



Top Spiele

Autor/in

Karl-Heinz Born Regionalinstruktor AFV

Rahmenbedingungen

Lektionsdauer 10 Minuten
 Niveau X einfach mittel anspruchsvoll
 Alter 5-10
 Gruppengrösse 8 bis 12 Kinder
 Kursumgebung Spielfeld, Halle, Hardplatz
 Sicherheitsaspekte keine

Zielsetzungen/Lernziele




Gruppenzugehörigkeit / Wahrnehmung

Hinweise






Diverse Materialien wie Hütchen, Reifen, Bälle etc. können zum lösen der verschiedenen Aufgaben als Hilfsmittel gebraucht werden.

Inhalte

INLEITUNG

INLEITUNG				Akzente				
Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material					
5'	<ul style="list-style-type: none"> Die Kinder laufen zur Musik, oder frei in der Halle oder Spielfeld umher. Auf Pfiff des Übungsleiter, bilden die Kinder entsprechend der Anzahl Pfliffe Gruppen (z.B. Dreiergruppen bei drei Pfliffen). In der Gruppe tauschen sie sich zum Thema aus, das die Lehrperson nennt. Beispiele: Welches ist dein Lieblingstier? Was ist euer Lieblingsessen? Was ist euer Traumberuf? Auf Zeichen des Übungsleiters, löst sich die Gruppe wieder auf und alle laufen weiter. Etc.		<ul style="list-style-type: none"> Kassettenrekorder oder Trillerpfeife Markierungs-Hütchen 					
5'	Variationen: Wenn der Übungsleiter pfeift gibt er verschiedene Aufgaben. <ol style="list-style-type: none"> Wer Pizza mag sitzt auf den Boden Wer Pizza nicht mag liegt auf den Rücken Wer ein Haustier hat joggt um den Mittelkreis Wer kein Haustier hat hüpf auf einem Bein Wer Geschwister hat nimmt einen Ball und prellt ihn Wer keine Geschwister hat bewegt sich mit Hopperhüpfen vorwärts Etc.	 	<ul style="list-style-type: none"> Diverses Markierungs-material 					

Erläuterungen

Akzente Physis	
	Herz-Kreislauf anregen
	Muskeln kräftigen
	Knochen stärken
	Beweglichkeit erhalten
	Koordination verbessern

Ausprägung	
0	nicht
1	wenig
2	mittel
3	stark
4	sehr stark



Top Spiele

Autor/in

Karl-Heinz Born Regionalinstruktor AFV

Rahmenbedingungen

Lektionsdauer 15 Minuten
 Niveau einfach mittel anspruchsvoll
 Alter 5-10
 Gruppengrösse 6 bis 8 Kinder
 Kursumgebung Spielfeld, Halle, Hardplatz
 Sicherheitsaspekte **Darauf achten, dass die Kinder nicht in einander hineinrennen!**

Zielsetzungen/Lernziele



Kreislauf belasten / Wahrnehmung

Hinweise

Inhalte

EINLEITUNG

Akzente

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material					
5'	Jedes Kind zieht eine Tierkarte aus einer Anzahl, die immer zwei gleiche Tiere enthält und genau der Anzahl Kinder entspricht. Darauf bewegen sie sich wie das abgebildete Tier. Finden sich die gleichen Tierpaare? Alle üben die verschiedenen Tiere ausdrückstark darzustellen.		• Tier-Memorykarten					
10'	Variationen: <i>Tier-Memory:</i> Zweiergruppen erhalten einen Stapel Karten mit Tierabbildungen, die sie mit dem Bild nach unten auslegen. Nun drehen sie zwei Karten um. Falls sie nicht übereinstimmen, verwandeln sich die Partner in die beiden aufgedeckten Tiere und bewegen sich so bis zur Mittellinie und wieder zurück. Anschliessend werden die beiden falsch aufgedeckten Karten mit dem Bild nach unten abgelegt und das Spiel geht weiter. Welche Zweiergruppe schafft zuerst alle Tierpaare aufzudecken? <i>Glückslauf:</i> Vier Gruppen spielen nebeneinander. Jedes Gruppenmitglied holt auf der gegenüberliegenden Seite „eine“ der vielen Tierkarten, die so auf dem Boden liegen, dass die abgebildeten Tiere nicht erkennbar sind. Auf dem Rückweg bewegt sich jedes Kind entsprechend dem gezogenen Tier und bringt seine Karte ins Gruppendepot (z.B.Reifen). Wenn alle Tierkarten abgeholt sind, zählt jede Gruppe, wie viele Tierpaare sie mit den Karten im Depot bilden kann.	 	• Tier-Memorykarten • 4 Reifen					

Erläuterungen

Akzente Physis	
	Herz-Kreislauf anregen
	Muskeln kräftigen
	Knochen stärken
	Beweglichkeit erhalten
	Koordination verbessern

Ausprägung	
0	nicht
1	wenig
2	mittel
3	stark
4	sehr stark



Top Spiele

Autor/in

Karl-Heinz Born Regionalinstruktor AFV

Rahmenbedingungen

Lektionsdauer 10 Minuten
 Niveau einfach X mittel anspruchsvoll
 Alter 5-10
 Gruppengrösse 3 bis 4 Kinder
 Kursumgebung Spielfeld, Halle, Hardplatz
 Sicherheitsaspekte

Zielsetzungen/Lernziele

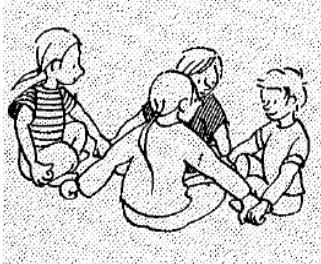
Taktile Wahrnehmung fördern / Materialerfahrungen sammeln

Hinweise

Gegenstände verwenden, die in der Hand versteckt werden können.






Inhalte

EINLEITUNG

				Akzente				
Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material					
5'	Jedes Kind versteckt einen Gegenstand in der Hand. Im Sitzen werden die Gegenstände hinter dem Rücken im Kreis herum gereicht. Wenn alle ihren Gegenstand wieder in der Hand halten legen sie ihn versteckt hinter sich auf den Boden. Nun zählen die Kinder aus dem Gedächtnis die ertasteten Gegenstände auf und die Besitzer legen sie parallel dazu vor sich hin. Sobald alle Gegenstände genannt wurden, folgt als Repetition eine weitere Tastrunde.		<ul style="list-style-type: none"> Verschieden Gegenstände 2-3 Markierungs Hemder 					
5'	Variationen: <i>Tast-Fangen:</i> Bis auf zwei bis drei gekennzeichnete Fänger verbergen alle einen Gegenstand in der Hand. Gelingt dem Fänger jemanden abzuschlagen, muss er hinter dem Rücken den Gegenstand des Gefangenen ertasten. Bestimmt er ihn richtig, tauschen die beiden die Rollen.							

Erläuterungen

Akzente Physis

-  Herz-Kreislauf anregen
-  Muskeln kräftigen
-  Knochen stärken
-  Beweglichkeit erhalten
-  Koordination verbessern

Ausprägung

- 0 nicht
- 1 wenig
- 2 mittel
- 3 stark
- 4 sehr stark



Top Spiele

Autor/in

Karl-Heinz Born Regionalinstruktor AFV

Rahmenbedingungen

Lektionsdauer 10 Minuten
 Niveau X einfach mittel anspruchsvoll
 Alter 5-10
 Gruppengrösse 3 Kinder
 Kursumgebung Spielfeld, Halle, Hardplatz
 Sicherheitsaspekte

Zielsetzungen/Lernziele

Taktile Wahrnehmung fördern / Raumorientierung entwickeln

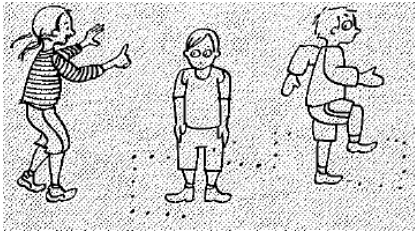
Hinweise

Geeignet, wenn es Linien zur Orientierung auf dem Boden hat.

Inhalte

EINLEITUNG

Akzente

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material					
5'	<p>Dreiergruppen. Eine Person ist der Mechaniker, die anderen der Roboter. Anfangs stehen sie Rücken an Rücken. Sobald der Mechaniker die zwei Roboter beim Kopf antippt, gehen sie geradeaus. Der Mechaniker muss sie durch taktile Befehle gesteuert. Einmal kurz auf die linke Schulter klopfen bedeutet eine Drehung um 90 Grad nach links. Wird auf die rechte Schulter geklopft dreht er sich nach rechts. Schafft es der Mechaniker, beide Maschinen Bauch an Bauch zusammenzuführen?</p>		<ul style="list-style-type: none"> Keines 					
5'	<p>Vereinfachung: Der Mechaniker kann die Roboter stoppen, indem er ihnen mit der Hand leicht auf den Kopf tippt</p> <p>Zu zweit: Der Mechaniker führt seinen Roboter zu einem bestimmten Ort.</p>							

Erläuterungen

Akzente Physis

- Herz-Kreislauf anregen
- Muskeln kräftigen
- Knochen stärken
- Beweglichkeit erhalten
- Koordination verbessern

Ausprägung

- 0 nicht
- 1 wenig
- 2 mittel
- 3 stark
- 4 sehr stark



Top Spiele

Autor/in

Karl-Heinz Born Regionalinstruktor AFV

Rahmenbedingungen

Lektionsdauer 10 Minuten
 Niveau einfach mittel anspruchsvoll
 Alter 5-10
 Gruppengrösse 3 bis 4 Kinder
 Kursumgebung Spielfeld, Halle, Hardplatz
 Sicherheitsaspekte

Zielsetzungen/Lernziele

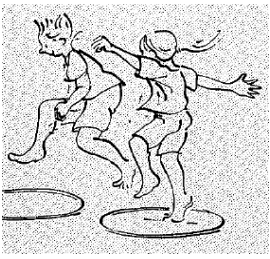
Rechts – Links – Differenzierung fördern / Hüpfen üben

Hinweise

Inhalte

EINLEITUNG

Akzente

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material						
5'	Auf dem Boden liegen Reifen, die mit einem roten oder blauen Markierungshemd gekennzeichnet sind. Die Kinder laufen umher und hüpfen immer wieder in Reifen hinein und hinaus. An bestimmten Stellen können sie auch direkt von Reifen zu Reifen springen. Dabei gilt folgende Regel: In die rot markierten Reifen darf nur mit dem linken und in die blau markierten nur mit dem rechten Bein gesprungen werden.		<ul style="list-style-type: none"> • Reifen • Markierungs Hemder 2 Farben 						
5'	Variationen: <i>Erleichterung:</i> Wer will, darf mit einem roten Band das linke Bein kennzeichnen. <i>Erschwerung:</i> Es werden auch nicht markierte Reifen ausgelegt, in welche beidbeinig gesprungen werden muss. <ul style="list-style-type: none"> • Alle laufen um die mit einem blauen oder roten Band markierten Reifen. Wenn die Lehrperson ein Zeichen gibt, müssen sich alle schnellstmöglich auf dem linken bzw. rechten Bein in einen Reifen stellen. 								

Erläuterungen

Akzente Physis

	Herz-Kreislauf anregen
	Muskeln kräftigen
	Knochen stärken
	Beweglichkeit erhalten
	Koordination verbessern

Ausprägung

0	nicht
1	wenig
2	mittel
3	stark
4	sehr stark



Top Spiele

Autor/in

Karl-Heinz Born Regionalinstruktor AFV

Rahmenbedingungen

Lektionsdauer 10 Minuten
 Niveau einfach mittel anspruchsvoll
 Alter 5-10
 Gruppengrösse 2 Kinder
 Kursumgebung Spielfeld, Halle, Hardplatz
 Sicherheitsaspekte

Zielsetzungen/Lernziele

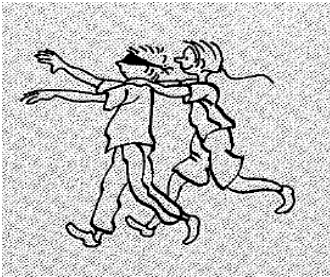
Visuelle Wahrnehmung fördern / Merkfähigkeit entwickeln

Hinweise

Inhalte






EINLEITUNG

Akzente

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material					
5'	Zu zweit: Ein Kind schliesst die Augen und stellt sich vor, es sei eine Fotokamera. Das Partnerkind ist der Fotograf. Dieser führt die Kamera vor ein interessantes Objekt im Raum und betätigt den Auslöser, indem er sanft auf die Schultern des Partners drückt. Dieser öffnet ganz kurz die Augen (Kameralinse) und nimmt das Bild auf. Nun begibt sich der Fotograf zu zwei weiteren Objekten, die er fotografieren will. Nach diesen drei Aufnahmen öffnet das Kind, das die Kamera spielte seine Augen und identifiziert die aufgenommenen Fotos.		<ul style="list-style-type: none"> • Augenbinden • Fotos der Umgebung 					
5'	Variationen: <ul style="list-style-type: none"> • Das geführte Kind entscheidet, ob es eine Augenbinde anzieht. • Mehr als drei Bilder vor der Besprechung schiessen. • Die Lehrperson legt ein echtes Foto hin. Die Kinder suchen die aufgenommenen Motive im Raum. Wer findet alle? 							

Erläuterungen

Akzente Physis

-  Herz-Kreislauf anregen
-  Muskeln kräftigen
-  Knochen stärken
-  Beweglichkeit erhalten
-  Koordination verbessern

Ausprägung

- 0 Nicht
- 1 wenig
- 2 mittel
- 3 Stark
- 4 Sehr stark



Top Spiele

Autor/in

Karl-Heinz Born Regionalinstruktor AFV

Rahmenbedingungen

Lektionsdauer 10 Minuten

Niveau einfach mittel anspruchsvoll

Alter 5-10

Gruppengrösse 6-8 Kinder

Kursumgebung Spielfeld, Halle, Hardplatz

Sicherheitsaspekte **Darauf achten, dass die Kinder nicht in einander hineinrennen!**

Zielsetzungen/Lernziele


Feinmotorik der Finger trainieren / Peripheres Sehen fördern / Kreislauf anregen

Hinweise

Inhalte

EINLEITUNG

Akzente

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material					
5'	Jedes Kind bekommt drei Wäscheklammern und befestigt sie gut sichtbar am T-Shirt. Alle Mitspielenden versuchen einander die Klammern wegzunehmen. Wer eine Klammer ergattern kann, befestigt sie am eigenen Tenue. Die Kinder achten darauf, dass sie einander nicht gefährden. Wer jemandem eine Klammer nimmt, muss die nächste bei einem anderen rauben.		<ul style="list-style-type: none"> Wäscheklammern 4 Puzzle gleicher Anzahl Teile 					
5'	Variationen: <ul style="list-style-type: none"> 4 Gruppen. Jede Gruppe erhält ein Puzzle und pro Spieler eine Wäscheklammer. Die Teams haben die Aufgabe ihre Puzzleteile möglichst rasch mit der Wäscheklammer weiterzureichen und die Teile am Zielort zur Endfigur zusammenzufügen. Verschiedene Klammern verwenden (grosse und kleine) 							

Erläuterungen

Akzente Physis	
	Herz-Kreislauf anregen
	Muskeln kräftigen
	Knochen stärken
	Beweglichkeit erhalten
	Koordination verbessern

Ausprägung	
0	Nicht
1	wenig
2	mittel
3	Stark
4	Sehr stark



Top Spiele

Autor/in

Karl-Heinz Born Regionalinstruktor AFV

Rahmenbedingungen

Lektionsdauer 10 Minuten
 Niveau einfach mittel anspruchsvoll
 Alter 5-10
 Gruppengrösse 6-9 Kinder
 Kursumgebung Spielfeld, Halle, Hardplatz
 Sicherheitsaspekte

Zielsetzungen/Lernziele

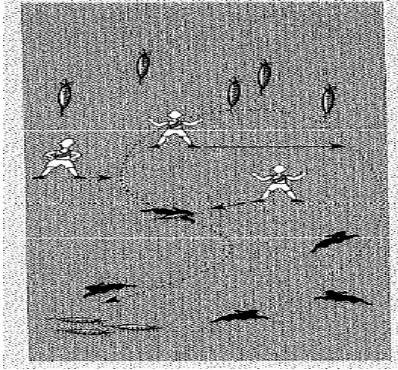
Schnelligkeit fördern / Koordinative Fähigkeiten fördern

Hinweise

Inhalte

EINLEITUNG

Akzente

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material					
5'	<p>Das Spielfeld ist in drei Zonen eingeteilt: Möhren-, Bauern- und Feldzone.</p> <p>In der Möhrenzone liegen einige Kinder als Möhren rücklings auf dem Boden. In der Mittelzone befinden sich 2-3 mit einem Spielband gekennzeichnete Bauern und in der Feldzone sind die restlichen Kinder als Hasen. Nun versuchen die Hasen Möhren zu stehlen und auf das eigene Feld zu schleppen (Kinder an den Beinen oder Armen ziehen, tragen). Sobald sich ein Bauer naht, bringen sich die Hasen auf ihrem Feld in Sicherheit und lassen die Möhren liegen, um sie zu einem günstigeren Zeitpunkt zu sich zu holen. Kann ein Bauer einen Hasen fangen, so verwandelt sich dieser auf der Stelle in eine Möhre und bleibt auf dem Rücken liegen. Wie viele Möhren können die Hasen in ihr Feld schaffen? Gelingt es den Bauern die Hasenplage zu stoppen?</p>		<ul style="list-style-type: none"> Augenbinden Fotos der Umgebung 					
5'	<p>Variationen:</p> <ul style="list-style-type: none"> Die Zahl der Bauern wird erhöht und die Hasenjagd erschwert: Alle Fänger hüpfen zum Beispiel auf einem Bein. 							

Erläuterungen

Akzente Physis	
	Herz-Kreislauf anregen
	Muskeln kräftigen
	Knochen stärken
	Beweglichkeit erhalten
	Koordination verbessern

Ausprägung	
0	Nicht
1	wenig
2	mittel
3	Stark
4	Sehr stark



Top Spiele

Autor/in

Karl-Heinz Born Regionalinstruktor AFV

Rahmenbedingungen

Lektionsdauer 10 Minuten
 Niveau einfach X mittel anspruchsvoll
 Alter 5-10
 Gruppengrösse 6-8 Kinder
 Kursumgebung Spielfeld, Halle, Hardplatz
 Sicherheitsaspekte

Zielsetzungen/Lernziele

Koordinative Fähigkeiten entwickeln / Orientierung im Spiel schulen

Hinweise

Inhalte

EINLEITUNG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material	Akzente				
5'	6-8 Kinder bewegen sich um einen Kreis herum und rollen einander den Ball zu. 1-3 Spieler im Kreisinnern versuchen den Ball abzufangen. Gelingt es jemanden den Ball zu schnappen, wechselt er die Position mit der Person, die den Ball abgespielt hat.		<ul style="list-style-type: none"> Bälle Markierungs Hütchen Überzieher 					
5'	Variationen: <ul style="list-style-type: none"> <i>Dreieck-Schnappball</i>: Spiel 3 gegen 1. <i>Roll-Schnappball</i>: Spiel 3 gegen 3. Ein Team rollt sich den Ball möglichst oft zu. Das andere Team versucht den Ball zu schnappen. Gelingt dies, wird der Ball zurück gegeben. Nach einigen Spielminuten tauschen die Teams die Rollen 							

Erläuterungen

Akzente Physis	
	Herz-Kreislauf anregen
	Muskeln kräftigen
	Knochen stärken
	Beweglichkeit erhalten
	Koordination verbessern

Ausprägung	
0	Nicht
1	wenig
2	mittel
3	Stark
4	Sehr stark



Top Spiele

Autor/in

Karl-Heinz Born Regionalinstruktor AFV

Rahmenbedingungen

Lektionsdauer 10 Minuten
 Niveau einfach mittel anspruchsvoll
 Alter 5-10
 Gruppengrösse 6-8 Kinder
 Kursumgebung Spielfeld, Halle, Hardplatz
 Sicherheitsaspekte

Zielsetzungen/Lernziele

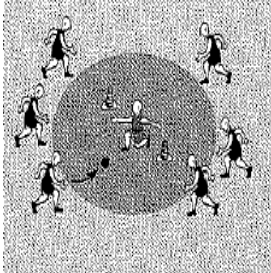
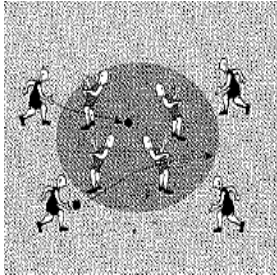
Ballfertigkeit erwerben / Reaktions- und Orientierungsfähigkeit fördern

Hinweise

Inhalte





EINLEITUNG

Akzente

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material					
5'	Mehrere Kinder bewegen sich um einen Kreis herum. In der Kreismitte steht ein Tor mit einem Wächter. Die Kinder versuchen den Ball durch das Tor zu rollen. Wer das schafft, tauscht die Rolle mit dem Wächter.		<ul style="list-style-type: none"> Bälle Markierungs Hütchen Überzieher 					
5'	Variationen: <ul style="list-style-type: none"> Herr und Hund: Zu zweit mit je einen Ball. Ein Partner rollt seinen Ball vor sich hin, dribbelt ihn am Fuss, prellt ihn mit beiden Händen, einhändig, etc. Das Patenkind folgt mit dem eigenen Ball und macht sofort alles nach. Turbopässe: Welches Paar kann sich am schnellsten 10 Pässe von einer Bodenlinie zur anderen rollen. Rollball durch den Kreis: Die eine Halbklasse bildet einen Kreis und rollt sich 2-4 Bälle zu. Die andere Halbklasse befindet sich im Kreisinnern und weicht den Bällen aus. Wer jemanden am Fuss oder Unterschenkel trifft, löst den Getroffenen im Kreis ab. 							

Erläuterungen

Akzente Physis

-  Herz-Kreislauf anregen
-  Muskeln kräftigen
-  Knochen stärken
-  Beweglichkeit erhalten

Ausprägung

- 0 Nicht
- 1 wenig
- 2 mittel
- 3 Stark



Top Spiele

Autor/in

Karl-Heinz Born Regionalinstruktor AFV

Rahmenbedingungen

Lektionsdauer 10 Minuten
 Niveau einfach mittel anspruchsvoll
 Alter 5-10
 Gruppengrösse 6-8 Kinder
 Kursumgebung Spielfeld, Halle, Hardplatz
 Sicherheitsaspekte

Zielsetzungen/Lernziele

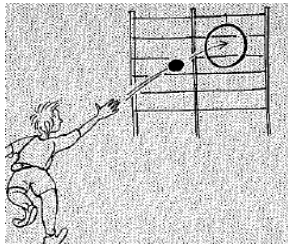
Zielwurf üben / Bewegungskoordination verbessern

Hinweise

Inhalte

EINLEITUNG

Akzente

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material					
5'	<p>Alle Kinder stellen sich hinter der vereinbarten Abwurflinie mit einem Tennisball in der Hand auf. Sie versuchen ihn in eines der Ziele zu werfen. (z.B. Kartonschachtel, Kübel, Reifen, etc.) Wer ein Ziel getroffen hat, holt sich im Depot einen Jenga- oder Kappla-Baustein und spielt weiter. Wer besitzt am Schluss wie viele Bausteine.</p> <p><i>Hinweis:</i> Beidhändigkeit fördern!</p>		<ul style="list-style-type: none"> Tennis oder Wurfbälle Verschiedene Ziele Hölzchen 					
5'	<p>Variationen:</p> <ul style="list-style-type: none"> Vier Gruppen. Jede Gruppe muss in ihrem Gruppendepot die gewonnenen Bausteine zu einem Turm aufschichten. Welche Gruppe baut den höchsten Turm. 							

Erläuterungen

Akzente Physis

- Herz-Kreislauf anregen
- Muskeln kräftigen
- Knochen stärken
- Beweglichkeit erhalten
- Koordination verbessern

Ausprägung

- 0 Nicht
- 1 wenig
- 2 mittel
- 3 Stark
- 4 Sehr stark



Top Spiele

Autor/in

Karl-Heinz Born Regionalinstruktor AFV

Rahmenbedingungen

Lektionsdauer 10 Minuten
 Niveau X einfach mittel anspruchsvoll
 Alter 5-10
 Gruppengrösse 6-8 Kinder
 Kursumgebung Spielfeld, Halle, Hardplatz
 Sicherheitsaspekte

Zielsetzungen/Lernziele

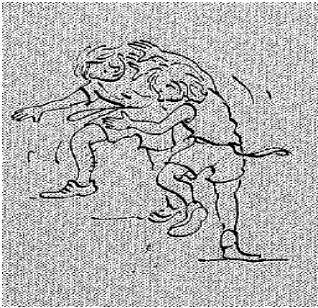
Wahrnehmung schärfen / Reaktionsschnelligkeit fördern

Hinweise






Inhalte

EINLEITUNG

Akzente

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material					
5'	Alle stecken sich ein Spielband in den Hosenbund und versuchen möglichst viele Bänder zu ergattern, ohne das eigene zu verlieren. Die eroberten Bänder werden um den Oberkörper gehängt. Wem das Band abgenommen wird, verlässt das Spielfeld. Wer nach einer gewissen Zeit am meisten Bänder hat ist der Sieger.		• Spielbänder					
5'	Variationen: <ul style="list-style-type: none"> • <i>Paarwettkampf</i>: Jeder Partner trägt zwei Bänder am Hosenbund. Sie sollen schön lang und sichtbar auf beiden Seiten der Hüfte angebracht sein. Wem gelingt es, beide Fuchsschwänze zu ergattern? Partnerwechsel 							

Erläuterungen

Akzente Physis	
	Herz-Kreislauf anregen
	Muskeln kräftigen
	Knochen stärken
	Beweglichkeit erhalten
	Koordination verbessern

Ausprägung	
0	Nicht
1	wenig
2	mittel
3	Stark
4	Sehr stark



Top Spiele

Autor/in

Karl-Heinz Born Regionalinstruktor AFV

Rahmenbedingungen

Lektionsdauer 10 Minuten
 Niveau einfach mittel anspruchsvoll
 Alter 5-10
 Gruppengrösse 6-8 Kinder
 Kursumgebung Spielfeld, Halle, Hardplatz
 Sicherheitsaspekte

Zielsetzungen/Lernziele

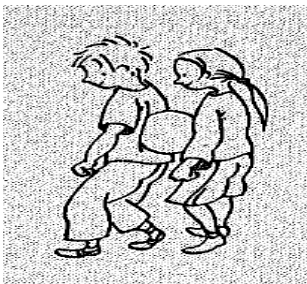
Koordinative Fähigkeiten entwickeln / Zusammenarbeit fördern

Hinweise






Inhalte

EINLEITUNG

Akzente

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material						
5'	Zu zweit den Ball oder einen Ballon: Die Partner stehen hintereinander und klemmen mit dem Rücken des vorderen und dem Bauch des hinteren den Gegenstand fest. Nun versucht die hintere Person den Partner zu steuern, ohne zu sagen wohin. Die vordere Person lässt sich lenken und versucht so wahrzunehmen, wohin die Reise geht.		<ul style="list-style-type: none"> Bälle Ballon Diverse Gegenstände 						
5'	Variationen: <ul style="list-style-type: none"> Das vordere Kind schliesst die Augen und versucht am Schluss blind herauszufinden, wo es sich befindet. Wortlos gibt die vordere Person die Richtung und das Tempo an. Der hintere Partner folgt sofort, damit der Ball nicht zu Boden fällt. 								

Erläuterungen

Akzente Physis	
	Herz-Kreislauf anregen
	Muskeln kräftigen
	Knochen stärken
	Beweglichkeit erhalten
	Koordination verbessern

Ausprägung	
0	Nicht
1	wenig
2	mittel
3	Stark
4	Sehr stark



Top Spiele

Autor/in

Karl-Heinz Born Regionalinstruktor AFV

Rahmenbedingungen

Lektionsdauer 10 Minuten
 Niveau einfach mittel anspruchsvoll
 Alter 5-10
 Gruppengrösse 6-8 Kinder
 Kursumgebung Spielfeld, Halle, Hardplatz
 Sicherheitsaspekte

Zielsetzungen/Lernziele

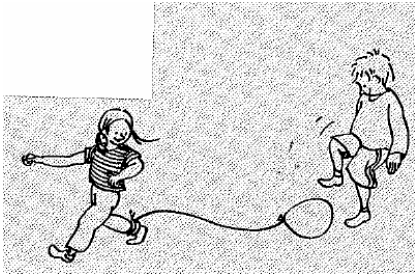
Koordinative Fähigkeiten entwickeln / Aufmerksamkeit fördern

Hinweise

Inhalte

EINLEITUNG

Akzente

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material					
10'	<p>Verteilt auf dem Boden liegen mehrere Ballone. Die Kinder laufen durcheinander, ohne einen Ballon zu berühren.</p> <p>Unterschiedliche Fortbewegungsarten: rückwärts, seitwärts, hopserhüpfen, ein- oder zweibeinig hüpfen, Vierfüssergang, etc.</p> <p>Auf ein Signal hin z.B. einen roten Ballon erhaschen, mit dem Knie einen blauen Ballon berühren</p> <p>Einen Ballon einklemmen und einige Meter hüpfen.</p> <p>Jedes Kind bindet sich einen Ballon um das Fussgelenk. Nun versuchen alle einander gegenseitig die Ballone zu zertreten. Wem der eigene Ballon platzt, erfüllt eine vorgängig bestimmte Aufgabe. (z.B. Ballon mit den Händen, Kopf, Füssen jonglieren).</p>		<ul style="list-style-type: none"> • Ballone • Schnur • Schere 					

Erläuterungen

Akzente Physis	
	Herz-Kreislauf anregen
	Muskeln kräftigen
	Knochen stärken
	Beweglichkeit erhalten
	Koordination verbessern

Ausprägung	
0	Nicht
1	wenig
2	mittel
3	Stark
4	Sehr stark



Top Spiele

Autor/in

Karl-Heinz Born Regionalinstruktor AFV

Rahmenbedingungen

Lektionsdauer 10 Minuten
 Niveau einfach mittel anspruchsvoll
 Alter 5-10
 Gruppengrösse 6-8 Kinder
 Kursumgebung Spielfeld, Halle, Hardplatz
 Sicherheitsaspekte

Zielsetzungen/Lernziele


Koordinative Fähigkeiten verbessern / Kreativität fördern

Hinweise

Inhalte

EINLEITUNG

Akzente

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material					
10'	<p>Jedes Kind bekommt einen grossen Jogurtbecher (500ml) sowie einen Tennisball und erfindet Kunststücke.</p> <ul style="list-style-type: none"> Den Ball mit der einen Hand aufwerfen und ihn mit dem Becher in der anderen Hand auffangen, sei dies direkt aus der Luft, nach einer Bodenberührung oder einem Wandkontakt. Den Ball mit dem Becher auswerfen und wieder fangen. Beidhändigkeit beachten. Den Ball hochspielen und mit dem Becher fangen, nachdem er einmal mit der Rückseite des Bechers geprellt wurde. Zu zweit: Das eine Kind spielt den Ball so zu, dass ihn der Partner direkt oder nach einer Bodenberührung mit dem Becher auffangen kann. Zu zweit: Den Ball auf der Rückseite des Becherbodens balancieren. Der Partner muss beides übernehmen, ohne dass der Ball zu Boden fällt. Erschwerung: Vor der Übergabe ein Hindernis überschreiten, oder eine Wegstrecke zurücklegen. Ausprobieren, welche Balancier-Gegenstände (z.B. Holzklötze, Murmeln, Steine) sich besser, schlechter oder auf gar keinen Fall transportieren lassen. 		<ul style="list-style-type: none"> Jogurtbecher Tennisbälle Pingpongbälle Steine Murmeln 					

Erläuterungen

Akzente	Physis
■	Herz-Kreislauf anregen
■	Muskeln kräftigen
■	Knochen stärken
■	Beweglichkeit erhalten
■	Koordination verbessern

Ausprägung
0 Nicht
1 wenig
2 mittel
3 Stark
4 Sehr stark



Top Spiele

Autor/in

Karl-Heinz Born Regionalinstruktor AFV

Rahmenbedingungen

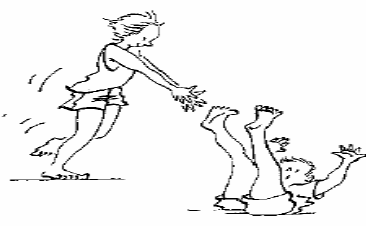
Lektionsdauer 10 Minuten
 Niveau einfach mittel anspruchsvoll
 Alter 5-10
 Gruppengrösse 6-8 Kinder
 Kursumgebung Spielfeld, Halle, Hardplatz
 Sicherheitsaspekte

Zielsetzungen/Lernziele

Wahrnehmung fördern / Schnelligkeit entwickeln

Hinweise

Inhalte

EINLEITUNG				Akzente				
Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material					
10'	<p>Käfer Fangen: 2-5 Kinder fangen (z.B. durch abtupfen mit einem Softball). Wer gefangen wird, legt sich wie ein Käfer mit den Beinen nach oben auf den Rücken. Sobald ein freies Kind die Beine eines Käfers auf den Boden dreht, ist er wieder frei.</p> <p>Igel-Fangen: Wer gefangen wird, rollt sich wie ein Igel zusammen. Erlösen kann man durch berühren des Rückens.</p> <p>Liegestütz-Fangen: Wer gefangen wird, geht in die Liegestütz-Stellung. Erlösung durch Überspringen</p>	 <p>Fängerwechsel beachten: Nach 5 gelungenen Fängen bestimmt der betreffende Spieler mit der Lehrperson zusammen einen neuen Fänger. Oder: Schaffen es 3/4/5 Fängerinnen, in einer Minute alle zu fangen?</p>	<ul style="list-style-type: none"> Softbälle 					
	<p>Tunnel-Fangen: Wer gefangen wird begibt sich in den Grätschstand. Erlösen: Durch die gegrätschten Beine (Tunnel) kriechen.</p> <p>Eiszapfen-Fangen: Wer gefangen wird, erstarrt zu einem Eiszapfen. Erlösen: Zu zweit mit gefassten Händen einen Kreis um die gefangene Person bilden und „erlöst“ rufen.</p> <p>Hochheben: Die Abgeschlagenen bleiben mit erhobenen Armen an der Stelle stehen, wo sie gefangen wurden. Sie können erlöst werden, indem sie ein anderes Kind hochhebt.</p>							

Erläuterungen

Akzente Physis	
■	Herz-Kreislauf anregen
■	Muskeln kräftigen
■	Knochen stärken
■	Beweglichkeit erhalten
■	Koordination verbessern

Ausprägung	
0	Nicht
1	wenig
2	mittel
3	Stark
4	Sehr stark



Top Spiele

Autor/in

Karl-Heinz Born Regionalinstruktor AFV

Rahmenbedingungen

Lektionsdauer 10 Minuten
 Niveau einfach mittel anspruchsvoll
 Alter 5-10
 Gruppengrösse 4-6 Kinder
 Kursumgebung Spielfeld, Halle, Hardplatz
 Sicherheitsaspekte

Zielsetzungen/Lernziele


Zusammenarbeit fördern / sich in einer Gruppe integrieren

Hinweise

Inhalte

EINLEITUNG

Akzente

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material					
10'	<p>Kreishüpfen: Kreisauflistung. Blick zur Mitte. Alle rücken so nahe zusammen, bis sich die Schultern berühren. Nun folgt eine 90 Grad Drehung nach rechts. Alle Gruppenmitglieder müssen mit der linken Hand die Schulter der vordern Person halten und mit der rechten Hand deren rechten Fuss. Gelingt es der Gruppe bis zu einem bestimmten Punkt zu hüpfen, ohne das sie auseinander bricht?</p> <p><i>Variation:</i> Als Gruppenwettkampf.</p> <p>Hüpfstafette: Kolonnenaufstellung. Alle Gruppenmitglieder legen ihre linke Hand auf die Schulter der vordern Person halten und mit der rechten Hand deren rechten Fuss. Gelingt es der Gruppe bis zu einer Linie und zurück zu hüpfen, ohne das sie auseinander bricht?</p> <p><i>Variation:</i> Als Gruppenwettkampf</p>		<ul style="list-style-type: none"> keines 					

Erläuterungen

Akzente Physis	
	Herz-Kreislauf anregen
	Muskeln kräftigen
	Knochen stärken
	Beweglichkeit erhalten
	Koordination verbessern

Ausprägung	
0	Nicht
1	wenig
2	mittel
3	Stark
4	Sehr stark



Top Spiele

Autor/in

Karl-Heinz Born Regionalinstruktor AFV

Rahmenbedingungen

Lektionsdauer 10 Minuten
 Niveau X einfach mittel anspruchsvoll
 Alter 5-10
 Gruppengrösse 6-8 Kinder
 Kursumgebung Spielfeld, Halle, Hardplatz
 Sicherheitsaspekte

Zielsetzungen/Lernziele

Werfen üben / Koordinative Fähigkeiten entwickeln

Hinweise

Inhalte

EINLEITUNG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material	Akzente				
10'	<p>Zwei Teams stehen einander im Abstand von ca. 10-15 m hinter der Wurfline. In der Spielmittle liegt ein Ball (z.B. Gymnastik-, Basket-, Rugbyball, etc.) Zum Beginn des Spiels haben beide Teams gleich viel Bälle. Sie versuchen den „Rollmops“ mit Treffern über die gegnerische Ziellinie zu treiben. Die Bälle dürfen nur in der eigenen Feldhälfte geholt werden.</p> <p><i>Variationen:</i> Mit dem Fuss auf die Treibbälle schiessen. Der Ball soll nur am Boden rollen (keine gefährlichen Schüsse).</p> <p>Vier Teams versuchen gegeneinander auf vier Hütchentore Punkte zu sammeln.</p>		<ul style="list-style-type: none"> Bälle Markierungs Hütchen Markierungs Hemden 					

Erläuterungen

Akzente Physis

	Herz-Kreislauf anregen
	Muskeln kräftigen
	Knochen stärken
	Beweglichkeit erhalten
	Koordination verbessern

Ausprägung

0	Nicht
1	wenig
2	mittel
3	Stark
4	Sehr stark