

Spielideen

Die folgenden Spiele rund um das Thema Ballsport eignen sich besonders für Aufwärmphasen vor den Übungseinheiten, sie können aber auch in anderen Situationen gut eingesetzt werden. Falls die Übungsstationen bereits aufgebaut sind, ist das Betreten der Geräte während der Spiele Tabu.

Kopfball (→ 1 Volleyball, Leibchen für eine Mannschaft)

Kopfball ist grundsätzlich ähnlich zum Handball. Die Spieler prellen den Ball und dürfen mit ihm in der Hand nur noch drei Schritte gehen. Um einen Punkt zu erzielen, muss der Ball hier aber einem Mitspieler auf Kopfhöhe zugeworfen werden, sodass er ihn an die Wand köpfen kann. Die Wand gilt bis zu einer Höhe von etwa zwei Metern als Tor. Vielleicht gibt es schon eine markante Markierung an der Wand, die verwendet werden kann. Pro Mannschaft spielen sechs Kinder. Der Spieler, der einen Punkt erzielt, wechselt mit einem Spieler seiner Mannschaft auf der Bank. Es kommt zu einer Rotation, die dazu führt, dass sich vermeintlich gute Spieler eher zurücknehmen und auch schwächere Spieler einsetzen.

Allerlei Dribbele (→ 1 Ball je Spieler, 1 Musikanlage und flotte Musik)

Während die Musik läuft, dribbeln die Spieler kreuz und quer durch die Halle. Wenn die Musik stoppt, hören alle damit auf und der Spielleiter gibt eine neue Anweisung, wie der Ball gedribbelt werden soll. Diese Anweisung muss ab dem Wiedereinschalten der Musik befolgt werden.

Mögliche Anweisungen: langsam, schnell, lieb, nett, wütend, paarweise, nebeneinander, hintereinander, auf den Knien, auf dem Po sitzend, durch die Beine, von links nach rechts, mit starker Hand, mit schwacher Hand, dreimal dribbeln und dann Pass spielen, ...

Hase und Igel (→ 1 Ball)

Zwei Teams stehen sich auf den Endlinien des Basketballfelds oder Volleyballfelds gegenüber. Die Kinder jeder Seite werden von 1 beginnend durchnummeriert. In der Mitte des Felds liegt ein Ball. Der Spielleiter ruft nun eine Nummer und die beiden Kinder mit dieser Nummer laufen los. Das Kind, das den Ball zuerst erreicht, muss ihn zurück zu seiner Mannschaft dribbeln. Der andere Spieler darf ihn fair daran hindern. Schafft es der Dribbler, in höchstens zwanzig Sekunden anzukommen, bekommt seine Mannschaft einen Punkt.

Inselspiel (→ 4 Turnmatten, 2 Bälle)

Zwei Teams spielen parallel gegeneinander. Jedes Team steht sich in zwei gleich großen Gruppen auf zwei Turnmatten mit etwas Abstand gegenüber. Dies sind die Werfer- und die Fängerinsel. Die Werfer werfen den Ball zu den Fängern. Jeder Fänger, der einen Ball fängt, wird zum Werfer und darf auf die Werferinsel wechseln. Das Team, welches als Erstes alle Fänger befreit hat, gewinnt.

Für ein längeres Spiel kann die Werfergruppe verkleinert oder ein Hindernisparcours eingebaut werden, den die befreiten Fänger durchlaufen müssen.

Ochs am Berg (→ 1 Ball je Spieler)

Ein Spieler steht als Spielleiter mit Blick zur Wand an einem Ende der Halle. Alle anderen Spieler stehen mit einem Ball am anderen Ende. Solange der Spielleiter „Eins – Zwei – Drei – Vier – Ochs am Berg!“ zählt, dürfen alle anderen Spieler den Ball prellend nach vorne laufen. Bei „Berg!“ müssen alle Spieler sofort wie versteinert stehen bleiben und der Spielleiter dreht sich um, um das zu kontrollieren. Er nennt alle Spieler, die sich noch bewegen. Diese müssen zurück an das Hallenende. Der erste Spieler, der beim Spielleiter ankommt, gewinnt und wird neuer Spielleiter.

Autoscooter (→ 1 Ball je Spieler, 4 Hütchen)

Alle Spieler prellen den Ball in einem Spielfeld, das durch vier Hütchen an den Ecken begrenzt ist. Wer dabei einen Mitspieler berührt, scheidet aus. Das Spielfeld wird dabei immer weiter verkleinert.

Variation: Statt Ausscheiden gibt es eine Strafe, die ausgeführt werden muss, oder man darf erst wieder in das Feld, wenn man einen Korb geworfen hat o. Ä.

Fußballknaller (→ 8 Hütchen, 2–4 Fußbälle, Leibchen für drei Mannschaften)

Gespielt wird in vier Teams. An jeder der vier Seiten des Spielfelds werden zwei Hütchen nebeneinander als Tore aufgestellt. Die beiden Bälle werden in die Spielfeldmitte gelegt. Die Teams befinden sich zu Beginn des Spiels in je einer Ecke. Auf ein Signal hin startet das Spiel.

Alle Teams spielen gegeneinander und auf jedes der vier Tore. Ein Treffer wird dann erzielt, wenn ein Teamspieler des Torschützen den Ball hinter dem Tor mit dem Fuß stoppt. Ein Seitenaus gibt es nicht. Bei einem Foul wird ein Freistoß ausgeführt.

Später kann man weitere Bälle in das Spiel geben.

Variation: Das Spiel kann auch an die anderen Ballsportarten angepasst werden.

Völkerball in Variation (→ 1 Volleyball)

Die grundlegenden Regeln von Völkerball sollten bekannt sein: Zwei Mannschaften befinden sich in den beiden Hälften des Spielfelds. Ihr Ziel ist es, durch das Abwerfen der Spieler des gegnerischen Teams zu erreichen, dass keiner der gegnerischen Spieler mehr im Spielfeld steht. Alle getroffenen Spieler müssen in den Bereich außerhalb des Spielfelds in der gegnerischen Hälfte wechseln. Sie können wieder zurück in ihr Feld, wenn sie einen der gegnerischen Spieler abwerfen.

Diese Regeln können nun auf folgende Weisen variiert werden: Die abgeworfenen Spieler müssen nicht aus dem Spielfeld, sondern dürfen als Verteidiger für die restliche Dauer des Spiels an die Mittellinie vorrücken. Dort nehmen sie die Arme nach oben und bewegen sich mit Sidesteps.

Man kann die maximale Anzahl der Verteidiger auch begrenzen und dann mit den üblichen Handballregeln weiterspielen, wobei die Verteidiger dann auch die Seitenränder verteidigen dürfen.

Das Spiel kann auch an Fußball angepasst werden, indem der Ball geschossen statt geworfen wird. Um nicht „abgeschossen“ zu werden, muss der Ball hier mit dem Fuß gestoppt werden.

VORSCHRIFTEN