

Spiele mit zunehmendem Körperkontakt

M 1

Schulterblätter berühren

Alle Schüler befinden sich im Spielfeld. Jeder versucht, ein Schulterblatt eines Mitschülers zu berühren, ohne selbst berührt zu werden. Wer berührt wurde, verlässt das Spielfeld, läuft eine Runde darum herum und mischt sich dann wieder ins Geschehen.

Linienkampf

Alle Schüler bewegen sich auf den Bodenlinien im Spielfeld. Begegnen sich zwei Schüler, versuchen sie, den anderen dazu zu bringen, mit mindestens einem Fuß neben die Linie zu treten. Wer die Linie zuerst verlassen hat, läuft eine Runde um das Feld und nimmt wieder am Geschehen teil.



Linienkampf-Turnier

Jeweils zwei Schüler führen einen Linienkampf durch (siehe oben).

Eine Spielrunde dauert ca. 3 Minuten.

Evtl. Zusatzaufgabe: Für jedes Verlassen der Linie müssen die Schüler am Ende einen Hampelmann machen (also 4 x die Linien verlassen = 4 Hampelmänner).

Es werden 3 Kampfunden mit wechselnden Partnern durchgeführt (kein Partner darf zweimal genommen werden).

Kleiner Hüftwurf (Uki-Goshi) – Wurfsituation 2

M 8

Die Partner schieben in gegengleicher Auslage (der werfende Partner hat das rechte, der andere das linke Bein vorn).



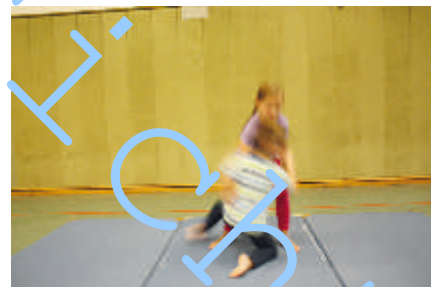
Der Werfende geht mit einem Nachstellschritt näher an den Partner,



schiebt sein Bein und seine Hüfte vor die Hüfte des Partners,



wirft ihn durch eine Körperdrehung nach links ...



... und hält ihn beim Fallen (möglichst lange) fest.



Variationen

- Die Partner stellen sich direkt in die Wurfposition und versuchen, den anderen nur durch eine Körperdrehung zu werfen.
- Die Partner stellen sich beide in die Linksauslage und führen den Wurf links durch.

M 9

Entscheidungstraining – Beobachtungsbogen

Name des Kindes: _____ Datum: _____

Wurfsituation 1	😊	😐	😞	Bemerkungen
... Kriterium 1: richtige Auswahl des Wurfes				
... Kriterium 2: schnelle Entscheidung				
... Kriterium 3: kontrollierte Durchführung des Wurfes				
Wurfsituation 2	😊	😐	😞	Bemerkungen
... Kriterium 1: richtige Auswahl des Wurfes				
... Kriterium 2: schnelle Entscheidung				
... Kriterium 3: kontrollierte Durchführung des Wurfes				
Wurfsituation 3	😊	😐	😞	Bemerkungen
... Kriterium 1: richtige Auswahl des Wurfes				
... Kriterium 2: schnelle Entscheidung				
... Kriterium 3: kontrollierte Durchführung des Wurfes				
Wurfsituation 4	😊	😐	😞	Bemerkungen
... Kriterium 1: richtige Auswahl des Wurfes				
... Kriterium 2: schnelle Entscheidung				
... Kriterium 3: kontrollierte Durchführung des Wurfes				
Wurfsituation 5	😊	😐	😞	Bemerkungen
... Kriterium 1: richtige Auswahl des Wurfes				
... Kriterium 2: schnelle Entscheidung				
... Kriterium 3: kontrollierte Durchführung des Wurfes				



Möglichkeiten zur Leistungsbewertung

M 9: Beobachtungsbogen für die technisch-taktische Beurteilung in Doppelstunde 5/6:

Die Schüler beobachten und bewerten im Entscheidungstraining anhand der gemeinsam erarbeiteten Kriterien fünf Würfe ihrer Gruppenmitglieder:

1. richtige Auswahl des Wurfes, 2. schnelle Entscheidung, 3. kontrollierte Durchführung des Wurfes

Das Ergebnis auf den Beobachtungsbögen der Mitschüler ergibt eine realistische Bewertung der technisch-taktischen Qualität der Würfe.

M 10: Fragebogen „Lieblingspartner“ und soziale Beurteilung in der Reflexion „Was ist ein guter Partner?“ in Doppelstunde 5/6 und 7/8:

Die Schüler notieren nach der Reflexion über die Frage „Was ist ein guter Partner?“ im Fragebogen ihre drei Lieblingspartner. Zählen Sie die Schülermeinungen aus und vergleichen Sie sie mit Ihren eigenen Eindrücken.

Beurteilung der absoluten und relativen Wettkampfleistungsstärke beim japanischen Turnier in Doppelstunde 7/8:

Auf die Frage „Wer hat das japanische Turnier gewonnen?“ in der Reflexionsphase werden Sie vermutlich folgende Antworten bekommen:

- Der Kämpfer, der zuletzt auf Matte 1 als Sieger steht = absolut stärkster Kämpfer (absolute Wettkampfleistung).
- Der Kämpfer, der die meisten Kämpfe gewonnen hat = relativ bester Kämpfer (relative Leistungsfähigkeit).

Mit dieser Erkenntnis der Schüler und dem Ergebnis des japanischen Turniers und/oder eines zweiten Durchgangs können Sie gemeinsam mit den Schülern die relative Leistung anhand der Zahl der Siege der einzelnen Schüler und die absolute beste Leistung bei dem letzten und stärksten Mädchen und dem letzten und stärksten Jungen feststellen.