

Fangen – Laufen – Spielen

Spielformen für Grundschule und Sekundarstufe I

Klaus Greier

Auch anstrengendes ausdauerndes Laufen in kindgemäßer Form macht den Kindern Freude. Je vielfältiger und abwechslungsreicher die Angebote sind, desto leichter wird die Monotonie des „isolierten“ Laufens unterbrochen. Die Beispiele verstehen sich als Fortsetzung des Beitrags aus den Lehrhilfen 2/2013.

Kleine Laufspiele mit Geräten und Zubehör

Piratenspiel

Ein oder zwei Schüler werden als Fänger (Piraten) eingeteilt (mit Mannschaftsschleife kennzeichnen). Die restliche Klasse bewegt sich in der Halle. Gelaufen werden darf aber nur auf „Inseln“ (in der Halle verteilten Matten; Teppichfliesen; Gymnastikreifen, etc.) d. h., die Kinder müssen von Insel zu Insel laufen/springen. (Wichtig: Abstände der Matten, Reifen, usw. dem Leistungsstand der Kinder anpassen). Kinder, die von den Piraten „gefangen“ werden, setzen sich auf eine Langbank am Spielfeldrand. Wie viele „Matrosen“ wurden von den Piraten in einer Minute gefangen? Anschließend neue Fänger, usw.

Variation: Es können neben Matten und Reifen auch Langbänke, Taue, Kästen usw. als Inseln dienen. Dies erfordert aber ein Mindestmaß an koordinativen Fähigkeiten.

Riese und Schatz

Die Lehrkraft kniet an einer Hallenseite und hat einen Ball als „Schatz“ vor sich liegen. Die Kinder stehen als Zwerge auf der anderen Seite und wollen sich den Schatz holen. Der Riese schläft (Kopf auf den Knien) und wacht nur durch Geräusche auf. Dann schaut er auf, kann aber nur Sachen sehen, die sich bewegen. Die Kinder versuchen daher, sich zum Schatz zu schleichen und wenn der Riese aufblickt, bleiben sie sofort ruhig stehen. Wer sich bewegt wird wieder an die Wand zurückgeschickt. Hat es ein Zwerg zum Schatz geschafft, nimmt er ihn und läuft schnell zurück. Der Riese versucht, sich

den Schatz wiederzuholen. Wenn der Zwerg den Schatz hinter die Grundlinie in Sicherheit bringen konnte, darf er beim nächsten Durchgang den Riesen spielen.

Jägerball

Ein „Jäger“ versucht die frei durcheinander laufenden „Hasen“ mit dem Ball zu „treffen“. Der Jäger darf dabei mit dem Ball nur eine bestimmte Anzahl (z. B. 5, 10,) von Schritten laufen. Wer trifft die meisten Hasen in 30 Sekunden?

Wichtig: Um Verletzungen zu vermeiden muss ein Softball verwendet werden.

Skalp rauben

Ein oder mehrere Fänger werden ausgewählt. Die übrigen Schüler stecken sich eine Mannschaftsschleife hinten in den Hosenbund (2/3 der Schleife müssen aber



Prof. Mag. Dr. Klaus Greier

Lehramtsstudium für
Leibeserziehung/
Geographie.

Unterrichtet als
Hochschullehrer an der
Kirchlichen Pädagogischen
Hochschule – Edith Stein
in Stams.

klaus.greier@aon.at

AUS DEM INHALT:

Klaus Greier Fangen – Laufen – Spielen	1
Ute Kern Unterrichtsbeispiele für den Schulsport – Jg. 2012	3
Ingeborg Henninger FIT IM TEAM – Sporttag an der Markgrafen-Schule Münzesheim	5
Nathan Devos, Lena Wald-Dasey & Andrea Menze-Sonneck „Baseball – Hit a Home Run!“	11

frei heraushängen). Die Fänger versuchen nun die „Skalps“ zu rauben; wer raubt in einer bestimmten Zeit die meisten Skalps?

Reifen wechseln

Alle bis auf einen Schüler bekommen einen Gymnastikreifen, legen diesen irgendwo im Spielfeld ab und stellen sich hinein. Das Kind ohne Reifen (oder der Lehrer) gibt das Signal (Pfiff, Ruf etc.) zum Loslaufen. Darauf hin laufen alle Schüler (auch der Signalgeber) durch das Spielfeld und stellen sich auf ein neuerliches Signal wieder in einen Reifen. Derjenige Schüler, der keinen Reifen gefunden hat, gibt für den nächsten Durchgang das Startkommando.

Variation: Man kann verschiedene Laufausführungen (Sprunglauf, Hopslerlauf, etc.) einbauen.

Gerupftes Huhn

Ein Kind spielt das Huhn. Ihm werden mit Tesakrepp so viele Papierstreifen an die Kleider geklebt, wie Spieler mitspielen. Die übrigen Schüler versuchen, dem Huhn eine Feder (Kreppstreifen) zu rupfen. Wenn ihnen dabei das Huhn auf die Finger schlägt, erstarren sie sofort zu Stein. Gibt es am Ende mehr versteinerte Kinder oder ausgerupfte Federn?

Variation: Doppelt so viele „Federn“ anbringen. Jedes Kind hat dann zwei Anläufe zum Federdiebstahl.

Orientierungslauf

In einem bekannten Gelände (z. B. Schulhof, Turnhalle) werden die Kinder einzeln oder in kleinen Gruppen auf die Suche geschickt. Dazu erhalten sie ein Arbeitsblatt (Abb. 1) mit einer bestimmten Anzahl von Symbolen wie etwa Schere, Stern u. Ä. die sie im Schulgelände suchen sollen. Jedes gefundene Symbol muss mit einem Stempel oder Farbstift o. Ä. auf dem Blatt bestätigt werden. Haben sie alle Symbole entdeckt, laufen sie zum Ausgangspunkt zurück. Wer (welche Gruppe) ist am schnellsten?

Variation: Die Schüler (Gruppen) erhalten zu Beginn nur ein Symbol. Nachdem sie dieses im Gelände gefunden und bestätigt haben, müssen sie wieder zum Ausgangspunkt zurück laufen, wo sie das nächste Symbol erhalten. Dadurch wird die Laufstrecke erweitert. Im Gelände (Halle, etc.) werden z. B. 20 nummerierte Kärtchen ungeordnet an Gegenständen oder Wänden angebracht. Auf der Rückseite der Kärtchen sind Bewe-

gungsaufgaben, Rechenaufgaben etc. aufgezeichnet, die von den Kindern gelöst werden müssen.

Pilze sammeln

Verschiedene „Pilzarten“ (Bierdeckel, Wäscheklammern, Stoffreste o. Ä.) werden auf einer Spielfläche verteilt und sollen in einen Behälter (Kastenteil) gebracht werden. Jeder Schüler darf immer nur einen Gegenstand transportieren. Wer hat nach 30 Sekunden die meisten „Pilze“ eingesammelt? Bei großen Klassen sollen zwei bis vier Schüler das Kastenteil schnell leeren und die Gegenstände wieder auf das Spielfeld zurücklegen (nicht werfen!).

Krankenhaus

In der Halle werden zwei Weichbodenmatten oder ähnliches ausgelegt und ein bis drei Fänger (je nach Klassenstärke) bestimmt, die „Bakterien“ spielen. Die restlichen Schüler müssen vor diesen flüchten. Wer mit diesen „Bakterien“ in Berührung kommt (berührt wird), ist krank und muss sich an den Spielfeldrand stellen. Die zuvor bereitgestellten Matten symbolisieren die „Krankenhäuser“. Dorthin werden die „Kranken“ von einem Mitspieler geführt (mit Handhaltung), um wieder gesund zu werden. Aber Vorsicht: Auch beim „Krankentransport“ kann man abgeschlagen werden. Sind alle gefangen, so haben die „Bakterien“ gesiegt. Ansonsten werden nach einer bestimmten Zeit neue „Bakterien“ bestimmt.

Fangen mit Ball

Ein Schüler ist Fänger; um das Fangen der übrigen Schüler aber zu erschweren muss der Fänger einen Ball (Basketball, Volleyball, etc.) in den Händen halten. Wird ein Schüler mit dem Ball berührt (Werfen ist nicht erlaubt) wird dieser zum Fänger usw.

Variation: Bei großen Klassen und laufstarken Schülern können auch gleichzeitig mehrere Fänger im Einsatz sein.

Seilschaft











Zwei Schüler halten eine Sprungschnur an den jeweiligen Enden (soll gespannt sein); nun versuchen sie die übrigen Mitspieler zu fangen ohne dass sie die Schnur verlieren bzw. loslassen. Schüler dürfen nur mit der Schnur berührt werden. Gefangene Schüler stellen sich an den Spielfeldrand. Welches Paar fängt in einer bestimmten Zeit die meisten Schüler?

Variation: Die gefangenen Schüler bilden ebenfalls neue Zweierseilschaften und werden zu Hilfsfängern.

Literaturangaben

- Greier, K. (2003). *Bewegte Schule – Gesunde SchülerInnen. Bewegungserziehung*, 57 (4), 12-16.
 Müller, Ch. (2001). *Konditionelle Schulung – ein Thema für den Schulsport der Grundschule?* *Sportpraxis*, 42 (4), 6-11.
 Lang, H. (2009) *Fang- und Bewegungsspiele – aktiv – intensiv – koedukativ*. Schorndorf: Hofmann-Verlag.

Abb. 1:
Ein vom Autor entworfenes Arbeitsblatt für einen Orientierungslauf

Orientierungslauf			
Name/Gruppe:			
Station	Bestätigung	Station	Bestätigung
			
			
			
			
			

Laufspiele/Orientierungslauf Kopiervorlage