



Schneeball „Flocke“ und die bunten Bälle – Teil 1

Ballsport macht Spaß

Vorbemerkungen/Ziele

Für viele Kinder ist der Umgang mit Bällen nicht mehr selbstverständlich, obwohl Bälle alle Altersgruppen faszinieren. Im Alltag wird der Ball immer weniger eingesetzt und das Werfen und Fangen kaum noch geübt. In diesem Stundenbeispiel lernen die teilnehmenden Kinder im Rahmen einer Bewegungsgeschichte Schneeball „Flocke“ kennen und werden kindgemäß und spielerisch mit viel Spaß an verschiedene Bälle in Anlehnung an die großen Sportspiele herangeführt. Schneeball „Flocke“ kommt zu den Kindern und entdeckt mit ihnen, aus den Medien bekannte Sportspiele mit dem Ball: Basketball, Fußball, Hockey und Tennis. In der ersten Bewegungseinheit werden spielerische Anregungen für das Ballhandling mit Händen und Füßen gegeben, die u.a. die Grundlage zum Erlernen von Basketball und Fußball bilden. In Teil 2 werden weitere Ballsportarten thematisiert. Die Bewegungsgeschichte kann auch noch erweitert werden und weiterführende Bezüge zu den großen Sportspielen herstellen, in denen die Übungsleitung zusammen mit den Kindern spielerische Fertigkeiten mit dem Ball auswählt und durchführt.

Stundenverlauf und Inhalte

EINSTIMMUNG (10–15 Minuten)

● Schneeball „Flocke“

- ⊕ Die Kinder sitzen mit der Übungsleitung (ÜL) im Kreis.

In der Kreismitte befindet sich das „Schneefeld“ (= großes weißes Tuch). Auf dem „Schneefeld“ liegt „Flocke“.

Die Geschichte:

„Wir sind heute zu Besuch bei ‚Flocke‘ dem Schneeball. ‚Flocke‘ wohnt in Schneedorf, wo es immer viel schneit. ‚Flocke‘ und die anderen Schneebälle spielen immer sehr gerne mit den Kindern zusammen. Am liebsten – Schneeballschlachten. Unsere Turnhalle wird jetzt ‚Flockes‘ Schneedorf.“

Die Kinder werden zu Schneeflocken. Die Kinder können sich weiße Punkte ins Gesicht malen oder aus alten weißen Tüchern Schneeflockenkostüme kreieren. „Was macht überhaupt eine Schneeflocke?“. Die Kinder tanzen, gehen und laufen durch die Turnhalle und spielen Schneeflocken (leicht, leise, hüpfend, liegend, sanft ...) nach.



Rahmenbedingungen

Zeit:

60 Minuten

Teilnehmer*innen (TN):

1 bis 20 Kinder (Jungen und Mädchen) im Alter von 4 bis 7 Jahren

Material:

Großes weißes Tuch als „Schneefeld“, „Flocke“: Bild oder weißer Seidenpapierball oder Wattebällchen mit Gesicht, weiße Schminkefarbe, alte weiße Tücher für Kostüme, Bälle: jeweils passenden Bälle zu der Ballsportart, Gymnastikbälle, einfache kleine Plastikbälle, fachsportspezifische Softbälle, Alltagsmaterialien: viele Papprollen, Eimer
Geräte: Langbänke oder Markierungshütchen

Ort:

Turnhalle oder Außengelände

Absichten und Hinweise

- ⊕ Begrüßung der TN und Vorstellen des Stunden-themas, Einstieg in die Bewegungsgeschichte
- ✔ Die Begrüßung findet auf Augenhöhe im Sitzkreis statt.
- ✔ Durch die ÜL erfahren die Kinder, dass „Flocke“ mit den Kindern viele andere Ballspiele kennenlernen wird.
- ⊕ Die Kinder sollen in der Geschichte ankommen, sich in die Situation einfinden, sich mit Schneeflocken identifizieren und ihren ersten Bewegungsdrang ausleben.
- ✔ Evtl. mit passender Musikbegleitung

SPIELE/
BALLSPIELE
11.2020

Stundenverlauf und Inhalte

SCHWERPUNKT (20–30 Minuten)

● Schneeball „Flocke“ und die bunten Bälle

- ⊙ Die Kinder und ÜL gehen zurück zum „Schneefeld“, wo „Flocke“ wartet, und setzen sich wieder im Kreis zu „Flocke“.

Die ÜL erzählt den Kindern, dass „Flocke“ noch andere bunte Bälle in der Turnhalle gesehen hat, die keine Schneebälle sind.

Fragen an die Kinder:

- „Welche Bälle kennt Ihr?“
- „Aus welchen Materialien besteht der Ball?“
- „Welche Sportarten bzw. Sportspiele mit Ball kennt ihr schon?“

„Flocke‘ ist von euch begeistert, von so vielen bunten Bällen hat er noch nie gehört. ‚Flocke‘ freut sich auf viele neue Freunde. Er möchte mit euch viel ausprobieren und sehen, was ihr mit den Bällen macht.“

● Aufwärmen für den Ballsport

- ⊙ Die Kinder bewegen sich frei durch den Raum.

„So wärmt sich ‚Flocke‘ auf – mach‘ doch einfach mit.“

- „Gehe langsam durch den Raum und bewege dabei deine Finger.“ – Finger strecken, Fäuste machen usw.
- „Strecke deine Arme aus und mache mit ihnen kleine und große Kreise.“
- „Mache ein paar große Schritte und dann ganz kleine Schritte in verschiedene Richtungen.“ – vorwärts, rückwärts, seitwärts
- „Hüpfe/springe leicht nach oben, dann nach vorne, hinten und zur Seite. Dann drei Mal vor, zurück, nach rechts und nach links.“
- „Klatsche in die Hände – über dem Kopf, vor dem Bauch, hinter dem Rücken und dann noch einmal vorne.“
- „Klatsche mit deinen Handflächen auf deine Oberschenkel und rufe – ‚Viel Spaß!‘“

● Vorbereitung der Ballspiele

- ⊙ Alle Kinder treffen sich vor einem Ballspiel am „Schneefeld“ mit „Flocke“. Die ÜL stellt den Kindern einen Ball vor und bespricht mit ihnen gemeinsam, was für ein Ball das ist. Anschließend wird vor den Ballspielübungen abgestimmt, welche Regeln gelten, damit sich niemand durch die Bälle verletzt. Ballspielregeln:

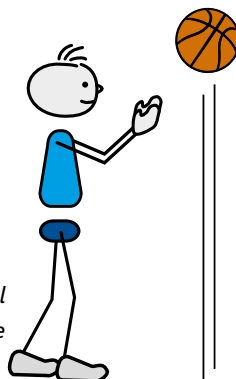
- Bälle, die nicht genutzt werden, in einen umgedrehten Kasten legen
- Den Ball nur jemand anderen zuwerfen, wenn er bzw. sie einen anschaut

● „Basketball spielen“

- ⊙ Benötigtes Material: je Kind einen Ball (Kinderbasketball oder Soft-Basketball) und Papprollen (PR), einen Eimer (als „Basket“) pro Gruppe

Einzelübungen von einer zur anderen Raumseite:

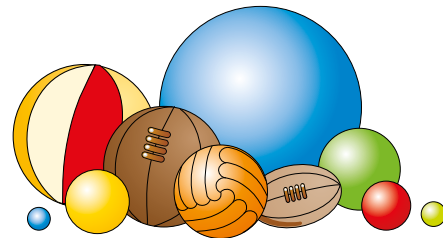
- „Prelle den Ball mit beiden Händen auf den Boden und versuche, ihn nach dem Aufprall wieder zu fangen.“
- „Klappt die Übung gut, versuche es im Gehen und vielleicht auch schon im langsamen Laufen.“
- „Probiere nur mit einer Hand das Prellen auf den Boden aus.“
- „Wirf den Ball mit beiden Händen weg, hole ihn dir wieder und probiere es mehrmals aus. Laufe schnell hinterher und hebe deinen Ball wieder auf. Probiere die Übung auch nur mit einer Hand aus.“



Absichten und Hinweise

- ⊙ Individuelle Erfahrungen, die die Kinder schon mit einem Ball gemacht haben, werden ausgetauscht.

Die Ballspiele, die für diese Stunde anstehen, bekommen Priorität.



- ⊙ Vor den Spielen mit den Bällen wärmen sich alle Kinder mit verschiedenen Bewegungsübungen auf.

- ⊙ Die ÜL macht die einzelnen Bewegungsaufgaben vor und dann auch weiter mit. Sie greift auch Bewegungsvariationen oder neue Bewegungsideen der Kinder auf.

- ⊙ Ruhe finden, Förderung der Konzentration, Motivationssteigerung durch Einbindung der Kinder

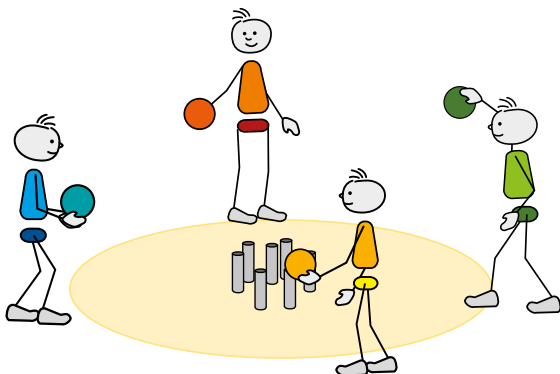
- ⊙ Mit einem Ball/Basketball vertraut werden, Ballgewöhnung, Ball prellen, werfen und fangen, Förderung der Grobmotorik und Auge-Körper- sowie Auge-Hand-Koordination, zielgenaues Werfen

Stundenverlauf und Inhalte

Absichten und Hinweise

Gruppenübungen in einer großen Kreisformation:

- „Platziert die Papprollen auf dem Boden und versucht, sie mit einem Wurf zu treffen.“
- „Stellt den Eimer in die Kreismitte auf den Boden, versucht, den Ball in den Eimer zu werfen.“



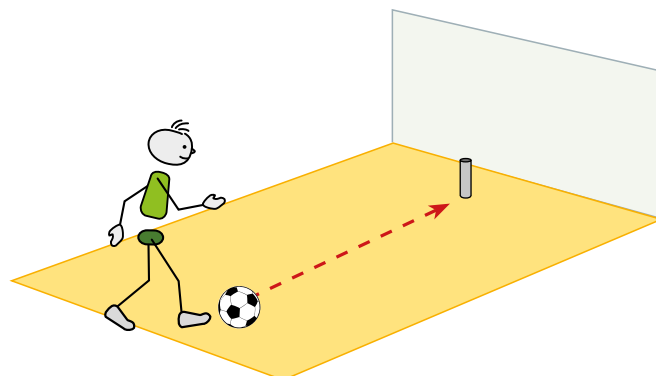
● „Fußball spielen“

- ⊙ Benötigtes Material: je Kind einen Ball/Fußball und Papprollen (PR)
- Die Übungen können in der Gruppe oder auch alleine durchgeführt werden.

- ⊙ Erste Ballschussversuche mit dem Fuß, Koordinationsschulung, Auge-Fuß-Koordination, Förderung von Sozialverhalten und Kommunikation

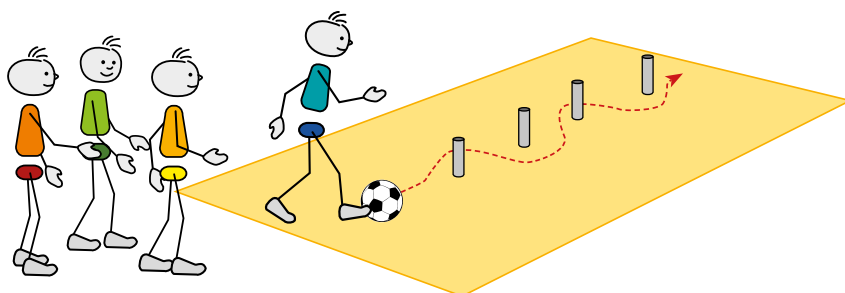
Einzelübungen gegen eine Wand:

- „Lege den Ball auf den Boden und probiere abwechselnd, mit dem rechten und dem linken Fuß den Ball zu treffen – erst nur ein Schubs, dann schon mit mehr Beinschwung.“
- „Versuche so fest zu schießen, dass der Ball zu dir zurückkommt.“
- „Stelle die PR auf den Boden, ungefähr fünf Schritte von dir entfernt. Dann legst du den Ball vor deine Füße. Versuche, mit einem Schuss die Rolle zu treffen.“



Gruppenübungen von einer zur anderen Raumseite bzw. gegen eine Wand:

- „Baut eine Slalomstrecke mit den PR auf und führt nacheinander den Ball mit den Füßen hindurch, ohne dass die Rollen umfallen.“



- „Baut euch aus zwei PR ein Fußballtor. Stellt euch in einem selbst gewählten Abstand vor das Tor und versucht, mit einem Fuß den Ball in das Tor zu schießen. Führt die Übung einer nach dem anderen aus. Beim zweiten Torschussversuch versucht es mit dem anderen Fuß.“

- ⊙ Die Kinder können in Kleingruppen (z.B. zu dritt) selber entscheiden, wie breit ihr Fußballtor sein soll.

Stundenverlauf und Inhalte

SCHWERPUNKTABSCHLUSS (5–10 MINUTEN)

● Schneeballschlacht oder Haltet das Feld frei!

- Es werden zwei Mannschaften gebildet.

Die Spielfeldgröße kann je nach Leistungsstand und Größe der Gruppe individuell gestaltet werden. In der Mitte des Spielfeldes steht eine Langbank als Spielfeldunterteilung.

Alle zur Verfügung stehenden Bälle werden zahlenmäßig gleich in den beiden Spielfeldhälften verteilt.

Die beiden Mannschaften stehen in ihren jeweiligen Spielfeldhälften. Auf ein Startkommando hin, beginnen die Kinder, die Bälle aus der eigenen Spielfeldhälfte in die andere zu werfen. Ziel ist es, am Ende einer Spielzeit von ca. 1–2 Minuten möglichst wenige Bälle in der eigenen Spielfeldhälfte zu haben.

Gespielt wird zwei Spielzeiten mit Seitenwechsel der Spielfeldhälfte. Wer am wenigsten Bälle bei den beiden Durchgängen auf der eigenen Spielfeldseite zählt, ist die Gewinner-Mannschaft.

AUSKLANG (10–15 Minuten)

● Aufräumen mit „Flocke“ und ein Schneeflockentanz

- Die Kinder begeben sich nach dem Spiel zurück auf das „Schneefeld“ und bilden einen Sitzkreis.

Die Kinder ruhen sich nach der „Schneeballschlacht“ kurz auf dem „Schneefeld“ aus und „Flocke“ spendiert „Schneewasser“ (= stilles Wasser).

Die ÜL erklärt den Kindern, welche Bälle bzw. Zeitungsbällchen wohin aufgeräumt werden – z.B. große Bälle in die Ballkiste, kleine Plastikbälle in eine Schachtel und Zeitungsknöllchen in einen Eimer.

Nach einem abschließenden kleinen Tanz mit „Flocke“, verabschieden sich die Kinder von „Flocke“ und verabreden sich, beim nächsten Mal wieder mit ihm zu spielen und ihm neue Spiele mit Bällen zu zeigen. Dann verschwindet „Flocke“ in der bereitstehenden kleinen Kühlbox, in der er es bis zur nächsten Balleinheit schön kühl hat.

● Reflexion und Abschluss der Stunde

- Die Kinder sitzen mit der ÜL auf dem „Schneefeld“.

Die ÜL regt die Kinder an, in einen Austausch zu gehen und ihre Erlebnisse in der Stunde zu erzählen.

Es wäre toll, wenn jedes Kind sich äußern würde.

Mögliche Reflexionsfragen:

- „Welches Spiel hat dir besonders Freude gemacht?“
- „Welches Spiel findest du gar nicht gut?“
- „Was ist dir gut gelungen oder hat heute gut geklappt?“
- „Mit welchem Ball hat dir das Spielen am besten gefallen?“
- „Welches Spiel würdest du gerne nochmals spielen?“
- „Was möchtest du beim nächsten Mal gerne wiederholen?“

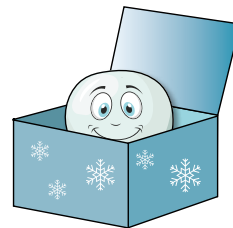
Die Zeit ist um, das Spiel ist aus und die Kinder gehen nach Haus.
„Auf Wiedersehen bis zum nächsten Mal und bleibt am Ball!“

Absichten und Hinweise

- Stärkung des Teamgeistes, Reaktionsschulung, Ausdauerförderung
- ✓ Hinweis zu den Bällen:
Am besten eignen sich kleine Plastikbälle, bunte weiche Bälle, kleine Kissen, Sandsäckchen oder auch geknülltes Zeitungspapier.
- ✓ Das Spiel kann auch mit Fliegenklatschen und Luftballons durchgeführt werden.

- Die Kinder lernen ihr Spielfeld aufzuräumen und zeigen Verantwortung.

- ✓ Während des Aufräumens wird Musik gespielt oder gemeinsam gesungen. Dadurch läuft das Aufräumen spielerisch und harmonisch ab.



- ✓ Da „Flocke“ ja ein Schneeball ist und bis zur nächsten Bewegungseinheit nicht schmelzen soll, muss „Flocke“ kühl gehalten werden.

- Jedes einzelne Kind soll reflektieren, wie es die Ballübungen empfunden hat. Vor einer kleinen Gruppe zu sprechen, die eigenen Gefühle und Ansichten zu äußern, fördert das Selbstbewusstsein und das Erlernen von Selbstreflexion und hilft, in den Gesprächskreis integriert zu sein.

- ✓ Das Kind, das spricht, bekommt einen bunten Ball und darf von den anderen Kindern nicht unterbrochen werden.

Bei der Durchführung des Stundenbeispiels als Gruppenangebot sind jeweils die aktuellen Vorgaben der Coronaschutzverordnungen (CoronaSchVo) zu beachten!
Den aktuellen Stand für Sportvereine in NRW findet man unter: www.lsb.nrw/medien/news/artikel/wiederaufnahme-des-sportbetriebs