

Faustball



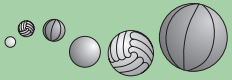
Faustball ist ein Mannschaftsspiel mit dem Ziel, den Ball so über das Netz in die gegnerische Hälfte zu schlagen, dass ihn der Gegner nur mit Mühe oder überhaupt nicht fehlerfrei zurückschlagen kann.



- Schulung technischer und taktischer Elemente des Zielspiels.
- Anwendung der sportartspezifischen Grundfertigkeiten im Wettkampf.



- Jeder Spieler hat seinen festen Platz, d.h., es gibt keinen Rotationswechsel.
- Das Spiel beginnt mit dem Aufschlag von der 3 m-Aufschlaglinie und endet mit einem Fehler einer der beiden Mannschaften.
- Bei jedem Fehler der einen Mannschaft wird der anderen ein Punkt gutgeschrieben.
- Das Aufschlagrecht hat die Mannschaft, die den Fehler begangen hat.
- Der Ball darf nur mit der geschlossenen Faust oder einem Arm (bis zur Schulter) berührt werden.
- Der Ball darf in jeder Feldhälfte
 - nur einmal von demselben Spieler,
 - nur dreimal im ganzen geschlagen werden und
 - nur einmal vor jedem Schlag den Boden berühren.
- Als Fehler zählen:
 - das Berühren von Netz oder Pfosten durch Spieler oder Ball,
 - der Bodenkontakt des Balles außerhalb des Spielfeldes,
 - das nicht sichtbare Abwerfen des Balles aus der Hand beim Aufschlagen und die Ballberührung mit der offenen Hand.



Faustball



1 schwerer Ball (320 - 380 g), 1 Band (Netz)



5 TN pro Mannschaft (2 Abwehrspieler, 1 Zuspieler und 2 Angreifer)



Rasenplatz, Halle



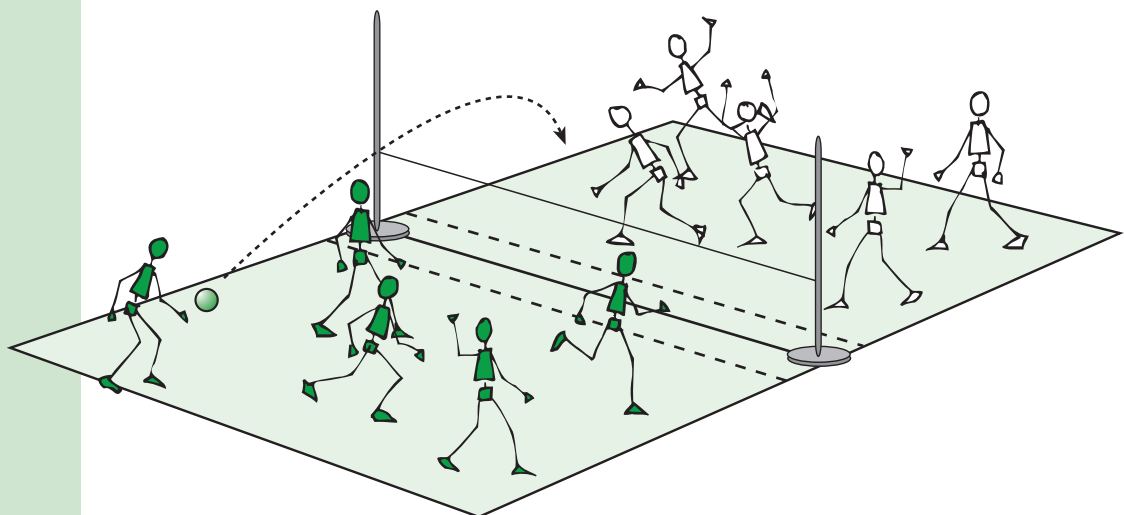
50 x 20 m (im Freien) 40 x 20 m (Halle), Netzhöhe 2 m

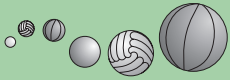


2 x 15 Min.



Faustballspezifische Grundtechniken





Intercrosse



Man sagt, dass Intercrosse das schnellste Wurf- und Fangspiel ist. Es wird auch das „no-contact-Spiel“ für Kinder, Jugendliche und Erwachsene genannt.

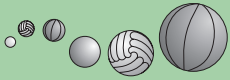
Jeder Spieler hat einen Intercrosse-Schläger in der Hand. Mit dem am Stock befestigten Korbteil (Schaufel) kann man den Ball vom Boden aufnehmen, transportieren oder wieder wegschleudern. Gespielt wird auf Tore.



- Erlernen eines internationalen Sportspiels
- Erfahren eines „no contact“-Spiels



- Stock- und Körperkontakt sind nicht erlaubt.
- Beide Hände müssen immer am Stock bleiben.
- Der Ball darf nur mit der Schaufel aufgenommen und gespielt werden.
- Der Ball muss vor dem Torschuss über die Mittellinie gespielt werden. Es müssen mindestens 2 Pässe gespielt werden.
- Mit dem Ball darf nur gelaufen, nicht gegangen werden.
- Nach spätestens 5 Sek. muss der Ball ab gespielt werden.
- Innerhalb von 30 Sek. (40 Sek., 50 Sek. ...) muss der Torwurf erfolgen.



Intercrosse



Pro Spieler 1 Intercrosse-Stock, 1 Softball (tennisballgroß), 2 Tore (Hockeytore oder Kästen, Matten)



4 - 6 TN pro Mannschaft (offiziell 5 TN)



Halle



Hallenhandballfeld



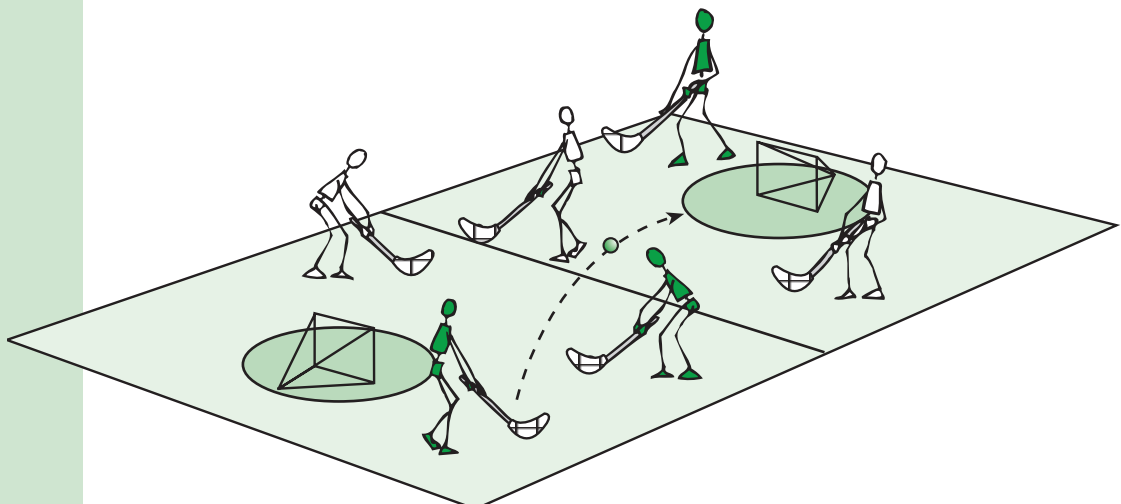
Nach Absprache

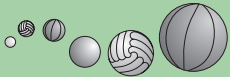


Werfen und Fangen des Balles mit dem Intercrosse-Schläger



- Aufwärmen und Ballgewöhnung führen in das Spiel ein. Sowohl das Aufnehmen des Balles als auch das Fangen und Werfen sollte vor dem Spiel ausprobiert werden.
- Jeder übt mit einem Stock und einem Ball das Aufnehmen des Balles vom Boden, sowie das Hochwerfen und wieder Auffangen des Balles.
- Gegenseitiges Zurollen und Zuwerfen des Balles sowie Aufnehmen und Auffangen.
- Ballgewöhnung im Kreis.
- Zielschießen auf das Tor.
- Transportstaffeln.
- Weitschießen über die Hallenbreite.





Jokeiba



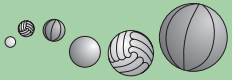
Jokeiba, das Spiel mit dem Ei. Das Besondere an diesem Spiel ist der Torversuch und die Form des Balles. Das weitgehend körperlose Spiel stellt intensive Anforderungen an die Spieler, die laufen und sprinten, werfen und fangen und vor allem springen und fallen werden. Alle wesentlichen Bewegungs- und Taktikformen sind hier enthalten.



- Schulung taktischen Verhaltens
- Vermittlung eines kommunikativen, koedukativen Sportspiels



- Das Spiel beginnt mit einem Anwurf wie beim Wasserball, d.h., beide Mannschaften stehen hinter ihrer Startlinie. Der Ball wird so geworfen, dass er in der Spielfeldmitte, kurz vor Eintreffen der Spieler aufkommt.
- Es wird nur mit den Händen gespielt, wobei der Ball nicht länger als 3 sec gehalten werden darf.
- Mit dem Ball darf man weder laufen noch springen, abbremsen ist jedoch erlaubt.
- Zum Ballführer muss ein Abstand von 0,50 m eingehalten werden.
- Die Torräume dürfen nur bei einem Torversuch berührt werden.
- Torversuch heißt: Ein Spieler ohne Ball muss von außerhalb der „Flugzone“ abspringen, den von einem Mitspieler zugeworfenen Ball in der Luft fangen und anschließend mit dem Ball unter Kontrolle im Torraum mit zwei Kontakten aufkommen.
- Das Betreten des eigenen Torraumes ist nicht erlaubt.
- Greifen zwei Spieler gleichzeitig zum Ball, so entscheidet ein „Jump“ (hochgeworfener Ball vom Schiedsrichter).
- Die Wurftechnik ist mit der vom Handball zu vergleichen.



Jokeiba



1 - 3 oder mehr American-Footbälle, mind. 2 Torräume durch Kreide markiert, Markierungshütchen



4 - 12 TN pro Mannschaft



Rasenplatz, Halle, Strand etc.



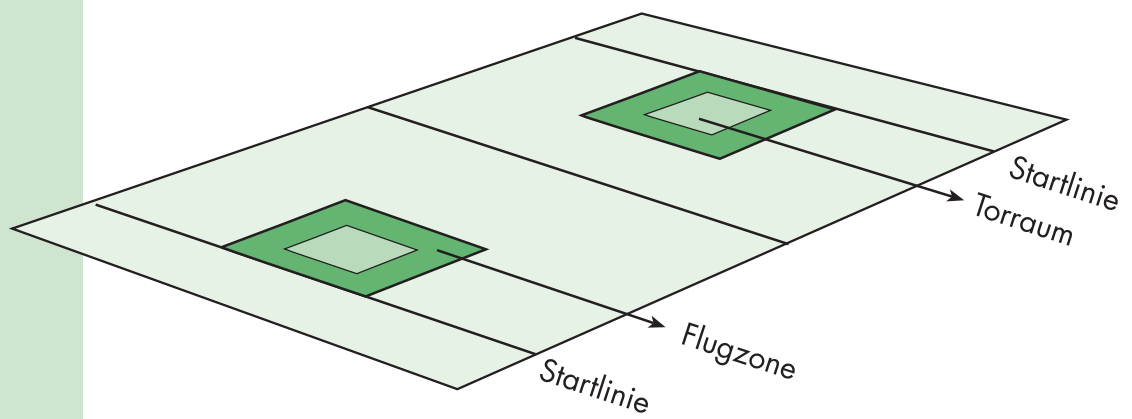
Basketballfeldgröße

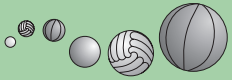


Nach Zeit oder Punkten



Passen, Fangen, taktisches Verhalten





Korbball



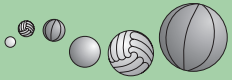
Ziel beider Mannschaften ist es, durch sichere Ballführung und schnelles Zuspiel möglichst viele Treffer zu erzielen und den eigenen Korb durch konsequente Deckung zu schützen. Die Mannschaft mit den meisten Körben hat gewonnen.



- Förderung der Wurfgenauigkeit.
- Förderung des schnellen Passspiels.



- Gespielt wird mit 6 Feldspielern und einem Korbwächter, der im Kreis steht.
- Der Korbwächter darf den Korbraum nicht verlassen.
- Spielbeginn erfolgt mit Sprungball oder Anspiel (Losentscheidung).
- Als Korb zählen nur Würfe, die von außerhalb des Kreises geworfen wurden.
- Es ist nicht erlaubt, mit dem Ball in der Hand mehr als 3 Schritte zu laufen und ihn länger als 3 sec zu halten.
- Absichtliche Berührungen mit Fuß oder Unterschenkel sind nicht erlaubt.
- Herausreißen und Herausschlagen des Balles beim Gegner gilt als Foul.
- Das Rückspiel zum eigenen Korbwächter wird mit einem 4 m-Freiwurf geahndet.
- Beim Freiwurf muss der Gegner 3 m Abstand halten.



Korbball



2 tragbare Körbe, 1 Basket- oder Hohlball



4 - 7 TN pro Korb



Halle, Tartanplatz



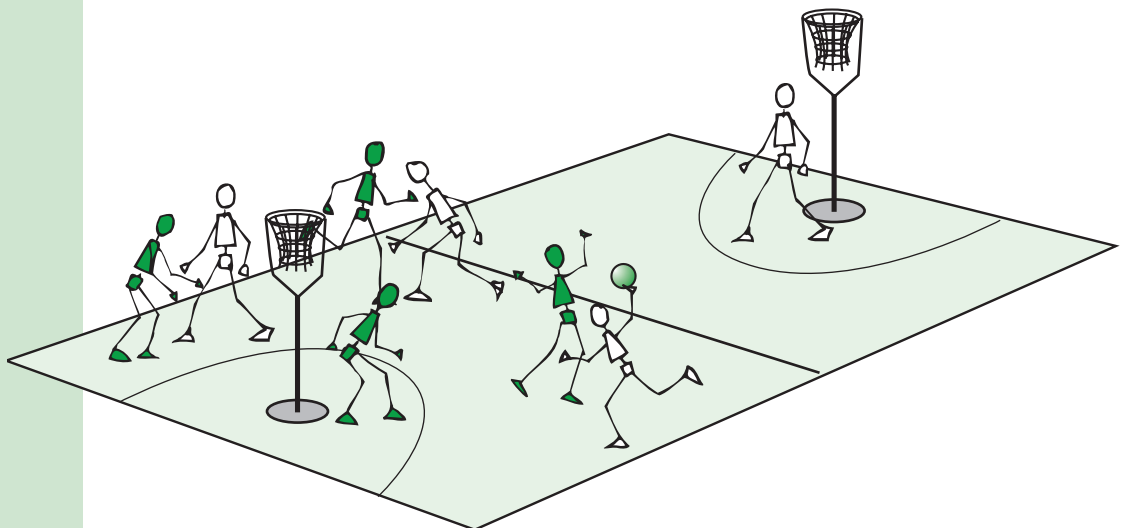
Mind. 15 x 30 m, der Korb ist 2,50 m hoch und steht 4 - 7 m von der Grundlinie entfernt in einem Kreis mit 6 m Durchmesser

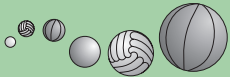


2 x 15 Min.



Passen, Werfen, Zielwurf, taktisches Verhalten





Korbball



Zwei gemischte Mannschaften spielen auf zwei Körbe, wobei die Angreifer und Verteidiger an bestimmte Aktionsräume gebunden sind. Jeder Spieler hat seinen persönlichen Gegenspieler. So entstehen bei 16 Spielern eigentlich 8 Mini-Wettkämpfe. Gewandtheit, Schnelligkeit und Eleganz sind die Eigenschaften dieses Spieles. Ziel ist es, Korbtreffer zu erzielen und zu verhindern.



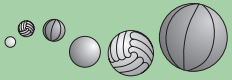
- ▶▶▶ Erleben eines Sportspiels, bei dem Männer und Frauen gleichberechtigt mitspielen können.
- ▶▶▶ Schulung des taktischen Verhaltens.
- ▶▶▶ Förderung des schnellen Passspiels.



- ▶▶▶ Das Spiel beginnt durch einen Schiedsrichterball.
- ▶▶▶ Bei 16 Spielern stehen in jeder Hälfte 2 Frauen und 2 Männer jeder Mannschaft. Es spielen immer Mädchen gegen Mädchen und Jungen gegen Jungen.
- ▶▶▶ Die 4 Angreifer und 4 Verteidiger dürfen ihre jeweilige Spielhälfte nicht verlassen.
- ▶▶▶ Nach 2 erzielten Körben, d.h. immer wenn die Summe der erzielten Körbe gerade ist, wechseln die Mannschaftsteile ihre Spielhälfte.
- ▶▶▶ Jeglicher körperlicher Angriff ist verboten.
- ▶▶▶ Mit dem Ball darf nicht gelaufen werden.
- ▶▶▶ Der Ball darf nicht geprellt werden.



Mono-Korbball: Alle 16 Spieler/Innen spielen auf einen Korb und dürfen sich frei über das ganze Feld bewegen.



Korbball



1 Basketball, 2 Körbe, die ca. 6 m von der Grundlinie entfernt stehen



Pro Mannschaft 4 Jungen und 4 Mädchen, d.h. 16 Spieler/innen



Halle, Rasenplatz



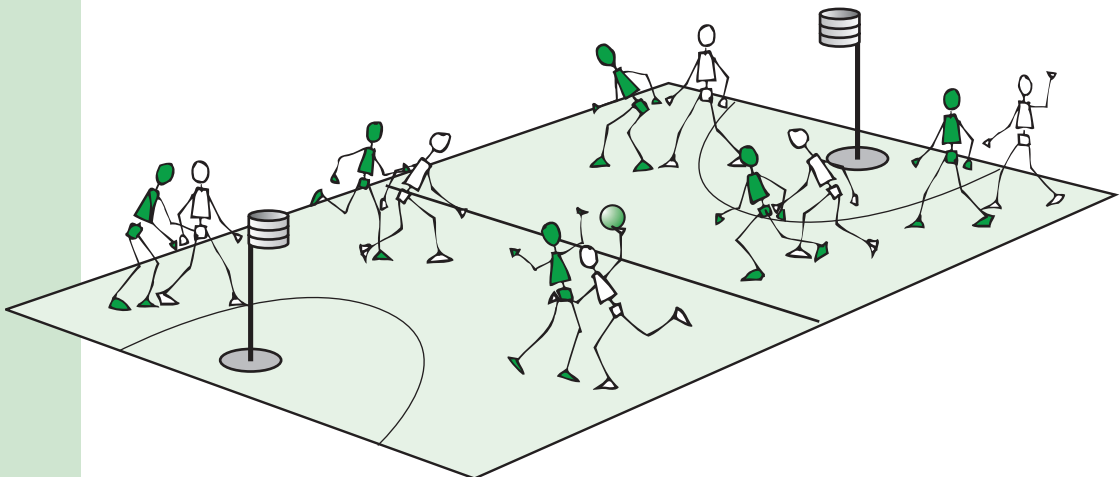
20 x 30 m

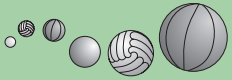


2 x 30 Min.



Passen, Fangen, taktisches Verhalten (Spielübersicht), basketballspezifische Grundtechniken





Tchoukball



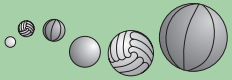
Vom spanischen Pelotaspiel wurde der Gedanke übernommen, dass ein Ball so gegen ein Ziel zu werfen ist, dass die gegnerische Mannschaft Schwierigkeiten bei der Annahme des zurückspringenden Balles hat.



- Schulung des schnellen Passspiels.
- Förderung des taktischen Verhaltens.
- Erleben eines aggressionslosen Spiels.



- Ein Punkt wird dann erzielt, wenn die angreifende Mannschaft den Ball so auf das „frame“ wirft, dass er im Feld den Boden berührt, bevor ein Verteidiger ihn auffangen konnte.
- Während der Fangversuche dürfen die Verteidiger nicht behindert werden.
- Der Torraum darf sowohl beim Torwurf als auch bei der Abwehr nicht betreten werden.
- Ein Ball, der vom „frame“ zurückspringt und im Torraum landet, ist ungültig.
- Es darf kein Ball von der gegnerischen Mannschaft abgefangen werden.
- Spätestens nach 3 Pässen muss auf das „Gitter“ geworfen werden.



Tchoukball



1 Hand-, Basket- oder Softball; das „Tor“ beim Tchoukball nennt man „frame“; es sieht einem Minitrampolin (90 cm Durchmesser) ähnlich. Es weist einen Winkel von 60° zum Boden auf und gewährleistet somit, dass der geworfene Ball entsprechend dem Spielgedanken ins Feld zurückspringt. Das „frame“ kann somit auch durch ein Trampolin, ein Sprungbrett oder durch Kastenteile hergestellt werden.



4 - 12 TN pro frame



Halle



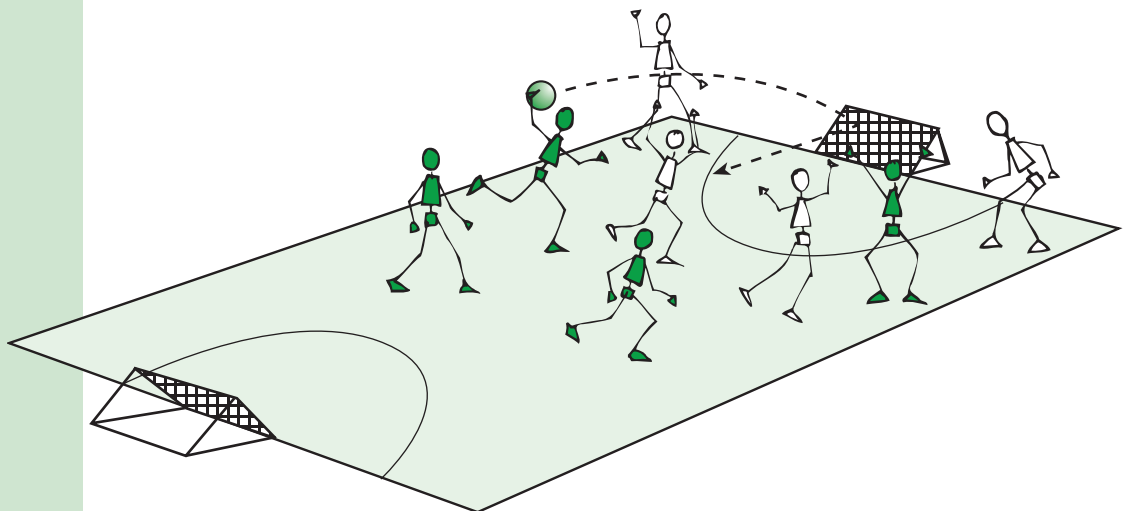
Tchoukball kann sowohl mit einem als auch mit zwei Netzen gespielt werden. Das Feld ist dann entweder quadratisch 15 - 20 m bzw. 30 - 40 m lang und 15 - 20 m breit. In der Mitte der jeweiligen Stirnseite befinden sich die „Tore“. Der Wurfkreis vor dem Netz hat einen Radius von 3 m.

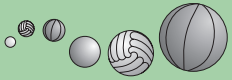


Nach Absprache



Fangen, Passen, Zielwurf, taktisches Verhalten





Beach-Handball



Man stelle sich vor, dass beim Handballspiel die Sonne auf den Rücken scheint, der Wind um die Nase bläst und dass nach jedem Spiel eine Abkühlung im Wasser winkt: So ähnlich ist Beach-Handball.



- Erleben freizeitsportlicher Alternativen des Großen Sportspiels.
- Förderung der konditionellen Fähigkeiten.



- Gespielt wird mit 3 Spielern und einem Torwart.
- Ein erzieltes Tor zählt einen Punkt, trifft der Torwart aus dem Inneren des Spielfeldes, erhält die Mannschaft 2 Punkte.
- Wird das Tor durch Kempa-Trick erzielt (Ballannahme über dem Torraum und Torwurf in der Luft) erhält der Schütze ebenfalls 2 Punkte.
- Mit dem Ball in der Hand darf man nur drei Schritte machen.
- Der Ball darf geprellt werden.
- Gespielt wird zwei Sätze (= 2 x 7 Tore). Bei 1:1 gibt es ein Penalty-Werfen mit 5 Spielern nach folgendem Schema: Der Spieler läuft auf Pfiff aus der eigenen Spielfeldecke in Richtung des gegnerischen Tores. Er erhält von seinem eigenen Torwart ein Zuspiel und wirft auf das Tor. Der gegnerische Torwart darf den Torraum verlassen und versuchen, dieses Zuspiel zu stören. Der Torwart darf auch direkt ins gegnerische Tor werfen.
- Der Ball darf dem Torwart direkt zugespielt werden.



1 Beach-Handball (PVC) o.ä., 2 Tore



4 TN pro Mannschaft



Strand, Tartanplätze, Halle, Rasen



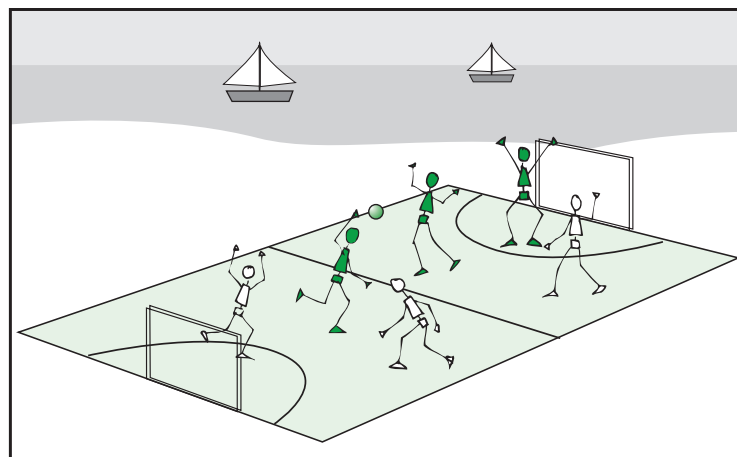
11 m x 27 m (2 x 6 m Torraum + 15 m Spielfläche)

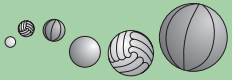


Nach Sätzen (ein Satz entspricht 7 Toren)



Handball-spezifische Grundtechniken





Beach-Volleyball



Beach-Volleyball ist eine an den Stränden Amerikas erfundene Variante, die in der Zwischenzeit auch bei uns an Popularität stark gewonnen hat. Ziel ist es, den Ball regelgerecht über das Netz zu schlagen, so dass er den Boden in der gegnerischen Hälfte berührt, bzw. dies zu verhindern.

Gespielt wird 2 gegen 2 in einem verkleinerten Feld. Die Techniken Pritschen und Baggern und vor allem das Hechten in den Sand bestimmen das Spiel.



- Erleben einer freizeitorientierten Alternative für Teilnehmer jeden Alters.
- Erleben des Volleyballspiels unter erschwerten Bedingungen (2 Spieler, Sand).
- Förderung der konditionellen Fähigkeiten und der taktischen Verhaltensweisen.



- Höchstens 3 Ballberührungen pro Team.
- Nach jeweils 5 erzielten Punkten werden die Seiten gewechselt.
- Gepunktet wird nur bei eigenem Aufschlag.
- Aufschlagrecht bekommt man bei Fehlern des Gegners.



1 Volleyball, 1 Netz (Höhe je nach Spielniveau), viel Sand



2 TN pro Mannschaft



Strand oder ein im Schwimmbad oder am See künstlich hergerichteter Sandplatz



18 x 8,5m, mit ausreichendem Schutzraum



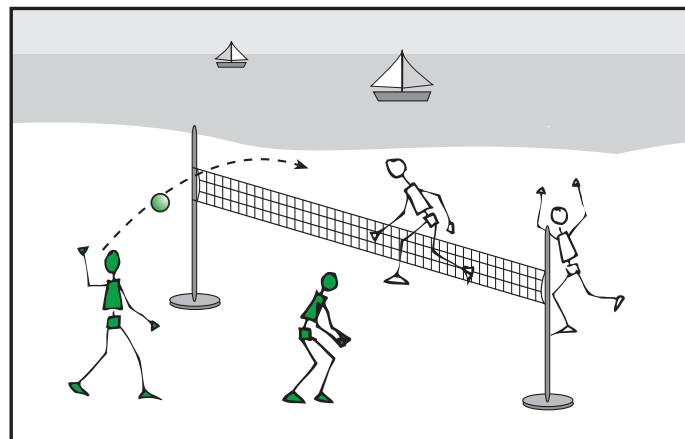
2 Sätze bis 15 Punkte

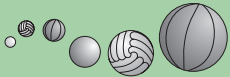


Volleyballspezifische Grundtechniken



Als Spielball ist natürlich auch ein Wasserball einsetzbar.





Streetbasketball



Ein spannendes (Ziel-)Wurfspiel mit wechselndem Angriff und wechselnder Abwehr. Sechs Spieler, aufgeteilt in zwei Mannschaften, werfen auf einen Korb. Vereinfachte Spielregeln und eine selbständige Abwicklung des Spiels, d.h. das Spiel ohne Schiedsrichter, prägen das Spielgeschehen.



- Förderung der eigenständigen, selbstorganisierten Spielgestaltung.
- Förderung der eigenständigen Regelauslegung/Konfliktlösung.



- Prinzipiell werden die Regeln vor dem Spiel zwischen den Spielern abgesprochen. Bei Turnieren werden jedoch einheitliche Regeln vorher festgelegt.
- Faires Spielen ersetzt den Schiedsrichter.
- Das beginnende Team wird durch Auslosung festgelegt.
- Um Alleingänge zu verhindern, müssen mindestens 2 Spieler einer Mannschaft vor einem Korberfolg den Ball berührt haben.
- Nach jedem Korberfolg wechselt der Ballbesitz.
- Nach jedem Foul oder „Aus“ erhält die gegnerische Mannschaft den Ball hinter der Distanzlinie. Geschieht das Foul während eines erfolgreichen Wurfes, so zählt der Korb und der Ballbesitz wechselt.
- Die Spieler zeigen selber an, ob sie gefoult wurden, bzw. ob sie gefoult haben. Bei Unstimmigkeiten kann der Spielbeobachter eingreifen.
- Jeder Korberfolg zählt 1 Punkt, ein erfolgreicher Wurf hinter der 6,25 m-Linie, die nicht berührt werden darf, zählt 2 Punkte.
- Die vom Basketball bekannte „Zone“ unter dem Korb gibt es nicht.



1 Basketball, 1 Korb



3 TN + 1 Ersatzspieler pro Mannschaft, wobei beliebig ausgewechselt werden kann



Im Freien



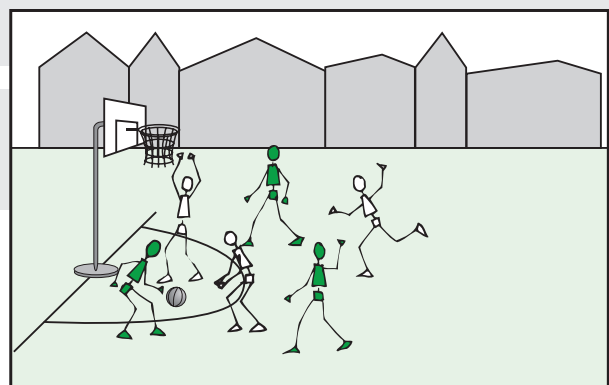
10 x 10m, wobei eine Linie im Abstand von 6,25 m im Halbkreis um den Korb gezogen wird (Zweipunkte-Linie); Korbhöhe max. 3,05 m

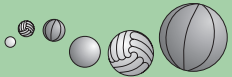


20 Min oder bis 16 Punkte



Basketballspezifische Grundtechniken





Street-Hockey/Inline-Hockey



Diese Kombination aus Hockey und Inline-Skating wird auf öffentlichen, aber abgesperrten Plätzen gespielt. Es ist ein rasantes, aber auch ein raues Spiel, wobei der Puck bzw. der Ball mit dem Hockeyschläger in ein Tor geschossen werden soll.



- Vermittlung eines Sportspiels, das als Hockey-Variante die Vorzüge des Eishockeys beinhaltet.
- Schulung technischer und taktischer Fertigkeiten.



- Spielbeginn durch einen Bully in der Spielfeldmitte.
- Bodychecks und sonstige Fouls sind nicht erlaubt.
- Der Schläger darf nicht über Kniehöhe geführt werden.
- Beim Ausschwingen des Schlägers darf kein Mitspieler gefährdet werden.
- Der Schläger darf nicht vor die Rollen der Mitspieler gehalten werden.



Handschuhe, Knie-, Ellenbogen-, Schulter-, und Schienbeinschützer; Inline-Skates oder herkömmliche Roller Skates, 1 Hockey-Schläger mit Holz- oder Karbonschaft; 2 Tore (Hütchen oder regelgerechte Hockeytore); Street-Pucks (mit eingebauten Rollen) oder sprungfaule Bälle mit Flüssigkeits-Füllung



4 Feldspieler und ein Torwart pro Mannschaft



Parkplatz, Schulhof



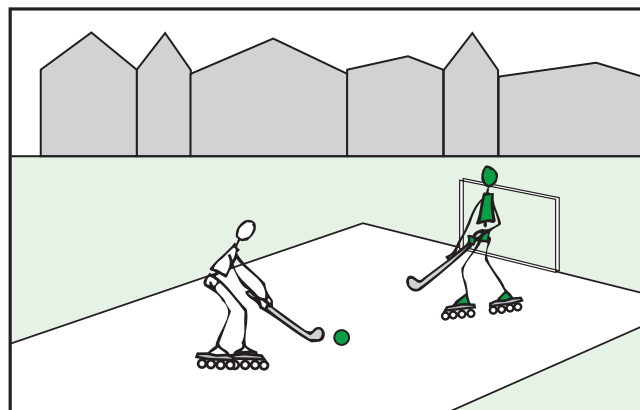
Je nach Spielerzahl und Gegebenheiten

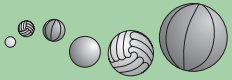


4 x 12 Min.



Sportartspezifische Grundtechniken (Stoppen, Richtungsänderungen etc.)





Street-Tennis



Gespielt wird auf einem öffentlichen, aber abgesperrten Platz 1 : 1 oder 2 : 2. Im Spiel versuchen die Spieler Punkte zu erzielen, indem sie den anderen Spieler/die andere Mannschaft zu einem Fehler zwingen.



- Erfahren eines tennisplatzunabhängigen Rückschlagspiels.
- Erlernen der Selbstorganisation.



- Der Spieler steht hinter der Grundlinie und schlägt von unten auf.
- Es gibt nur einen Versuch. Ausgenommen der Ball berührt die Netzkannte und springt anschließend regelgerecht ins andere Feld. In diesem Fall wird der Aufschlag wiederholt.
- Nach jedem Punkt wechselt das Aufschlagsrecht.
- Ein Punkt wird gewonnen, wenn
 - der Ball den Spieler trifft (für den Ballschlagenden),
 - der Schläger gegen den Ball geworfen wird (für den Ballschlagenden),
 - der Ball nach Überqueren des Netzes öfter als einmal den Boden berührt (für den Ballschlagenden),
 - der Ball außerhalb des Spielfeldes aufkommt (gegen den Ballschlagenden).
- Die Punkte werden fortlaufend gezählt (wie beim Tischtennis).



1 Tennisschläger pro Spieler, 1 Softball, 1 mobiles Netz



1 - 2 TN pro Mannschaft



Park- und Marktplätze, Schulhöfe und Festplätze



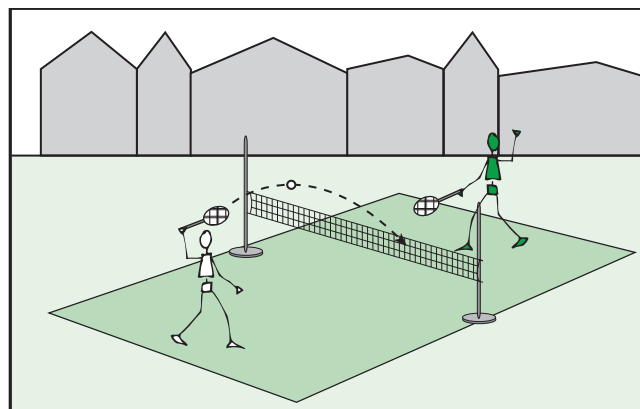
6 x 12 m, das Spielfeld wird durch ein ca. 80 cm hohes Netz getrennt

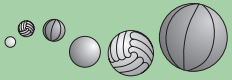


15 Min.



Tennisspezifische Grundtechniken





(Ball-)Spiele mit „etwas anderen“ Spielgeräten

Bike-Polo



Fahrradfahren einmal anders - mit einem Holzschläger wird versucht, einen baseballähnlichen Ball während der Fahrt zu treffen und Tore zu erzielen.



- Schulung von Fahrsicherheit, Geschicklichkeit und Treffsicherheit.
- Förderung des Sozialverhalten.
- Förderung des Antizipationsvermögens.



- Keine Gefährdung der Mitspieler und Gegner.
- Der Ball darf nur geschlagen werden, wenn beide Füße auf den Pedalen stehen, bzw. in der Luft sind.
- Der Schläger darf nicht in die Speichen gehalten werden.



Pro Spieler 1 Bike (Fahrrad) und 1 Schläger, 1 Ball, 4 Hütchen (Tor); pro Spieler 1 Schläger (Besenstiel und das Querstück aus einem dickeren Ast) oder einen Kricketschläger (Krocket), 1 Ball



2 - 6 TN pro Team



Parkplatz, Schulhof, Tartanplatz



20 x 40 m (je nach Spielerzahl), große Tore



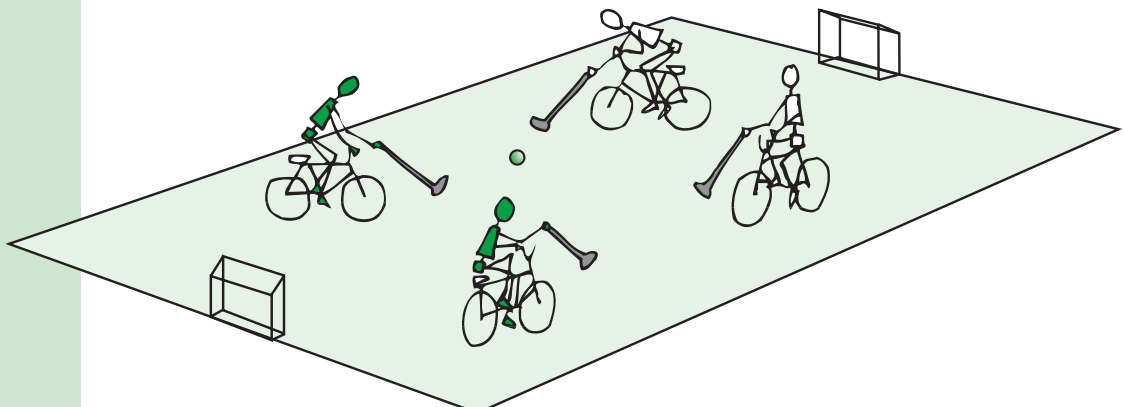
2 x 10 Min.

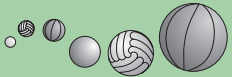


Fahrtechnische Grundlagen: Anfahren, Bremsen, Kurvenfahren, Einhandfahren



- Jeder Spieler übt mit seinem Ball eine gewisse Zeit.
- Zwei Spieler passen sich den Ball zu, d.h. sie spielen gemeinsam.
- Als Vorbeugung könnte der Schläger mit Schaumgummi umhüllt werden.





(Ball-)Spiele mit „etwas anderen“ Spielgeräten

Boßeln



Das Boßelspiel ist ein bodenständiges Wurfspiel, das entlang der Nordseeküste verbreitet ist. Das Ziel ist –sowohl im Einzel- wie auch im Mannschaftsspiel – eine ideale Bahn für die Kugel zu finden, auf der sie möglichst weit rollen kann. Es gilt, den Wurf des Gegners zu übertreffen. Die beliebteste Form stellt heute das Straßenboßeln dar.



- ▶▶▶ Erlernen eines traditionellen Wurfspiels.
- ▶▶▶ Schulung der sportartspezifischen Wurftechniken.



- ▶▶▶ Beim Straßenboßeln werden 10 Runden geworfen, d.h., jeder Spieler wirft 10 mal. Die Wurfstrecke wird in 5 Hin- und 5 Rückrunden unterteilt. Die Werferreihenfolge wird exakt eingehalten, wobei Werfer 1 von A beginnt und Werfer 1 von B ihm folgt. Der Werfer 2 der unterlegenen Mannschaft setzt das Spiel fort. Erreicht er ebenfalls nicht die Weite von A, erhält die Mannschaft A ihren ersten Schoet. Fortgesetzt wird das Spiel durch Werfer 2 von A und Werfer 3 von B.
- ▶▶▶ Die beginnende Mannschaft wird ausgelost.
- ▶▶▶ Die Kugel darf nicht geworfen werden, sondern wird gerollt.



„Weniger ist mehr“: Die Spieler/Gruppen bekommen ein Ziel genannt, das sie mit möglichst wenig Würfen erreichen sollen. Es ist auch möglich, den Ball mit einem Hockeyschläger voranzutreiben.



Pro Mannschaft eine Kugel aus Holz oder Gummi (Bocciakugel)



5 Werfer pro Mannschaft



Feld, Park, Waldwege etc.



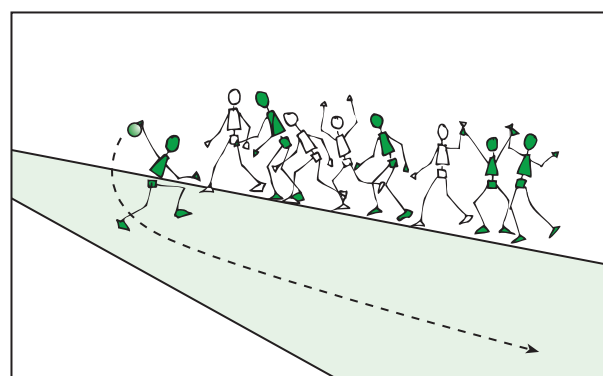
Nicht mehr als 10 Kilometer

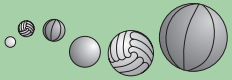


Beliebig



Sportart-spezifische Techniken





(Ball-)Spiele mit „etwas anderen“ Spielgeräten

Boule



Ein traditionelles Wurfspiel, das vor allem in Frankreich zu jeder Tag- und Nachtzeit gespielt wird. Ein Spiel, das sowohl für den Geist, als auch für den Körper geeignet ist. Jeder Spieler versucht mit seinen großen Kugeln der kleinen Kugel so nah wie möglich zu kommen, um somit seiner Mannschaft ein gutes Ergebnis beizusteuern.



- Schulung der Wurfgenauigkeit.
- Schulung des taktischen Verhaltens.



- Nach der Auslosung beginnt der 1. Spieler, indem er eine Markierung (Linie) zieht.
- Anschließend wirft er den Cochonnet (kleine Holzkugel) nicht weniger als 6, nicht weiter als 11 m. Die große Kugel wird als nächste hinterher geworfen, sie sollte so nah wie möglich an die kleine Kugel heranrollen.
- Sie darf den Cochonnet verschieben, denn: „das Ziel ist dort, wo das Ziel ist.“ Jetzt ist die andere Mannschaft am Zug. Die Kugel zählt, die am nächsten am Cochonnet ist.
- Eine Mannschaft muss so lange ihre Kugeln werfen, solange eine fremde Kugel näher am Cochonnet liegt. Sind alle Kugeln gespielt, vergleicht man den Abstand zwischen Cochonnet und den geworfenen Kugeln.
- Wegschieben fremder Kugeln ist erlaubt.



Pro Spieler 2 Kugeln, 1 kleine Holzkugel



2 - 4 TN pro Mannschaft



Boule- oder Bocciabahn, Rasenfläche



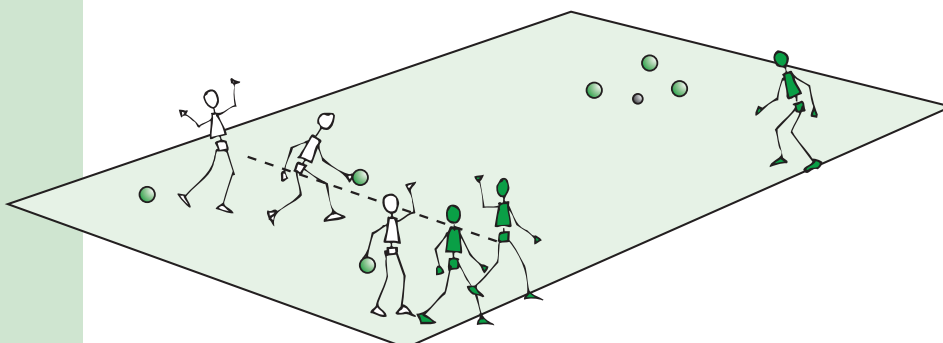
5 x 15 m

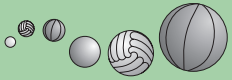


Bis eine Mannschaft 13 Punkte erreicht hat



Keine





(Ball-)Spiele mit „etwas anderen“ Spielgeräten

Doing-Ball



Zwei Mannschaften versuchen einen Flummi-Ball so aufzuprellen, dass er an das gegnerische Basketballbrett springt.



- ▀ Erleben eines motivierenden, freudvollen Spiels.
- ▀ Schulung von Fangen und Passen unter erschwerten Bedingungen.
- ▀ Förderung des spieltaktischen Verständnisses.



- ▀ Ein gefangener Ball darf dem Mitspieler zugeworfen werden.
- ▀ Mit dem Ball darf nicht gelaufen werden.
- ▀ Die Mannschaften können gegnerische Pässe abfangen, aber nicht das Zuwerfen blockieren.
- ▀ Wände dürfen als Spielfläche genutzt werden.



Ein Flummi-Ball (Hartgummiball), 2 Basketballbretter



Mind. 5 gegen 5 TN



Sporthalle, Hartplatz



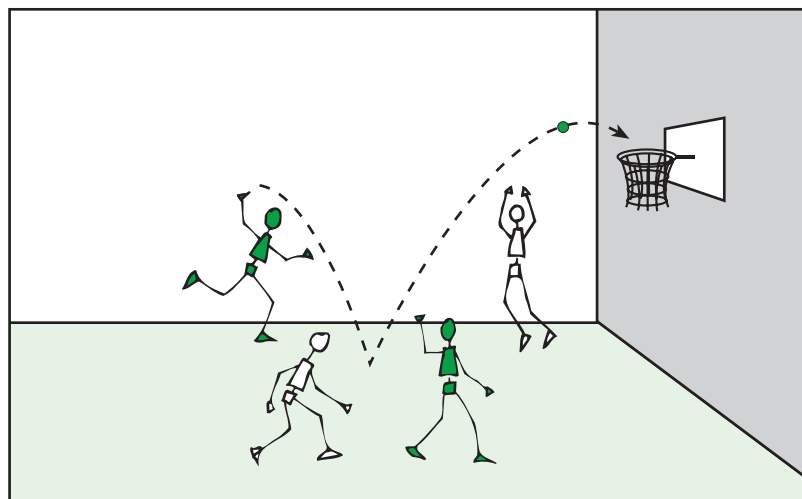
Basketballfeldgröße

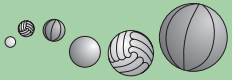


Nach Punkten oder nach Zeit



Passen, Fangen, grundlegende taktische Verhaltensweisen





(Ball-)Spiele mit „etwas anderen“ Spielgeräten

Großes Erdballspiel



Zwei Mannschaften spielen gegeneinander und versuchen, den Erdball gegen den Widerstand der gegnerischen Mannschaft über die eigene Grundlinie zu transportieren.



➤ Förderung der Kommunikation und Kooperation in den jeweiligen Mannschaften.



- Die Mannschaften starten an ihrer Grundlinie.
- Der Erdball befindet sich bei Spielanfang und nach jedem Punkterfolg an der Mittellinie.
- Der Ball darf gerollt, gedrückt und geworfen werden.
- Wird der Erdball über die eigene Grundlinie bewegt, so erhält die Mannschaft einen Punkt.



- ➊ *Erdbahn:* Die Spieler stehen im Kreis und rollen den Ball so schnell wie möglich von einem Spieler zum nächsten. Auf Kommando wird die Richtung gewechselt.
- ➋ *Mutige voraus:* Auch hier stehen die Spieler in einem Innenstirnkreis. Der Erdball wird nun so kräftig es geht auf den Boden geprellt, bis er eine entsprechende Höhe erreicht hat. Wer mutig ist läuft unter dem Ball durch, ohne ihn zu berühren.
- ➌ *Orbit:* Die Gruppe teilt sich in zwei Mannschaften. Die eine legt sich auf den Rücken, wobei der Kopf zum Kreismittelpunkt zeigt, die andere Mannschaft stellt sich im Abstand von 3 - 4 m im Kreis mit dem Gesicht zu den Liegenden auf. Das stehende Team spielt den Ball mit den Händen in die Kreismitte, das liegende Team stößt den Ball mit den Füßen (barfüßig), wenn es geht, über die Stehenden hinweg. Geschieht dies, so wechseln die Mannschaften ihre Position.



1 Erdball



8 - 30 TN



Halle, Rasen, Park etc.



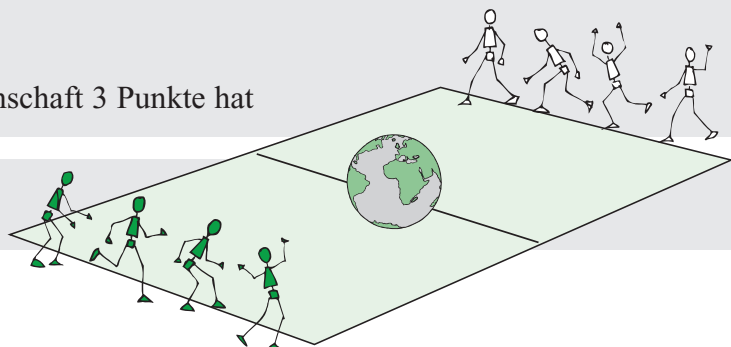
20 x 30 m

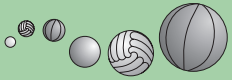


Bis die erste Mannschaft 3 Punkte hat



Keine





(Ball-)Spiele mit „etwas anderen“ Spielgeräten

Krocket



Mit möglichst wenigen Schlägen soll eine Kugel mit einem Holzhammer durch einen Minitor-Parcours gespielt werden.



▬ Erleben eines freizeitsportlichen, geselligen Spiels.



▬ Die durchnummerierten Tore müssen entsprechend der Reihenfolge passiert werden, um letztendlich den Zielpflock zu treffen.

▬ Es kann sowohl als Einzel-, aber auch als Mannschaftswettbewerb gespielt werden.

▬ Die Holzkugel darf pro Schlag nur einmal berührt werden, d.h. dass je Torschuss nur ein Versuch zur Verfügung steht. Bei Fehlversuch ist der nächste Spieler dran.

▬ Das Tor darf nur von einer Richtung passiert werden.



10 - 15 Minitore (ca. 15 cm breit und 30 cm hoch);
pro Spieler eine schwere Holzkugel (z.B. Bocciakugel) und ein Krocket-
schläger



2 - 6 TN pro Parcours



Ebene Rasenfläche



20 x 30 m



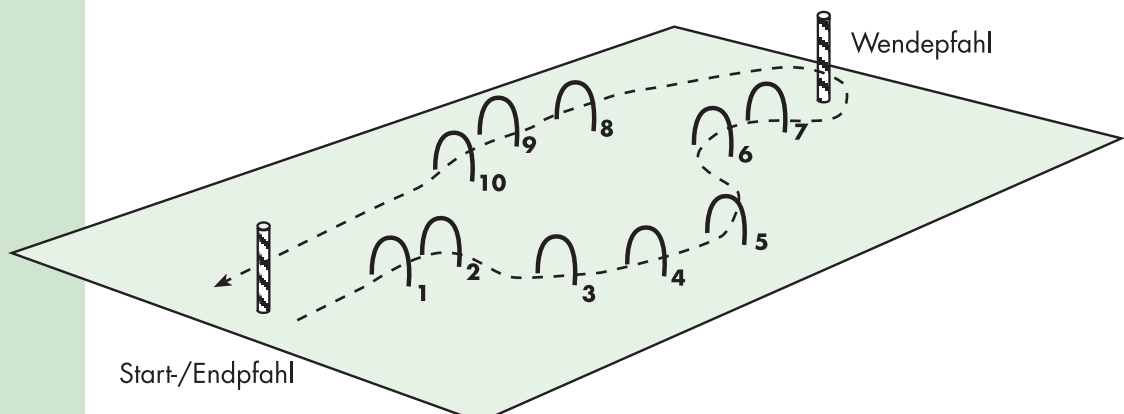
Bis der erste den Zielpflock erreicht hat

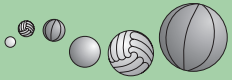


Auge-Hand-Koordination



Anstelle des Krocketeschlägers wird ein Hockeyschläger verwendet.





(Ball-)Spiele mit „etwas anderen“ Spielgeräten

Radball



Die in zwei Mannschaften eingeteilten Radler fahren Rad und spielen sich gleichzeitig einen Ball zu. Das Ziel ist es, dass jede Mannschaft ihrem Torwart den Ball zuschießen muss. Sobald dieser fängt, erhält die Mannschaft einen Punkt.



- Schulung von Fahrsicherheit, Geschicklichkeit und exaktem Schießen.
- Förderung des Antizipationsvermögens.



- Ein Kreis mit ca. 4 m Durchmesser stellt das Tor dar.
- Der Torwart versucht, die Bälle der eigenen Mannschaft zu fangen, ohne dabei seinen Kreis zu verlassen.
- Die Spieler dürfen den Boden nur berühren, wenn sie den Ball ins Feld zurückholen.



Pro Spieler 1 Fahrrad (Torwart ausgenommen), 1 Wasserball, 1 Stück Kreide



3 - 5 TN pro Team



Schulhof, Parkplatz



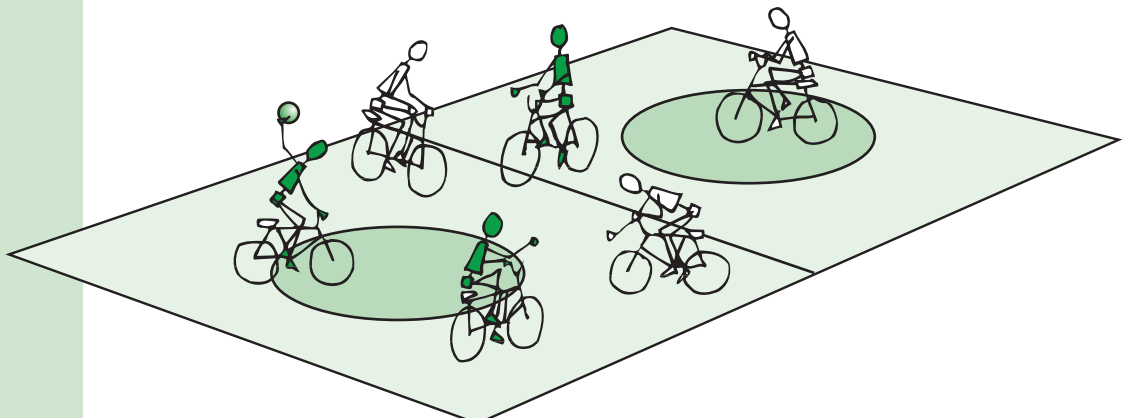
20 x 30 m

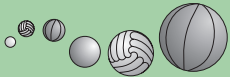


Nach Absprache



Fahrtechnische Grundlagen





(Ball-)Spiele mit „etwas anderen“ Spielgeräten

Sepak Takraw



Ein Spiel, das auf sehr alte Traditionen im gesamten südasiatischen Raum zurückgeht. Im Mittelpunkt steht ein aus Rattan geflochtener Ball. Der Rattanball wird von 3 Spielern einer Mannschaft so über das Netz gespielt, dass er möglichst beim Gegner auf den Boden fällt.



➡ Schulung des Ballgefühl und der Geschicklichkeit.



➡ Weder Arme noch Hände dürfen den Ball berühren, d.h. mit den Füßen wird der Ball in der Luft gehalten.



- ➊ Der Ball wird aus den Händen mit dem Fuß über das Netz gespielt und auch wieder gefangen.
- ➋ Der Ball muss, bevor er mit den Händen aufgefangen wird, mit der Brust, dem Oberschenkel oder dem Kopf berührt werden.
- ➌ Der Spieler darf sich den Ball nicht mehr selbst vorlegen, sondern er wird von einem anderen Spieler zugestellt.
- ➍ Der Ball sollte nicht mehr gefangen und geworfen werden, sondern er darf wie beim Fußballtennis einmal aufhüpfen.



1 Rattanball



3 TN pro Seite



Halle, Rasenplatz



13 m x 6 m, Netzhöhe 1,55 m



Nach Punkten bzw. nach Zeit



Fußballspezifische Grundtechniken

