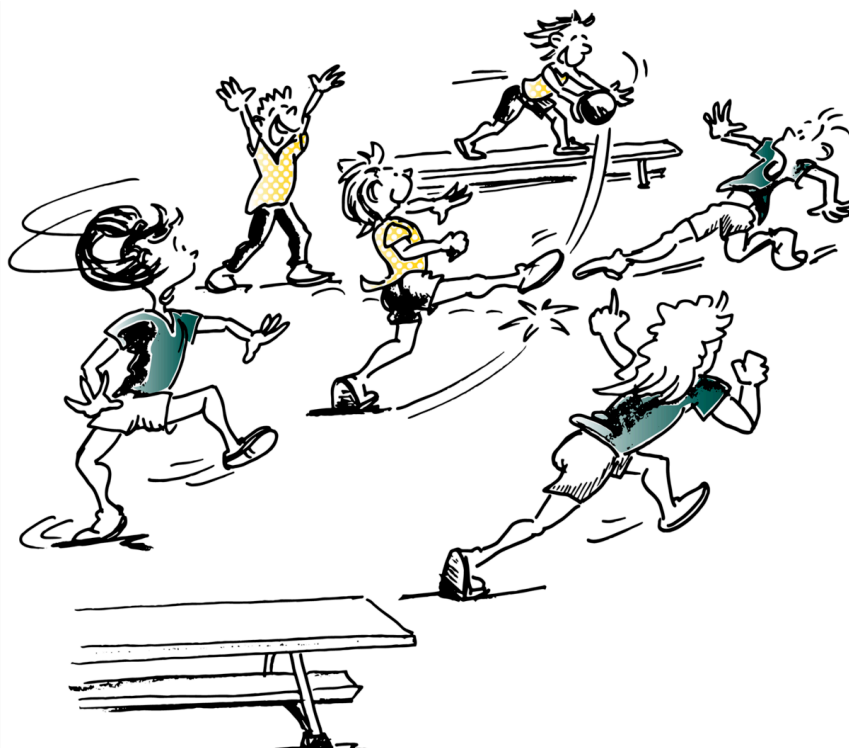


# Über Teamwork zum Star: Good Practice – Grosse Spiele

Die grossen Spiele sind in Anlehnung an bekannte Sportspiele wie Fussball, Unihockey oder Tischtennis konzipiert und werden jeweils mit zwei Teams gespielt.

## Bank-Fussball



Eine Bank auf beiden Seiten der Halle aufstellen. Je eine Person pro Team (Fänger) steht auf der gegenüberliegenden Bank. Zwei Teams spielen gegeneinander Fussball und versuchen, den Ball zum Mitspieler auf der Bank zu kicken, der ihn fangen muss. Gelingt dies, wird der passende Spieler ebenfalls zum Fänger und steht auf die Bank. Das Spiel gewonnen hat das Team, bei dem zuerst alle Spieler auf der Bank stehen. Die Person, die zu Beginn des Spiels auf der Bank steht, wird nach dem erfolgreichen Fangball zum Feldspieler.

### Fokus Kompetenzen:

Kooperation, Kommunikation

**Intensität:** Mittel bis hoch

**Dauer:** 10-15 Minuten

### Regeln

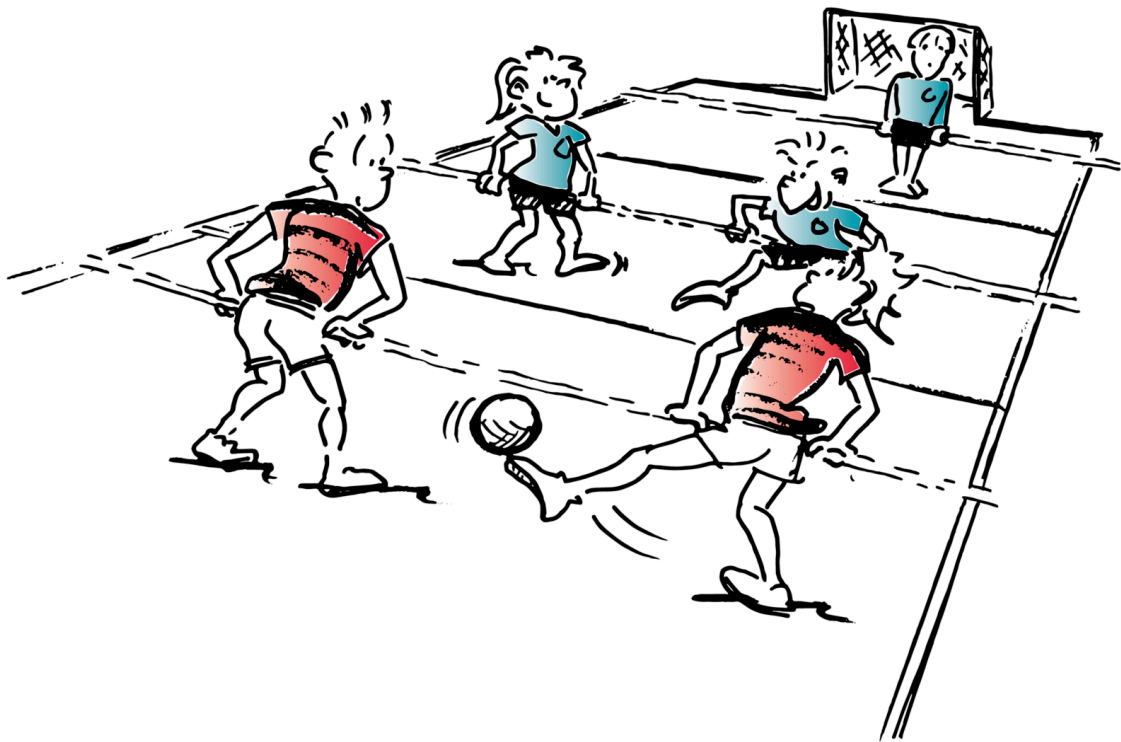
- Es darf nicht mit den Händen abgewehrt werden.
- Ausser dem Spieler, der auf der Bank steht, darf niemand die Bank berühren oder überspringen.
- Die Spieler auf der Bank dürfen den Boden nicht berühren.

## Variationen

- Pass kann auch flach erfolgen.
- Das Spiel kann auch mit den Händen und einem Handball anstatt mit den Füßen gespielt werden (Handballregeln, ev. mit Prellball).

**Material:** 2 Langbänke, 1 Fussball, Spielbündel

## Zonenfussball



Spielfeld je nach Anzahl Spieler in mindestens drei Zonen aufteilen. Jedes Team berät sich vor dem Spiel, wie viele Spieler in welcher Zone spielen. Nun spielen die beiden Teams nach dem Prinzip des Tischfussballs, d.h. die Spieler dürfen ihre Zonen nicht mehr verlassen. Gespielt wird auf Zeit.

### Regeln

- Die Spieler dürfen während des Spiels die Zonen nicht mehr wechseln.
- Es gelten die offiziellen Fussballregeln.

### Fokus Kompetenzen:

Kooperation, Kommunikation

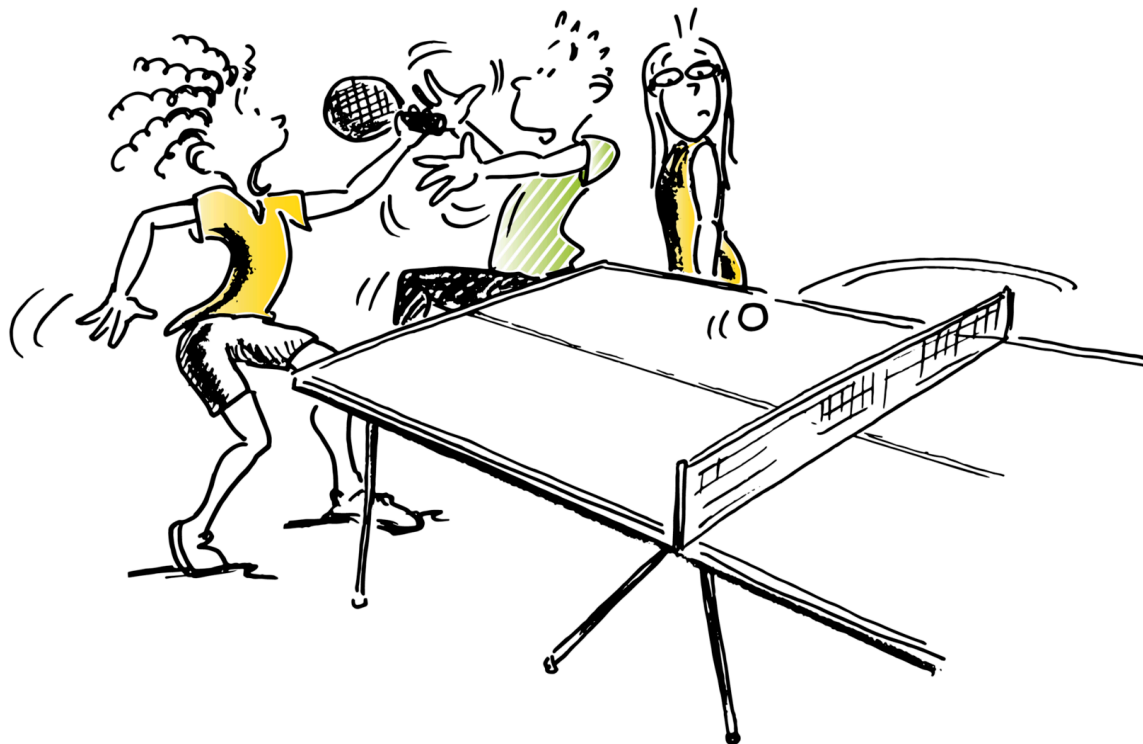
**Intensität:** Mittel

**Dauer:** 10 Minuten

## Variationen

- Falls die Teams zu gross sind, kann entweder in Blöcken oder mit mehr Zonen gespielt werden.
- Es kann auch mit einem Futsal-Ball gespielt werden. Weil dieser weniger springt, ist es schwieriger, die Zonen zu überspielen.
- Es wird ohne Torhüter mit kleinen Toren gespielt.

## Team-Tischtennis



Die Teams stellen sich auf je einer Seite des Tischtennistischs in einer Reihe auf. Es wird Tischtennis gespielt, wobei jedes Team nur einen Schläger hat. Jede/r Spielende schlägt nur einmal und gibt den Schläger dem nächsten Teammitglied weiter. Das Team das zuerst 11 Punkte erreicht, hat gewonnen.

### Regeln

- Das Team, welches den Punkt macht, erhält das Aufschlagsrecht.
- Die Reihenfolge der Spieler muss eingehalten werden, alle müssen mitspielen.

### Variationen

- Jedes Team darf vom Gegner team 3 Spieler auswählen, die mit der schwachen Hand spielen müssen.
- Kann analog auch als Team-Badminton (oder Softtennis) gespielt werden.

**Material:** 1 Tischtennistisch, 2 Tischtennisschläger, Spielbündel

### Fokus Kompetenzen:

Kollaboration, Taktik

**Intensität:** Niedrig

**Dauer:** 5-10 Minuten

# Seilhockey



2 Teams spielen gegeneinander Unihockey, wobei jedes Team 3 bis 4 unterschiedlich lange Seile erhält. Jeder Spieler muss die Hand an einem Seilstück haben.

## Regeln

- Das Seil muss ständig festgehalten werden. Wird es losgelassen, müssen die beteiligten Spieler das Spiel unterbrechen, bis sich alle wieder festhalten.
- Es gibt keinen Torwart.
- Das Seil darf nicht festgebunden werden.
- Es wird auf Zeit gespielt.

## Fokus Kompetenzen:

Kommunikation, Kollaboration, Taktik

**Intensität:** Hoch

**Dauer:** 10 Minuten

## Variationen

- Je nach Teamgrösse mehr oder weniger Seile nehmen.
- Pro Team kann ein fester Torwart bestimmt werden.
- Falls die Teams sehr gross sind, kann für eine höhere Intensität mit 2 Bällen und/oder 4 Toren gespielt werden.
- Kann auch als Seil-Fussball (Hand- oder Basketball) gespielt werden.

**Material:** 6-8 Seile, 2 Unihockeytore, 1 Unihockeyball, Spielbänder

## Jag den Star



Die Teams stellen sich in je einer Hallenhälfte auf und haben je einen Ball. Von jeder Seite geht eine Person (Star) zur jeweils anderen Seite. Jedes Team versucht nun möglichst schnell die gegnerische Person abzuwerfen. Wird diese getroffen, geht sie zurück auf «ihre» Seite und die nächste Person wechselt ins gegnerische Feld. Das geht so lange bis alle Personen eines Teams einmal im gegnerischen Feld getroffen wurde. Das Team, das es schneller schafft, alle einmal zu treffen, hat gewonnen.

### Fokus Kompetenzen:

Kooperation, Kollaboration, Kommunikation

**Intensität:** Mittel

**Dauer:** 10 Minuten

### Regeln

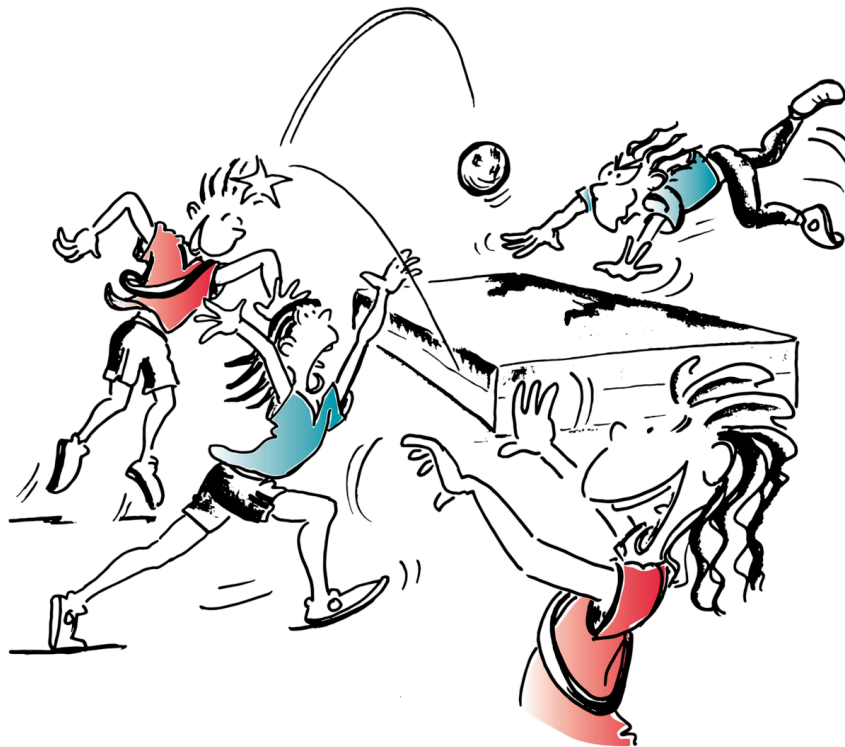
- Der «Star» darf den Ball nicht berühren, auch nicht fangen oder wegstossen.
- Es gelten die Sitzballregeln, kein Laufen mit dem Ball usw.
- Fällt der Ball in das gegnerische Spielfeld, darf das gegnerische Team den Ball nicht berühren, das Team muss den Ball selbst zurückholen.

### Variationen

- Es können mehrere «Stars» gleichzeitig ins andere Feld gehen.
- Statt den Gegner abzuwerfen, kann er auch abgetupft werden (schwieriger).
- Für fussballaffine Klassen: Jedes Team versucht in seiner Hallenhälfte den Ball in den eigenen Reihen zu halten. Vom gegnerischen Team versucht jeweils eine Person, den Ball zu verteidigen/anzugreifen. Bei Berührung des Balles wird gewechselt.
- Das Spiel mit zwei Bällen beschleunigen.

**Material:** 2 Bälle, Spielbündel

## Matten-Kopfball



2 grosse Matten werden jeweils in den hinteren Teil der Halle gelegt. Es wird mit einem Fussball oder Volleyball mittels Passspiel mit den Händen Richtung Matte gespielt. Ziel des Spiels ist es, den Ball auf die Matte zu köpfeln.

### Regeln

- Es spielen 2 Teams gegeneinander.
- Mit dem Ball in der Hand darf nicht gelaufen werden.
- Die Matte darf vom verteidigenden Team erst dann betreten oder besprungen werden, nachdem der Ball mit dem Kopf berührt wurde.
- Beide Teams dürfen auf beide Matten spielen.
- Es wird auf Zeit gespielt.

### Variationen

- Es kann mit einem anderen (weicheren) Ball gespielt werden.
- Statt mit den Händen kann der Ball mit dem Fuss mittels Kicken aus der Hand gespielt werden.

**Material:** 2 grosse Matten, 1 Ball, Spielbänder

### Fokus Kompetenzen:

Kommunikation, Kooperation, Kollaboration

**Intensität:** Hoch

**Dauer:** 10 Minuten

Quelle: Tobias Graf, Sportlehrperson an der Allg. Gewerbeschule Basel, Dozent PH FHNW; Petra

Heule, Sportlehrperson an der Allg. Gewerbeschule Basel



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**