



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

1. Frisbee-Brennball

Ort:	Schulhof/ Sporthalle
Anzahl Kinder:	beliebig
Alter:	10 bis 16
Benötigtes Material:	kleine Matten (oder für draußen einfach Vierecke mit Hütchen abstecken), Stangen, Frisbee, Hütchen
Dauer:	15-20 Minuten

Beschreibung der Übung:

Schmale Tore werden aus Stangen gebaut und im Spielfeld verteilt. Diese Tore dienen als Brennmaile. Um die Läufer*innen zu "verbrennen", muss eine Person aus dem Feldteam die Frisbee durch eines der Tore werfen. Ein Teammitglied aus demselben Team muss die Frisbee anschließend fangen. Wer die Frisbee in der Hand hält, darf nicht laufen. Sonst gelten normale Brennballregeln.

2. Parcours

Ort:	Schulhof
Anzahl Kinder:	beliebig
Alter:	10 bis 16
Benötigtes Material:	Hütchen, Bälle, Kisten o. ä.
Dauer:	15-20 Minuten

Beschreibung der Übung:

Hier diesem Spiel sollen die Kinder selbst kreativ werden. Alle Gruppen (jeweils 3 bis 5 Kinder) bekommen gleichviele Bälle, Hütchen, Kisten zur Verfügung und sollen sich darauf einen Parcours bauen. Die Kinder sollen selbst überlegen, welche Elemente sie einbauen, ob Slalom, Sprung, Wurf, Sprint oder was ihnen einfällt. Die Kinder sollen einen Parcours aufbauen und jedes Kind alle dreimal durchlaufen. Danach darf umgebaut werden, es darf natürlich auch geguckt werden, was die anderen machen oder auch Element auf dem Schulhof mit einbezogen werden.

Die Kinder sollen kreativ sein, selbst Ideen entwickeln und weiterentwickeln, vielleicht finden sie auch noch Material auf dem Schulhof, wie Äste oder andere Spielgeräte die genutzt werden können.



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 generischen Spielfeldseite zweimal aufsetzen. Das andere Team versucht den Ball vorher zu fangen.

Eine Videoerklärung finden Sie [hier](#).