

## **Kleine Spiele – Große Wirkung**

Sie haben das Skript „Kleine Spiele – Große Wirkung“ vor sich. Das Skript beinhaltet einen kurzen Part zur Einteilung und Zielen von Kleinen Spielen sowie eine Vielzahl an Praxisübungen inkl. der Spielanleitung und verwendeten Produkte.

Viel Spaß bei der Umsetzung!

Ihr Sport-Thieme Team

### **Ziele der Kleinen Spiele – Aus- und Weiterbildung von ...**

- ... koordinativen & konditionellen Fähigkeiten
- ... motorischen Fertigkeiten
- ... Technik & Taktik

*Aber auch ...*

- ... Spaß und Abwechslung
- ... viel Bewegung
- ... Sozialisation

### **Mögliche Einteilung der Kleinen Spiele**

- Kennenlern-
- Aufwärm-
- Fang- / Lauf- / Staffel-
- Spiele mit Ball
- Mannschafts-
- Rückschlag-
- Ringen & Raufen
- Erlebnis- & Kooperation
- Outdoor (Gelände / Wasser / Eis)
- Pausenhof- / Freizeit- / Kindergeburtstag
- Tanz- & Musik

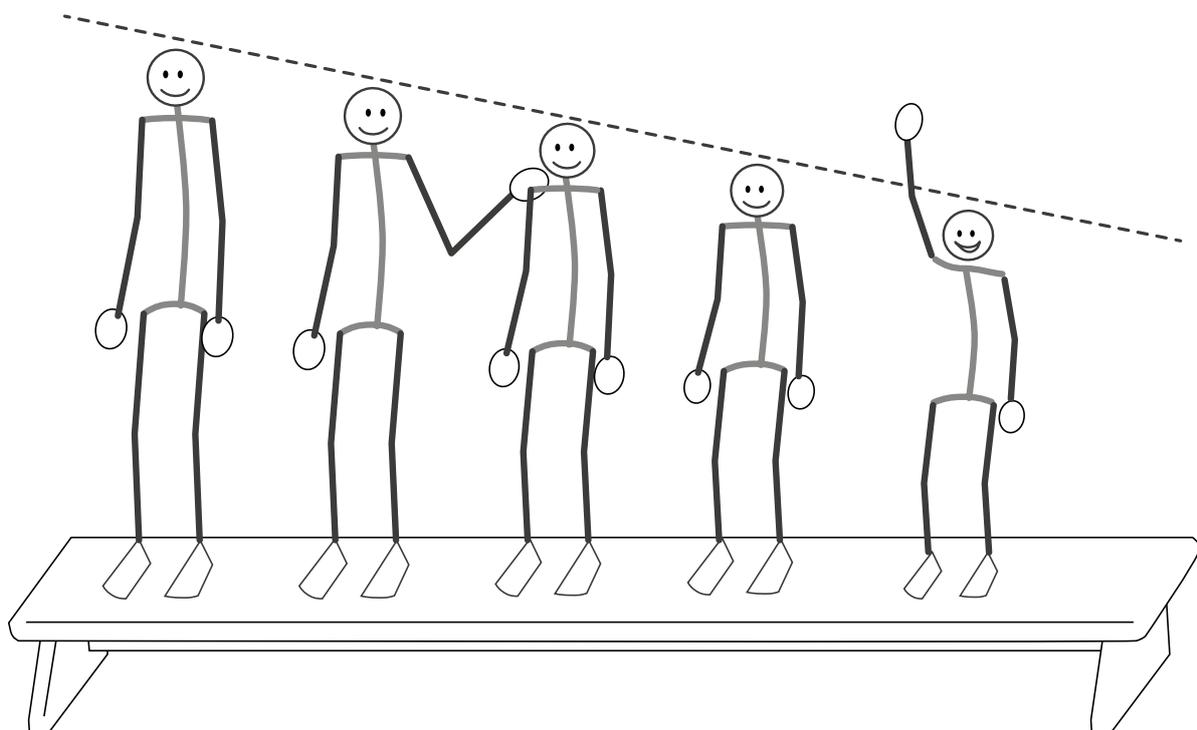
## Sortierbalken

### Spielanleitung:

Auf einer Turnbank stehen alle Spieler in einer Reihe. Auf Ansage müssen sie sich nun entsprechend der Anweisung sortieren, ohne die Turnbank zu verlassen. Beispiele: Körpergröße, Namen im Alphabet, Schuhgröße, Alter.

Bereich	Kennenlernspiele
Ziel	Einstimmung & Kennenlernen
Zeit	Pro Durchgang ca. 2 Minuten
Spieler	Alle zusammen (10–30 Spieler)
Material	2 Turnbänke á 4 m
Spielfeld	Auf der Mittellinie
Variation	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Untergrund verändern</li> <li>- Aufgabe verändern</li> <li>- z. B. nach Größe, Alter, ... sortieren</li> <li>- Aufgabe erschweren: z. B. nicht reden</li> </ul>

Sport-Thieme® Turnbank „Original“	111218435
Sport-Thieme® Ziehtau	111249226 

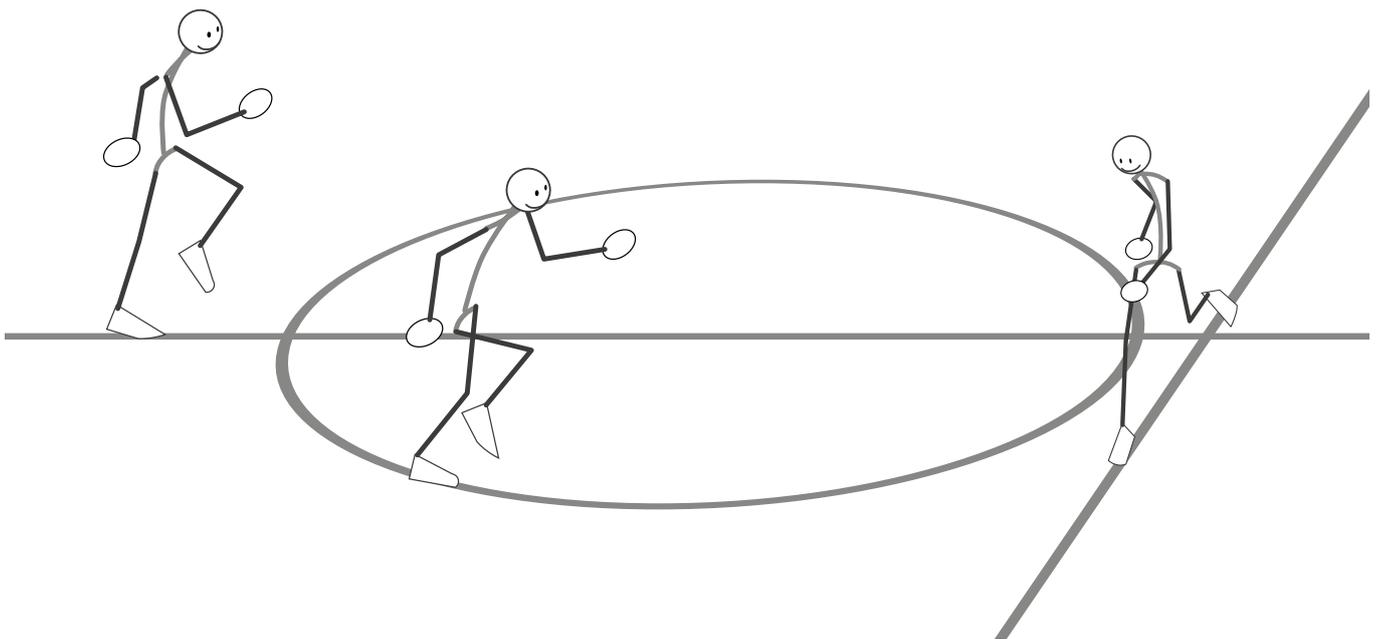


## Linienlauf

### Spielanleitung:

Die Spieler dürfen sich nur auf den Markierungslinien bewegen. Jede Farbe verlangt eine andere Fortbewegungsart. Schwarz: Hopselauf; Rot: Anfersen; Weiß: normal; Blau: rückwärts usw. Begegnen sich zwei Spieler, dann klatschen diese sich kurz ab.

Bereich	Aufwärmspiele
Ziel	Aufwärmen
Zeit	Pro Runde 2 Minuten
Spieler	Erst einzeln, später paarweise
Material	Evtl. Hütchen & Stangen
Spielfeld	Gesamte Halle
Variation	- einzeln mit Ball dribbeln - mit Partner: z. B. Vordermann gibt Bewegung und Richtung vor z. B. Hintermann gibt Richtung mit Schulterklopfen vor z. B. bei Kindern mit Reifen als Kutsche oder Rollbrett



**Fahrschule**

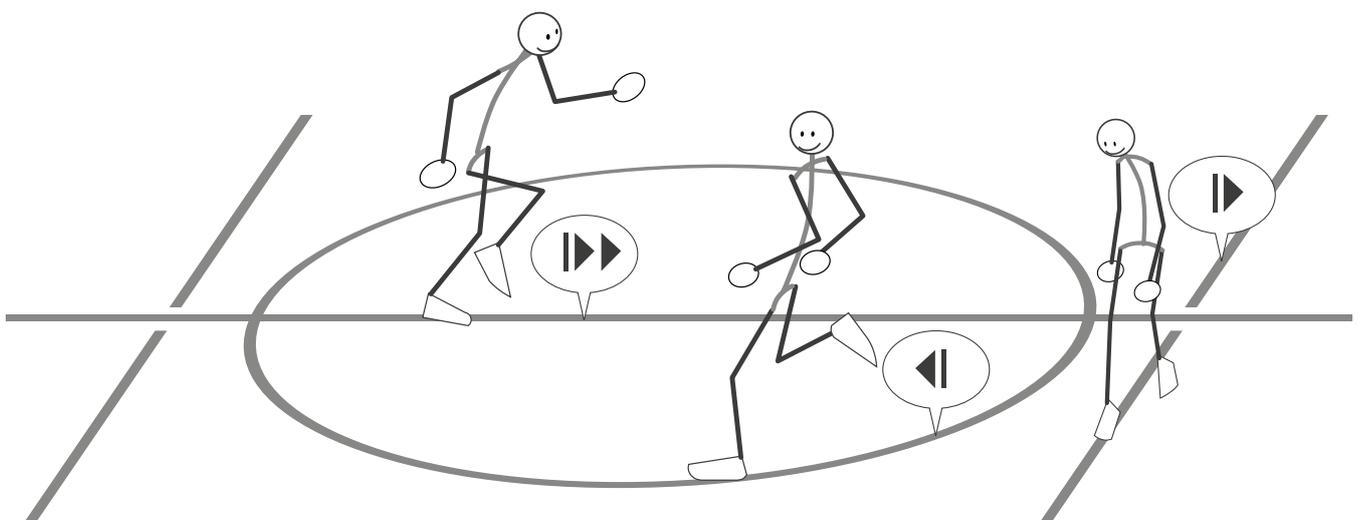
**Spielanleitung:**

Es wird ein Spielfeld mit Linien eingezeichnet. Alle Spieler bewegen sich auf den Linien wie auf Straßen. Dabei sind die langen geraden Linien Autobahnen, auf denen schnell, also im dritten Gang, gefahren werden darf. Auf den gebogenen Linien muss rückwärts gefahren werden; auf kurzen „innerstädtischen“ Linien/Straßen muss langsam, also im zweiten Gang gefahren werden. Die Spieler schalten durchaus geräuschvoll in die verschiedenen Gänge.

Bereich	Aufwärmspiele
Ziel	Koordination, Schnelligkeit
Zeit	10 Minuten
Spieler	Variabel
Material	Klebestreifen
Spielfeld	Beklebbarer Untergrund
Variation	Schlaglöcher z. B. Hopslerlauf auf Linien

**Hinweis:**

Verabredete Verkehrsregeln beachten, z. B. an den Kreuzungen gilt Rechts vor Links! Vorsicht an den Kreuzungen.



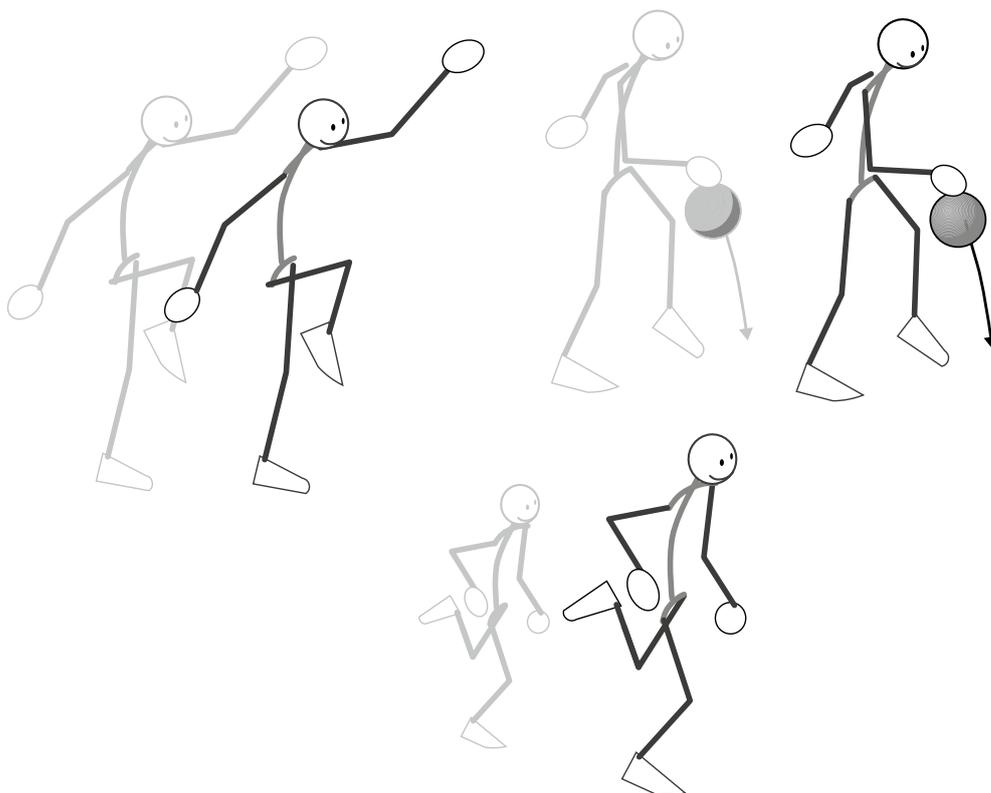
**Schattenlaufen**

Spielanleitung:

Die Spieler laufen paarweise durcheinander. Der Vordere gibt die Bewegungen vor und der „Schatten“ ahmt diese nach. Auf Kommando des Spielleiters wechseln die Rollen.

Bereich	Aufwärmspiele
Ziel	Ausdauer, Reaktionsfähigkeit
Zeit	5 Minuten
Spieler	Paare bilden
Material	–
Spielfeld	Freie Fläche
Variation	<ul style="list-style-type: none"> <li>- In Dreiergruppen laufen</li> <li>- Bälle verwenden, die geprellt, gedribbelt werden</li> <li>- Hindernisse (Langbänke, Matten...) einbauen</li> <li>- Beide Spieler halten sich an den Händen</li> </ul>

Sport-Thieme® Hochglänzender Gymnastikball „300“	112642071
Sport-Thieme® Turnbank „Original“	111218435
Sport-Thieme® Kinder-Leichtturnmatte	112724007



**Roboter sind unterwegs**

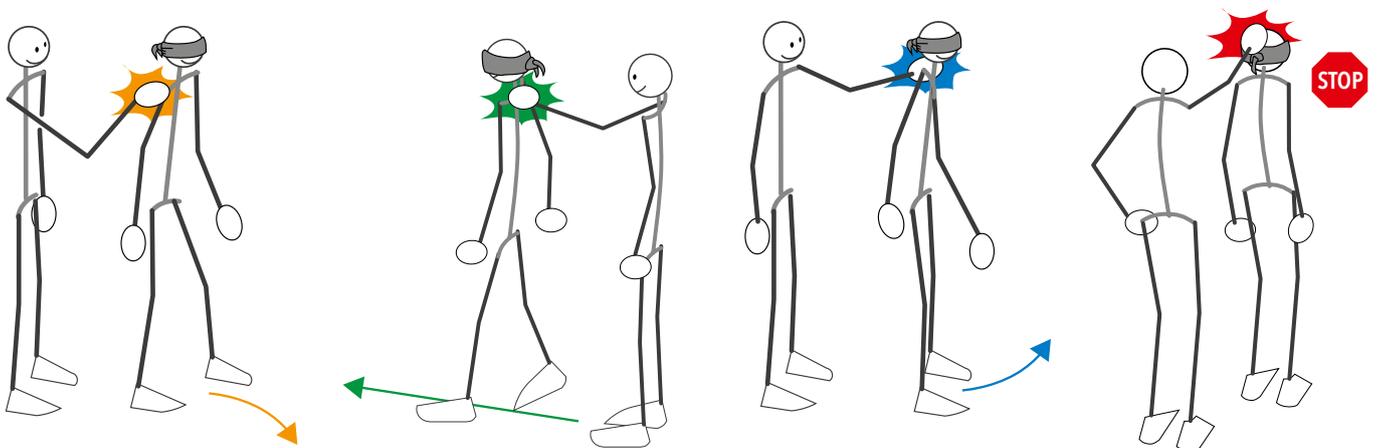
**Spielanleitung:**

Zwei Partner stehen hintereinander, der vordere Spieler ist der Roboter, der hintere ist der Programmierer. Der Roboter wird durch leichte Berührungen auf Rücken, Schultern und Kopf gelenkt: Schulter links – nach links; Schulter rechts – nach rechts; Rücken – geradeaus; Kopf-Stopp. Bei mehrmaliger Berührung die entsprechende Bewegung etwas schneller oder in größerem Umfang ausführen. Der Roboter hat bei dem Spiel allerdings die Augen verbunden, so dass er voll und ganz auf die taktilen Signale des Partners angewiesen ist. Alle Paare bewegen sich gleichzeitig im Spielfeld.

Bereich	Aufwärmspiele
Ziel	Vertrauen, Antizipation
Zeit	10 Minuten
Spieler	4–44 Spieler, gerade Spielerzahl
Material	Augenbinden, abgeklebte Schwimmbrillen oder Augenklappen
Spielfeld	Freie Fläche
Variation	- Bei unerfahrenen Gruppen zunächst mit offenen Augen spielen - In langsamem Tempo auf großer Spielfläche beginnen, dann erst steigern

**Hinweis:**

Der Spieler mit den offenen Augen lenkt den Blinden und trägt die volle Verantwortung. Leicht-sinnige Unachtsamkeiten vermeiden. Vor Spielbeginn Probelauf und Kontrolle, ob alle Spielanweisungen verstanden wurden.



**„Feuer, Wasser, Sturm“**

Spielanleitung:

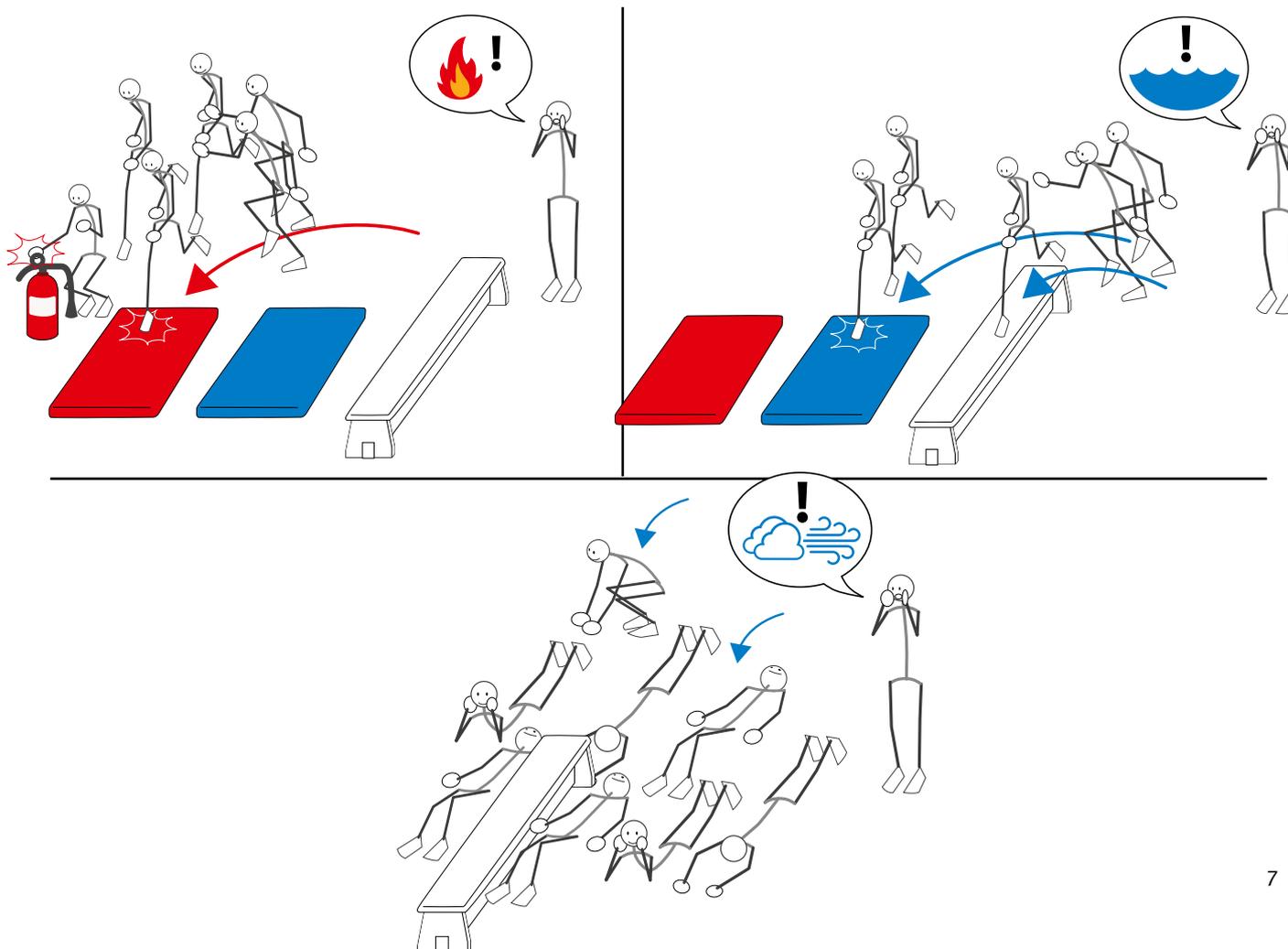
Alle Spieler bewegen sich frei in der Halle. Der Spielleiter gibt Bewegungen und Kommandos vor:

**Feuer** = auf die rote Matte oder zum Feuerlöscher

**Wasser** = auf die blaue Matte oder auf die Bank

**Sturm** = auf den Boden legen oder unter die Bank.

Bereich	Aufwärmspiele
Ziel	Reaktion, Orientierung
Zeit	5 Minuten
Spieler	Jeder Spieler für sich
Material	Bank, Sprossenwand, Matte
Spielfeld	Halbe bis gesamte Halle
Variation	- der Spielfeldgröße - der Fortbewegungsart



**Feuer-Wasser-Blitz-Stein**

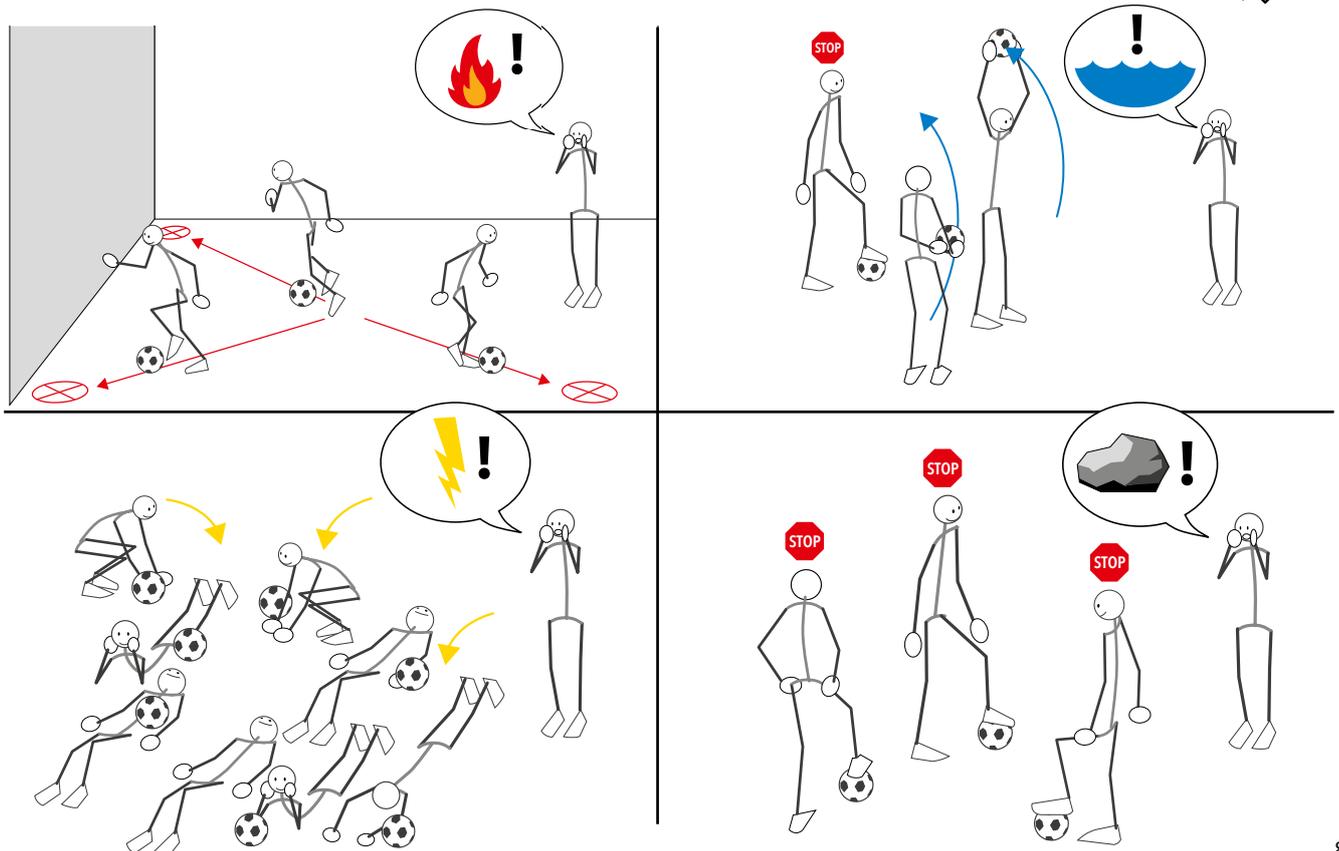
Spielanleitung:

Die Spieler dribbeln im Raum. Auf Pfiff und Kommando des Spielleiters führen die Spieler folgende Aufgaben aus:

- Feuer:** mit dem Ball am Fuß schnell in eine beliebige Ecke dribbeln.
- Wasser:** den Ball anhalten und mit beiden Händen nach oben strecken.
- Blitz:** den Ball anhalten und sich schnell flach auf den Boden legen.
- Stein:** den Ball anhalten, einen Fuß auf diesen stellen und regungslos verhalten.

Bereich	Aufwärmspiele
Ziel	Ausdauern, Dribbling, Reaktion
Zeit	10 Minuten
Spieler	Jeder Spieler für sich
Material	Bälle
Spielfeld	Halbe bis gesamte Halle
Variation	- den Ball mit der Hand prellen

Sport-Thieme® Hochglänzender Gymnastikball „300“ 112642071



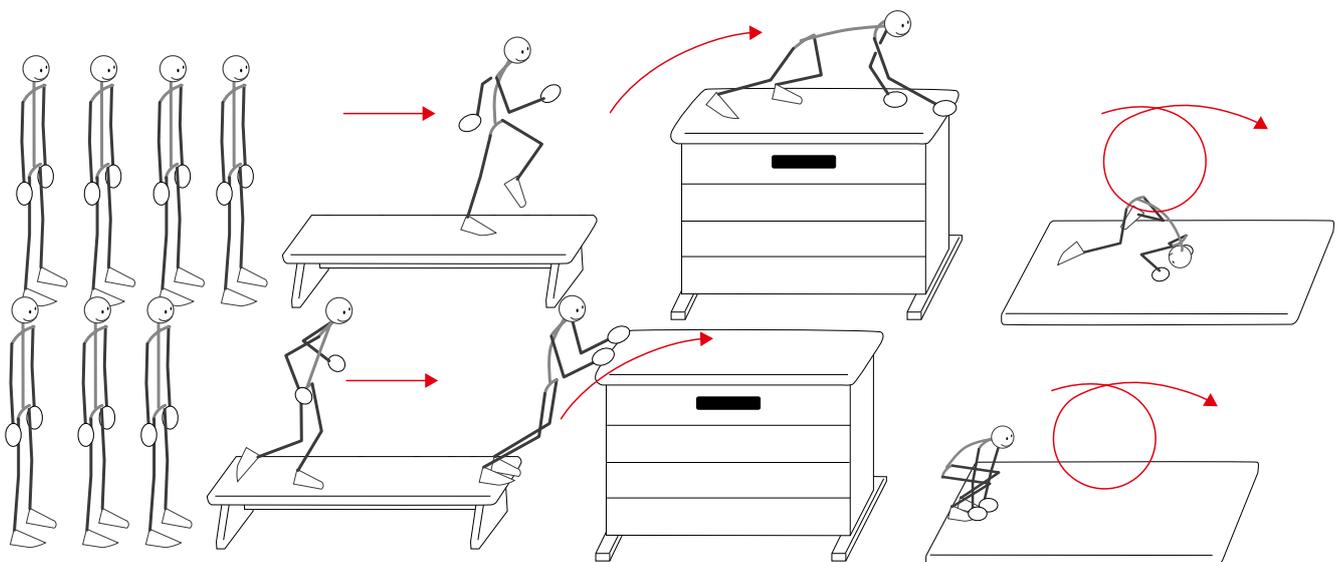
**„Wasserstege“**

Spielanleitung:

Die Teilnehmer stellen sich in zwei Reihen auf und laufen über den Fluss.

Bereich	Laufspiele
Ziel	Gleichgewicht, Turnelemente
Zeit	10–15 Minuten
Spieler	2 Staffeln à 10 Spieler, besser 4 Staffeln à 5 Spieler
Material	2 Bänke, 2 Hocker, 2 Matten
Spielfeld	Halbe Halle
Variation	<ul style="list-style-type: none"> <li>- der Hindernisse (z.B. Bank umdrehen)</li> <li>- der Fortbewegungsart bzw. Aufgabe pro Gerät</li> <li>- der Staffel (z. B. Nummernwettlauf)</li> <li>- der Aufstellung der Bänke (quer, versetzt, im Kreis)</li> </ul>

Sport-Thieme® Turnbank „Original“	111218435
Sport-Thieme® Sprungkasten „Original“ 1-teilig	111214707
Sport-Thieme® Kinder-Leichtturnmatte, 200x100x6 cm	112724401



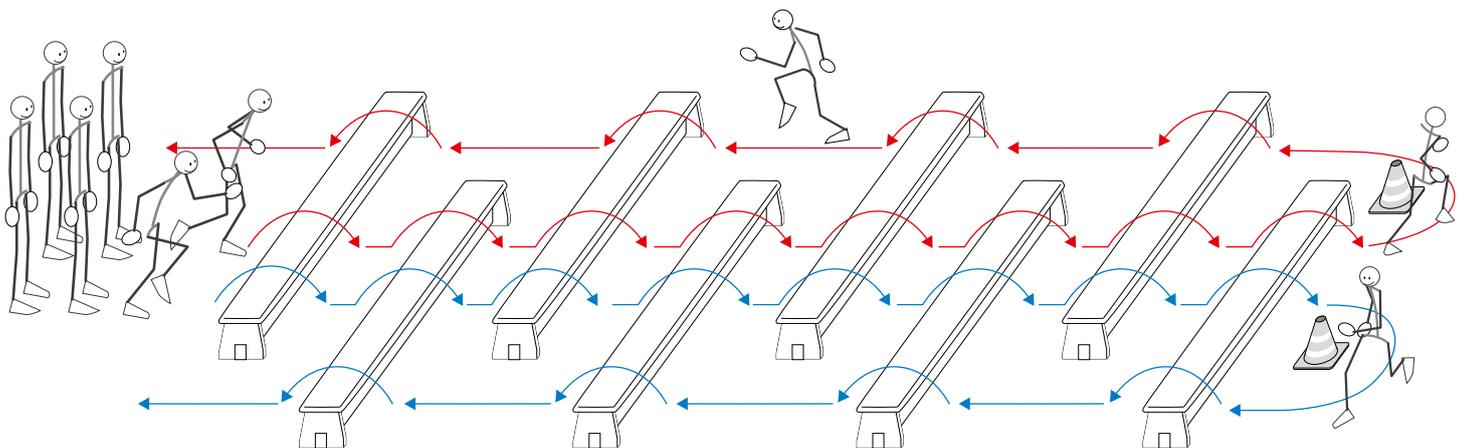
## Über die Bänke

### Spielanleitung:

Die ersten Spieler von jeder Gruppe lauen gleichzeitig los und überlaufen (evtl. auch mit Hockwende die Langbänke überwinden) auf dem Hinweg die 6 Bänke. Nach der letzten Bank biegt der rechte Spieler rechts, der linke links ab und beide laufen außen über jeweils 3 Bänke zurück. Sobald die ersten beiden Spieler die erste Bank überlaufen starten die nächsten.

Bereich	Laufspiele
Ziel	Rhythmus-Schulung, Ausdauer
Zeit	10–15 Minuten
Spieler	2 Gruppen
Material	Langbänke
Spielfeld	Freie Fläche
Variation	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Um die Laufstrecke zu verlängern werden noch Hütchen nach der Bankgasse aufgestellt, die ebenfalls umlaufen werden müssen</li> <li>- Abstände variieren</li> <li>- Die Langbänke sternförmig anordnen</li> <li>- Die Bänke nicht versetzt, sondern mit variablen Abständen aufstellen</li> </ul>

Sport-Thieme® Turnbank „Original“	111218927	☞
Markierungskegel Rot-Weiß	111301029	



**Der Holzweg**

Spielanleitung:

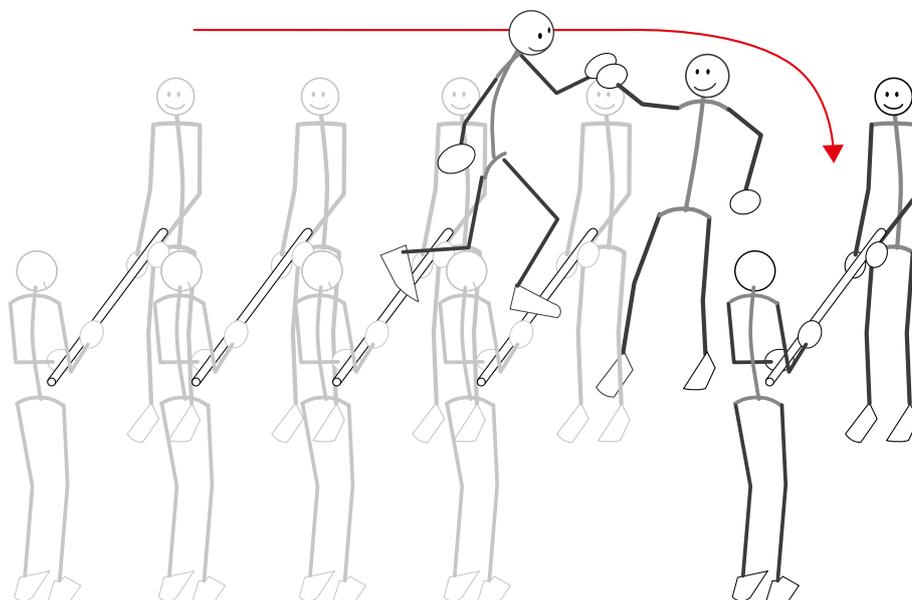
Alle Spieler knien sich paarweise gegenüber. Die Paare halten jeweils ein Holz an beiden Enden fest. Nun versucht ein Spieler, auf das erste Holz zu steigen und über alle Hölzer den ganzen Weg zu schaffen. Haben zwei Spieler den Weg überwunden, so schließen sie sich mit einem Holz hinten an und ergänzen die Laufstrecke. Der Begleiter hält ständig die Hand oder greift nur im Bedarfsfall ein.

Bereich	Laufspiele
Ziel	Kooperation, Vertrauen, Gleichgewichtsfähigkeit
Zeit	10 Minuten
Spieler	Paare
Material	Kleine Turnbank
Spielfeld	Freie Fläche
Variation	Paare untereinander tauschen

Hinweis:

Wegen der Sturzgefahr immer im Kniestand oder Halbkniestand spielen. Ein Begleiter läuft als Sicherheitsstellung mit.

Sport-Thieme® Gymnastikstab aus Buche	111265008 
---------------------------------------	---



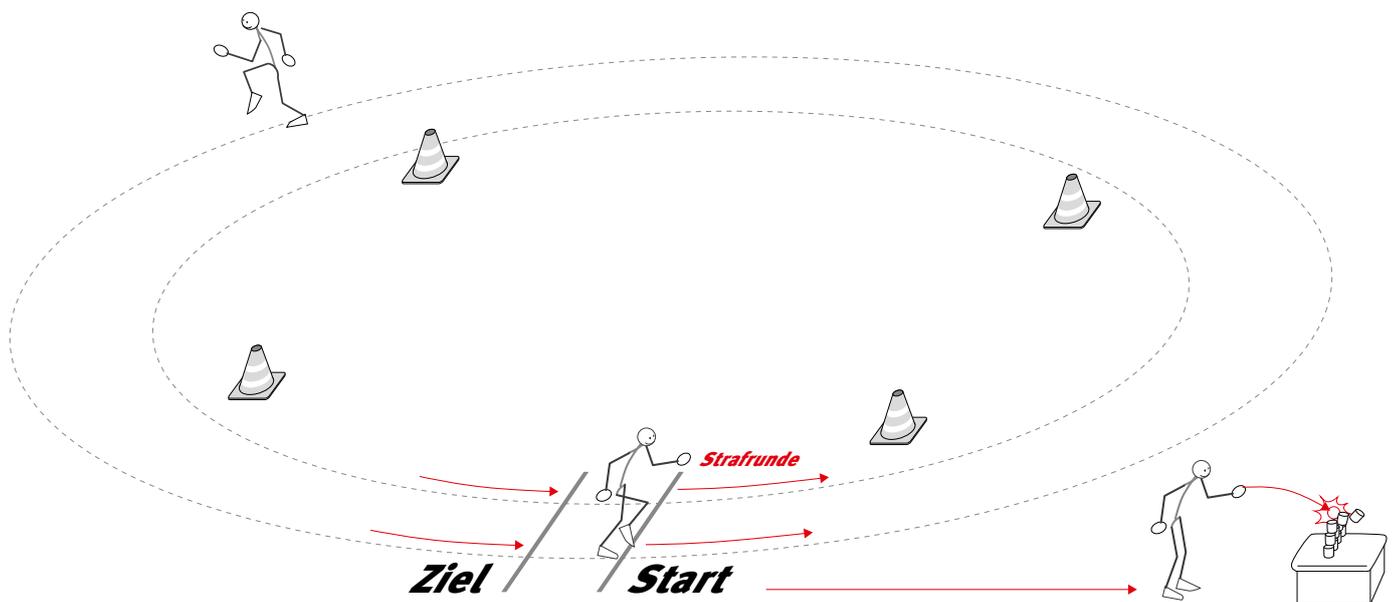
**Biathlon**

Spielanweisung:

Der erste Läufer läuft 1-3 Stadionrunden, bevor er an seiner Wurfstation 3 Hütchen mit je einem Wurf umwerfen muss. Gelingt ihm das, beginnt sofort der nächste Läufer mit seinen Laufrunden. Kommt es zu Fehlwürfen, so muss er so viele Strafrunden laufen, wie er Fehlwürfe hatte. Danach darf erst der nächste Läufer der Gruppe starten. Die Gruppe, die zuerst durch ist, hat gewonnen.

Bereich	Laufspiele
Ziel	Ausdauer & Werfen
Zeit	Bis zum Ende
Spieler	4 Teams à 5 Spieler
Material	8 Hütchen, 4 Hocker, 24 Dosen und 12 Bälle
Spielfeld	Halbe bis ganze Halle
Variation	- die Wurfart (rechts/links Arm oder auch mit Fuß)

Markierungskegel Rot-Weiß	111301032
Sport-Thieme® Sprungkasten „Original“ 1-teilig	111214707
Sport-Thieme® Hochglänzender Gymnastikball „300“	112642071
Dosenwerfen	111850606 



**Bänderhäschen**

**Spielanweisung:**

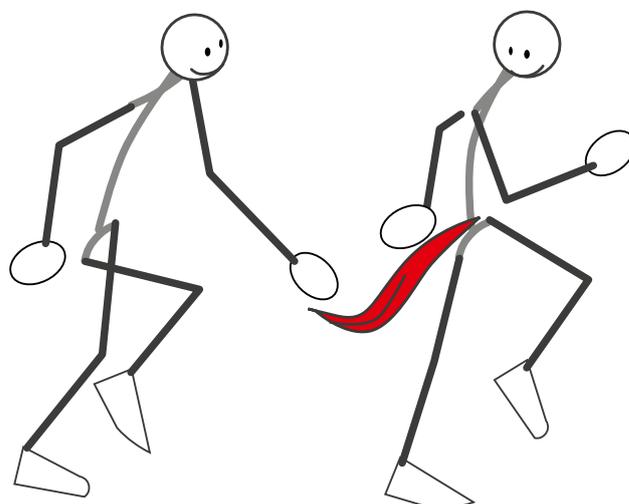
Alle Spieler haben lose auf dem Rücken ein Spielband in der Hose sichtbar stecken. Jeder Spieler ist nun bestrebt, den anderen Spielern das Band wegzunehmen, das eigene aber zu behüten. Zwei Sieger werden ermittelt: Wer bis zum Schluss sein Band behalten hat, hat gewonnen.

Bereich	Fangspiele
Ziel	Schnelligkeit & Ausdauer
Zeit	Pro Runde 2 Minuten
Spieler	Jeder gegen jeden
Material	Markierbänder
Spielfeld	Halbe Hälfte
Variation	- Spielfeldgröße - Mit Ball dribbeln - Als Mannschaftsspiel

**Hinweis:**

Das Spielband muss deutlich sichtbar aus der Hose baumeln.

Mannschaftsband	112640134
Sport-Thieme® Hochglänzender Gymnastikball „300“	112642071 



**Ball prellen und Bänder rauben**

Spielanweisung:

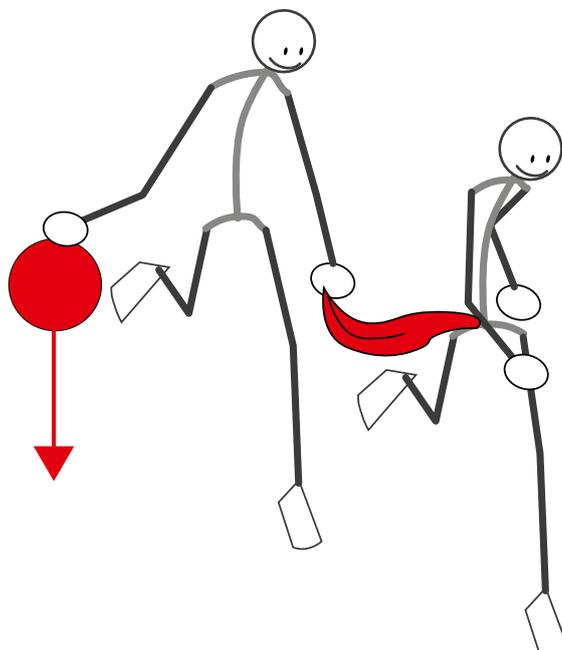
Jeder Spieler erhält einen Ball und ein Parteiband, welches so in die Hose gesteckt wird, dass noch die Hälfte herauschaut. Alle Spieler prellen ihren Ball und rauben mit der freien Hand Bänder von anderen Spielern.

Bereich	Ball-/Laufspiele
Ziel	Orientierungs- und Umstellungsfähigkeit
Zeit	1–2 Minuten
Spieler	einzel
Material	Bälle und Bänder
Spielfeld	Halbe Hallenfläche
Variation	- Wettkampf zwischen zwei Mannschaften - Den Ball mit dem Fuß führen

Hinweis:

Die Spieler dürfen sich nicht an die Wand stellen. Ein Festhalten des Bandes ist nicht erlaubt.

Mannschaftsband	112640105
Sport-Thieme® Hochglänzender Gymnastikball „300“	112642071 



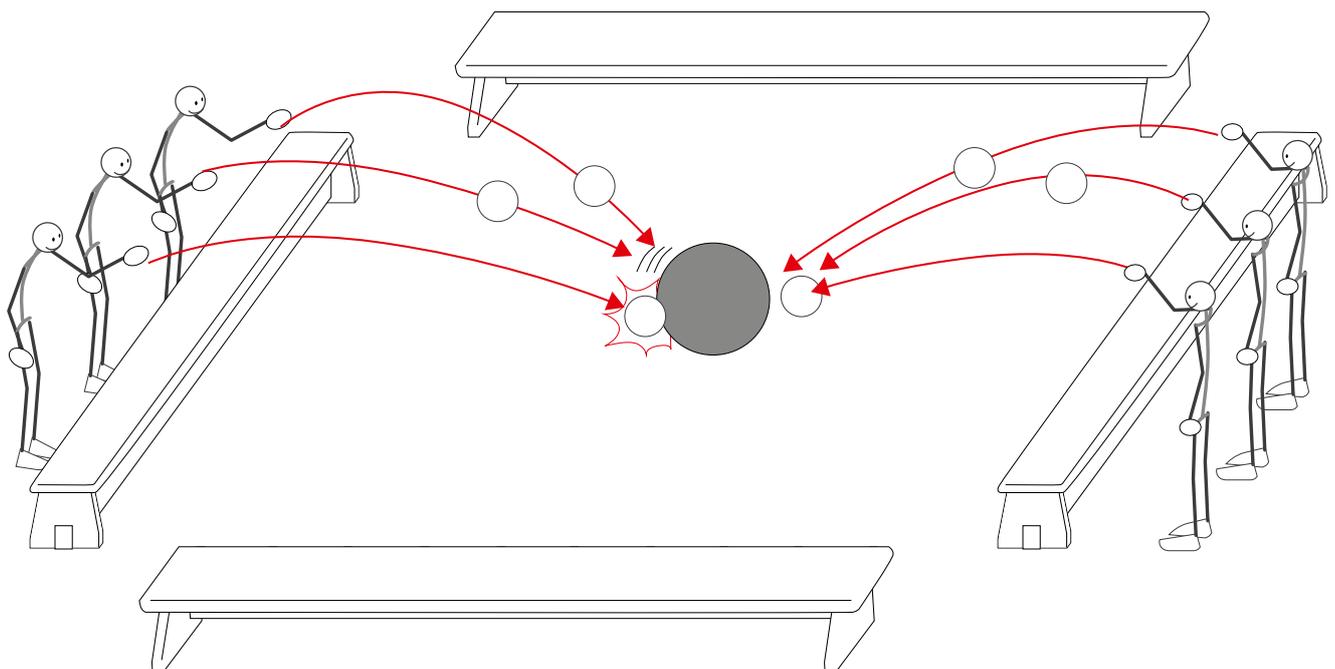
**Rollball**

Spielanweisung:

Die Bänke sind die Tore, der Medizinball wird in der Mitte platziert. Auf Signal werfen alle auf den Medizinball.

Bereich	Spiele mit Ball
Ziel	Werfen
Zeit	Pro Runde 2 Minuten
Spieler	4 Teams à 5 Spieler
Material	4 Bänke, 2 Medizinbälle, 20 Bälle
Spielfeld	Halbe Halle
Variation	- Die Spielfeldgröße - Der Ball (sowohl Ziel als auch Wurf)

Sport-Thieme® Hochglänzender Gymnastikball „300“	112642071
Sport-Thieme® Medizinball „Schwarz“	111089426
Sport-Thieme® Turnbank „Original“	111218435 

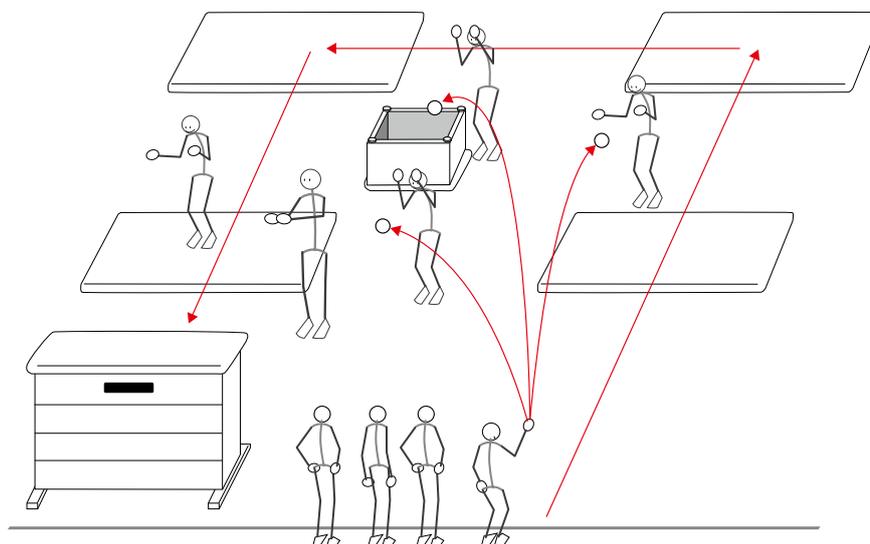


**Brennball**

Spielanweisung: Eine Gruppe wird in zwei gleichgroße Teams aufgeteilt. Ein Team bildet die Wurfmannschaft, das andere Team die Fangmannschaft. Der erste Spieler der Wurfmannschaft wirft den Ball in Spielfeld. Daraufhin muss dieser versuchen das Freimal am Ende des Parcours zu erreichen. Die Turnmatten fungieren dabei als sichere Zone, in der ein Spieler nicht verbrannt werden kann. Die Fangmannschaft muss währenddessen versuchen, den Ball möglichst schnell zum Sprungkasten zu befördern. Landet der Ball im Sprungkasten bevor ein Spieler eine Turnmatte erreicht, ist dieser Spieler „verbrannt“. Punkteverteilung: Pro erreichtem Freimal 1 Punkt, bei Durchlauf 5 Punkte. Anschließend Aufgabenwechsel

Bereich	Spiele mit Ball
Ziel	Schnelligkeit, Werfen & Fangen
Zeit	2x 5 Minuten
Spieler	2 Teams à 10 Spieler
Material	1 Kastenteil, 4 Matten, 1 Ball
Spielfeld	Halbe Halle
Variation	- die Spielfeldgröße - Laufstrecke mit Hindernissen - mit Abwerfen

Sport-Thieme® Sprungkasten „Original“ 1-teilig	111214707
Sport-Thieme® Turnmatte „Sportime“	111202003
Sport-Thieme® Schlagball/Wurfball 80 g	111080647
Sport-Thieme® Sprungkasten „Original“ 5-teilig	111214736
Sport-Thieme® Minitramp „Premium“ mit 6 mm Sprungtuch	112351302
Markierungskegel Rot-Weiß	111301032



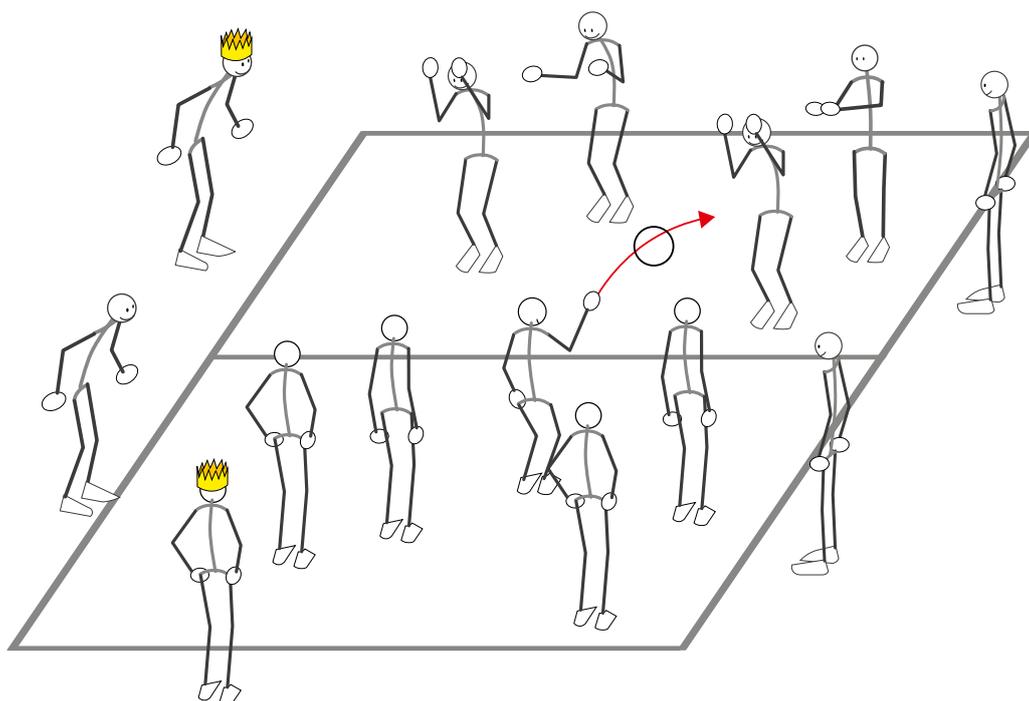
**Völkerball**

**Spielanweisung:**

Zwei Mannschaften stehen sich in einem Feld, welches durch eine Mittellinie getrennt ist, gegenüber. Wird ein Spieler von einem gegnerischen Spieler abgeworfen, so muss er das Spielfeld verlassen und sich an der Außenlinie des gegnerischen Teams platzieren. Trifft ein Außenspieler einen Spieler des gegnerischen Teams darf der Außenspieler zurück in das Spielfeld. Jedes Team bestimmt außerdem einen „König“. Der König steht außerhalb des Feldes auf der gegnerischen Seite und wird „eingewechselt“ wenn alle Spieler seines Teams getroffen wurden. Wird der König dreimal getroffen ist das Spiel vorbei.

Bereich	Spiele mit Ball
Ziel	Reaktion, Werfen & Fangen
Zeit	5–10 Minuten
Spieler	2 Teams à 10 Spieler
Material	1–2 Bälle
Spielfeld	Halbe Halle
Variation	- mit 2. Ball - mit Weichbodenmatte als Schutz

Volley® Dodgeball 111072916



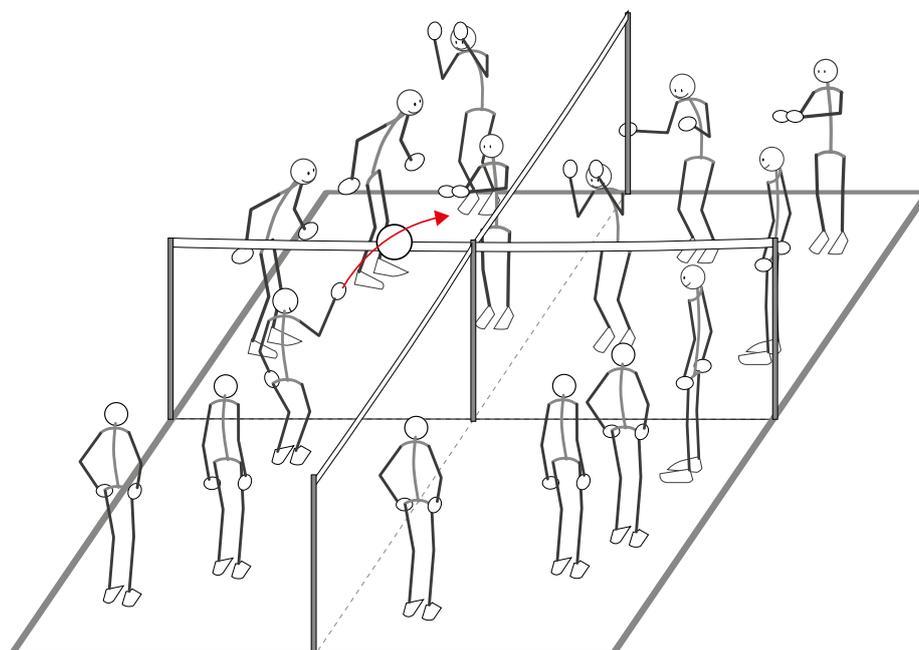
**Vier-Felder-Ball**

**Spielanweisung:**

Über ein gespanntes Netz / Band (Höhe ca. 2,50 m) wird nochmal ein Band in Längsrichtung gespannt, so dass 4 gleich große Felder entstehen. Pro großem Spielfeld spielen 4 Mannschaften mit je 2 - 4 Spielern auf vier kleinen Feldern gegeneinander. Jede Mannschaft besetzt ein Feld. Eine Mannschaft erzielt einen Punkt, wenn sie es schafft, dass der Ball im gegnerischen Feld den Boden berührt. Pro Spielfeld wird mit einem Volleyball gespielt, so dass insgesamt 4 Bälle im Spiel sind.

Bereich	Rückschlagspiel
Ziel	Reaktion, Werfen & Fangen
Zeit	Bis 5 Minuten
Spieler	4 Teams à 5 Spieler
Material	2 Leinen, 4 Bälle
Spielfeld	Halbe Halle
Variation	- die Ballart - nach Volleyballregeln

Sport-Thieme® Volleyball „School“	111082119
Volleyball Turniernetz DVV 1 mit Umlenkrolle	111158407 



## Über die Linie ziehen

Spielanweisung:

Es werden Paare gebildet, die sich gegenüber einer Linie aufstellen. Die Paare geben sich jeweils die rechte Hand (wie beim Armdrücken). Auf ein Startsignal versuchen sie, ihren Partner über die Linie auf ihre Seite zu ziehen. Hat das ein Spieler geschafft, gibt es einen Punkt.

Bereich	Ringen & Raufen
Ziel	Kraft, Schnelligkeit & Reaktion
Zeit	5 Minuten
Spieler	jeweils Paare
Material	Evtl. Turnmatten
Spielfeld	Mittellinie
Variation	- mit der linken Hand / beide Hände - im Liegestütz - als Mannschaft Tauziehen bzw. Mattenschieben



## Mattenschieben

### Spielanweisung:

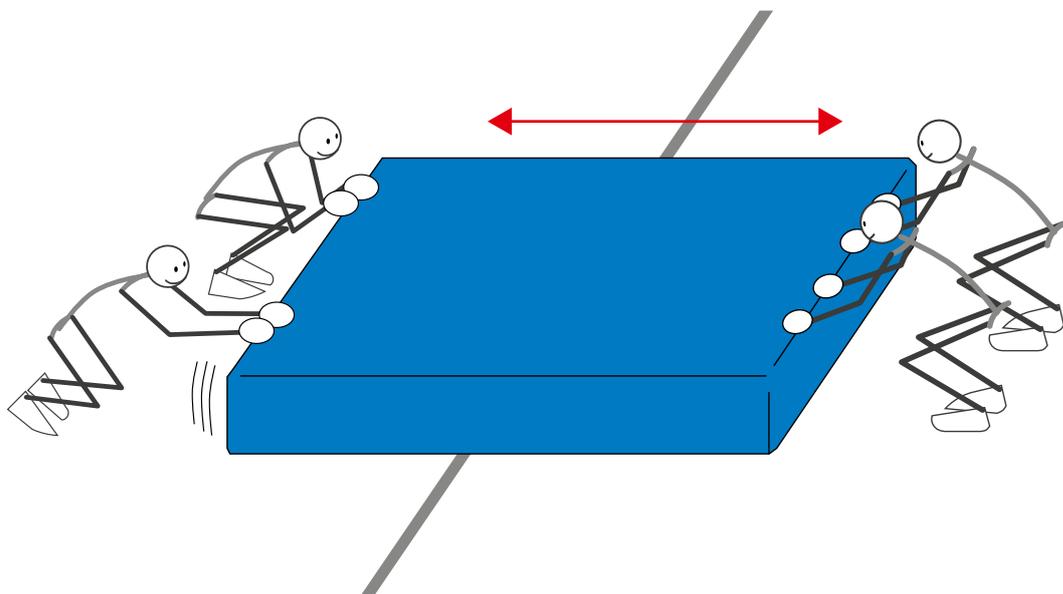
Es werden 2 Mannschaften (4–6 Spieler) gebildet. Auf der Mittellinie der Halle liegt eine Weichbodenmatte. Die Mannschaften stellen sich jeweils am Rand der Weichbodenmatte gegenüber auf. Wer die Matte auf die gegnerische Seite schiebt gewinnt.

Bereich	Kraft
Ziel	Reaktionsfähigkeit, Kraft
Zeit	3 Runden
Spieler	4–6 Spieler pro Mannschaft
Material	Weichbodenmatte
Spielfeld	Ganze Halle
Variation	Die Matte darf auch mit den Füßen, den Beinen und dem Rücken geschoben werden.

### Hinweis:

Die Matte darf bei der Grundübung nur mit den Händen geschoben werden. Bei den Variationen wird diese Regel außer Kraft gesetzt. Bei größerer Gruppenanzahl evtl. mit zwei Matten spielen.

Sport-Thieme® Weichbodenmatte Typ 7	111198010 
-------------------------------------	---



## Erdbeben

### Spielanweisung:

Mehrere Mannschaften bilden (6–8 Spieler); pro Gruppe 1 Weichbodenmatte. Die Medizin- oder Basketbälle werden unter eine Weichbodenmatte gelegt. Dieses ist die Erdbebenanlage. Ein Spieler stellt sich auf die Erdbebenanlage. Die anderen Spieler knien sich darum herum und schütteln die Matte. Wer am längsten darauf steht ohne umzufallen gewinnt.

Bereich	Kooperationsspiele
Ziel	Gleichgewicht
Zeit	5 Minuten
Spieler	4 Teams à 5 Spieler
Material	4 Weichbodenmatten, Bälle
Spielfeld	Halbe Halle
Variation	Den Spieler tragen

Sport-Thieme® Weichbodenmatte Typ 7	11198010
Sport-Thieme® Medizinball „Schwarz“	111089426
Sport-Thieme® Basketball „Training“	111085150 

