



Sportstunde für Lehrkräfte im Projekt
„MBS & ALBA – GANZ GROSSER SPORT IN BRANDENBURG“
Oberschule 6

1. Frisbee

Ort: Schulhof
Anzahl Kinder: beliebig,
Alter: ab 6
Benötigtes Material: Frisbees (am besten eine pro 2er Gruppe)
Dauer: 10 Minuten

Beschreibung der Übung:

Als Vorbereitung auf das Spiel Ultimate Frisbee, sollen die Schüler*innen ein Gefühl für die Frisbee bekommen. Als erste versuchen die Schüler*innen eine Wand, oder ein anderes Ziel zu treffen. Wenn das Zielen klappt, stellen sich die zweier Teams auf und passen sich die Frisbee zu um auch das Fangen der Frisbee zu Üben. Dabei können die Schüler*innen immer weiter auseinander gehen, je besser es klappt. Als letzte Aufgabe sollen die Teams ihre Partner im Lauf anspielen. Wenn sich die Teams sicher beim Passen und Fangen der Frisbee fühlen, kann angefangen werden Ultimate Frisbee zu spielen.

2. Ultimate Frisbee

Ort: Schulhof
Anzahl Kinder: 10-14 Kinder
Alter: 10 bis 18
Benötigtes Material: Leibchen, Frisbee, Hütchen
Dauer: 20-25 Minuten

Beschreibung der Übung:

Bei Ultimate Frisbee spielen zwei Teams gegeneinander. Ziel ist es die Frisbee in der Gegnerischen Endzone zu fangen um damit Punkte erzielen. Körperkontakt ist nicht erlaubt, die Frisbee darf also nur aus der Luft von Gegnerischen Team geklaut werden.

Eine Erklärung als Video finden Sie [hier](#).