

Four Square

Ein sehr beliebtes Schulhofspiel in den USA.

Material

Klebeband oder Kreide, Four Square-, oder jeder andere größere Ball.

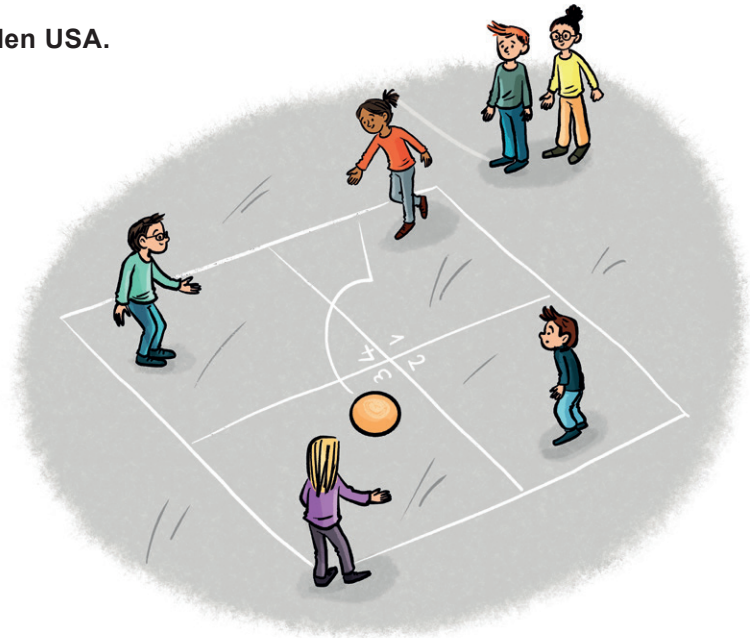
Organisation

Das Spielfeld hat eine Größe von etwa 4 x 4 m und sollte eine ebene, feste Oberfläche (Hartplatz) oder einen Hallenboden haben.

Mit Kreide (oder anders) werden vier gleich große Quadrate (Four Square) markiert. Die Felder sind im Uhrzeigersinn von 1 bis 4 durchnummeriert. In jedem Spielfeld steht eine Schülerin oder ein Schüler.

Die weiteren Mitspielerinnen und Mitspieler reihen sich vor dem Quadrat 1 in eine Warteschlange ein – es können beliebig viele Kinder teilnehmen.

Die Person, die im Quadrat 4 steht, ist der „König“. Ziel des Spiels ist es, so lange wie möglich „König“ zu bleiben.



alle Illustrationen: Anna-Lena Kühler, Eltville

Beschreibung

Das Spiel beginnt damit, dass das Kind in Quadrat 1 den Ball einmal aufspringen lässt und ihn dann quer zum Kind in Quadrat 3 spielt. Grundsätzlich darf nur mit einer oder beiden Handflächen gespielt werden. Nach einmaligem Aufkommen muss der Ball sofort in ein beliebiges Feld weitergespielt werden. Begeht ein Kind einen Fehler, fängt es wieder bei Quadrat 1 an bzw. stellt sich außerhalb des Spielfeldes in die Warteschlange.

Als Fehler gelten:

- Der Ball wird nicht angenommen.
- Der Ball wird außerhalb des großen Quadrats ins Aus geschlagen.
- Der Ball wird mehrmals berührt, bevor er in das gegnerische Feld gespielt wird.
- Der Ball trifft keines der gegnerischen Felder.
- Das angespielte Kind lässt den Ball nicht oder mehr als einmal aufdotzen.

Muss ein Kind sein Quadrat verlassen, rücken diejenigen in anderen Quadraten mit niedrigeren Zahlen jeweils um eine Zahl auf.

Beispiel: Das Kind in Quadrat 3 macht einen Fehler und muss das Feld verlassen. Es geht in das Quadrat 1 bzw. verlässt das Feld (Anstellen in der Warteschlange). Das Kind in Quadrat 1 geht in Quadrat 2. Das Kind in Quadrat 2 rückt in Quadrat 3, die Person in Quadrat 4 bleibt stehen. Jetzt ist das Quadrat 1 frei und wer in der Warteschlange an erster Position steht, kann in Quadrat 1 vorrücken.

Reifenwanderung



Material

Reifen

Organisation

Die Schülerinnen und Schüler stellen sich im Kreis auf und geben sich die Hände.

Beschreibung

Auf die Handfassung von zwei Gruppenmitgliedern wird ein Reifen gelegt. Dieser soll nun von Kind zu Kind im Uhrzeigersinn weitergegeben werden, ohne dass sie sich loslassen. Das heißt: Die Kinder müssen durch den Reifen krabbeln. Wie viele Runden schaffen die Kinder in fünf Minuten?

Varianten

- Die Anzahl der Reifen wird erhöht.
- Die Geschwindigkeit der Reifenübergabe wird erhöht.
- Die Reifen sollen sich gegenseitig einholen.

Luftballonspaß



Material

Luftballons, Gymnastikreifen

Organisation

Die Schülerinnen und Schüler gehen als Tandems zusammen.

Beschreibung

Jedes Paar erhält mehrere Luftballons. Gemeinsam lösen sie mit den Luftballons vorgegebene Bewegungsaufgaben.

Bewegungsaufgaben

- Die Paare sollen einen oder mehrere Luftballons gleichzeitig mit dem Kopf, den Händen oder den Füßen in der Luft halten, ohne dass einer den Boden berührt.
- Die Paare legen sich auf den Rücken. Möglichst viele Luftballons sollen gleichzeitig mit den Füßen in der Luft gehalten werden. Dabei darf kein Ballon zu Boden fallen.
- Jedes Kind stellt sich in einen Gymnastikreifen und hält diesen auf Hüfthöhe. Jetzt soll es zusammen mit seinem Partner oder seiner Partnerin so lange wie möglich einen Luftballon mit dem Kopf in der Luft halten.
- Ein Luftballon liegt auf dem Boden. Ohne Einsatz der Hände soll der Luftballon von den Paaren auf Kopfhöhe gelangen.
- Während die Kinder Kleidungsstücke wie zum Beispiel einen Hut, einen Handschuh, eine Jacke oder einen Pullover wechseln, halten sie einen Luftballon in der Luft.

Stabkontakt

**Material**

Stäbe, Bälle

Organisation

Eine Kleingruppe von sechs bis maximal zehn Kindern stellt sich in einem Kreis auf.

Beschreibung

Jedes Kind verbindet sich über die Stäbe mit den Kindern links und rechts von ihm. Nun beginnt sich die Gruppe gemeinsam zu bewegen, ohne die Verbindung zu verlieren.

Varianten

- Jemand außerhalb des Kreises gibt jeweils die Richtung der Bewegung vor.
- Die Gruppenmitglieder sollen sich mit den Füßen zwei bis drei Bälle zuspielen, ohne den Kontakt mit den Stäben zu verlieren.

Stabkippen



Material

Pro Kind einen Stab oder Holzstange

Organisation

Die Klasse wird in Kleingruppen eingeteilt (max. zehn Personen). Die Kinder stehen im Kreis. Jedes Kind erhält einen Holzstab.

Beschreibung

Jedes Kind berührt mit der Handfläche einen etwa hüft- bis brusthohen Stab. Auf ein Signal hin lassen alle Kinder gleichzeitig ihren Stab los. Die Aufgabe besteht darin, den Stab des benachbarten Kindes zu fangen, bevor dieser umkippt.

Varianten

Das Spiel wird schwieriger, wenn es unterschiedliche Kommandos gibt (die Klasse kann sich diese gemeinsam überlegen).

Einige Ideen:

- Karussell! → Die Kinder drehen sich um sich selbst und versuchen, ihren Stab noch zu fangen.
- Rechts!/Links! → Die Kinder fangen den Stab des rechts oder links benachbarten Kindes.
- Hops! → Die Kinder hüpfen kurz hoch, bevor sie ihren Stab fangen.

Virenspiel

Material

ein oder mehrere farbige Softbälle

Organisation

Die Schülerinnen und Schüler laufen durch den Raum. Ein Kind erhält einen (farbigen) Softball. Dieser ist das „Virus“.

Beschreibung

Das „Viruskind“ versucht die Mitspielenden mit dem Virus an einem Körperteil (jedoch nicht dem Kopf) zu berühren, dadurch werden sie „angesteckt“. Der Ball wird NICHT geworfen! Ist ein Mitspieler oder eine

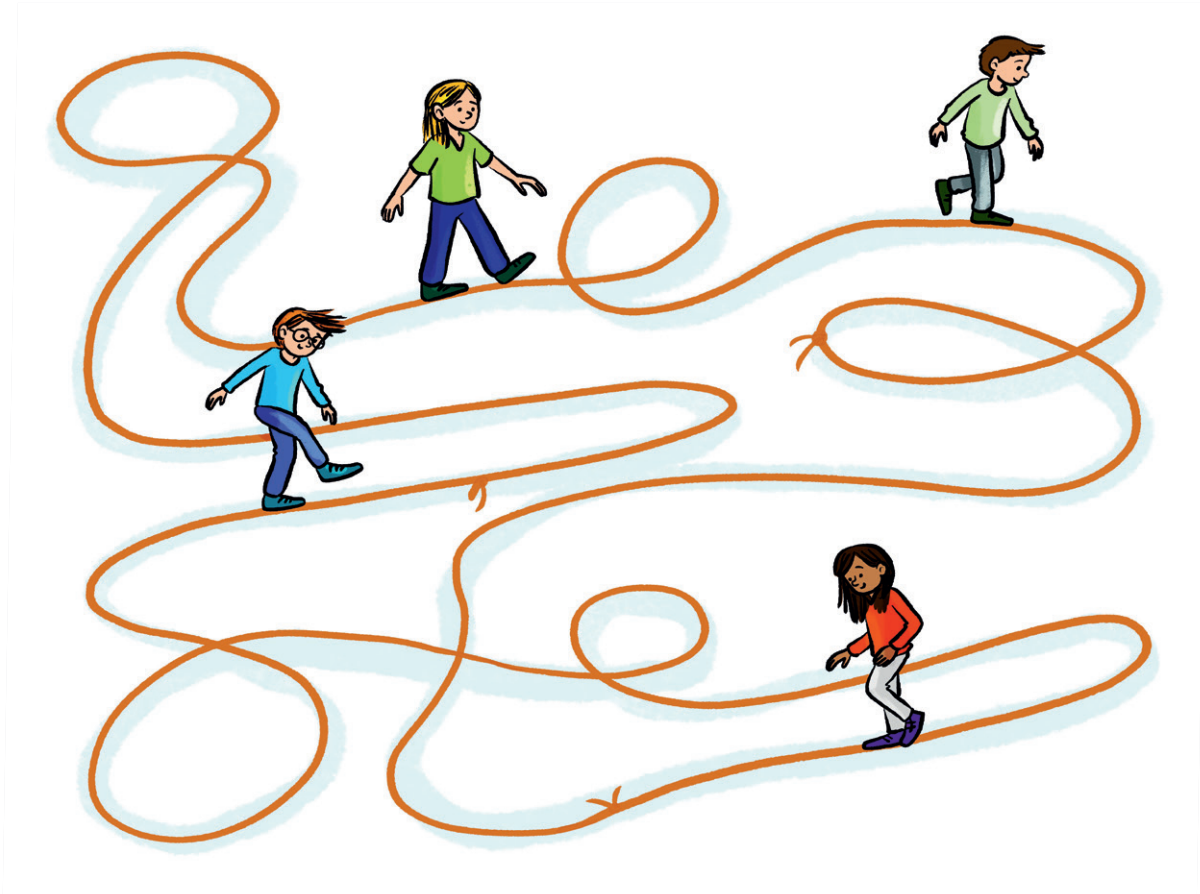
Mitspielerin infiziert, hebt dieses Kind die Arme nach oben und ruft: „Ich bin krank!“ Geheilt werden kann es, wenn zwei andere (gesunde) Kinder ihm eine „Tablette“ verabreichen. Dazu nehmen sie das „kranke“ Kind in die Mitte, fassen sich an den Händen und rufen dreimal: „Gesund!“ Dabei müssen sie allerdings darauf achten, nicht vom Virus infiziert zu werden.

Varianten

- Die Virenanzahl, also die Anzahl der Softbälle, wird erhöht.
- Die Lehrkraft gibt eine andere Fortbewegungsart vor, zum Beispiel Hüpfen, Krebs- oder Spinnengang, auf dem linken oder rechten Bein springen etc.



Seilparcours

**Material**

lange Seile (ca. 50 m)

Organisation

Mehrere Seile von je 50 m Länge werden auf dem Boden ausgelegt, sodass Geraden, Kurven, überkreuzende Achten und/oder sich schneidende Kreise entstehen. Alle Enden der Seile sind miteinander verbunden.

Beschreibung

Die Schülerinnen und Schüler stellen sich auf das Seil und bewegen sich darauf fort. Sie dürfen vor und zurück, aber nicht aneinander vorbeigehen.

Variante

Die Kinder dürfen zwar aneinander vorbeigehen, das Seil aber nicht verlassen.

Immer in Bewegung



Material

viele Bälle

Organisation

Die Kinder bewegen sich im Spielfeld. Die Lehrkraft wirft nach und nach immer mehr Bälle ins Spielfeld.

Beschreibung

Die Kinder haben die Aufgabe, alle Bälle zu jeder Zeit in Bewegung zu halten. Die Bälle können gerollt, geworfen, mit dem Fuß zugespielt werden. Es ist nicht erlaubt, die Bälle festzuhalten und dass ein Kind mehr als einmal hintereinander denselben Ball berührt. Die Schwierigkeit nimmt zu, je mehr Bälle ins Spiel kommen. Bei wie vielen Bällen gelingt es nicht mehr, alle gleichzeitig in Bewegung zu halten?

Variante

Das Spiel funktioniert auch mit Luftballons, die den Boden nicht berühren dürfen.

Buchstabensuppe

Material

Zettel, Stifte, Klebestreifen

Organisation

Alle Kinder bekommen einen Buchstaben zugewiesen. Dieser wird auf einen Zettel geschrieben und dann sichtbar an der Kleidung befestigt.

Beschreibung

Die Schülerinnen und Schüler laufen durch den Raum. Aufgabe ist es, gemeinsam möglichst viele unterschiedliche, sinnvolle Wörter zu bilden. Dazu fassen sich die Kinder an der Hand oder stellen sich entsprechend auf und machen die Lehrkraft auf sich aufmerksam. Diese kann sich notieren, wer welches Wort gebildet hat. Anschließend flitzen die Kinder wieder los, um neue Wörter zu bilden. Alle Gruppenteilnehmenden, die keine Verbindung eingehen konnten, laufen weiterhin frei im Raum herum. Am Schluss gibt die Lehrkraft bekannt, wie viele und welche unterschiedlichen Wörter die Kinder bilden konnten.



Varianten

- Die Kinder bewegen sich auf eine andere Art und Weise fort, etwa Traben, auf dem linken oder rechten Bein springend, Kreuz-, Spinnen- oder Krebsgang.
- Die Lehrkraft gibt Wörter vor, die die Mädchen und Jungen möglichst schnell bilden sollen.

Beachte

Die Auswahl der Buchstaben muss von der Gruppengröße und von der gewünschten Wörervielfalt abhängig gemacht werden. Einige Buchstaben können auch mehrfach vergeben werden.

Beispiel

Buchstaben: a, e, i, o, u, s, r, m, l, k, t

Wörter: Mais, Reis, Eis, Ei, Seil, Keil, Teil, Leiter, stark, stumm, toll, Tier, Lok, Torte, Mai, See, SOS, Los, Summe, leise, Rasen, rot, Rat, Rum, Reim, Leim, Kram, Rolle, Kai, Eimer, Moos, Moor, Mus, Mut

Moleküle

Material

kleine Matten

Organisation

Die Schülerinnen und Schüler laufen durch den Raum. Im Raum verteilt sind kleine Matten.

Beschreibung

Die Lehrkraft gibt eine Anzahl von Kindern vor, die zusammen ein Molekül bilden. Außerdem nennt sie die Anzahl von Händen und Füßen, die den Boden berühren sollen („Dreiermolekül mit drei Füßen und drei Händen!“ oder „Vierermolekül mit drei Füßen und zwei Händen!“ etc.). Es ist nicht erlaubt, dass andere Körperteile den Boden berühren. Außerdem dürfen die Kinder keine Hilfsmittel wie Kästen, Sprossenwände und/oder Bänke nutzen. Je weniger Füße den Boden berühren dürfen, desto schwieriger bzw. akrobatischer wird das Spiel.

Variante

Die Schülerinnen und Schüler stellen entsprechend der genannten Molekülzahl mit ihren Körpern verschiedene Buchstaben (z. B. O, M, I, S, Q, A, E), Zahlen (z. B. 2, 5, 8, 13) oder geometrische Figuren (z. B. Kreis, Dreieck, Quadrat) dar.

Beachte

Aus Sicherheitsgründen sollten die Figuren auf kleinen Matten ausgeführt werden.



Reifenakrobatik



Material

Reifen

Organisation

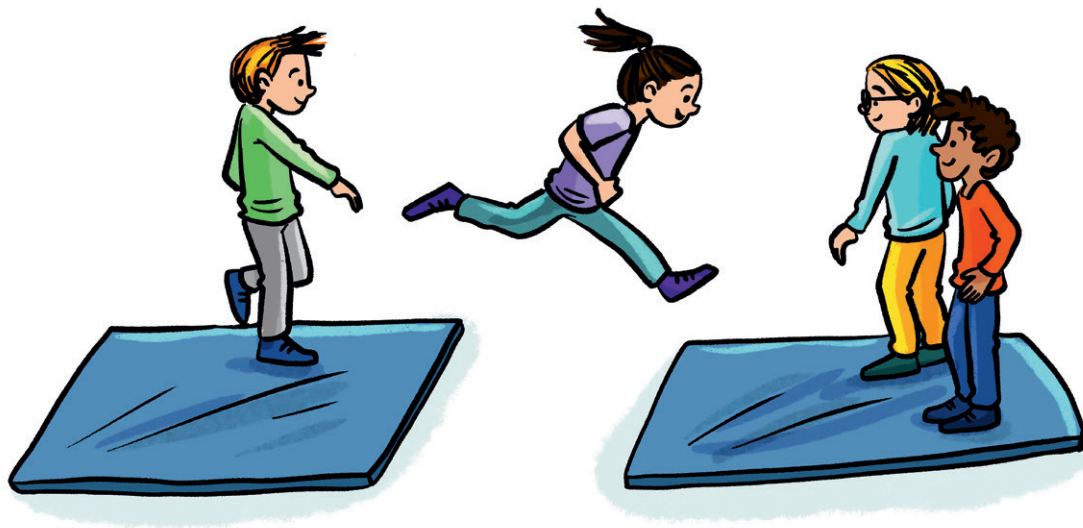
Die Schülerinnen und Schüler werden in Kleingruppen eingeteilt. Jede Gruppe bekommt mehrere Reifen.

Beschreibung

Die Lehrkraft gibt verschiedene kooperative Aufgaben vor, die von allen gemeinsam gelöst werden sollen:

- Ein Reifen wird hüfthoch gehalten. Wie viele Personen passen in den Reifen?
- Ein Reifen wird auf den Boden gelegt. Wie viele Mädchen und Jungen passen in den Reifen, ohne dass sich ein Körperteil außerhalb befindet?
- Die Schülerinnen und Schüler sollen möglichst viele Reifen übereinanderschichten. Mit wie vielen Reifen gelingt das der Gruppe, ohne dass einer herunterfällt?

Der Boden ist Lava



Material

Turnmatten, ggf. Bälle, Teppichfliesen, Kästen etc.

Organisation:

Die Klasse wird in zwei oder mehrere Teams aufgeteilt. Jedes Team hat zwei Turnmatten zur Verfügung.

Beschreibung

Die Kinder versammeln sich in ihren Teams an der Grundlinie des Spielfeldes. Mithilfe der Matten sollen sie zusammen möglichst schnell das Spielfeld überqueren, ohne den Boden zu berühren.

Variante

Die Kinder müssen zusätzlich einen Ball transportieren, der ebenfalls nicht den Boden berühren darf. Jetzt steht der Gruppe aber nur eine Matte sowie kleinere Hilfsmittel zu Verfügung (z. B. Reifen, Teppichfliesen, Kästen), die für alle zugänglich auf dem Spielfeld verteilt sind. Die verschiedenen Teams müssen sich jetzt auch untereinander absprechen. Bei dieser Variante geht es nicht unbedingt um Zeit, sondern dass alle Teammitglieder ohne den Boden zu berühren mit dem Ball auf die andere Seite des Spielfeldes gelangen. Die Lehrkraft kann auch mit der Klasse zusammen Regeln aufstellen, was erlaubt ist, um die Aufgabe zu meistern.

Fliegender Teppich



Material

Schwungtuch

Beschreibung

Alle Kinder stehen auf einem Schwungtuch. Ziel ist, dieses Tuch zu wenden, ohne dass ein Kind es verlässt. Niemand darf den Boden berühren.

Variante

Zwei Teams gleicher Stärke spielen gegeneinander: Welches Team ist schneller?