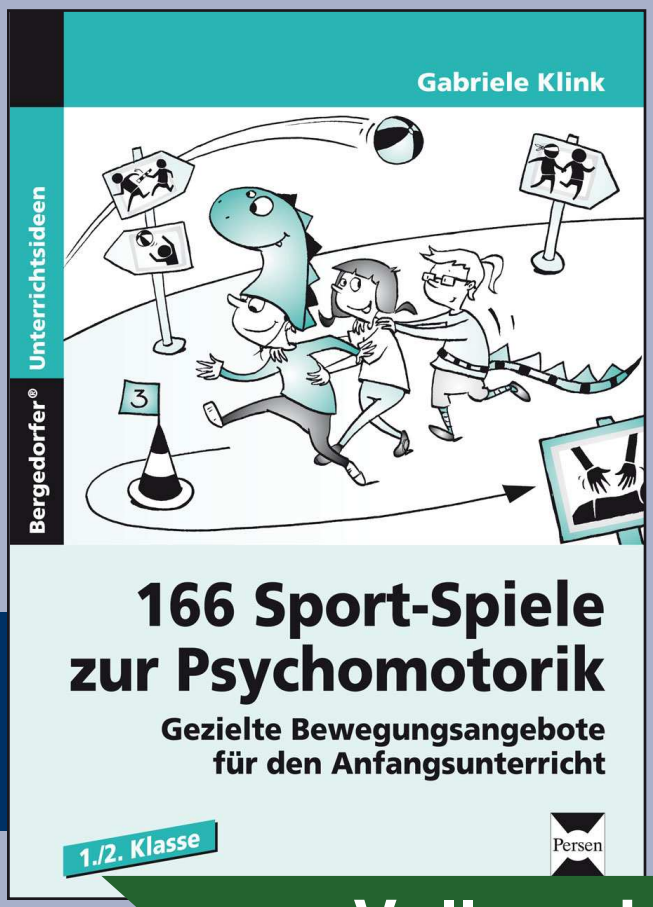
DOWNLOAD

Gabriele Klink

Kleine Sport-Spiele zur Psychomotorik 4

Wettkampf-Spiele



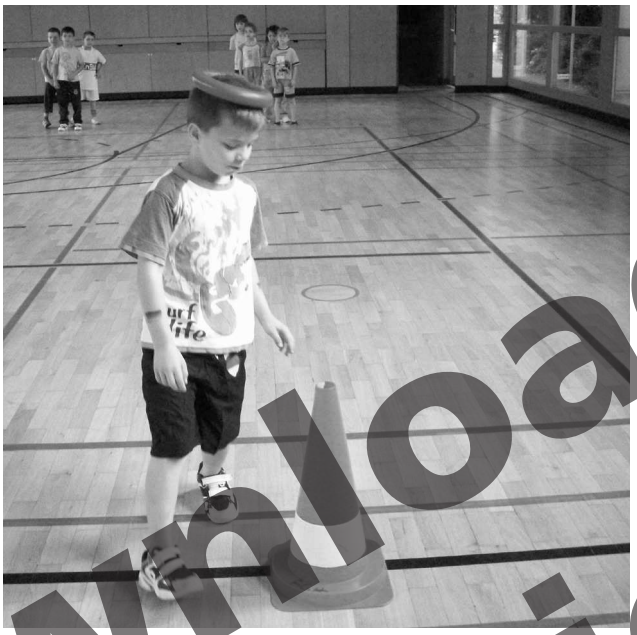
Downloadauszug aus dem Originaltitel:

netzwerk lernen

zur Vollversion

4 Wettkampf-Spiele

Diese lebhaften Spiele eignen sich besonders gut, um immer wieder wechselnde Gruppen zu bilden und mit- und gegeneinander im friedlichen Wettstreit anzutreten. Dabei stehen Gruppengefühl, Gruppendynamik, Reaktion, Schnelligkeit und Aufgabenverständnis im Mittelpunkt. Kinder messen sich gern miteinander. Gewinnen oder verlieren empfinden sie bei Mannschaftsspielen nicht als persönlichen Sieg oder persönliche Niederlage. Und sie erfahren: Nur gemeinsam ist man erfolgreich und stark. Wichtig ist, dass alle miteinander etwas tun und dass Spaß und Spielfreude nicht auf Kosten der anderen Kinder gehen.



Download zur Ansicht

Hundeschlitten

Trainingsziel: Schnelligkeit
Material: Kreide
Vorbereitung: Einen Kreis auf den Boden malen.

Spielverlauf:
Die Kinder stellen sich als „Schlittenhunde" in einer Reihe auf und zählen ab: 1, 2 oder 1, 2, 3 oder 1, 2, 3, 4 …
Jeder Zahlenblock stellt sich als Hunde-Staffel hintereinander am Kreisrand auf.
Der Spielleiter ruft eine Zahl und nun laufen die entsprechenden Kinder aus jeder Staffel um den Kreis herum. Sie stellen sich danach wieder an ihren Platz.
Welche Hunde-Staffel ist als Erste wieder komplett aufgestellt?

Variation: Der Spielleiter ruft jeweils mehrere Zahlen auf, z. B. 1, 3 und 6. Er kann auch alle Zahlen rufen.

netzwerk lernen
zur Vollversion

© Persen Verlag, Buxtehude

Sitz-Staffel

Trainingsziele: Reaktionsvermögen, Schnelligkeit, Merkfähigkeit
Material: Streichholzschachteln, Hefte, Münzen, Becher mit Wasser, Strohhalme, Papier, Esslöffel, Tischtennisbälle
Vorbereitung: keine

Spielverlauf:
Die Kinder werden in zwei Staffel-Gruppen aufgeteilt.
Die Mitglieder einer Staffel sitzen nebeneinander, die andere Gruppe sitzt gegenüber.
Jede Gruppe soll nun auf ein Startzeichen hin die Gegenstände auf folgende Arten weiterreichen:
- Eine Streichholzschachtel: von Nase zu Nase
- Ein Heft: wird zwischen die Knie gesteckt und weitergegeben
- Eine Münze: von Handrücken zu Handrücken
- Ein Becher mit Wasser: von Hand zu Hand
- Ein Stück Papier: Jedes Kind hat einen Strohhalm, mit dem es das Papier ansaugt.
- Tischtennisball: Jedes Kind hat einen Löffel zum Weitertransportieren des Tischtennisballs.

Die Gruppe, die als Erste fehlerfrei alle Gegenstände bis zum Ende weitergegeben hat, ist Sieger.

Variationen: Es bieten sich noch viele weitere Gegenstände zum Weiterreichen an. / Aber auch andere Aufgaben können in das Spiel integriert werden, z. B.: dem Sitznachbarn über den Kopf streichen, ihm die Hand schütteln und einen guten Morgen wünschen.

Chinesen-Staffel

Trainingsziele: Geschicklichkeit, Konzentration
Material: Bleistifte oder Strohhalme, Bälle, Hütchen
Vorbereitung: Mit Hütchen die Wendemarken markieren.

Spielverlauf:
Die Kinder bilden mehrere Gruppen. Die Kinder jeder Gruppe stellen sich hintereinander auf.
Auf ein Kommando hin steckt sich der erste Läufer jeder Gruppe einen Bleistift zwischen Nase und Oberlippe, klemmt sich einen Ball zwischen die Knie und zwei weitere unter die Arme.
So beladen macht sich der „Chinese" auf den Weg.
Wieder bei seiner Gruppe angekommen, übergibt er alle Utensilien an den nächsten Läufer.
Die Gruppe, die als Erste fertig ist, hat gewonnen.

Tipp: Aus gelbem Karton und Gummiband Chinesenhüte basteln: einen ¾ Kreis ausschneiden, zusammenkleben und das Gummiband befestigen.

Download zur Ansicht
netzwerk lernen
zur Vollversion

© Persen Verlag, Buxtehude

Lauf-Staffel

Trainingsziele: Reaktionsvermögen, Schnelligkeit, Merkfähigkeit
Material: Hüte und Handschuhe, Tabletts mit Wasserbechern, Gymnastikstäbe und Softbälle, Tennisringe, Taschentücher, Sandsäckchen, Teppichfliesen, Zeitungsstapel, Mützen; Reifen oder Hütchen
Vorbereitung: Mit Reifen oder Hütchen die Wendemarken markieren.

Spielverlauf:
Die Kinder bilden Staffel-Gruppen. Die Mitglieder einer Staffel stellen sich hintereinander auf.
Auf ein Zeichen hin starten die ersten Läufer jeder Staffel. Sie nehmen sich die benötigten Gegenstände (s.u.), laufen um die Wendemarke herum und überreichen dem nächsten Läufer die Utensilien. Dann stellen sie sich wieder hinten an.
Die Staffel, die als Erste fehlerfrei alle Aufgaben erledigt hat, ist Sieger.

Aufgaben:
- Hut und Handschuhe anziehen
- Einen Becher Wasser auf einem Tablett transportieren, ohne etwas zu verschütten
- Einen Softball mit dem Gymnastikstab treiben (Hockey)
- Einen Tennisring auf dem Kopf tragen (Vogelnest)
- Ein Taschentuch auf einen Schuh legen
- Ein Sandsäckchen unter das Kinn klemmen
- Wie ein Regenwurm auf dem Bauch kriechen
- Sich auf zwei Teppichfliesen vorwärts bewegen: sich auf eine Fliese stellen, die andere davor legen …
- Mit dem Bauch nach oben rückwärts laufen (Krebsgang)
- Im Vierfüßlergang laufen (Hund)
- Zeitungsstapel auf den Rücken legen (Packesel)
- Eine Mütze aufsetzen und sie auf dem Wendepunkt ablegen; der Nächste holt sie von dort ab (immer im Wechsel)

Download zur Ansicht

Schlitten-Rennen

Trainingsziele: Geschicklichkeit, Schnelligkeit
Material: Seile, Zeitungen oder Teppichfliesen; Hütchen
Vorbereitung: Mit Hütchen die Wendemarken markieren.

Spielverlauf:
Die Kinder jeder Gruppe finden sich zu Paaren zusammen.
Ein Kind nimmt beide Seilenden, es ist der „Schlittenhund".
Das andere setzt sich als „Schlittenführer" auf eine Zeitung oder Teppichfliese und hält das Seil in der Mitte fest.
Auf ein Kommando geht das wilde Schlitten-Rennen los.
An der Wendemarke tauschen die beiden Kinder ihre Rollen.
Wieder bei den anderen angekommen, übergeben sie Zeitung und Seil dem nächsten Paar und stellen sich hinten an.

netzwerk lernen
zur Vollversion

© Persen Verlag, Buxtehude

Regenbogen-Staffel

Trainingsziele: Kraft, Geschicklichkeit, Schnelligkeit, Rücksicht
Material: keins
Vorbereitung: keine

Spielverlauf:
Die Kinder mehrerer Gruppen stellen sich dicht nebeneinander auf.
Jedes stellt sich auf alle Viere und bildet so eine Brücke.
Wenn alle Kinder richtig stehen, ergibt sich in jeder Gruppe ein einziger langer Tunnel, der „Regenbogen".
Das letzte Kind des Regenbogens kriecht als „Regenwurm" durch den Tunnel und stellt sich vorn wieder an.
Dann kriecht das nächste Kind los.
Sieger ist die Gruppe, bei der als Erste alle Kinder einmal durch den Regenbogen gekrochen sind.

Variation: Statt als Regenwurm können die Kinder sich auch als Hund (auf allen Vieren laufen), Käfer (krabbeln) oder Hai (auf dem Bauch robben) durch den Regenbogen-Tunnel bewegen.

Nasen-Luftballon-Staffel

Trainingsziele: Geschicklichkeit, Rücksicht
Material: Luftballons, Hütchen
Vorbereitung: Mit Hütchen die Wendemarken markieren.

Spielverlauf:
Die Kinder bilden mehrere Gruppen. Jeweils zwei Kinder bilden innerhalb der Gruppen ein Paar.
Das erste Paar jeder Gruppe bekommt einen Luftballon, den es sich zwischen die Nasen klemmt.
Auf ein Kommando hin laufen die Paare los: um die Wendemarke herum und wieder zurück, wo sie den Ballon an das nächste Paar weitergeben.
Fällt der Ballon herunter, heben die Kinder ihn schnell wieder auf und klemmen ihn sich zwischen die Nasen.
Sieger ist die Gruppe, die als Erste fertig ist.

Download zur Ansicht

netzwerk lernen

zur Vollversion

© Persen Verlag, Buxtehude

Stab-Staffel

Trainingsziele: Geschicklichkeit, Konzentration
Material: Gymnastikstab, Reifen oder Hütchen
Vorbereitung: Mit Reifen oder Hütchen die Wendemarken markieren.

Spielverlauf:
Die Kinder bilden Staffel-Gruppen. Die Mitglieder einer Staffel stellen sich hintereinander auf.
Auf ein Zeichen hin starten die ersten Läufer jeder Staffel. Sie halten den Stab mit beiden Händen an seinen Enden. Erst steigen sie mit dem einen und dann mit dem anderen Bein hinüber; nun ist der Stab hinter dem Rücken.
Die Kinder ziehen den Stab nun über den Kopf nach vorn. (Das ist nicht ganz einfach, aber die meisten lösen die Aufgabe experimentell selbst und sind stolz, wenn sie es weniger geschickten Kindern zeigen können.)
Sie gehen zwei Riesenschritte und wiederholen den Vorgang, bis sie an der Wendemarke ankommen. Von dort laufen sie zur Gruppe zurück, übergeben den Stab und stellen sich wieder hinten an.

Ball-Staffel

Trainingsziele: Geschicklichkeit, Schnelligkeit
Material: Bälle
Vorbereitung: keine

Spielverlauf:
Die Kinder bilden mehrere Gruppen. Die Kinder jeder Gruppe stellen sich hintereinander auf.
Das jeweils erste Kind jeder Gruppe bekommt einen Ball.
Auf ein Kommando hin gibt das erste Kind den Ball an seinen Hintermann weiter und stellt sich ans Staffelende. So geben alle Kinder nacheinander den Ball weiter.
Alle Kinder müssen ihre Position einmal wechseln.
Die Gruppe, die am schnellsten war, hat gewonnen.

Aufgaben:
- Die Kinder halten ihre Hände über den Kopf und geben den Ball so weiter.
- Sie geben den Ball auf der rechten oder linken Seite weiter – mit einer Hand.
- Sie grätschen ihre Beine und rollen den Ball so durch den Tunnel.
- Sie stehen mit gegrätschten Beinen und der Ball wird vom ersten Kind mit der Hand nach hinten durchgeschlagen.

Download zur Ansicht

netzwerk lernen
zur Vollversion

© Persen Verlag, Buxtehude

Schwamm-Staffel

Trainingsziele: Geschicklichkeit, Schnelligkeit
Material: Eimer mit Wasser, Schwämme, leere Plastikflaschen
Vorbereitung: Die Flaschen einige Meter von den Wassereimern entfernt aufstellen.

Spielverlauf:
Die Kinder bilden mehrere Gruppen. Jede Gruppe versammelt sich um seinen Wassereimer.
Auf ein Startzeichen hin schickt jede Gruppe ein Mitglied zu seiner Plastikflasche.
Ein anderes Kind der Gruppe taucht den Schwamm in den Eimer und wirft ihn dem Kind an der Flasche zu. Dieses fängt ihn auf und drückt ihn über der Flasche aus.
Dann bringt es den Schwamm zurück zur Gruppe und das nächste Kind wird zur Flasche geschickt.
Ein anderes schnappt sich den Schwamm, taucht ihn in das Wasser und wirft ihn dem Kind an der Flasche zu.
So geht es immer weiter, bis die Flasche gefüllt ist.
Welche Gruppe schafft es als Erste?

Tipp: Das Spiel am besten im Freien spielen.

Schubkarren-Rennen

Trainingsziele: Kraft, Geschicklichkeit
Material: Hütchen oder Seile, Pfeife
Vorbereitung: Mit den Seilen oder Hütchen eine Start- und eine Ziellinie markieren.

Spielverlauf:
Immer zwei Kinder spielen zusammen.
Ein Kind, die „Schubkarre", geht in den Liegestütz.
Das andere Kind fasst die Beine seines Partners oberhalb der Knie.
Wenn alle Schubkarren an der Startlinie stehen, ertönt das Startsignal und das Rennen beginnt.
Die Schubkarren müssen versuchen, die gegenüberliegende Ziellinie zu erreichen.
Verunglückt ein Gespann, stehen die Kinder schnell wieder auf und fahren weiter.
Das Gespann, das als Erstes die Ziellinie überfährt, ist Sieger.

Tipp: Bei schönem Wetter kann das Spiel auf der Wiese gespielt werden.
Die „Schubkarren" können mit einem kleinen Eimer Wasser oder anderen Gegenständen beladen werden.

Download zur Ansicht

netzwerk lernen

zur Vollversion

© Persen Verlag, Buxtehude

Bergedorfer® Unterrichtshilfen
... und das Lehrerleben wird leichter!

Weitere Downloads, E-Books und Print-Titel des umfangreichen Persen-Verlagsprogramms finden Sie unter www.persen.de

Hat Ihnen dieser Download gefallen? Dann geben Sie jetzt auf www.persen.de direkt bei dem Produkt Ihre Bewertung ab und teilen Sie anderen Kunden Ihre Erfahrungen mit.

© 2012 Persen Verlag, Buxtehude
AAP Lehrerfachverlage GmbH
Alle Rechte vorbehalten.

Das Werk als Ganzes sowie in seinen Teilen unterliegt dem deutschen Urheberrecht. Der Erwerber des Werkes ist berechtigt, das Werk als Ganzes oder in seinen Teilen für den eigenen Gebrauch und den Einsatz im Unterricht zu nutzen. Die Nutzung ist nur für den genannten Zweck gestattet, nicht jedoch für einen weiteren kommerziellen Gebrauch, für die Weiterleitung an Dritte oder für die Veröffentlichung im Internet oder in Intranets. Eine über den genannten Zweck hinausgehende Nutzung bedarf in jedem Fall der vorherigen schriftlichen Zustimmung des Verlages.

Die AAP Lehrerfachverlage GmbH kann für die Inhalte externer Sites, die Sie mittels eines Links oder sonstiger Hinweise erreichen, keine Verantwortung übernehmen. Ferner haftet die AAP Lehrerfachverlage GmbH nicht für direkte oder indirekte Schäden (inkl. entgangener Gewinne), die auf Informationen zurückgeführt werden können, die auf diesen externen Websites stehen.

Illustrationen: Julia Flasche
Satz: DTP-Studio Koch, Oberweißbach

Bestellnr.: 3066DA4

www.persen.de

netzwerk lernen

zur Vollversion