

Wettwanderball

Ein Ball wird von Spieler zu Spieler in einer Gruppe weiterbefördert. Dabei kommt es vor allem auf sicheres Werfen und Fangen drauf an.

Variation:

Änderung der Aufstellungsart (Kreis, Reihe,..)

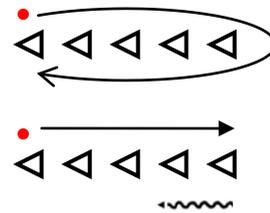
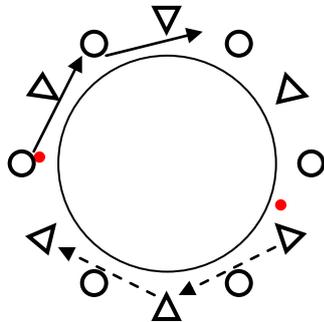
Wechsel der Ausgangsstellung (Sitzen, Stehen,...)

Verwendung von mehrerer oder verschiedener Bälle (z.B. Balljagd mit 2 Bällen)

Beispiele:

- Die Spieler 2er Gruppen stellen sich abwechselnd im Kreis auf. Auf ein Zeichen wird je ein Ball von Spieler zu Spieler der eigenen Gruppe befördert. Welche Gruppe kann den Ball der anderen Gruppe einholen?
- Die Spieler sitzen hintereinander in einer Reihe (Grätschsitz). Der Ball wird nun von vorne nach hinten und von hinten wieder nach vorne befördert (mit den Händen weitergegeben). Welche Gruppe ist zuerst fertig?

Variation: Ball wird von vorne nach hinten mit den Händen weiterbefördert. Der letzte Spieler der Reihe läuft nach vorne, setzt sich an die Spitze der Gruppe und gibt den Ball wieder nach hinten, usw.



Blasenball

2 Mannschaften

Jede Mannschaft versucht, eine Ballseele mit der flachen Hand an die gegnerische Wand (Höhenbegrenzung!) zu schlagen.

Jeder Treffer zählt einen Punkt.

Nach einem „Tor“ wieder Abschlag von der Grundlinie.

Nicht erlaubt:

Halten des Balles

Spielen mit dem Fuß

Schläge mit der Faust

Tipps:

Da ein Zusammenspiel kaum Möglich ist, müssen die Mannschaften nicht unbedingt durch Schleifen gekennzeichnet werden!

Nur für Halle geeignet!

Geräte:

1 Ballseele

Kriegsbeil

2 Mannschaften durch Langbänke, Leine,...getrennt.
Jede Mannschaft versucht, Spieler der gegnerischen Mannschaft abzuschießen.

Jeder Spieler zählt seine Punkte: Abschuss 1 Punkt, Fang 2 Punkte

Variation:

Getroffener Spieler muss das Spielfeld verlassen und darf erst bei erfolgreichem Fang eines Mitspielers wieder in die Mannschaft zurück

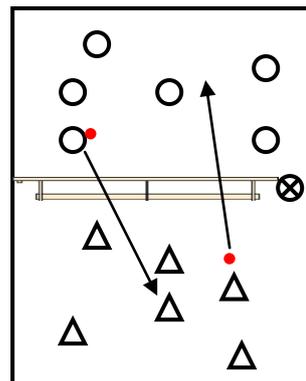
Tipps:

Bei unterschiedlichem Leistungsstand oder Platzmangel „Entschärfung“ durch Würfe über Kopf!

Geräte:

Langbänke (oder Leine)

1-3 Bälle



Parteiball

2 Mannschaften versuchen, einen Ball durch Fangen und Werfen möglichst lange in ihrer Mannschaft zu halten.

Kein Laufen, kein Dribbeln mit dem Ball.

Kein Doppelpassspiel

Bei 10 erfolgreichen Fängen erhält die Mannschaft 1 Punkt

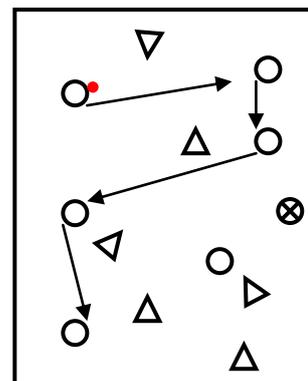
Tipps:

Ein Spieler jeder Mannschaft zählt laut mit!

Geräte:

1 Ball

Schleifen



Handball auf lebendes Tor

Dreiergruppen

2 Spieler versuchen durch Zuwerfen und Fangen eines Balles (Laufen mit dem Ball und Dribbeln des Balles nicht erlaubt), den dritten Spieler abzuschießen.

Jeder Kontakt mit dem Ball ist ein Treffer.

Gezählt werden die Treffer in 1-2 Minuten.

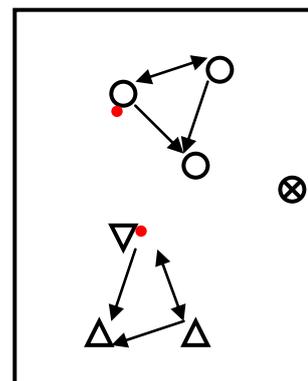
Danach Wechsel des abzuschießenden Spielers

Tipps:

Sehr intensive Spielform!

Geräte:

1 Ball/3er Gruppe



Werfer und Läufer

2 Mannschaften

1 Mannschaft steht in der Mitte des Feldes und wirft/spielt sich den Ball zu, ein Spieler zählt laut die gültigen Zuspiele.

Die andere Mannschaft läuft 1-3 Runden um das Spielfeld, berührt mit den Händen die Eckmarkierungen und ruft Stopp, sobald der letzte Läufer das Ziel wieder erreicht hat.

Anschließend Aufgabenwechsel.

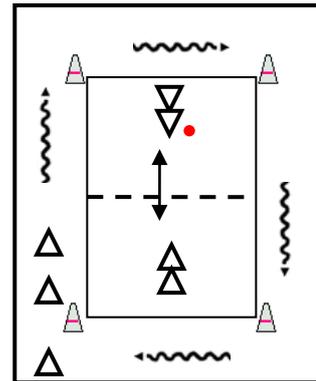
Welche Mannschaft erreicht mehr Würfe/zuspiele?

Tipps:

Kann 2-3x wiederholt werden!

Geräte:

1 Ball



Treibball

2 Mannschaften

1 Medizinball (oder Basketball) soll durch Zuwerfen von Gymnastikbällen zur gegnerischen Mannschaft getrieben werden.

Würfe nur hinter der eigenen Grundlinie erlaubt (jedoch Ballholen erlaubt!)

Variation:

Treibball mit Langbank-Viereck (,mit 8 Langbänken)

4 Mannschaften versuchen, Medizinball von ihrer Langbank durch Werfen von Gymnastikbällen fernzuhalten.

Tipps:

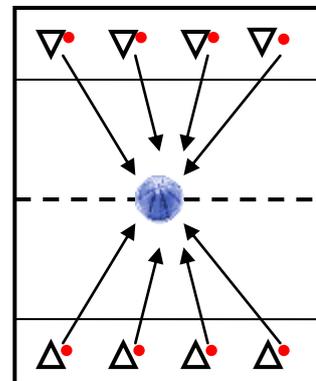
Ziellinie eventuell vor der Abwurfline festlegen (da sonst kaum Punkte erzielt werden können)!

Geräte:

1 Medizin- oder Basketball

1Gymnastikball/Spieler

(8 Langbänke)



Feldausräumen

1 Spieler steht in einem Langbankdreieck, in dem 20-30 Bälle liegen. Er wirft die Bälle aus seinem Feld. Alle übrigen Spieler müssen dafür sorgen, dass die Bälle wieder zurückgelegt werden und das Langbankdreieck nie leer wird.

Tipps:

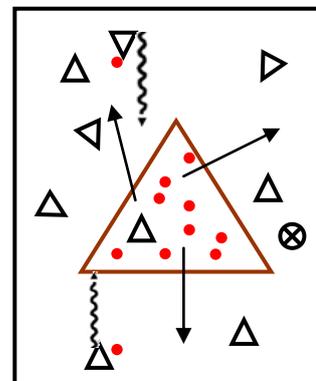
Je nach Spieleranzahl die Anzahl der Bälle festlegen!

Aufgabe sollte knapp zu bewältigen sein!

Geräte:

3 Langbänke

20-30 Bälle



Wer hat die meisten Treffer?

Jeder Spieler wirft jeden ab und zählt seine Treffer. Ein Fang bringt ebenfalls einen Punkt. Kein Laufen mit dem Ball erlaubt (3 bzw. 5 Schritte erlaubt)

Kein Abschießen des gleichen Spielers hintereinander.

Tipps:

Bei mehreren Bällen eventuell Softbälle verwenden!

Geräte:

1-3 Bälle

Jägerball

2 mit Schleifen gekennzeichnete Spieler (Jäger) versuchen durch Zuwerfen eines Balles, die anderen Spieler abzuschließen.

Getroffene Spieler holen sich eine Schleife und werden ebenfalls zu Jägern.

Kein Laufen mit dem Ball!

Jeder Ballkontakt gilt als Treffer.

Variation:

Hechtsprung-Jägerball

Wer gejagt wird, kann sich durch einen Hechtsprung (auf den Bauch) in Sicherheit bringen, die Jäger dürfen ihn nicht abschießen.

Günstig: Jeder hat nur ein gewisses Kontingent an Hechtsprüngen zur Verfügung (3-5 Hechtsprünge)

Geräte:

1 Ball

Schleifen

Schütze den Ball

Die Spieler laufen, den Ball dribbelnd, im Spielfeld herum und versuchen, den anderen Spielern den Ball mit einer Hand weg zu schlagen, ohne dabei den eigenen Ball zu verlieren.

Variation:

Ein oder mehrere Spieler haben keinen eigenen Ball und müssen den anderen den Ball abjagen. Alle Spieler stecken sich eine Schleife in die Hose. Wer raubt die meisten Schleifen während des Balldribbelns?

Tipps:

Den eigenen Ball nicht verlieren!

Zusatzaufgaben bei Ballverlust!

Geräte:

1 Ball/Spieler

(1 Schleife/Spieler)

Jägerball von außen nach innen

2-4 Jäger stehen außerhalb des Volleyballfeldes, in dem sich die übrigen Spieler (Hasen) befinden. Durch geschicktes Zusammenspiel sollen die Hasen abgeschossen werden, die dann zu Jägern werden.

Variation:

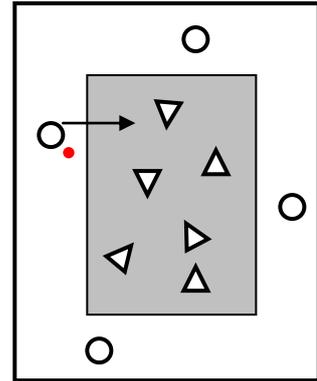
Auch mit Deckung (Kasten, Weichboden,...) möglich!

Tipps:

Auch mit mehreren Bällen Möglich (Softbälle)!

Geräte:

1-3 Bälle
(Kasten, Weichboden)



Königsschnappball

Von 2 Mannschaften bestimmt jede einen der anderen Mannschaft unbekanntem „König“. Die Mannschaften passen sich den Ball solange zu, bis der „König“ 5x angespielt wurde. Die Mannschaft erhält einen Punkt und gibt den Ball an die andere Mannschaft weiter. Kein Doppelpassspiel!

Tipps:

Ehrlichkeit ist gefragt!

„Könige“ nach einiger Zeit neu bestimmen lassen!

Geräte:

1 Ball
Schleifen

Tupfball

1 Mannschaft versucht durch schnelles Zuspielen eines Softballes in die Nähe eines Spielers der anderen Mannschaft zu kommen und ihn mit dem Ball „abzutupfen“.

Kein Laufen und Dribbeln mit dem Ball!

Welche Mannschaft erreicht mehr „Tupfer“ in 5 Minuten?

Variation:

Kann auch in 4er Gruppen gespielt werden!

Tipps:

Bei 4er Gruppen kürzere Zeitdauer!

Geräte:

1 Softball
Schleifen

Ball in den Kasten

2 Mannschaften stehen sich in ihren durch eine Leine getrennten Feldern gegenüber. In jeder Hälfte steht ein offener Kasten.

Zahlreiche Bälle sind unter den beiden Mannschaften aufgeteilt.

Auf ein Kommando versuchen die Spieler, Bälle in den gegnerischen Kasten zu werfen, wobei der Kasten nicht verteidigt werden darf. Welche Mannschaft hat nach einer gewissen Zeit (5-10 Minuten) die meisten Bälle in den gegnerischen Kasten geworfen?

Variation:

Nach abgelaufener Zeit werden die Bälle des eigenen Kastens gezählt. Anzahl der Bälle entspricht Anzahl der Laufrunden

Tipps:

Abblocken der geworfenen Bälle nicht erlaubt!

Eventuell Abwurfline vorgeben!

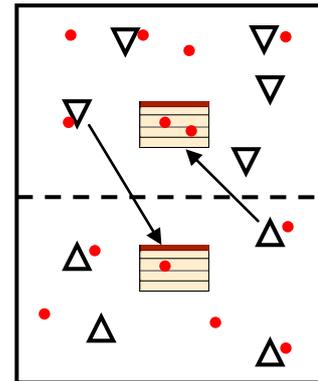
Bei Umrechnung der Rundenanzahl eventuell Anzahl der Bälle halbieren, ansonsten zu intensiv!

Geräte:

2 Kästen

Leine

Viele Bälle



Linienball

2 Mannschaften versuchen, einen Ball innerhalb der eigenen Mannschaft so zuzuspielen, dass der Ball hinter der gegnerischen Grundlinie gefangen werden kann (Punktgewinn).

Kein Dribbeln und Laufen mit dem Ball!

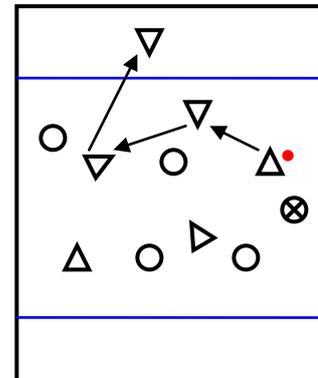
Tipps:

Feldgröße der Spieleranzahl anpassen!

Geräte:

1 Ball

Schleifen



Rettender Ball

1 Jäger versucht, einen Spieler zu fangen. Die Spieler haben 2-4 Softbälle zur Verfügung, die sie sich zuspielen können. Wer einen Ball hält, darf nicht gefangen werden.

Tipps:

Neuer Jäger bleibt kurz stehen und hebt die Hand!

Hohe Anforderung an Taktik und genaues Zuwerfen!

Geräte:

2-4 Softbälle

Mordball – mit Zusatzaufgabe

Im Volleyball- oder Basketballfeld werfen sich die Spieler gegenseitig ab.

Wer getroffen wird, läuft außerhalb des Spielfeldes beim 1. Treffer 1 Runde, beim 2. Treffer 2 Runden und beim 3. Treffer 3 Runden. Dann wieder von vorne beginnen.

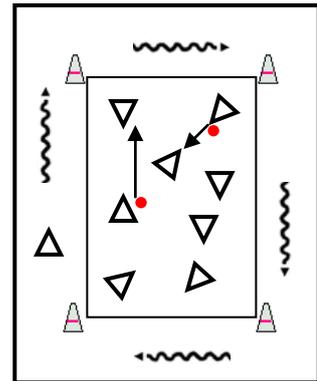
Nach dem Laufen geht der Spieler wieder ins Feld zurück.

Tipps:

Bei vielen Spielern und wenig Platz Softbälle verwenden!
Ehrlichkeit!

Geräte:

1-3 Bälle (Softbälle)



Haltet das Feld frei!

2 Mannschaften sind in 2 Feldern durch eine Leine (Höhe ca. 50 cm) geteilt, jeder Spieler hat einen Ball. Auf ein Kommando rollen (!) die Spieler ihre Bälle unter der Leine ins gegnerische Feld.

Nach einer bestimmten Zeit (1-2 Minuten) erfolgt der Abpfiff und es werden die Bälle in den beiden Feldern gezählt.

Gewonnen hat die Mannschaft, in deren Feld weniger Bälle liegen.

Variation:

Verwendung von Medizinbällen

Tipps:

Kein Wurf mehr bei Abpfiff!

Geräte:

Leine

1 Ball/Spieler

(1 Medizinball/Spieler)

Schützt eure Wand!

2 Mannschaften sind in 2 Feldern durch eine Leine (Höhe ca. 50 cm) geteilt, jeder Spieler hat einen Ball. Auf ein Kommando rollen (!) die Spieler ihre Bälle unter der Leine ins gegnerische Feld. Ein Treffer ist erzielt, wenn der Ball die gegnerische Rückwand berührt.

Jeder Spieler zählt seine Treffer, nach Abpfiff wird zusammengezählt und verglichen (Mannschaftswertung)

Tipps:

3-m Raum darf nicht betreten werden!

Geräte:

Leine

1 Ball/Spieler

Brettball

2 Mannschaften versuchen durch Zupassen, einen Ball so gegen das gegnerische Basketballbrett zu werfen, dass der zurückspringende Ball auf den Boden fällt. Die andere Mannschaft muss dies verhindern, indem sie den abspringenden Ball direkt fängt.

Kein Laufen und Dribbeln mit dem Ball!

Seitenoutline - Basketballfeld!

Bälle, die von den Rückwänden zurückspringen, bleiben im Spiel.

Nach dem Treffer (Punkt), Abwurf unter dem Basketballbrett

Variation:

Zurückspringender Ball vom Brett muss von einem Mitspieler gefangen werden. Jedoch darf der Fänger nicht gleich der Werfer sein.

Tipps:

Nur reine Brettberührungen zulassen!

Mannschaftsgröße: 4-6 Spieler

Geräte:

Basketballkörbe

1 Ball

Schleifen

Blitzball (Soft-Rugby)

2 Mannschaften versuchen, einen Ball hinter der gegnerischen Grundlinie abzulegen. Das Laufen mit dem Ball ist solange erlaubt, bis man von einem Gegenspieler abgeschlagen wird. Dann muss der Ball möglichst rasch nach hinten (!) abgespielt werden

Tipps:

Großes Spielfeld erforderlich!

Vorheriges Aufwärmen notwendig!

Geräte:

Schleifen

1 Ball

Kopf – Wandball

2 Mannschaften versuchen, sich einen Ball so zuzuspielen (fangen und werfen), dass sie einen Pass mit dem Kopf direkt an die gegnerische Rückwand (gesamte Spielfeldbreite, Höhenbegrenzung: ca. 2m) spielen können.

Laufen mit Ball und Dribbeln verboten!

Nach einem Treffer Abwurf von der Grundlinie.

Tipps:

Keine Faustabwehr an der Rückwand (Verletzungsgefahr)!

Geräte:

1 Ball

Schleifen

Ball über die Schnur mit Zusatzaufgaben

2 Mannschaften stehen sich in 2 durch eine Leine (Höhe: ca. 2m) geteilten Feldern gegenüber. Die Spieler versuchen, Bälle so ins Gegenfeld zu werfen, dass der Ball dort auf den Boden fällt (Punkt).

Je nach Feldgröße und Spielerzahl können 1-3 Bälle verwendet werden.

Zusatzaufgaben:

Nach jedem Ballkontakt zu den Seitenwänden laufen

1 Runde um das eigene Spielfeld laufen

1 Runde um das gesamte Spielfeld laufen

Kniebeugen, Liegestütz, Sit ups,...außerhalb des Spielfeldes machen

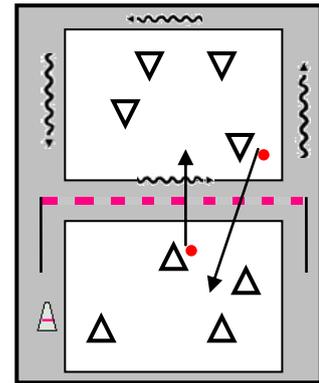
Tipps:

Schwierig alle Treffer zu zählen (2. Schiri?)!

Geräte:

Leine

1-3 Bälle



Brennball („Baseball“)

2 Mannschaften, Mattenviereck

Die abschlagende Mannschaft versucht möglichst viele Punkte zu sammeln, indem jeder Spieler nach dem Abschlag des Balles (Abwurf oder seitlicher Schwungschlag) von Matte zu Matte bis ins Ziel läuft.

Wird der Ball von der verteidigenden Mannschaft auf die Abwurfmatte zurückgelegt, während ein Spieler noch unterwegs ist, so ist dieser „verbrannt“ (ausgeschieden) und muss zurück zu seiner Mannschaft beim Abschlag.

Jeder Spieler, der das Ziel erreicht, erhält für seine Mannschaft 1 Punkt. Ein „Homerun“ (ohne Zwischenstopp ins Ziel) bringt 2 Punkte

Spieler auf den Matten dürfen erst beim Abschlag weiterlaufen.

2-3 Durchgänge, dann Wechsel Abschläger – Verteidiger!

Tipps:

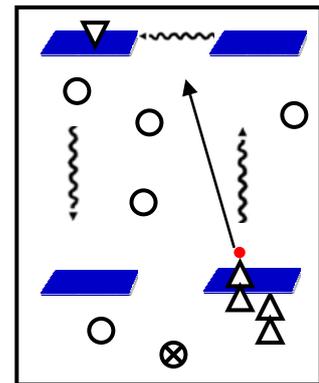
Laufstrecken dem Leistungsstand anpassen!

Behinderungen der Läufer durch Verteidiger nicht erlaubt!

Geräte:

1 Ball

4-5 Matten



Völkerball

2 Mannschaften

Variationen:

Mit 2-3 Bällen

Völkerball „verkehrt“ mit „Hineinschießen“

Mit Hindernis: 1 Kasten in jedem Feld

Aufgestellte Weichbodenmatte in jedem Feld halten

Tipps:

Beim Einsatz mehrerer Bälle eventuell Softbälle verwenden!

Freigeistraum auch um das ganze Spielfeld herum ausdehnen!

Mit oder ohne „Freischießen“ (Spieler aus Freigeistraum darf nach Abschuss wieder ins Feld zurück)

Geräte:

1-3 Bälle

(2 Kästen)

(2 Weichböden)

