

Schnelle Spiele

PRAXIS IN BEWEGUNG

4 Schnelligkeit verbessern

Schnelle Arme, schnelle Beine, schneller Kopf

INA KNOBLOCH

9 Auf die Plätze, fertig, los

Spiele zur Entwicklung der Schnelligkeitsleistungen

RALF NAUMER | JÜRGEN GIESSING

15 Energizer – schnell und effektiv

Spielideen zum Anregen und Beruhigen

MARC FISCHER

22 Fußball-Tennis

Ein schnelles, anspruchsvolles Spiel

AXEL TÖLLE

Materialien im Mittelteil

27 Schnelle Pässe – Schnelle Spiele

Schnelle Passwechsel und gutes

Zusammenspiel üben

MICHAEL KOLB



4

Schnelligkeit bedeutet nicht nur Laufen. Sie geht weit über leichtathletische Disziplinen hinaus. Diese Spielvorschläge beziehen sowohl die Reaktionsschnelligkeit als auch die Aktionsschnelligkeit und Handlungsschnelligkeit mit ein.



9

Mit den Übungen und Spielen, die in diesem Beitrag vorgestellt werden, verbessern Schülerinnen und Schüler mit Spaß und in kleinen herausfordernden Wettkämpfen ihre individuelle Schnelligkeitsleistung.



15

Diese Spiele lassen sich schnell und ohne hohen Materialaufwand organisieren. Sie helfen dabei, eine konzentrierte oder energetisierende Atmosphäre herzustellen, indem sie anregen oder zur Konzentration zurückfinden lassen.

MAGAZIN

BÜCHER

33 Bücher zum Hefthema und Neuerscheinungen

BIRGITT-ALEXA LIEGMANN

SPIELE SPIELEN

36 Völkerball

Ein altes Spiel in neuen, bewegungsreichen Varianten

PETER HARGASSER

SCHULE IN BEWEGUNG

40 Schwimmen mit Conni, Sharky und Hanadi

Ein Projekt für neu zugewanderte Kinder

SAMIRA SALEM

42 VORGELESEN

INTERVIEW

44 Das Handballspiel im Schulsport

Interview mit Steffen Greve

47 VORSORTIERT

48 VORSCHAU · IMPRESSUM



22

Die im Sportunterricht selten genutzte Spielform Fußball-Tennis kann dazu beitragen, Techniken zu schulen. Dabei entstehen spannende Spielsituationen, die auch das taktische Denken und Handeln der Schülerinnen und Schüler fördern.



27

In Klassen mit mehr und weniger spielerfahrenen Lernenden ist ein homogenes Zusammenspiel oft schwierig. Diese Spielvorschläge schulen sowohl Passschnelligkeit als auch die Interaktion zwischen den Lernenden.



36

Völkerball schult das Werfen, das Fangen, die Spielübersicht, das Orientierungs- und Reaktionsvermögen. Neue Varianten lassen dieses beliebte Spiel schneller werden und die individuelle Bewegungszeit erhöht sich.