

Fairnesswahl

Idee:

faire Teams bilden

Material:

–

Beschreibung:

Es werden so viele Kapitän*innen bestimmt, wie Teams benötigt werden. Die Kapitän*innen stellen sich der restlichen Gruppe gegenüber mit Abstand zueinander auf. Ein*e Kapitän*in hat jetzt die Aufgabe, die benötigten Teams zusammenzustellen. Anschließend darf sich der*die nächste Kapitän*in eines der gebildeten Teams aussuchen, dann der*die nächste usw. – das geht so lange, bis der*die Kapitän*in, der*die die Teams gebildet hat, das letzte Team zugeteilt bekommt. Der Kapitän, der die Teams bildet, ist also gezwungen, faire Teams zusammenzustellen, wenn er mit dem eigenen Team eine Chance haben möchte.

Blindwahl mit Nummern

Idee:

Zufallsteams mithilfe von
Nummern bilden

Material:

–

Beschreibung:

Es werden so viele Kapitän*innen bestimmt, wie Teams benötigt werden. Die Kapitän*innen stellen sich mit dem Rücken zur Gruppe in einer Reihe mit Abstand zueinander auf. Die Spielenden der Gruppe bekommen alle eine Nummer (aufsteigend, beginnend mit Eins) so zugeteilt, dass die Kapitän*innen es nicht mitbekommen. Nun nennt der*die erste Kapitän*in in der Reihe eine Nummer. Wer diese Nummer hat, stellt sich leise hinter „seinen“ Kapitän. Dann nennt der*die nächste Kapitän*in eine Nummer usw. Wenn alle Nummern genannt wurden, sind die Teams gebildet.

Farbenwahl

Idee:

Zufallsteams mithilfe der Kleidung bilden

Material:

–

Beschreibung:

Alle Spielenden mit derselben T-Shirt-Farbe bilden ein Team. Bei ungleicher Teamgröße werden die übrigen Spielenden den Teams zugeteilt, deren T-Shirt-Farben möglichst ähnlich sind. Je nach Anzahl der benötigten Teams werden mehrere möglichst ähnliche Farben einem Team zugeteilt.

Variationsmöglichkeit:

Die Einteilung der Teams kann natürlich auch nach der Farbe der Sporthose bzw. der Sportschuhe erfolgen.

Kartenwahl

Idee:

Zufallsteams mithilfe von Karten bilden

Material:

- › Karten mit Symbolen (siehe Datei im digitalen Zusatzmaterial)

Beschreibung:

An jede*n Spieler*in wird verdeckt ein Kärtchen mit einem Symbol verteilt. Dabei gibt es so viele unterschiedliche Symbole, wie Teams benötigt werden: Bei fünf benötigten Teams werden also fünf verschiedene Symbole verteilt, und zwar in gleicher Anzahl. Nun bilden die Spielenden mit demselben Symbol (z. B. „Fußball“) ein Team. Bei einer ungeraden Anzahl an Spielenden haben Teams eine Person mehr oder es wird mit Wechselspieler*innen gespielt.

Variationsmöglichkeit:

Die Einteilung der Teams kann auch mit klassischen Spielkarten, Quartettkarten u. Ä. erfolgen.

Geburtstagswahl

Idee:

Zufallsteams mithilfe von Geburtstagen bilden

Material:

–

Beschreibung:

Die Spielenden werden nach ihren Geburtstagen in Teams eingeteilt. Werden zwei Teams benötigt, bilden die Geburtstagskinder des ersten Halbjahres das erste Team, die des zweiten Halbjahres das zweite Team. Bei drei benötigten Teams nimmt man die Spielenden, die in den ersten vier Monaten Geburtstag haben usw.

Bei einer ungeraden Anzahl an Spielenden in den Teams können einzelne Personen umverteilt werden.

Speed-Wahl (Durchzählen)

Idee:

Zufallsteams mit Durchzählen bilden

Material:

–

Beschreibung:

Alle Spielenden setzen oder stellen sich in eine Reihe bzw. in einen Kreis. Bei zwei benötigten Teams zählen die Spielenden laut mit „Eins“ und „Zwei“ durch: Die erste Person sagt „Eins“, die zweite sagt „Zwei“, die dritte wieder „Eins“ usw. Alle Spielenden mit der Zahl Eins bilden ein Team und alle Spielenden mit der Zahl Zwei gehören zusammen. Bei drei benötigten Teams zählen die Spielenden laut von „Eins“ bis „Drei“ durch, bei vier benötigten Teams von „Eins“ bis „Vier“ usw. Bei einer ungeraden Anzahl an Spielenden haben Teams eine Person mehr oder es wird mit Wechselspieler*innen gespielt.

Variationsmöglichkeit:

Die Zählreihenfolge wird geändert in: eins, zwei, drei – drei, zwei, eins – eins, zwei, drei ...

Knobelwahl für zwei Teams

Idee:

zwei relativ faire Teams durch Knobeln bilden

Material:

–

Beschreibung:

Alle Spielenden gehen paarweise zusammen. Bei einer ungeraden Anzahl an Spielenden wird ein Dreierteam gebildet. Die einzelnen Paare spielen nun eine Runde „Schere, Stein, Papier“ gegeneinander. Die Sieger*innen des „Schere, Stein, Papier“-Spiels bilden Team 1, die Verlierer*innen sind Team 2.

Variationsmöglichkeit:

Es müssen zwei Runden „Schere, Stein, Papier“ gewonnen werden, um in Team 1 zu kommen.

Lieblingsessenswahl

Idee:

Zufallsteams mithilfe des Lieblingsessens bilden

Material:

–

Beschreibung:

Jede*r Spieler*in nennt sein aktuelles Lieblingsessen. Dann stellen sich alle Spielenden alphabetisch nach dem Anfangsbuchstaben des ersten Worts ihres Lieblingsessens in einer Reihe auf. Hierfür dürfen sie sich untereinander absprechen. Wenn alle stehen, nennt jede*r zur Kontrolle noch einmal sein*ihr Lieblingsessen. Je nach Anzahl der benötigten Teams können die Gruppen durch Abzählen eingeteilt werden, die ersten vier, die nächsten vier usw.

Variationsmöglichkeit:

Die Spielenden können auch nach ihrem Lieblingsurlaubsland, ihrem Lieblingsauto oder ihrer Lieblingsserie usw. befragt werden.

Battles eins gegen eins

Idee:

kleine Eins-gegen-eins-Wettkämpfe mit „Herausforderungssystem“

Material:

- › 1–2 Bälle pro Station (verschiedene Bälle je nach Station)
- › weiteres Material je nach Stationsaufbau
- › 1 DIN-A4-Blatt pro Spieler*in
- › mehrere Stifte
- › 1–2 Turnmatte(n)
- › 2 DIN-A4-Blätter, beschriftet mit „Winner“ und „Olympian“



10+



groß+



30 Min.+

Beschreibung:

Die Spielenden gehen paarweise zusammen. Bei einer ungeraden Anzahl an Spielenden wird ein Dreierteam gebildet. Die Teams entwickeln einen kleinen Wettkampf mit Ball und bauen diesen auf. Bei dem Wettkampf sollen sich zwei Spielende in ungefährlicher Form matchen und schnell ein*e Sieger*in feststehen. Bei einzelnen kleinen Wettkämpfen sollte auch der Zufall eine Rolle spielen, z.B. beim Fußballkegeln mit einem Eierball oder beim Basketballkorbwurf mit dem Rücken zum Korb stehend. Die Teams probieren ihre kleinen Wettkämpfe aus und erklären sie anschließend den anderen. Nach jedem durchgeföhrten Battle muss der Spielaufbau wieder in den Anfangszustand gebracht werden.

Nun faltet jede*r Spielende ein DIN-A4-Blatt in der Mitte und schreibt den eigenen Vornamen in Blockbuchstaben so auf das Blatt Papier, dass sich die gefaltete Kante oben befindet. Die Blätter werden gemischt. Eine Person hängt die Blätter dann auf eine Turnmatte, die längs an die Wand gelehnt ist. Wenn alle Vornamen auf der Turnmatte hängen, befestigt die Spelleitung ganz links und ganz rechts jeweils ein weiteres Blatt mit „Winner“ und „Olympian“, wobei sie die Seiten zufällig auswählt. Nun ist das „Herausforderungs-

system“ fertig. Ziel ist es, nach Ablauf der festgelegten Zeit mit seinem Namen an der Position neben dem „Winner“ zu hängen.

Dazu sollen die Spielenden die vor ihnen hängenden Personen zu einem Battle herausfordern, z.B. darf man bei zehn Spieler*innen die drei Personen vor einem herausfordern, bei 15 Spieler*innen die vier Personen vor einem. Wer herausfordert, darf den Battle aussuchen. Die kleinen Wettkämpfe werden ohne Schiedsrichter*in absolviert. Gewinnt der*die Herausfordernde den Battle, dann tauschen die beiden Spielenden die Plätze in der Rangliste und der*die Gewinner*in rückt einen Platz in Richtung „Winner“. Verliert er*sie, bleiben die Plätze gleich und es wird weiter herausgefordert.

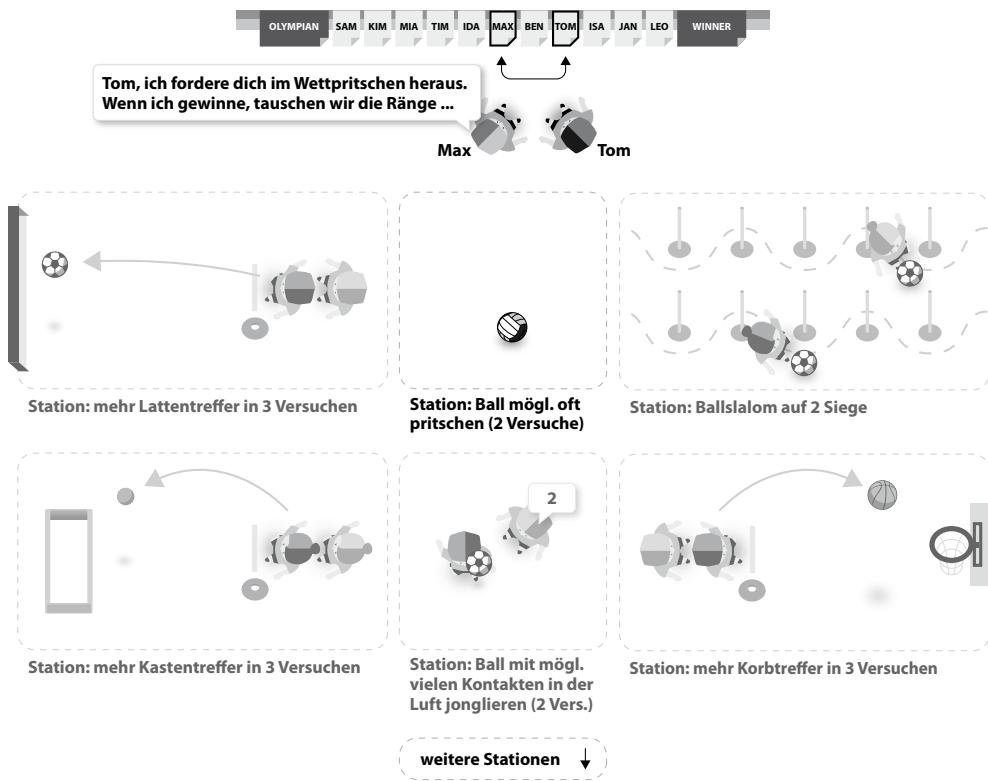
Mögliche kleine Wettkämpfe (siehe auch Abbildungen):

- › Wer erzielt beim Penaltyschießen mit dem Fuß bzw. mit der Hand mehr Tore? (drei Versuche)
- › Wer hält den Ball länger mit dem Fuß in der Luft? Es wird die Anzahl der Kontakte gezählt. (zwei Versuche)
- › Wer schafft vom Penaltypunkt mit dem Fuß bzw. mit der Hand mehr Stangen- bzw. Lattentreffer? (drei Versuche)
- › Wer kann den Ball so werfen, dass er mit einem Bodenkontakt in einem Kastenteil landet? (drei Versuche)
- › Wer trifft beim Eins-gegen-eins-Fußball in einem kleinen Feld die Pylone des*der Gegners*Gegnerin?
- › Wer schafft es, den Ball aus einer festgelegten Entfernung ins Tor zu schießen bzw. zu werfen, ohne dass der Ball vor der Torlinie auf dem Boden aufkommt?
- › Wer kann den Ball schneller mit dem Fuß bzw. mit der Hand durch einen Slalom mit fünf Pylonen im Abstand von ca. zwei Metern dribbeln? (Dafür werden zwei Slaloms nebeneinander aufgebaut und es wird auf zwei gewonnene Durchgänge gespielt.)

- › Wer kann den Fußball mit der Ferse in ein kleines Tor im Abstand von ca. sieben Metern schießen? (drei Versuche)
- › Wer schafft von der Freiwurflinie mit dem Basketball mehr Korbtreffer? (drei Versuche)
- › Wer schafft von der Freiwurflinie beginnend mit dem Volleyball pritschend bzw. baggernd mehr Korbtreffer? (drei Versuche)
- › Wer schafft es, den Ball in einem abgegrenzten Feld öfter in der Luft zu pritschen oder zu baggern, ohne dass dieser auf den Boden fällt? (zwei Versuche)

Variationsmöglichkeiten:

- › Es können **alle** besser platzierten Spielenden in der Rangliste herausgefordert werden.
- › Es können für bestimmte kleine Wettkämpfe auch andere Bälle (z.B. Eierball oder Softball) verwendet werden.



Giant-Table-Tennis

Idee:

Riesentischtennis mit Gymnastikball

Material:

- › 2 Kästen
- › 2 Weichbodenmatten
- › 1 Gymnastikball
(ca. 55 cm Durchmesser)



3+



mittel+



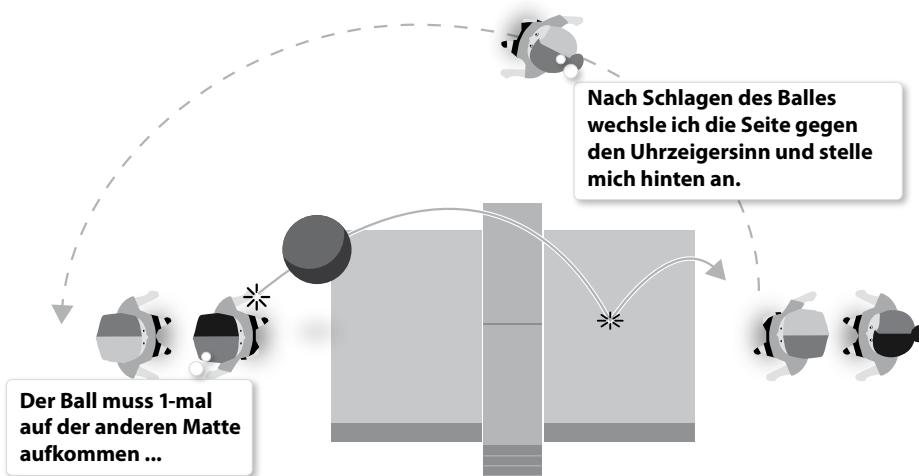
15 Min.+

Beschreibung:

Die Spielenden stellen sich auf beiden Seiten des Spielfelds hintereinander an. Die Seite, die beginnt, hat eine Person mehr. Beim Aufschlag muss der Gymnastikball wie beim Tischtennis auf der eigenen Weichbodenmatte einmal aufkommen und dann einmal auf dem gegenüberliegenden Feld. Bei allen anderen Schlägen darf der Ball nur einmal auf der gegenüberliegenden Weichbodenmatte auftreffen. Ansonsten zählt dies als Fehler für den Spielenden, der den Ball gespielt hat, und der*die Gegner*in bekommt einen Punkt. Der Gymnastikball darf immer nur einmal mit den Händen gespielt und nicht gefangen werden. Nach dem Schlag läuft der*die Spielende gegen den Uhrzeigersinn um das Spielfeld und stellt sich bei der Gruppe auf der anderen Seite wieder an usw. (Rundlauf). Hat man drei Fehler gemacht, scheidet man aus. Als Fehler zählt auch, wenn der Ball im Aus landet. Sind nur noch zwei Spielende übrig, wird ein Match auf drei gewonnene Punkte gespielt, wobei die Fehler aus dem Rundlauf bereits als Punkte für den*die andere*n Spielende*n zählen. Bei diesem Match bleibt jede*r Spieler*in auf seiner Seite und es wird immer abwechselnd aufgeschlagen.

Variationsmöglichkeiten:

- › Die Laufrichtung ist im Uhrzeigersinn.
- › Für das Schlagen des Gymnastikballes dürfen nur die Volleyballtechniken Pritschen und Baggern verwendet werden.
- › Es werden mehrere Giant-Table-Tennis-Felder nebeneinander aufgebaut und die Spielenden spielen eins gegen eins auf fünf gewonnene Punkte. Bei diesen Matches bleibt jede*r Spieler*in auf der eigenen Seite.



Aus dem Werk: 08543 „Challenges im Sportunterricht“ – Auer Verlag

Einzel-Challenges: Ball-Challenges

Ball über die Schnur

Idee:

Ballspiel über ein Netz bzw. über eine Schnur mit Laufen und Fangen

Material:

- › 1 Netz bzw. Zauberschnur
- › ca. 4 Markierungsteller pro Spielfeld
- › 1 Volleyball



5+

mittel+

15 Min.+

Beschreibung:

Das Netz bzw. die Zauberschnur wird in einer Höhe von ca. 2,40 Metern gespannt und das Badmintoneinzelfeld mit vier Markierungstellern gekennzeichnet. Die Spielenden stellen sich auf beiden Seiten des Spielfeldes in einer Reihe hinter der Grundlinie an. Die Seite, die beginnt, hat eine Person mehr. Der Ball muss so geworfen werden, dass er über das Netz fliegt und wenn möglich im gegnerischen Spielfeld auf dem Boden aufkommt. Nach dem Wurf läuft der*die Spieler*in gegen den Uhrzeigersinn um das Spielfeld und stellt sich bei der Gruppe auf der anderen Seite wieder an usw. (Rundlauf). Fängt der*die gegenüberstehende Spieler*in den Ball, muss er*sie ihn ohne weiteren Schritt wieder ins andere Feld werfen. Fällt der Ball im Feld auf den Boden, ist es ein Fehler für den*die Spieler*in dieses Feldes. Hat man drei Fehler gemacht, scheidet man aus. Sind nur noch zwei Spielende übrig, wird ein Match auf drei gewonnene Punkte gespielt, wobei die Fehler aus dem Rundlauf bereits als Punkte für den*die andere*n Spieler*in zählen. Bei diesem Match bleibt jede*r Spielende auf seiner Seite und es wird immer abwechselnd aufgeschlagen.

Variationsmöglichkeit:

Es wird ein anderes Wurfgerät verwendet, z.B. Indiaca, Eierball, Tennisball.

