

ÜBUNGSTUNDE DES MONATS

„Olympische Nonsens-Spiele“

Die Olympischen Spiele stehen kurz bevor und die besten Sportlerinnen und Sportler messen sich in vielen unterschiedlichen Sportarten. Dies nehmen auch wir zum Anlass, euch zu den „olympischen Nonsens-Spielen“ herauszufordern. Und wie immer gilt: Dabei sein ist alles!

Alter: ab 5 Jahren

Aufwärmen: Die zwei Seiten der Medaille

Material

30 Bierdeckel (Vorderseite: Gold, Rückseite: Silber)

Vorbereitung

Die Bierdeckel (Medaillen) werden kreuz und quer in der Halle verteilt. Die Hälfte der Bierdeckel liegt mit der goldenen Seite nach oben, die andere Hälfte mit der silbernen Seite nach oben.

Spielablauf

Es werden zwei gleich große Mannschaften gebildet. Aufgabe der einen Mannschaft ist es, alle Bierdeckel so umzudrehen, dass die goldene Seite nach oben zeigt. Die andere Mannschaft soll alle Bierdeckel auf die silberne Seite drehen. Auf ein Startkommando geht es los. Nach fünf Minuten wird das Spiel gestoppt. Die Mannschaft, die nach Ablauf der fünf Minuten mehr aufgedeckte Bierdeckel hat, gewinnt.

Abwärmen: Stille Post mit Bewegungen

Spielablauf

Bei den Olympischen Spielen kommen viele Menschen aus aller Welt zusammen. Nicht alle sprechen die gleiche Sprache. Schafft ihr es trotzdem euch zu verständigen?

Alle Kinder stehen in einer Reihe hintereinander und schauen nach vorn. Das hinterste Kind tippt das Kind vor sich an, das sich daraufhin umdreht. Nun stellt das eine Kind dem anderen Kind vor sich pantomimisch eine Sportart vor (z. B. Turnen, Fußball, Hockey, Diskuswurf). Wenn das weiter vorne stehende Kind glaubt, verstanden zu haben, um welche Sportart es sich handelt, dreht es sich um und tippt das nächste Kind an. Nun wird die Sportart oder das, was verstanden wurde, wieder pantomimisch dargestellt und so weitergegeben. Das vorderste Kind der Reihe muss die Sportart – entsprechend seiner Vermutung – laut benennen.

Hauptteil: Olympische Nonsens-Spiele

Material

„Mensch ärgere dich nicht“-Spiel, Würfel für jede Mannschaft, Leibchen, Ball, alte Küchenrolle, Tennisball, Hocker/Stepper, Pylonen, Ringe (z. B. in den olympischen Farben), Seile, Matten, kleine und große Kästen, Kastenteile

Vorbereitung (+ Erklärungen der einzelnen Stationen)

In der Mitte der Halle wird ein „Mensch ärgere dich nicht“-Spiel aufgebaut. In der Halle werden folgende Stationen aufgebaut:

Station 1: Olympische Ringe

Es werden Ringe wie auf Bild 1 aufgehängt. Etwa drei Meter von den Ringen entfernt wird eine Linie gelegt. Von dieser Linie aus werfen die Kinder abwechselnd mit einem Ball auf die Ringe, bis sie alle einmal die Ringe getroffen haben.

Station 2: Fackellauf

Es wird ein kleiner Bewegungsparcours (Bild 2) aufgebaut. Durch diesen muss eine Fackel (z. B. eine leere Küchenrolle, auf der ein Tennisball balanciert wird) getragen werden, ohne herunterzufallen. Jedes Kind absolviert den Parcours einmal mit der Fackel.

Station 3: Aufs Treppchen steigen

Jedes Kind muss zehn Mal auf einen Hocker auf- und absteigen (oder springen).

Station 4: Antikes Wagenrennen

Die Kinder bilden Zweiergruppen. Die zwei Spieler eines Paares stellen sich hintereinander auf. Das Kind, das vorne steht, ist der Wagen. Es legt die Hände vor sich auf den Boden und streckt den restlichen Körper lang aus. Das Kind dahinter hält die Fußknöchel des Kindes und stellt sich haltend hinter das Kind. Gemeinsam müssen sie eine markierte Strecke absolvieren. Auf dem Rückweg tauschen die Kinder Positionen, sodass jedes Kind einmal der Wagen war.

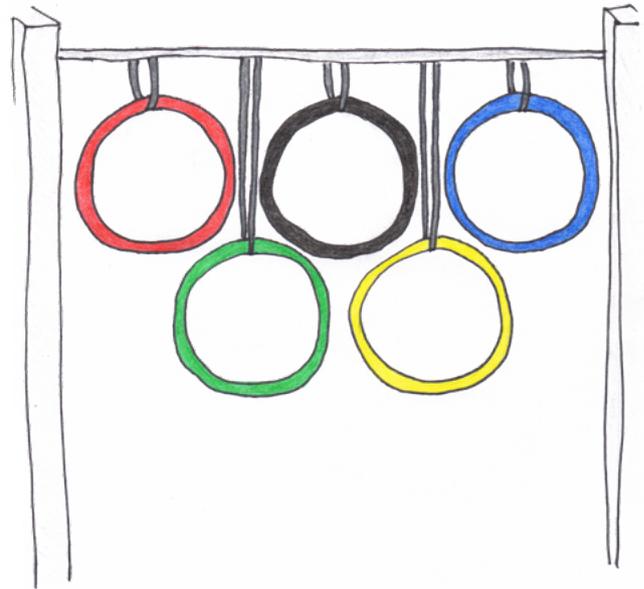


Bild 1

Station 5: Stadioneinzug

Es werden Gruppen gebildet. Die Gruppenmitglieder setzen sich jeweils hintereinander in die Beinschere des dahinter sitzenden Kindes, halten sich gegenseitig an den Hüften fest und rutschen über eine vorgegebene Strecke.

Station 6: Antike Stadionrunde

Alle Kinder halten sich an den Händen fest und laufen gemeinsam eine große Hallenrunde. Beim Zieleinlauf darf selbstverständlich laut gejubelt werden.

Spielablauf

„Olympische Nonsens-Spiele“: Das heißt, alles ist anders.

Die Kinder werden in vier Teams aufgeteilt und bekommen, wenn möglich, passend zu der Farbe ihrer Spielfigur Leibchen angezogen. Auf ein Startkommando dürfen alle Mannschaften gleichzeitig würfeln. Ist der Würfel gefallen läuft jede Mannschaft zu der Station, die der gewürfelten Augenzahl entspricht und erledigt die dortige Aufgabe. Anschließend läuft die Mannschaft zurück zum Spielfeld und darf ihre Spielfigur vorsetzen und neu würfeln. Die Mannschaft, die als erstes eine (oder mehrere) Spielfigure(n) ins Haus gebracht hat, gewinnt.

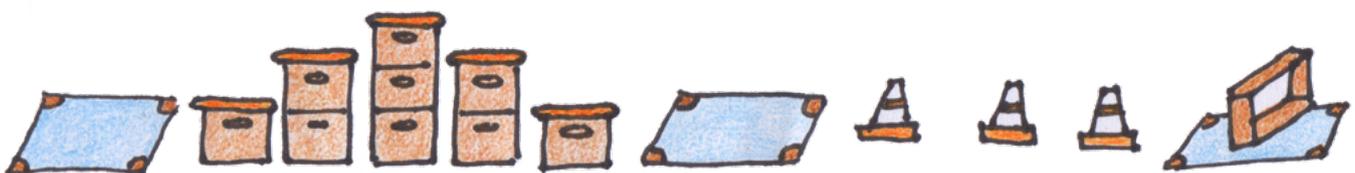


Bild 2