

Inhalt

Vorwort.....	7
Aufwärm- und Koordinationsspiele (HELMUT ROSENFELDER/WALTRAUD ROSENFELDER)	11
Laufspiele (KLAUS MOOSMANN)	35
Fangspiele (HELMUT ROSENFELDER / WALTRAUD ROSENFELDER).....	59
Spiele mit dem Ball (ALBRECHT BINDER / KLAUS MOOSMANN)	81
Mannschaftsspiele mit dem Ball (KLAUS MOOSMANN)	103
Tanz- und Musikspiele (BRIGITTE SCHILLER)	125
Kleine Rückschlagsspiele (FRIEDER GUGGOLZ)	143
Staffelspiele (KLAUS MOOSMANN)	163
Ring- und Raufspiele (SARAH TRÄNKLE)	185
Wahrnehmungs-, Erlebnis- und Kooperationsspiele (ALBRECHT BINDER)	207
Kleine Spiele im Wasser (WINFRIED ABT)	229
Kleine Spiele im Gelände (HELMUT ROSENFELDER/WALTRAUD ROSENFELDER)	251
Spiele in Eis und Schnee (ALBRECHT BINDER)	277
Pausenhof- und Freizeitspiele (ALBRECHT BINDER/KLAUS MOOSMANN)	297
Anhang Turnierspielformen (KLAUS MOOSMANN)	321
Literatur	341
Register	345

Vorwort

Kaum jemand bestreitet ernsthaft die Bedeutung von Kleinen Spielen, also den, häufig nicht kodifizierten Bewegungsspielen unterhalb der großen Mannschafts- und Sportspielen, für die körperliche und geistige Entwicklung von Kindern und Jugendlichen. Doch die Attraktivität der „Innenspielräume“ wie Kinder- und Wohnzimmer hat durch die Ausstattung mit verschiedenen Multimediageräten (Fernseher, DVD- Player, Computer, Spielkonsolen etc.) enorm zugenommen, während parallel dazu die „Außenspielwelt“ mit ihren Bolzplätzen, Hinterhöfen, Sandkästen und Spielplätzen nicht nur an räumlicher Ausdehnung, sondern auch an Anziehungskraft verloren hat. Die Räume für Kleine Spiele werden enger und seltener.

Der Rückgang einer „Straßenspielkultur“, des gemeinsamen Straßenspiels als „wichtigste und intensivste Freizeitnutzung“ (vgl. SCHMIDT 2006, 8 ff.) wirkt sich negativ auf die motorische Entwicklung aus. So fehlen oft grundlegende Primärerfahrungen, die koordinativen und konditionellen Fähigkeiten sowie Fertigkeiten sind schlecht entwickelt, ein Spiel- und Regelverständnis ist nicht vorhanden. Soziale und emotionale Kompetenz sind nur gering ausgeprägt, Adipositas und Übergewicht drohen.

Wir können die allgemeinen gesellschaftlichen Entwicklungen mit ihren Auswirkungen auf das motorische Können und das soziale Verhalten nicht zurückdrängen oder ignorieren, sondern müssen uns den Gegebenheiten stellen. Vielfältige und abwechslungsreiche Bewegungsanreize zu setzen sind dabei eine Möglichkeit, negativen Trends entgegen zu wirken.

Ganztageschulen, Turn- und Sportvereine, Jugendgruppen, Kinderturn- und Sportschulen, Fitness-Center und andere Einrichtungen bieten vielfältige Chancen, um den Spiel- und Bewegungsdrang unserer Kinder zu wecken und ihm gerecht zu werden. Nach Schmidt betrachten immer noch 78% unserer Kinder Sport als liebstes Freizeit-Hobby, 63% Sport als bevorzugtes Schulfach und 52% sind bereits im Alter von vier bis zehn Jahren Mitglied in einem Sportverein (vgl. Schmidt 2003; Schmidt & Süßenbach 2003).

Spielen und Lernen vollziehen sich in der kindlichen Entwicklung gemeinsam. Durch das Spiel werden kindliches Lernen und kindliche Lebenserfahrung geprägt (vgl. Flitner 1980, 9). Zahlreiche neuere Veröffentlichungen belegen zudem die Bedeutung körperlicher Aktivität für die psychische und kognitive Entwicklung im Kindesalter. So konnte ein Team um Manfred Spitzer (Universität Ulm) nachweisen, dass „Sport das Gehirn effektiver macht.“ Auch eine Studie von Volcker-Rehage (2004) untermauert dies: „Motorisch besser ausgebildete Kinder zeigten eine bessere Testleistung im POD“ (POD meint „Prüfung der optischen Differenzierungsfähigkeit“) (Deutsche Zeitschrift für Sportmedizin, 56 (2005), 10, 358).

Kleine Spiele sind für das Bewegungsbedürfnis von Kindern und Jugendlichen immens wichtig. Denn außer Spaß und Freude an der Bewegung sammeln die Kinder und Jugendlichen hier „nebenbei“ vielfältige Lernerfahrungen. So werden die koordinativen und konditionellen Fähigkeiten sowie die motorischen Fertigkeiten geschult, einfache technische und taktische Verhaltensweisen eingeübt und ein grundlegendes Regelbewusstsein entwickelt. Die Kinder und Jugendlichen sammeln Erfahrungen mit dem eigenen Körper, dem Partner, der Gruppe und verschiedenen Materialien, verbessern die kognitiven Fähigkeiten und gewinnen im Spiel wichtige soziale Erfahrungen. Bernhard Bueb, der ehemaliger Leiter der Internats Salem, fordert gar: „Das Spiel muss im Mittelpunkt des Sportunterrichts stehen!“

Welchen Anforderungen sollen die Kleinen Spiele entsprechen?

Nach unserer Meinung sollen sie

- Spaß und Freude bereiten,
- Selbst-, Partner- und Gruppenerfahrungen anbieten,
- verschiedene Materialerfahrungen ermöglichen,

- einen Spielgedanken beinhalten, der sportliche Anstrengung sowie, wenn möglich, soziales Miteinander einfordert, und
- gegebenenfalls von einem „Wettkampfgedanken“ geprägt sein.

Selbstverständlich müssen die Kleinen Spiele dem Entwicklungsstand bezüglich Alter und Leistungsvermögen der Gruppe entsprechen, was sich besonders in den Anforderungen an die notwendigen Vorerfahrungen (Hüpfen, Klettern, Springen, Laufen), den Fähigkeiten (Orientierungsfähigkeit, Kopplungsfähigkeit usw.) und Fertigkeiten (Werfen, Fangen, Prellen, Schießen, Stoßen, Passen) sowie der Komplexität der Regeln zeigt.

Unser primäres Anliegen ist es, Ihnen in diesem Praxisbuch die Kleinen Spiele so anzubieten, dass Sie diese ohne große Mühen und Vorbereitung im Alltag einsetzen können.

Bei aller Willkürlichkeit haben wir uns bemüht, die über 400 Kleinen Spiele in bestimmten Kapiteln zu sammeln, die wiederum wie folgt gegliedert sind.

Im ersten Bereich finden Sie Spiele, die sich besonders für den Einstieg in die Sportstunde eignen. Dazu zählen wir:

- Aufwärm- und Koordinationsspiele
- Laufspiele
- Fangspiele
- Spiele mit dem Ball

Im zweiten Bereich sind Spiele aufgeführt, die den Mittelpunkt einer Trainingseinheit bestimmen können:

- Mannschaftsspiele mit dem Ball
- Tanz- und Musikspiele
- Kleine Rückschlagspiele
- Staffelspiele
- Ring- und Raufspiele

Einen dritten Bereich bilden Spiele, die einen besonderen Schwerpunkt (Erlebnis, Wahrnehmung, Kooperation) setzen oder eine besondere Umgebung (Schwimmbad, Gelände) voraussetzen:

- Wahrnehmungs-, Erlebnis- und Kooperationsspiele
- Kleine Spiele im Wasser
- Kleine Spiele im Gelände

Abschließend sind Spiele gelistet, die besonders bei außerschulischen und außerunterrichtlichen Aktivitäten eine große Bedeutung haben können:

- Spiele in Eis und Schnee
- Pausenhof- und Freizeitspiele

Einen Bereich für sich bilden schließlich die Turnierspielformen im Anhang. Mit ihrer Hilfe lassen sich die Kleinen Spiele in attraktive Turniere kleiden, die einen Höhepunkt im Schul- und Vereinsalltag bilden.

Innerhalb eines Kapitels sind die Spiele nach einer kurzen Einführung mit steigender Komplexität und Anforderung angeordnet:

Bei den einfachen Spielen werden z.B. keine oder nur wenige Geräte benötigt. Bei den anspruchsvolleren Spielen wird ein Mindestmaß an technischen Fertigkeiten und taktischen Vorgehensverfahren (Fangen, Werfen, Freilaufen etc.) verlangt und ist eventuell eine Anpassung an den Partner und das Gerät notwendig. Bei den komplexen Spielen werden erhöhte Anforderungen an das technische und taktische Leistungsvermögen der Spieler gestellt.

Für die schnelle Orientierung wird mit verschiedenen Piktogrammen gearbeitet:

	Einzelspiel		Spielort Schwimmbad
	Paarspiel		Ziele/Schwerpunkt
	Gruppenspiel		Benötigte Geräte/Materialien
	Spielort Halle		Spielorganisation
	Spielort Sportplatz		Spielidee
	Spielort Freigelände/Natur		Wichtig/Achtung (Hinweise zu Methodik und Sicherheit)
	Spielort Pausenhof		

Im Anhang des Buches erleichtert Ihnen ein alphabetisches Register mit übergeordneten Schwerpunkten das gezielte Finden von Spielformen.

Wenn wegen der Lesbarkeit nur von Spielern gesprochen wird, dann sind damit natürlich ebenso Spielerinnen gemeint.

Danken möchten wir dem Verleger des Limpert Verlages, Gerhard Stahl, der diese Spielesammlung ermöglicht hat, Frau Kasia Sander für die wunderbaren Zeichnungen und unserem Lektor Christian Becker für seine stets kompetente und konstruktive Begleitung des Projektes.

Im Namen des Autorenteam
Klaus Moosmann (Hrsg.)

Ravensburg, im Herbst 2008

Das Autorenteam

Winfried Abt ist Akademischer Oberrat an der Pädagogischen Hochschule Weingarten. Im Fach Sport ist er unter anderem für die methodisch-didaktische Ausbildung im Schwimmen und als DLRG-Lehrscheininhaber für das Rettungsschwimmen zuständig.

Albrecht Binder ist Schulleiter an der Haupt- und Realschule. Daneben ist er in der in der Lehreraus- und fortbildung sowie als Trainer und Fortbildner im Sportspielbereich aktiv. Er ist DSV-Skilehrer und Bergbegeisterter und führt seit vielen Jahren Projekte im erlebnispädagogischen Bereich durch.

Frieder Guggolz ist Fachleiter am Seminar Meckenbeuren und bildet auch Sportlehrer und Sportlehrerinnen aus. Er unterrichtet Sport an der Schule, war viele Jahre in der Trainerausbildung tätig, trainiert verschiedene Volleyballmannschaften im Jugend- und Erwachsenenbereich.

Klaus Moosmann ist Schulrat am Staatlichen Schulamt Markdorf und Lehrbeauftragter der PH Weingarten für das Fach Sport. Er ist C-Lizenzinhaber des Württembergischen Fußballverbandes und im Verband und in der Lehrerfortbildung als Referent und Fortbildner tätig. Im Limpert Verlag sind von ihm die Bücher „Kleine Aufwärmspiele“ und „Erfolgreiche Koordinationsspiele“ erschienen.

Helmut Rosenfelder ist Lehrer an einer Grund- und Hauptschule und unterrichtet unter anderem das Fach Sport. Außerdem ist er als Mentor im Fach Sport in der Lehrerbildung an seiner Schule tätig. Als Leichtathletiktrainer trainiert er Grundschüler auf spielerische Art und Weise.

Waltraud Rosenfelder ist Lehrerin und Ausbildungslehrerin an einer Realschule für Mathematik und Sport. Außerdem ist sie als Leichtathletiktrainerin im Verein im Schüler-, Jugend- und Aktivenbereich seit vielen Jahren erfolgreich tätig.

Brigitte Schiller ist Sport- und Tanzpädagogin. Sie unterrichtet Sport an einer Grundschule und ist Ausbildungslehrerin an der PH Weingarten. Darüber hinaus bildet sie Lehrer und Übungsleiter im Bereich Tanzen fort und ist selbst als Übungsleiterin in einem Verein tätig.

Sarah Tränkle unterrichtet an einer Grund- und Hauptschule unter anderem das Fach Sport. Darüber hinaus besitzt sie in der Kampfsportart Ringen einen C-Lizenz-Übungsleiterschein und ist im Verein als Trainerin tätig. Sie wurde mehrmals Deutsche Meisterin im Ringen und 2000 sogar Welt- und Europameisterin bei den Juniorinnen.

Aufwärm- und Koordinations- spiele



Spiele mit verstärkt koordinativem Charakter sind für alle Altersgruppen besonders gut zum Aufwärmen geeignet, da sie in idealer Weise auf die nachfolgenden sportlichen Belastungen und Beanspruchungen vorbereiten und die allgemeine organische, aber auch koordinative und psychische Leistungsbereitschaft optimieren (vgl. den Artikel „Aufwärmen“ in RÖTHIG / PROHL 2003). Sie dienen damit zusätzlich der Verletzungsprophylaxe. Zudem können sie in der Folge zu Fangspielen oder Staffelformen ausgebaut werden (s. die jeweiligen Variationen), so dass Sportstunden „aus einem Guss“ entstehen.

Bei der Auswahl der Spiele in diesem Kapitel wurde darauf geachtet, dass sich möglichst alle Spieler von Anfang an in gemäßigten Formen bewegen, so dass es zu keinen Überlastungen zu Beginn der Stunde kommen kann. Außerdem werden Materialien und Medien verwendet, die in jeder Sporthalle anzutreffen und zudem leicht auf-, um- bzw. abzubauen sind.

Allein durch deren Anordnung in Reihen, Linien, Kreisen sowie durch die Kombination mehrerer Kleingeräte wie Matten und Bänke ergeben sich immer neue Möglichkeiten der Bewegungsgestaltung. Verpackt der Spielleiter dieses Hallenbild in eine Spielidee und gibt dem ganzen einen ansprechenden Namen, sind die Spieler leicht zu kreativen und eigenständigen Bewegungslösungen zu motivieren. Sie können im gestalteten, vorgegebenen Rahmen zu vielfältigen eigenen Bewegungsentwürfen gelangen, können bei offen gestellten Bewegungsaufgaben experimentieren, neue Bewegungen erfinden bzw. bekannte in origineller Form aneinander koppeln.

Damit sind diese Spiele in hohem Maße geeignet, die relevanten koordinativen Fähigkeiten wie Gleichgewichts-, Reaktions-, Rhythmisierungs-, räumliche Orientierungs- und kinästhetische Differenzierungsfähigkeit zu entwickeln.