburtsmonaten (Quartalen / Halbjahren), Anfangsbuchstaben, T-Shirt-Farbe etc. einteilen

Entscheidend ist, dass es gegen Ende zu keiner namentlichen Wahl der Mannschaftskameraden kommt. Die Schüler, die aus diversen Gründen am Schluss der Wahl noch übrig blieben, würden mit Sicherheit der nächsten Spielstunde wenig motiviert entgegensehen.

Scoreboard

Da es bei Teamspielen oft zu mehreren Durchgängen oder verschiedenen Spielpaarungen kommt, bietet es sich an, den Ablauf, die Zwischenergebnisse, Treffer, Wiederholungen, Zeiten oder Siege auf einer Ergebnistafel festzuhalten. Schüler entwickeln großen Ehrgeiz und Gerechtigkeitssinn, wenn es um Siege oder Ranglisten geht. Daher ist eine Dokumentation empfehlenswert. Oft kann man einen Schüler, der nicht am Sportunterricht teilnimmt, zum Schriftführer bestimmen.

In Kapitel IV. *Turniersysteme und Matchkarten* werden entsprechende Scorekarten sowie Turnierpläne angeboten. Aber auch ein einfaches Plakat oder ein Flip-Chart in der Sporthalle erfüllen diesen Zweck.

Teamliebchen

Sobald Mannschaften gegeneinander im Vergleich antreten, ist es von großem Vorteil, diese mit verschiedenfarbigen Leibchen, Trikots, Schleifen oder Bändern ausstatten zu können. Die Spielleitung für den Schiedsrichter wird eminent erleichtert, die Spieler orientieren sich wesentlich besser. Die gesamte Organisation des Spielbetriebes profitiert von diesen visuellen Hilfen und läuft geordnet ab. Viele Streitigkeiten oder gar Aggressionen in Folge von Missverständnissen können so vermieden werden.

Rituale

Die Schüler sollen im Teamspiel auch Gemeinschaft und Miteinander erfahren. In fast allen Mannschaftssportarten werden vor, während oder nach dem Spiel Rituale festgelegt, bei denen man sich durch Abklatschen, Schlachtrufe oder ähnliche Aktionen einstimmt, begrüßt oder fair verabschiedet. Schüler lieben solche Rituale und haben schon beim Entwickeln große Freude. Eine selbst erfundene, immer wiederkehrende Zeremonie dieser Art bereichert den Spielbetrieb und stärkt die soziale Komponente. Probieren Sie es aus!

2. Schematische Spielbeschreibung im Raster

Um ein zügiges Zurechtfinden zu gewährleisten, erfolgt die Beschreibung der Spiele im Hauptteil dieser Handreichung nach einem einheitlichen Muster. Ein gleichbleibendes Raster ermöglicht einen schnellen Überblick über die essenziellen Informationen zur Einheit:

Blitzeinschätzung

Neben dem Spielnamen befindet sich rechts oben eine Orientierungshilfe zur Blitzeinschätzung des Spiels hinsichtlich

Regelumfang:

Die Anzahl der Paragrafenzeichen weist auf den Umfang und den Schwierigkeitsgrad hinsichtlich des Regelwerks hin.

→ *Wie schnell ist das Spiel erklärt?*



Bewegungsintensität:

Je mehr schwitzende Smileys aufgeführt sind, desto bewegungsintensiver ist das Spiel.

→ *Wie anstrengend ist das Spiel?*



Aufbauzeit:

Die Anzahl der Sanduhr-Symbole verweist auf den Aufwand für die Spielvorbereitung.

→ *Wie (zeit)aufwendig ist der Spielaufbau?*



Anforderungsschwerpunkte

Die Beschreibung der jeweiligen Spielanforderungen erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Vielmehr wird stichpunktartig auf konditionelle, koordinative und motorische Bausteine verwiesen, die verstärkt beansprucht, geschult oder geübt werden. Auch emotional-soziale Schwerpunkte können hier benannt sein. Ein Lernzielkatalog im Sinne einer 1:1-Kompetenzzuweisung wird auch von der Fachliteratur als wenig sinnvoll erachtet.

Material

Eine Materialliste verschafft einen raschen Überblick über benötigte Geräte, Hindernisse, Markierungshilfen, Spielgeräte und Hilfsmittel. Sollten einzelne Materialien nicht in der Hallenausstattung enthalten sein, findet man bei entsprechender Improvisationskunst und Erfahrung sicherlich Ersatz.

SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

45-Minuten-Spiele für den Sportunterricht

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de

