

ÜBUNGSTUNDE DES MONATS: MAI

DER BODEN IST LAVA

Erwärmen: Auf die Matten, fertig, los!

Material:

mehrere kleine Matten, Softbälle

Ablauf:

Die kleinen Matten werden in der gesamten Halle verteilt. Ziel des Spiels ist es, die anderen Spielerinnen und Spieler abzuwerfen – allerdings darf der Ball nur geworfen werden, wenn man sich auf einer Matte befindet. Wird man getroffen, muss man sich auf eine freie Matte setzen und dort warten, bis die Person, die einen abgeworfen hat, selbst getroffen wird.

Wird von der Spielleitung „Mattenball!“ gerufen, dürfen alle wieder ins Spiel zurückkehren.

Hauptteil: Inselball

Material:

3x kleine Matten, Softbälle

Ablauf:

Die Gruppe wird in drei Teams aufgeteilt. Jedes Team erhält eine eigene „Insel“ – eine kleine Matte –, die sie an einem beliebigen Ort in der Halle platzieren dürfen.

Zu Spielbeginn befinden sich alle Teilnehmenden im Spielfeld. Ziel ist es, Spielerinnen und Spieler der gegnerischen Teams abzuwerfen. Dabei gilt: Wer den Ball in der Hand hält, darf sich nicht fortbewegen. Wird man getroffen, muss man sich auf die eigene Insel zurückziehen. Von dort darf man erst wieder ins Spielfeld, wenn man es schafft, von der Insel aus eine Person eines anderen Teams abzuwerfen.

Gewonnen hat das Team, dem es gelingt, alle Mitglieder der gegnerischen Teams dauerhaft auf deren Inseln zu verbannen.

Varianten:

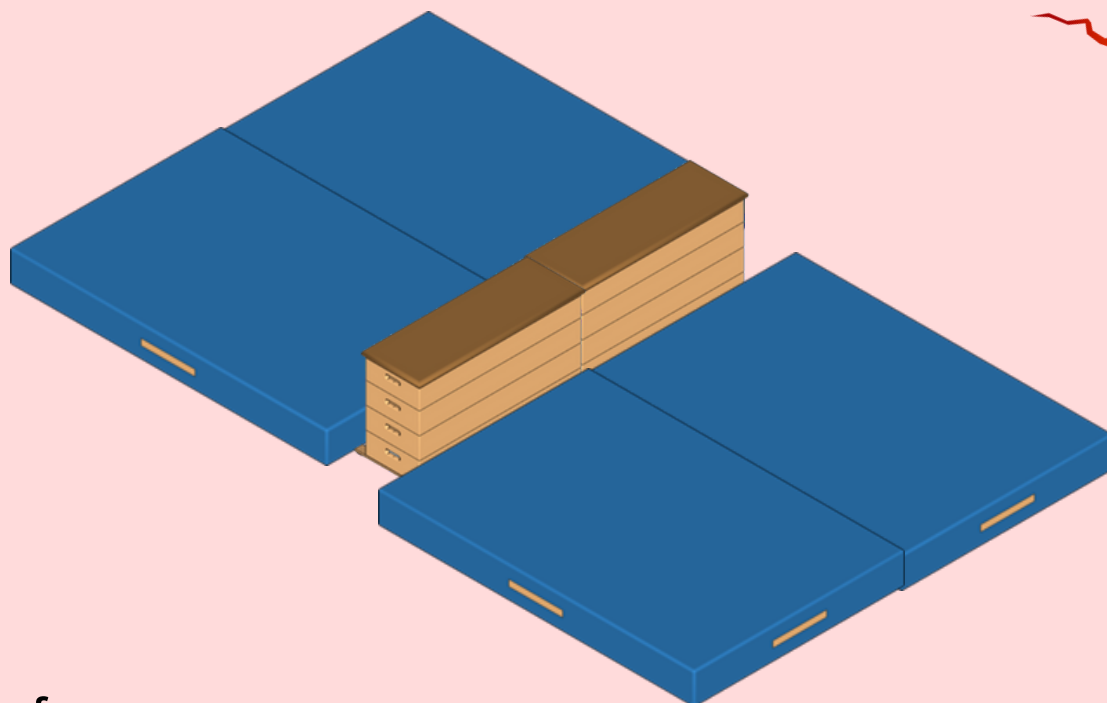
1. Jedes Team darf zwei Inseln in der Halle verteilen.
2. Die Mannschaft, die nach Ablauf der Zeit die wenigsten Personen auf der eigenen Insel hat, gewinnt.
3. Es kann sich nicht von der Insel wieder frei geworfen werden. Die Mannschaft, die am Ende noch Mitglieder im Spiel hat, gewinnt.

Schluss: Tischtennis mal anders

Material:

4x Weichböden, 2x große Kästen, 1x Pezziball

Aufbau:



Ablauf:

Auf beiden Seiten der „Tischtennisplatte“ – also der aufgebauten Kästen – stehen etwa gleich viele Personen. Die erste Person wirft den Ball über die Kästen, sodass er den Weichboden auf der gegenüberliegenden Seite trifft, und läuft anschließend auf die andere Seite. Dann ist die nächste Person an der Reihe und macht dasselbe, nur in die entgegengesetzte Richtung.

Gelingt es jemandem nicht, den Ball korrekt auf die andere Seite zu spielen oder den Weichboden zu treffen, scheidet diese Person aus.

Das Spiel wird mit den verbleibenden Spielern fortgesetzt und endet, wenn nur noch zwei Personen übrig sind.

Autorin: Tina Dannenberg