



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

**Oberschule 9**

**1. Spiel zum Aufwärmen:**

**Kastenball**

Ort:	Schulhof/ Sporthalle
Anzahl Kinder:	beliebig,
Alter:	ab 10
Benötigtes Material:	Kästen, Bälle, Hütchen, Leibchen
Dauer:	15 Minuten

Beschreibung der Übung:

Für Kastenball muss die Gruppe in zwei Teams aufgeteilt werden, die jeweils in einer Spielfeldhälfte sind. Jedes Team hat einen (oder mehrere, je nachdem wie viele Kinder da sind) Kasten der geschützt werden muss. Darin befinden sich Bälle, die das andere Team klauen will. Die Teammitglieder können also auf die gegnerische Spielfeldhälfte laufen um Bälle zu klauen, dort können sie aber auch gefangen werden. Gefangene Spieler\*innen müssen die Hand heben und bis zu einem Punkt (zum Beispiel die Hallenwand/Hütchen, für ältere Schüler\*innen können auch Strafrunden, Liegestütz oder ähnliches eingeführt werden) laufen um sich wieder zu befreien.

Gewonnen hat das Team, das am Ende die meisten Bälle in den Kästen hat.

[Hier](#) gibt es noch ein Erklärungsvideo.

**2. Ball unter der Bank**

Ort:	Schulhof/ Sporthalle
Anzahl Kinder:	beliebig
Alter:	6 bis 12
Benötigtes Material:	Bänke& Kästen oder Seil als Abgrenzung, Bälle, Hütchen
Dauer:	10-15 Minuten

Beschreibung der Übung:

Es gibt wieder zwei Teams, die jeweils auf einer Seite des Spielfelds sind. Die Mitte des Spielfeldes ist entweder durch Bänke auf Kästen geteilt, oder durch ein Seil. Die Bälle dürfen nur durch die Hände der Spieler\*innen geführt beziehungsweise geschlagen werden. AM Rand des Spielfeldes sind Hütchen aufgebaut. Für ältere Schüler\*innen können die Abstände auch etwas größer werden.

Ziel des Spiels ist es mit den Bällen die Hütchen des gegnerischen Teams umzuschlagen.

[Hier](#) gibt es noch ein Erklärungsvideo.

Als Variation kann auch einer Version mit Schießen gespielt werden.



**Sportstunde für Lehrkräfte im Projekt**  
**„MBS & ALBA – GANZ GROSSER SPORT IN BRANDENBURG“**  
**Oberschule 9**

**3. Zweifelderball mit Fangen**

Ort:	Schulhof/ Sporthalle
Anzahl Kinder:	beliebig,
Alter:	6 bis 14
Benötigtes Material:	Bälle und Hütchen als Begrenzung
Dauer:	15 Minuten

Beschreibung der Übung:

Es gibt wieder zwei Teams und es wird nach normalen Zweifelderball-Regeln gespielt. Die Kinder müssen aber, um sich wieder zu befreien durch das Gegnerische Feld laufen, ohne Gefangen zu werden.

[Hier](#) gibt es noch ein Erklärungsvideo.