

Vielseitigkeit: Spielen! Einfach nur spielen

Mögen Sie lieber traditionelle Spielformen? Oder entscheiden Sie sich für eine Kombination aus Tradition und aufgepeppt mit Variationen aus den Realitäten der Jugendlichen. Oder wieso nicht eine Lektion mit Alltagsgegenständen oder eine mit Teamspielen – nur nicht als Endform – gestalten?



Frisbee auf Unihockey-Tore, Basketball mit den Füßen spielen, Tchoukball und Beach-Volley mixen: Im Sportunterricht sind die Möglichkeiten fast unbegrenzt.

Das Vermischen von verschiedenen Disziplinen, Spielen, Materialien etc. ist ein kreativer Beitrag an die Fantasie der Schüler und trägt zu einem vielseitigen Sportunterricht bei.

Mit Alltagsgegenständen werden Spiele variiert, indem man immer wieder neue Elemente integriert. Alltagsgegenstände fordern die Kinder heraus. Sie optimieren ausserdem die motorischen Fähigkeiten, indem die bereits erlernten Bewegungsformen mit koordinativen und konditionellen Aufgaben angereichert und somit stabilisiert, variiert und automatisiert werden.

- [Zur Merkliste](#)

Bei den «Kleinen Ballspielen» steht der Ball im Zentrum. Dabei sind technische Komponenten wie werfen, fangen und prellen eben so berücksichtigt, wie die Athletik und die Koordination. Auch psychisch-emotionale Aspekte, wie Selbstvertrauen, Motivation sowie Taktik und Wahrnehmung können mit unterschiedlichen Übungen und Lektionen gefördert werden.

Die vorgeschlagenen Spiele erlauben es, zahlreiche Lernende anzuregen und können sofort gespielt werden. Und: sie sind für eine sehr breite Zielgruppe gedacht – ab 4 Jahren bis weit über 60!



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO