



Sportstunde für Lehrkräfte im Projekt
„MBS & ALBA – GANZ GROSSER SPORT IN BRANDENBURG“

Oberschule

1. Spiel zum Aufwärmen:

Tik Tak Toe

Ort:	Schulhof
Anzahl Kinder:	beliebig
Alter:	10 bis 16
Benötigtes Material:	Leibchen, Reifen, Hütchen, Koordinationsleiter o.ä.
Dauer:	15 Minuten

Beschreibung der Übung:

Die Kinder werden in Teams von bis zu 5 Kindern eingeteilt und immer zwei Teams treten gegeneinander an. Zuerst müssen die Kinder einen Parcours durchlaufen, egal ob Slalom, Koordinationsleiter und einfach laufen. Am Ende des Parcours liegen 9 Reifen, die das Tik Tak Toe Spielfeld sind. Jedes Team hat eine Leibchenfarbe und darf sich ein Leibchen nehmen und hinlegen. Wenn das erste Kind wieder zurück beim Team ist, darf das nächste los. Bei einem sehr großen Parcours, kann auch ein bestimmter Punkt im Parcours ausgewählt werden, ab den das nächste Kind loslaufen darf.

Das Team, das zuerst 3 in einer Reihe hat, hat gewonnen.

2. Reaktionsspiel

Reaktionssprint

Ort:	Schulhof
Anzahl Kinder:	beliebig
Alter:	8 bis 18
Benötigtes Material:	Hütchen und Leibchen
Dauer:	10 Minuten

Beschreibung der Übung:

Es werden vier oder fünf verschieden farbige Hütchen, ein Hütchen ist in der Mitte und die anderen sind darum im gleichen Abstand verteilt. Die Lehrkraft gibt ein Signal zum Loslaufen und die Kinder laufen zum Hütchen in der Mitte. In der Zwischenzeit hebt die Lehrkraft ein Leibchen in einer der Hütchenfarben hoch. Welches Kind zuerst die Hütchen berührt hat, bekommt einen Punkt fürs Team. Die Farben können auch kombiniert werden, oder reinggerufen werden.

Eine Videoerklärung finden sie [hier](#).



Sportstunde für Lehrkräfte im Projekt
„MBS & ALBA – GANZ GROSSER SPORT IN BRANDENBURG“
Oberschule

3. Abschlussspiel

Aufsetzterball

Ort:	Schulhof
Anzahl Kinder:	6 pro Spielfeld
Alter:	8 bis 16
Benötigtes Material:	Hütchen und Bälle, Bande (Kästen o.ä.)
Dauer:	15 Minuten

Beschreibung der Übung:

Es gibt zwei Teams, die gegeneinander antreten. Um Punkte zu erzielen, muss der Ball auf der eigenen Spielfeldseite einmal und auf der gegnerischen Spielfeldseite zweimal aufsetzen. Das andere Team versucht den Ball vorher zu fangen.

Eine Videoerklärung finden Sie [hier](#).