


Übungen und Spielformen mit einem Partner

M 1	Reifen halten	Übung
Material	Reifen, Bälle	
Organisation	Geht zu zweit zusammen. Stellt euch gegenüber auf und haltet einen Reifen zwischen euch mit beiden Händen waagrecht fest.	
Beschreibung	Partner A löst eine Hand vom Reifen und prellt einen Ball durch den Reifen auf den Boden. Partner B soll ihn mit beiden Händen auffangen. Damit der Reifen jedoch nicht herunterklappt, muss Partner A ihn so schnell wie möglich wieder mit beiden Händen fassen.	
Variationen	<ul style="list-style-type: none"> - Partner A prellt den Ball zuerst einige Male in den Reifen, bevor ihn Partner B fängt. Sprecht euch ab, wie oft der Ball geprellt werden soll. - Partner B schließt zunächst die Augen und öffnet sie erst, wenn er den Aufprall des Balls hört. Er muss dann blitzschnell reagieren, um den Ball zu fangen. 	

M 2	Lockruf	Übung
Material	Seile, Plastikkegel, Hütchen o. A., evtl. Augenbinden	
Organisation	Geht zu zweit zusammen. Partner A bekommt die Augen verbunden. Partner B stellt oder setzt sich an eine selbst gewählte Stelle im Raum. Es gibt 2 bis 3 freiwillige „Wächter“.	
Beschreibung	Partner B muss nun versuchen, seinen blinden Partner durch Zurufe zu sich zu lotsen, z. B. „rechts“, „links“, „drei Schritte geradeaus“ usw.	
Variation	Statt der sehenden Partner werden Kegel oder Hütchen im Raum aufgestellt und Seile ausgelegt. Partner A läuft nun neben seinem blinden Partner her und führt ihn nur durch Anweisungen um die Hindernisse herum.	
Beachtet	Schreit nicht, sondern ruft nur so laut, dass die anderen Paare nicht gestört werden. Die sehenden Partner müssen darauf achten, ihre blinden Partner so zu lotsen, dass sie nicht mit anderen zusammenstoßen. Die „Wächter“ dürfen eingreifen, bevor es zu Kollisionen kommt.	

M 13**Reifenlabyrinth****Übung****Material**

1 Reifen weniger als Gruppenmitglieder

Organisation

Geht in Gruppen von max. 8 Personen zusammen und stellt euch nebeneinander in einer Reihe auf. Außer dem Ersten halten alle Mitglieder zwischen sich einen Reifen fest.

Beschreibung

Der Erste in der Reihe muss nun durch alle Reifen steigen, ohne sie zu berühren. Die anderen helfen ihm dabei, indem sie den Reifen geschickt halten oder seine Position verändern. Berührt der Erste allerdings den Reifen, muss er von vorn anfangen oder die Gruppe erhält einen Minuspunkt.

Variationen

Schafft er es bis ans Ende, werden die Reifen um eine Person weitergerückt und der jetzt Erste steigt durch die Reifen usw.

- Führt die Übung mit geschlossenen Augen durch. Die Gruppenmitglieder dürfen den, der durch die Reifen steigt, durch verbale Hilfe lotsen.
- Führt einen Wettkampf gegeneinander durch: Welche Gruppe ist schneller durch die Reifen gestiegen bzw. welche Gruppe hat am Ende weniger Minuspunkte?

M 14**Innen- und Außenkreis****Übung****Organisation**

Teilt euch in zwei gleich große Gruppen auf. Gruppe A bildet einen Innenkreis mit Handfassung, Gruppe B einen Außenkreis mit Handfassung. Es stehen sich immer zwei Schüler gegenüber.

Beschreibung

Euer Lehrer/eure Lehrerin gibt nun die Kommandos „Innenkreis“ oder „Außenkreis“ in Verbindung mit der Bewegungsrichtung „rechts“ oder „links“ (z. B. „Innenkreis rechts“; d. h. der Innenkreis bewegt sich nach rechts). Ruft euer Lehrer/eure Lehrerin: „Ausgangsposition“, müssen sich beide Kreise so drehen, dass die Paare, die sich zu Beginn gegenüberstanden, wiederfinden.

Variation

Ändert die Fortbewegungsart, z. B. Kreuzschritte/in der Hocke fortbewegen usw.



M 19**Reifenübergabe****Übung****Material**

1–2 Reifen

Organisation

Stellt euch in einem Kreis auf und fasst euch an den Händen. Zwei von euch halten einen Reifen zwischen sich.

Beschreibung

Gebt nun den Reifen im Kreis weiter.

Variationen

- Gebt zwei Reifen gleichzeitig weiter. Schafft es ein Reifen, den anderen einzuholen?
- Schließt die Augen und gebt den Reifen „blind“ weiter.

**Beachtet**

- Ihr dürft nicht miteinander reden.
- Es müssen immer mindestens zwei Hände von zwei verschiedenen Personen am Reifen sein.

M 20**Zeichensprache****Übung****Organisation**

Geht in Gruppen von mind. 5 Personen zusammen.

Beschreibung

Stellt euch nach unterschiedlichen Anweisungen in einer Reihe auf:

- nach Geburtstag
- nach Größe
- nach Anfangsbuchstaben der Vornamen/Nachnamen
- usw.

Beachtet

Ihr dürft nicht miteinander reden, sondern euch nur durch Zeichensprache verständigen (z. B. Fingerzeig, Kopfnicken usw.).