

# SCHOOL-SCOUT.DE



Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

## Auszug aus: *Challenges im Sportunterricht*

Das komplette Material finden Sie hier:

[School-Scout.de](http://School-Scout.de)



# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort</b> . . . . .	4	Basketball – Wurf gegen Lauf . . . . .	43
<b>Teambildung</b> . . . . .	6	Basketball – Korblegerwettspiel mit Wurf . . . . .	44
Fairnesswahl . . . . .	6	Fußball – Würfel . . . . .	45
Blindwahl mit Nummern . . . . .	6	Fußball – Team-Mini-WM . . . . .	46
Farbenwahl . . . . .	7	Fußball – FUNino . . . . .	47
Kartenwahl . . . . .	7	Fußball – Kasten . . . . .	48
Geburtstagswahl . . . . .	8	Fußball – Stangentore . . . . .	49
Speed-Wahl (Durchzählen) . . . . .	8	Fußball – Teamtaktik . . . . .	50
Knobelwahl für zwei Teams . . . . .	9	Fußball – Über- / Unterzahl . . . . .	51
Lieblingssessenswahl . . . . .	9	Volleyball – Power-Volleyball . . . . .	52
Augenfarbenwahl . . . . .	10	Volleyball – Swedish-Volleyball . . . . .	53
Begrüßungswahl . . . . .	10	Tchoukball . . . . .	54
Tierwahl . . . . .	11	<b>Team-Challenges: Athletik-Challenges</b> . . . . .	55
Bewegungswahl . . . . .	11	Schere, Stein, Papier . . . . .	55
<b>Einzel-Challenges: Ball-Challenges</b> . . . . .	12	Staffel – drei gewinnt . . . . .	56
Battles eins gegen eins . . . . .	12	Staffel – Tic Tac Toe spezial . . . . .	57
Giant-Table-Tennis . . . . .	14	Staffel – Knobelsprint . . . . .	58
Ball über die Schnur . . . . .	15	Staffel – Turm von Hanoi . . . . .	59
Street-Tennis-Match . . . . .	16	Staffel – Poker . . . . .	60
Badminton-Match . . . . .	17	Staffel – Begriffe raten . . . . .	61
Basketball-Shootout . . . . .	18	Staffel – Memory® . . . . .	62
Basketball-Schleudersitz . . . . .	19	Staffel – Rückenmaler . . . . .	63
Fußball eins gegen eins . . . . .	20	Staffel – Mastermind . . . . .	64
Fußball-Mini-WM . . . . .	21	Staffel – Boccia . . . . .	65
Handball-, Fußball-Elferkönig . . . . .	22	Staffel – Matten . . . . .	66
Handball-, Fußball-Fun-Penalty . . . . .	23	Power-Mensch-ärgere-dich-nicht . . . . .	67
Fußball-, Basketball-Zonendribbeln . . . . .	24	Strong Man . . . . .	68
Volleyball eins gegen eins . . . . .	25	Capture the flag . . . . .	69
Volleyball-Ringerl . . . . .	26	CrossFit-Team-Battle . . . . .	70
<b>Einzel-Challenges: Athletik-Challenges</b> . . . . .	27	CrossFit-Zweierteam-Battle . . . . .	71
Relativer Hochsprung . . . . .	27	5 000-Meter-Weltrekord-Staffel . . . . .	72
Risiko-Hochsprung . . . . .	28	Frisbeegegn. . . . .	73
CrossFit-Battle . . . . .	29	<b>Turnierformen</b> . . . . .	74
<b>Team-Challenges: Ball-Challenges</b> . . . . .	30	Kreisturnier mit unterschiedlichen Spielen . . . . .	74
Giant-Table-Tennis-Doppel . . . . .	30	Kreisturnier spezial . . . . .	75
Ball über den Mattenwagen . . . . .	31	King-of-the-Court-Teams . . . . .	76
Brettball-Squash-Mix . . . . .	32	King-of-the-Court-Einzel (Beat the King) . . . . .	77
Kopfballspiel . . . . .	33	Champions-Turnier-Einzel . . . . .	78
Biathlon-Run . . . . .	34	Champions-Turnier-Team . . . . .	79
Völkerball – klassisch mit Variationen . . . . .	35	Playzone . . . . .	80
Dodgeball mit Variationen . . . . .	36	Fünf-Teams-Match . . . . .	81
Moorhuhnjagd . . . . .	37	50-Augen-Champions-Team . . . . .	82
Street-Tennis-Doppel . . . . .	38	Kartenduell-Einzel . . . . .	83
Teamwurf-Champions . . . . .	39	Kartenduell im Team . . . . .	84
Basketball-3x3 . . . . .	40	Losturnier . . . . .	85
Basketball – Mensch-ärgere-dich-nicht . . . . .	41	Ranglistenturnier . . . . .	86
Basketball – Korblegerstaffel . . . . .	42	Holland-Turnier für 16 Spielende . . . . .	87
		Spiele-Mix-Turnier für sechs Teams . . . . .	88

„Wir wollen nicht nur miteinander spielen!“

„Wir wollen ein Match machen!“

„Wir wollen gegeneinander spielen!“

„Wir wollen vergleichen, wer schneller und stärker ist und höher springen kann!“

Es ist klar, dass sich Kinder und Jugendliche im Bereich der konditionellen Fähigkeiten und bei Spielen auch einmal untereinander messen möchten. Und das ist gut so und wichtig!

Es ist aber gar nicht so leicht, pädagogisch wertvolle und trotzdem coole Sport-, Spiel- und Bewegungsaktivitäten dafür zu finden.

Denn es sollten ja Challenges sein, ...

- ... bei denen alle Spielenden Spaß haben und Gewinnen nicht so entscheidend ist;
- ... bei denen alle Spielenden möglichst viel im Einsatz sind und nicht gleich ausscheiden oder verloren haben und dann nur passiv beobachten;
- ... die einfach zu organisieren und umzusetzen sind – ohne großen Aufbau, umfangreiche Erklärungen und möglichst auch ohne Schiedsrichter\*in;
- ... die vielfältige motorische Fähigkeiten und Fertigkeiten mit und ohne Ball ansprechen;
- ... bei denen die Spielenden einzeln oder im Team gefordert sind.

Daher gibt es diesen Band mit jeder Menge Challenges. Wir haben über viele Jahre im schulischen Bereich sowie in der universitären Aus- und Fortbildung in Bewegung und Sport unzählige Spiel-, Wettkampf- und Turnierformen erprobt und weiterentwickelt. Und die kreativen Teambildungsvarianten sind gleich ein positiver Start in die Challenges.

Das vorliegende Praxisbuch richtet sich mit einer neuartigen grafischen Umsetzung an alle Sportlehrkräfte, Sportpädagog\*innen, Freizeitbetreuer\*innen und Trainer\*innen.

Ein Hinweis ist uns dabei jedoch wichtig: Es ist keine Rezeptsammlung! Es sind wirklich coole Challenges, die in der Praxis super funktionieren, trotzdem kommt der Spielleitung eine große Bedeutung zu. Sie sorgt für optimale Voraussetzungen, legt geeignete Spielfelder fest und markiert diese gut sichtbar. Sie ist verantwortlich für eine sichere und hindernisfreie Spielumgebung und den Einsatz des passenden Spielmaterials. Sie bildet passende Teams und kennzeichnet diese gut sichtbar. Sie hat die didaktische Intention, worauf sie mit dieser Challenge den Fokus richten möchte. Sie passt das Spiel an die situativen und personellen Rahmenbedingungen an. Sie vermittelt die Challenge knapp, klar und einfach, um sie dann zu leiten – und im Idealfall ist die Spielleitung dann gar nicht mehr so wichtig.

Zur besseren Übersicht finden Sie bei **Idee** eine kurze Beschreibung der Challenge sowie das benötigte **Material**. Für die Variationsmöglichkeiten wird der Materialbedarf nicht extra aufgeführt.

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



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



Platzbedarf: Mindestplatzbedarf **für eine Gruppe**:

- **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: Dauer der Challenge inklusive Aufbau

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



Einer leicht verständlichen Erläuterung der Challenge folgen **Variationsmöglichkeiten** und, wenn nötig, eine **bildliche Darstellung der Spielsituation**. Zusätzlich finden Sie bei einigen Challenges **passendes Material** im digitalen Zusatzmaterial zu diesem Band.

Die Teambildungen sind klar beschrieben und die Turnierformen zudem noch grafisch unterlegt.

Let's battle!

*Sebastian Hörl und Ronald Edermayr*

# Fairnesswahl

**Idee:**

faire Teams bilden

**Material:**

–

**Beschreibung:**

Es werden so viele Kapitän\*innen bestimmt, wie Teams benötigt werden. Die Kapitän\*innen stellen sich der restlichen Gruppe gegenüber mit Abstand zueinander auf. Ein\*e Kapitän\*in hat jetzt die Aufgabe, die benötigten Teams zusammenzustellen. Anschließend darf sich der\*die nächste Kapitän\*in eines der gebildeten Teams aussuchen, dann der\*die nächste usw. – das geht so lange, bis der\*die Kapitän\*in, der\*die die Teams gebildet hat, das letzte Team zugeteilt bekommt. Der Kapitän, der die Teams bildet, ist also gezwungen, faire Teams zusammenzustellen, wenn er mit dem eigenen Team eine Chance haben möchte.

# Blindwahl mit Nummern

**Idee:**

Zufallsteams mithilfe von Nummern bilden

**Material:**

–

**Beschreibung:**

Es werden so viele Kapitän\*innen bestimmt, wie Teams benötigt werden. Die Kapitän\*innen stellen sich mit dem Rücken zur Gruppe in einer Reihe mit Abstand zueinander auf. Die Spielenden der Gruppe bekommen alle eine Nummer (aufsteigend, beginnend mit Eins) so zugeteilt, dass die Kapitän\*innen es nicht mitbekommen. Nun nennt der\*die erste Kapitän\*in in der Reihe eine Nummer. Wer diese Nummer hat, stellt sich leise hinter „seinen“ Kapitän. Dann nennt der\*die nächste Kapitän\*in eine Nummer usw. Wenn alle Nummern genannt wurden, sind die Teams gebildet.

# Farbenwahl

**Idee:**

Zufallsteams mithilfe der Kleidung bilden

**Material:**

–

**Beschreibung:**

Alle Spielenden mit derselben T-Shirt-Farbe bilden ein Team. Bei ungleicher Teamgröße werden die übrigen Spielenden den Teams zugeteilt, deren T-Shirt-Farben möglichst ähnlich sind. Je nach Anzahl der benötigten Teams werden mehrere möglichst ähnliche Farben einem Team zugeteilt.

**Variationsmöglichkeit:**

Die Einteilung der Teams kann natürlich auch nach der Farbe der Sporthose bzw. der Sportschuhe erfolgen.

# Kartenwahl

**Idee:**

Zufallsteams mithilfe von Karten bilden

**Material:**

- › Karten mit Symbolen (siehe Datei im digitalen Zusatzmaterial)

**Beschreibung:**

An jede\*n Spieler\*in wird verdeckt ein Kärtchen mit einem Symbol verteilt. Dabei gibt es so viele unterschiedliche Symbole, wie Teams benötigt werden: Bei fünf benötigten Teams werden also fünf verschiedene Symbole verteilt, und zwar in gleicher Anzahl. Nun bilden die Spielenden mit demselben Symbol (z. B. „Fußball“) ein Team. Bei einer ungeraden Anzahl an Spielenden haben Teams eine Person mehr oder es wird mit Wechselspieler\*innen gespielt.

**Variationsmöglichkeit:**

Die Einteilung der Teams kann auch mit klassischen Spielkarten, Quartettkarten u. Ä. erfolgen.

# Geburtstagswahl

**Idee:**

Zufallsteams mithilfe von Geburtstagen bilden

**Material:**

–

**Beschreibung:**

Die Spielenden werden nach ihren Geburtstagen in Teams eingeteilt. Werden zwei Teams benötigt, bilden die Geburtstagskinder des ersten Halbjahres das erste Team, die des zweiten Halbjahres das zweite Team. Bei drei benötigten Teams nimmt man die Spielenden, die in den ersten vier Monaten Geburtstag haben usw.

Bei einer ungeraden Anzahl an Spielenden in den Teams können einzelne Personen umverteilt werden.

# Speed-Wahl (Durchzählen)

**Idee:**

Zufallsteams mit Durchzählen bilden

**Material:**

–

**Beschreibung:**

Alle Spielenden setzen oder stellen sich in eine Reihe bzw. in einen Kreis. Bei zwei benötigten Teams zählen die Spielenden laut mit „Eins“ und „Zwei“ durch: Die erste Person sagt „Eins“, die zweite sagt „Zwei“, die dritte wieder „Eins“ usw. Alle Spielenden mit der Zahl Eins bilden ein Team und alle Spielenden mit der Zahl Zwei gehören zusammen. Bei drei benötigten Teams zählen die Spielenden laut von „Eins“ bis „Drei“ durch, bei vier benötigten Teams von „Eins“ bis „Vier“ usw. Bei einer ungeraden Anzahl an Spielenden haben Teams eine Person mehr oder es wird mit Wechselspieler\*innen gespielt.

**Variationsmöglichkeit:**

Die Zählreihenfolge wird geändert in: eins, zwei, drei – drei, zwei, eins – eins, zwei, drei ...

# Knobelwahl für zwei Teams

**Idee:**

zwei relativ faire Teams durch Knobeln bilden

**Material:**

–

**Beschreibung:**

Alle Spielenden gehen paarweise zusammen. Bei einer ungeraden Anzahl an Spielenden wird ein Dreierteam gebildet. Die einzelnen Paare spielen nun eine Runde „Schere, Stein, Papier“ gegeneinander. Die Sieger\*innen des „Schere, Stein, Papier“-Spiels bilden Team 1, die Verlierer\*innen sind Team 2.

**Variationsmöglichkeit:**

Es müssen zwei Runden „Schere, Stein, Papier“ gewonnen werden, um in Team 1 zu kommen.

# Lieblingssessenswahl

**Idee:**

Zufallsteams mithilfe des Lieblingssessens bilden

**Material:**

–

**Beschreibung:**

Jede\*r Spieler\*in nennt sein aktuelles Lieblingssessen. Dann stellen sich alle Spielenden alphabetisch nach dem Anfangsbuchstaben des ersten Worts ihres Lieblingssessens in einer Reihe auf. Hierfür dürfen sie sich untereinander absprechen. Wenn alle stehen, nennt jede\*r zur Kontrolle noch einmal sein\*ihr Lieblingssessen. Je nach Anzahl der benötigten Teams können die Gruppen durch Abzählen eingeteilt werden, die ersten vier, die nächsten vier usw.

**Variationsmöglichkeit:**

Die Spielenden können auch nach ihrem Lieblingsurlandsland, ihrem Lieblingsauto oder ihrer Lieblingsserie usw. befragt werden.



# Augenfarbenwahl

**Idee:**

Zufallsteams mithilfe der Augenfarben bilden

**Material:**

–

**Beschreibung:**

Alle Spielenden stellen sich ihrer Augenfarbe nach von „hell“ bis „dunkel“ in einer Reihe auf. Je nach Anzahl der benötigten Teams können die Gruppen durch Abzählen eingeteilt werden, die ersten vier, die nächsten vier usw.

# Begrüßungswahl

**Idee:**

Zufallsteams mithilfe von verschiedenen Begrüßungen bilden

**Material:**

- › Karten mit verschiedenen Begrüßungsarten (siehe Datei im digitalen Zusatzmaterial)

**Beschreibung:**

- Den Spielenden werden zu Beginn je nach Anzahl der benötigten Teams die Varianten der Begrüßung gezeigt:
- › Einmal-Schüttler\*in: Die Hand wird einmal geschüttelt.
  - › Fist-Bump: Man tippt mit der Faust einer Hand an die Faust einer anderen Person.
  - › Corona-Check: Man tippt mit einem Ellbogen an den Ellbogen einer anderen Person.
  - › Vulkanier\*in: Man hebt eine Hand und bringt Zeige- und Mittelfinger auf die eine, Ring- und kleinen Finger auf die andere Seite.
  - › Namaste: Man bringt beide Hände vor dem Brustkorb zusammen und verneigt den Kopf leicht.
  - › High-Five: Man hebt eine Hand, um mit der erhobenen Hand die des Gegenübers abzuklatschen.

Es werden so viele unterschiedliche Begrüßungsvarianten verteilt, wie Teams benötigt werden, und pro Begrüßungsvariante die gleiche Anzahl an Karten. Jede\*r Spieler\*in bekommt eine Karte mit einer Begrüßungsvariante. Die Spielenden begrüßen nun auf ihre Art die anderen Spielenden, ohne miteinander zu sprechen, und finden so ihre Teammitglieder.

Bei einer ungeraden Anzahl an Spielenden haben Teams eine Person mehr oder es wird mit Wechselspieler\*innen gespielt.

# Tierwahl

**Idee:**

Zufallsteams mithilfe von Tierkarten bilden

**Material:**

- › Karten mit verschiedenen Tieren (siehe Datei im digitalen Zusatzmaterial)

**Beschreibung:**

An jede\*n Spieler\*in wird verdeckt ein Kärtchen mit einem Tiersymbol verteilt. Dabei gibt es so viele unterschiedliche Symbole, wie Teams benötigt werden: Bei fünf benötigten Teams werden also fünf verschiedene Symbole verteilt, und zwar in gleicher Anzahl. Die Spielenden machen nun auf ihre Art das auf der Karte dargestellte Tier nach, und zwar ohne miteinander zu sprechen, und finden so ihre Teammitglieder. Bei einer ungeraden Anzahl an Spielenden haben Teams eine Person mehr oder es wird mit Wechselspieler\*innen gespielt.

# Bewegungswahl

**Idee:**

Zufallsteams mithilfe von Bewegungskarten bilden

**Material:**

- › Karten mit verschiedenen Bewegungsformen (siehe Datei im digitalen Zusatzmaterial)

**Beschreibung:**

An jede\*n Spieler\*in wird verdeckt ein Kärtchen mit einer Bewegungsform verteilt. Dabei gibt es so viele unterschiedliche Bewegungsformen, wie Teams benötigt werden: Bei fünf benötigten Teams werden also fünf verschiedene Bewegungsformen verteilt. Für jede Bewegungsform gibt es dieselbe Anzahl an Karten. Die Spielenden führen nun die Bewegungsform auf ihrer Karte aus, und zwar ohne miteinander zu sprechen, und finden so ihre Teammitglieder. Bei einer ungeraden Anzahl an Spielenden haben Teams eine Person mehr oder es wird mit Wechselspieler\*innen gespielt.

# SCHOOL-SCOUT.DE



Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

## Auszug aus:

*Challenges im Sportunterricht*

Das komplette Material finden Sie hier:

[School-Scout.de](http://School-Scout.de)

