



Sportstunde für Lehrkräfte im Projekt

„MBS & ALBA – GANZ GROSSER SPORT IN BRANDENBURG“

Grundschule 6

1. Spiel zum Aufwärmen:

Hütchen Spiel

Ort:	Schulhof
Anzahl Kinder:	beliebig,
Alter:	ab 6
Benötigtes Material:	Hütchen in 3 bis 4 Farben, Bälle nach bedarf
Dauer:	15 Minuten

Beschreibung der Übung:

Die Hütchen werden auf dem Schulhof mit Abstand verteilt und für jede Farbe gibt es eine Aufgabe, zum Beispiel mit Ball: Grün=ball wird in die Luft geworfen und gefangen, Gelb= Ball wird um den Körper gekreist, Rot= Ball wird durch die Beine gegeben, Blau= Ball muss z einem anderen Spieler an einem Blauen Hütchen gepasst werden. Beispiele ohne Ball: Grün= Hampelmänner; Gelb= Strecksprünge, Rot= dreimal ums Hütchen laufen, Blau= Liegestütz. Dabei können die Kinder auch gerne Ideen einbringen und eigene Bewegungsideen finden. Auf ansage der Farbe laufen die Kinder also zu einem Hütchen mit der entsprechenden Farbe und müssen die Bewegung ausführen.

Wenn alle das Spiel verstanden haben, können auch Früchte oder Tiere mit den entsprechenden Farben reingerufen werden, anstatt der Farben selbst, z.B. Frosch= Grün, Erdbeere= Rot usw.

2. Tiere nachmachen

Ort:	Schulhof
Anzahl Kinder:	beliebig
Alter:	6 bis 10
Benötigtes Material:	kein Material
Dauer:	10 Minuten

Beschreibung der Übung:

Alle Kinder laufen über den Schulhof, als erstes ruft die Lehrkraft ein Tier (zum Beispiel Flamingo) daraufhin dürfen sich alle nur noch als Flamingo bewegen, also auf einem Bein oder sehr vorsichtig (dabei können die Kinder selbst interpretieren, wie sich die Tiere bewegen). Danach darf die Lehrkraft ein Kind aussuchen, dass das nächste Tier bestimmt. Zwischen den Tieren gibt es immer wieder Pausen, in denen einfach gelaufen wird. Das Spiel kann durchgeführt werden, bis alle Kinder dran waren, oder bis niemanden mehr ein neues Tier einfällt.



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

Grundschule 6

3. Treffer im Reifen

Ort:	Schulhof
Anzahl Kinder:	beliebig, immer in zweier Paaren
Alter:	6 bis 14
Benötigtes Material:	Bälle und Reifen
Dauer:	15 Minuten

Beschreibung der Übung:

Jedes zweier Team bekommt einen Ball und einen Reifen. Das Kind mit dem Reifen rennt vor und das Kind mit dem Ball mit etwas Abstand hinterher. Auf ein Signal der Lehrkraft bleibt das Kind mit dem Ball stehen und wirft ihn in die Luft. Das Kind mit dem Reifen versucht diesen so zu platzieren, dass der Ball im Reifen aufprallt. Das Team bekommt für jeden getroffenen Aufpraller einen Punkt. Nach ein paar Minuten wird gewechselt, jetzt bekommt das andere Kind den Ball und das erste Kind den Reifen.

Wenn alle das Spiel verstanden haben, kann man die Teams auch aufbrechen und die Kinder mit Reifen müssen jeweils beim Signal ein Kind mit Ball finden und mit diesem zusammen spielen.