

# Street Racket Inhalte: Zusammenfassung



**STREET RACKET**

anyone — anytime — anywhere

Das vielseitige Schweizer Bewegungskonzept für alle

## **Spiele, Übungen, Tipps und Tricks**

### **BEZUGSQUELLE:**

Das Original Spielmaterial und die Lehrmittel  
„Street Racket – Spiele, Übungen, Tipps und Tricks“ und  
„Bewegtes Lernen mit Street Racket“ mit über 500 Spielideen findet  
ihr [HIER](#).

### **ONLINE LEHRPLAN:**

50% lifetime Spezialrabatt auf unser Street Racket Curriculum für  
Bewegung und Bildung! Grosse Datenbank mit kommentierten und  
verfilmten Übungen sowie wöchentlich NEUE Inhalte.

<https://www.streetracket.com/curriculums>

COUPON: SRFIFTYPERCENTYEARLY

### **GRATIS-APP:**

Seit 2020 gibt es die kostenlose Street Racket App mit 100  
Anwendungen zum sofort ausprobieren:

[www.streetracket.app](http://www.streetracket.app) (Apple & Android Store).

### **Der NEUE Street Racket SPIELFÄCHER:**

Alles zum Fächer [HIER](#)

[shop.ingold-biwa.ch](http://shop.ingold-biwa.ch) / [mirjam.aschwanden@ingoldverlag.ch](mailto:mirjam.aschwanden@ingoldverlag.ch)

# Einleitung: Die Street Racket Philosophie

Diese Zusammenfassung der Spiel- und Übungssammlung mit vielen hilfreichen Tipps soll allen interessierten Spielerinnen und Spielern die vielseitige Welt von Street Racket näher bringen.

Wer Street Racket spielt, profitiert von folgenden positiven Aspekten:

- Vielseitiges Bewegungsspiel mit hohem Spassfaktor für alle
- Gesundheits-, Bewegungs- und Gemeinschaftsförderung
- Schult alle koordinativen Fähigkeiten
- Verwandelt Flächen aller Art in Spiel- und Sportplätze
- Schafft bewegte Orte der Begegnung
- Skalierbare Spielfelder passen sich jedem Raumangebot an
- Benötigt keine zusätzliche Infrastruktur (keine Logistik, kein Unterhalt, keine Bewilligungen)
- Förderung der Beidhändigkeit und Beidseitigkeit und damit des Körpergefühls
- Bewusste und sichere, flüssige Bewegungsabläufe
- Aktivität für Einzelspieler, Paare oder Gruppen
- Kein Smash oder Volley für mehr Spielfluss: Kontrolle und Cleverness anstatt Kraft!
- Einfacher Einstieg in die wertvolle Welt des Racketsports
- Sofortige Erfolgserlebnisse führen zu Motivation und regelmässiger Aktivität.
- Unterstützt den Aufbau einer echten Spielkultur
- Erhält die Mobilität bis ins hohe Alter aufrecht
- Sicheres und langlebiges Spielmaterial (leichte Rackets und weiche, vergrösserte Bälle)
- Frau MIT Mann, alt MIT jung, Könnert MIT Anfänger
- Beitrag an eine aktive und motorisch kompetente Bevölkerung
- Prävention von Unfällen durch verbesserte Hand-Augen-Koordination
- Gelebte Integration, u. a. von Menschen mit Handicaps und Randgruppen
- Grosse, nachhaltige Wirkung bei minimalem Aufwand (auch finanziell)!

Diese Street Racket Spiel- und Übungssammlung bildet eine breite und nachhaltige Basis für motorisch wertvolle und motivierende Aktivitäten. Viele der Anregungen können miteinander kombiniert und auch weiter entwickelt werden. Zudem bietet das Grundkonzept viel Raum für Kreativität und es soll zu neuen, eigenen Bewegungsformen inspirieren.

Das Prinzip von Street Racket basiert auf langen, kontrollierten Ballwechseln, welche alle mit einbeziehen und vielseitige koordinative Erfahrungen und Fortschritte ermöglichen. Um diesen zentralen Charakter des Konzepts zu erhalten und die vielen damit verbundenen emotionalen, sozialen und kognitiven Aspekte ebenfalls zu fördern wird empfohlen, das «Downplay» (also die Smash-Bewegung) auch bei neuen Spielformen zu unterbinden. Die resultierenden, flüssigen Ballwechsel und damit verlängerten aktiven Sequenzen werden durch das in der Tendenz aggressiv-destruktive Verhalten der Smash-Bewegung gestört und stark reduziert. Zudem verringern sich parallel dazu auch die Erfolgserlebnisse und damit die Motivation.

Das Street Racket Bewegungskonzept ist einfach in der Handhabung und leicht verständlich. Um eine optimale Wirkung zu entfalten wird für Organisationen wie Schulen, Firmen oder Vereinen dennoch stark empfohlen, eine spielerische und teamorientierte Street Racket Einführung mit einem Instruktor durchzuführen. Die motivierten und erfahrenen Experten können den Nutzen von Street Racket noch einmal zusätzlich steigern.

Materialbestellungen, Beratungsanfragen zu Spielfeldern und Projektwochen, Buchungen von Workshops und alle anderen Anliegen können gerne und jederzeit bei uns auf [info@streetracket.com](mailto:info@streetracket.com) platziert werden.

**LET'S ROCK THE STREET! Wir freuen uns auf viel Bewegung mit Euch/Ihnen!**

## **Was macht den Rückschlagsport so wertvoll?**

Es gibt kaum eine Aktivität, die motorisch so bedeutsam ist wie das Spiel mit Racket und Ball. Jeder Spieler führt im Sekundentakt komplexe und sich immer ändernde Bewegungen aus, wobei Körper und Geist eng und intensiv zusammenarbeiten.

Jede Situation ist einzigartig, denn sowohl der Winkel als auch die Höhe und die Geschwindigkeit eines Balles sind bei jedem Schlag verändert und laufende, rasche und komplexe Anpassungen sind notwendig. Auch die Position im Raum von Spieler und Gegenüber werden bei jedem Schlag verändert (Orientierung). Die vielen Adaptionen finden spielerisch und mit viel Spass verbunden statt, das intensive und für unsere Entwicklung so wichtige Training wird als solches kaum wahrgenommen. Der Körper lernt neben den Fertigkeiten mit Racket und Ball quasi als Nebeneffekt viele weitere, enorm wertvolle Dinge. Dies steht auch im Unterschied zu Mannschaftssportarten, wo der einzelne Spieler nicht zwingend involviert ist und über eine längere Zeit passiv sein kann oder auch zu repetitiven Aktivitäten.

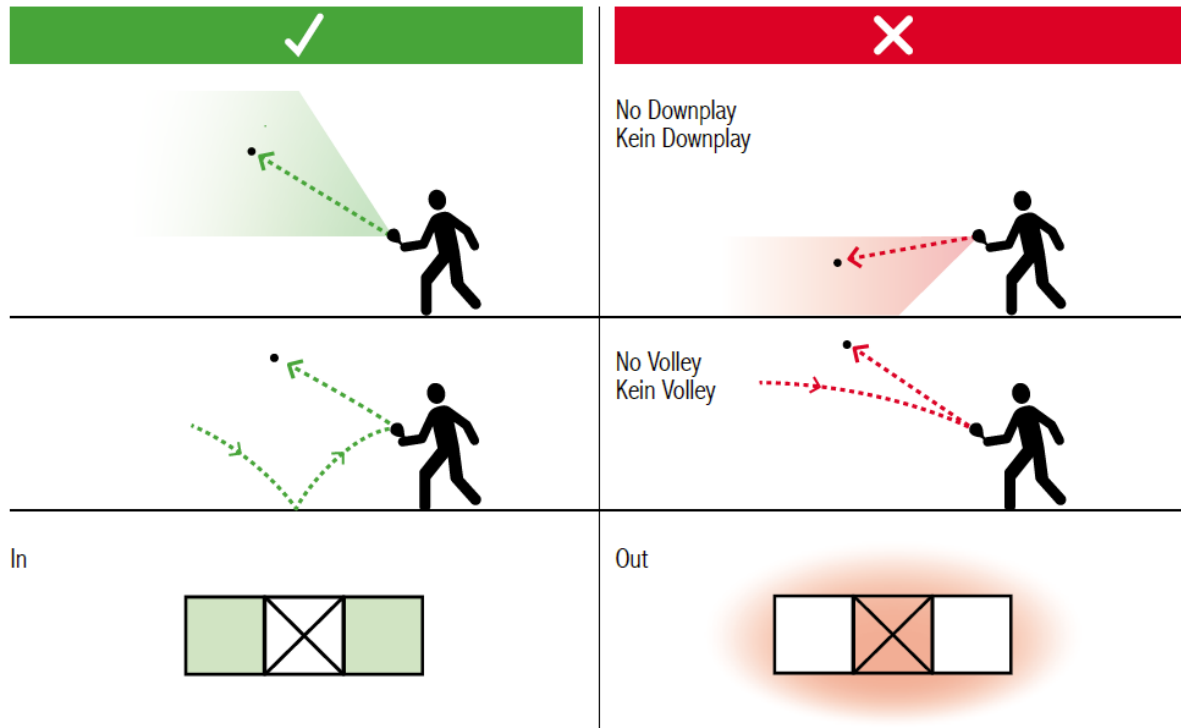
Beim Street Racket Spiel gibt es sofort lange Ballwechsel und die Kontrolle steht im Vordergrund, somit können mehr gezielte und erfolgreiche Handlungen durchgeführt werden. Dies führt zu zusätzlichen wertvollen Effekten wie Motivation und positiven Gefühlen bezüglich Selbstwert und Zugehörigkeit. Da Street Racket einfacher und schneller zu erlernen ist als traditionelle Sportarten mit Racket und Ball, kann die vielseitige positive Wirkung des Rückschlagsports noch breiter genutzt werden. Street Racket ist somit auch die ideale Einstiegsmöglichkeit in die Welt des Racketsports mit einer Brückenfunktion zu den bekannten, traditionellen Disziplinen wie Tennis, Squash, Badminton und Tischtennis. Aber auch Spitzenspieler und Top-Athleten kommen nicht zu kurz. Es gibt in dieser Sammlung auch sehr schwierige, intensive und komplexe Anwendungen.

Die Schulung der Hand-Augen-Koordination steht als zentrale Grundlage der motorischen Entwicklung im Fokus. Es geht dabei auch um die Förderung der Sicherheit im Umgang mit dem eigenen Körper und das Erlangen von individueller Bewegungs- und Gesundheitskompetenz. In diesem Sinne hat das regelmässige Street Racket Spiel auch seinen Platz im Umfeld von Prävention von Unfällen und Stürzen, in der Rehabilitation und in der Therapie sowie bei der Reduktion von weit verbreiteten Krankheiten, welche durch Inaktivität entstehen.

## **Die vorhandene Zeit maximal nutzen!**

Street Racket ermöglicht eine optimale Zeitnutzung. Keine weiten Wege zum Spielort, keine oder nur minimale Vorbereitungen (falls der Platz noch kurz eingezeichnet werden muss) und vor allem lange, rhythmische Ballwechsel – für nachhaltige und sichere Aktivität ist sofort gesorgt. In anderen, ähnlichen Disziplinen sind längere Ballwechsel sehr selten und man ist mehr damit beschäftigt, Bälle aufzuheben und sich auf den nächsten Ballwechsel vorzubereiten. Dies ist insbesondere auch im Schulsport ein zentraler Faktor, da die Bewegungszeit vielerorts sehr eingeschränkt ist oder bisweilen auch dem akademischen Fokus weichen muss. Die für körperliche Aktivitäten vorhandene Zeit soll maximal genutzt werden.

# Regeln



- Der Ball muss sich nach dem Schlag immer nach oben oder geradeaus bewegen.
- Der Ball muss vor dem Schlag immer einmal aufspringen.  
(Ausnahme: Anspiel/Service darf direkt aus der Hand gespielt werden. Dabei darf das mittlere Quadrat nicht berührt oder betreten werden.)
- längere Ballwechsel
- mehr Bewegung
- keine destruktiven Aktionen
- Mädchen MIT Knaben, Frauen MIT Männern, Jung MIT Alt, Anfänger MIT Könnern

## Zählweise

Für die Wettkampfform (zuvor unbedingt kooperative Formen in den Fokus rücken!) von Street Racket gelten folgende Regeln:

- Der Gewinner eines Ballwechsels erhält einen Punkt und hat jeweils wieder das Anspiel. Der Spieler der zuerst 11 Punkte gewonnen hat gewinnt den Satz. Es gibt keine Verlängerung.
- Ein Wettkampfspiel wird grundsätzlich als «best of five» gespielt, also bis ein Spieler drei Sätze gewonnen hat.

## Heranführung

Damit die vielen spannenden Trainings- und Wettkampfformen auf einem Street Racket Feld erlebt und gespielt werden können, braucht es für gewisse Nutzergruppen eine interessante und mit viel Spass verbundene Heranführung.

Auch wenn das Konzept darauf ausgelegt ist, dass alle Spieler rasche Erfolge verzeichnen können und in vergleichsweise sehr kurzer Zeit bereit für die Endformen sind, müssen gewisse Grundlagen erarbeitet werden. Dies betrifft vor allem die Jüngsten (Kinder unter 6 Jahren), Personen ohne Racketsport-Erfahrung sowie Menschen mit Koordinationsstörungen oder mit einem Handicap. Neben den nachfolgenden Übungen helfen auch diverse, aus anderen Rückschlagsportarten bewährte und bekannte Angewöhnungsformen, die nötigen Fertigkeiten aufzubauen. Dazu gehört unter anderem das Prellen, Jonglieren, Balancieren, Führen oder Passen eines Balles – allein, zu zweit oder in Gruppen (u.a. in Form von Stafetten).

Bei fast allen Übungen können zur Vereinfachung auch folgende Prinzipien bzw. Anweisungen zur Anwendung kommen:

- Fangen und Werfen: Die Spiele werden ohne Racket durchgeführt. Der Ball wird jeweils gefangen und dann nicht geschlagen sondern geworfen. Die positiven Effekte für die verbesserte Hand-Augen-Koordination werden ebenfalls erzielt.
- Einzelne Bälle schlagen und wieder fangen oder Ball stoppen: Anstatt fortlaufend zu schlagen und somit möglicherweise schnell die Kontrolle zu verlieren, werden einzelne Bälle oder z.B. zwei in Serie geschlagen und dann wird der Ball wieder gefangen/angehalten. Aus dieser statischen Position wird dann erneut mit dem Schlagen begonnen.
- Mit der Hand schlagen: Das Racket wird in einer ersten Phase als Spielgerät noch ausgeschaltet. Die Bälle werden direkt mit der Hand (Finger leicht spreizen und anspannen) geschlagen.

Die besten Effekte werden erzielt, wenn dabei das speziell entwickelte Street Racket Originalmaterial benutzt wird (Bezugsquelle: [www.streetracket.com](http://www.streetracket.com)). Die ideale Kombination von Racket und Ball sowie die Sicherheitsaspekte, welche bei der Entwicklung der Street Racket Sets berücksichtigt wurden, beschleunigen die Fortschritte erheblich. Leichte Rackets mit vergrößerter Schlagfläche und weiche, kompakte, optimal springende Bälle (welche für Mensch und Umgebung völlig ungefährlich sind, auch bei Wind gut eingesetzt werden können und kaum Feuchtigkeit aufnehmen), ermöglichen rasche Erfolgserlebnisse und eine grosse Motivation.

Es gibt viele weitere motorisch wertvolle Aufgaben mit Racket und Ball. Eine bewährte Auswahl davon wurde als Bestandteil des Gesamtkonzepts in der «Street Racket Challenge» zusammengefasst. Diese Übungsanordnung, in der alleine mit Racket und Ball an diversen Posten selbständig trainiert wird und welche direkte qualitative und quantitative Feedbacks liefert, kann auf [www.streetracket.com](http://www.streetracket.com) unter Downloads kostenlos bezogen werden. Ähnliche Bewegungsaufgaben können selbstverständlich auch selber kreiert und weiter entwickelt werden. Jede Aktivität mit Racket und Ball hilft der motorischen Entwicklung, fördert die Hand-Augen-Koordination und damit natürlich auch die Street Racket Grundfertigkeiten.

## Entwickeln von Grundfertigkeiten

### Ball am Leben halten

Alleine, zu zweit oder auch in einer Gruppe einen Ball nach den Prinzipien von Street Racket möglichst lange «am Leben» erhalten und diesen fortlaufend nach oben in die Luft schlagen, einmal springen lassen, und wieder in die Luft schlagen. Mit dieser Methode werden bereits die beiden charakteristischen Grundregeln von Street Racket verinnerlicht und von Anfang an befolgt: Der Ball darf nur von unten nach oben gespielt werden (kein Smash/Downplay) und er muss vor jedem Schlag zuerst einmal den Boden berühren (kein Direktspiel/Volley).



### Zuspielen und Zuwerfen

Bevor sich ein Spieler auf einem richtigen Street Racket Feld und mit dem fortlaufenden Hin- und Herspielen zurechtfindet, kann es sehr hilfreich sein, einzelne Bälle zuzuspielen oder auch zuzuwerfen. Ein geübter Spieler, Trainer oder Lehrer spielt oder wirft dem Anfänger auf dem Street Racket Feld (oder auch auf einer Fläche ohne Markierungen) den Ball präzise und langsam, mit genügend Höhe auf die andere Seite zu. Der Spieler versucht, den Ball nach einmaligem Aufspringen kontrolliert zum Trainer zurückzuschlagen.

## Spielformen ohne Feld

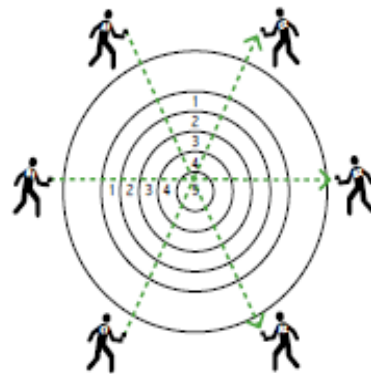
Spielformen ohne Feld bereichern das Gesamtkonzept von Street Racket mit innovativen und spannenden koordinativen Spielideen ausserhalb der charakteristischen Felder mit den drei Quadraten. Einerseits unterstützen diese Anwendungsmöglichkeiten jeden Spieler beim Aufbau und bei der Festigung seiner Fertigkeiten und Fähigkeiten (allgemeine Koordination und spezifisch für Street Racket), andererseits können diese Formen als kreative Einstiegsvarianten in den Rückschlagsport genutzt werden mit einem offenen und spielerischen Charakter. Ein grosses Potential haben diese Spielformen auch im Bildungsbereich, da sie interessante Möglichkeiten für das Lernen in Bewegung eröffnen (u.a. Spracherwerb, Mathematik, Allgemeinwissen). Die separate, vielseitige Übungssammlung für das Lernen in Bewegung mit Street Racket (bewegte, aktive, gesunde und soziale Gestaltung aller Fächer) kann auf [www.streetracket.com](http://www.streetracket.com) erworben werden.

### Boccia

Eine Wiese ist ideal für Street Racket Boccia, da die Bälle nicht wegrollen und das Spiel so bessere Feedbacks zur eigenen Ausführung gibt. Alle Spieler bilden einen grossen Kreis. Ein Spieler spielt mit dem Racket einen anderen Ball (Farbe, Grösse) ins Innere des Kreises. Dieser Ball ist das Zielobjekt. Nun schlagen alle Spieler ihren Street Racket Ball möglichst nahe an den Zielball. In der nächsten Runde (der Kreis kann laufend vergrössert und verkleinert werden für die Differenzierung) darf der Sieger der letzten Runde das Zielobjekt in den Kreis spielen. Eine Wertung kann z.B. mit 3 Punkten für den Sieger, 2 für den Zweiten und 1 Punkt für den Dritten gemacht werden.

## Dart

Zwei Spieler bilden ein Team und stehen sich jeweils auf einem grossen Kreis gegenüber. Mehrere konzentrische Kreise mit aufsteigenden Punkteringen (Empfehlung ca. 40 cm Breite pro Ring) bilden im Innern dieses Kreises eine grosse Dart-Scheibe. Jeder Spieler versucht mit einem gezielten Schlag zur Kreismitte möglichst viele Punkte pro Schlag zu erzielen. Auf der Gegenseite nimmt der Partner den Ball mit der Hand auf und schlägt ihn ebenfalls via Kreismitte zurück zum ersten Spieler. Welches Team schafft mit seinen z.B. 10 Schlägen (5 pro Spieler) am meisten Punkte?

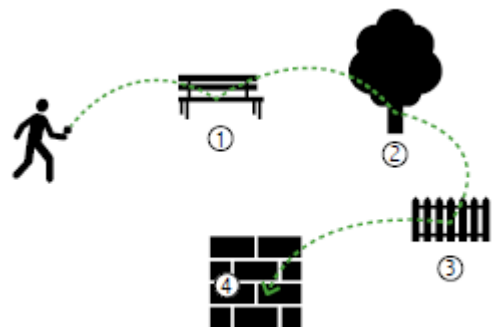


## Varianten

- Abstand verändern: Den äusseren Kreis weiter von der Kreismitte entfernen und Schlagdistanz vergrössern (erschweren) oder auch verkleinern (erleichtern).
- Zahlen-Seilziehen: Zwei Spieler treten gegeneinander an. Beginnend bei beispielsweise 10 Punkten versucht Spieler A 20 Punkte zu erreichen und Spieler B versucht auf 0 Punkte zu kommen. Die Punkte von Spieler A werden jeweils positiv gewertet (Addition), die Punkte von Spieler B negativ (Subtraktion). Wer erreicht zuerst sein Ziel?

## Golf

Zielobjekte werden in einer vorgegebenen Reihenfolge getroffen. Der Ball wird jeweils mit dem Racket geschlagen (direkt aus der Hand oder nach einer Bodenberührung) und darf jederzeit wieder aufgenommen werden. Mit dem Ball in der Hand darf sich ein Spieler nicht weiter bewegen, bis er den nächsten Schlag ausgeführt hat. Wenn ein Objekt mit dem Ball getroffen wurde, wird im Umkreis von maximal 1m (oder ein Schritt in irgendeine Richtung) das nächste Ziel anvisiert und von dieser Stelle aus weitergespielt.



## Varianten

- Anzahl Schläge zählen (Fokus auf Schlagqualität)
- Den Golf Parcours möglichst schnell absolvieren (Fokus auf Intensität)

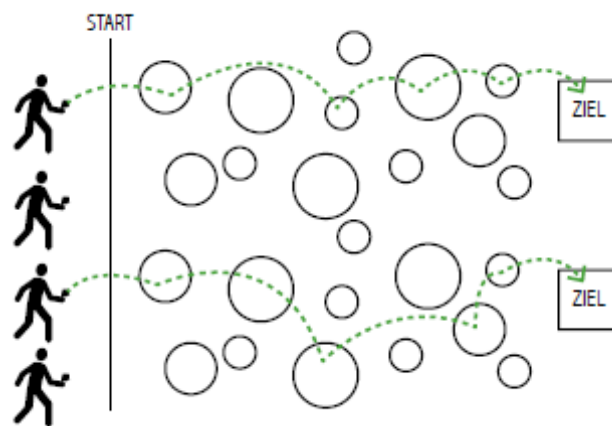
## Inseln

Ab einer Startlinie werden in unregelmässigen Abständen verschieden grosse Kreise (Inseln) auf den Boden gezeichnet. Wer schafft es mit den wenigsten Schlägen bis ins Zielfeld am anderen Ende?

Wer eine Insel trifft, darf diese betreten und von dort aus den nächsten Schlag ausführen. Wird eine anvisierte Insel nicht getroffen, muss ein Spieler so lange auf diese Insel zielen, bis er sie getroffen hat. Auch als 2er-Team abwechselnd spielbar, auf diese Weise können die Bälle jeweils vom Partner gestoppt und zurückgegeben werden. Spielerwechsel jeweils nachdem eine Insel erreicht wurde.

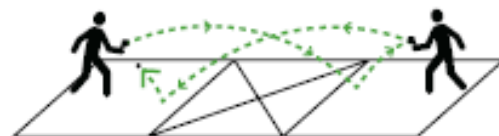
Es können mit verschiedenen Farben diverse Routen (mit unterschiedlichem Schwierigkeitsgrad – kleinere Inseln, grössere Abstände, etc.) gezeichnet werden und mit der entsprechenden Farbe werden die besten Werte notiert (direkt am Ende der Route auf dem Boden) oder das Insel-Spiel wird auf Zeit gespielt. Welcher Spieler oder welches Paar schafft es, innerhalb der Regeln den Ball zuerst ins Zielfeld zu spielen?

Die Inseln können auch mit Buchstaben oder Zahlen versehen werden, wodurch spannende und vielseitige Grundlagen für kognitive Aufgaben und neue Lern-Settings entstehen. Diese sind im Lehrmittel «Lernen in Bewegung mit Street Racket» auf [www.streetracket.com](http://www.streetracket.com) weiter ausgeführt.



## Spielformen im Einzelfeld

Drei gleich grosse Quadrate werden hintereinander aufgezeichnet (Kreide, Farbe, Spray) oder markiert (Klebeband, Sportmarkierungen). Das mittlere Quadrat wird als optische Hilfe mit einem Kreuz markiert und auf diese Weise «gesperrt».



### Grundregeln

Spieler A spielt den Ball jeweils ins Quadrat von Spieler B und umgekehrt. Das mittlere Quadrat wird überspielt und der Ball darf diese Fläche nicht berühren. Im Grundspiel muss der Ball jeweils einmal auf den Boden springen (kein Volley/Direktspiel) und immer von unten nach oben gespielt werden (kein Smash/Downplay).

(Als Variante können die Spieler eine der beiden Regeln oder auch beide ausschalten, in der Tendenz wird das Spiel damit viel schneller und unkontrollierter und der Bewegungsfluss nimmt stark ab.)

Ein Anspiel kann direkt aus der Luft (Ball aus der Hand fallen lassen) oder nach einmaligem Aufspringen am Boden ausgeführt werden. Die Spieler können überall stehen, einzig beim Anspiel müssen dürfen sie die Linie zum mittleren Quadrat nicht berühren oder übertreten.



## Varianten

- Mit der falschen Hand spielen (Beidseitigkeit fördern).
- Einen Ballwechsel mit rechts, den nächsten Ballwechsel mit links spielen.
- Mit zwei Rackets frei spielen oder nur Vorhand- oder Rückhandschläge ausführen.
- Direktspiel (Volley, aber kein Volley-Smash) zulassen und damit das Tempo und den Charakter des Spiels verändern.
- Volley sowie Smash ohne Einschränkungen zulassen (schnellere Abläufe, neue taktische Optionen, aber deutlich viel weniger Spielfluss).

## Wichtig

- Die Grösse des Spielfeldes ist skalierbar und passt sich dem Raumangebot flexibel an. Grössere Felder bedeuten mehr Bewegungsumfang und Intensität, kleinere Felder stellen höhere Ansprüche an Präzision, Feinmotorik und Kontrolle. Für ein Standardfeld wird eine Grösse von 2m pro Quadrat empfohlen, die totale Fläche beträgt dann 2x6m. Aus Sicherheitsgründen sollte vor und hinter dem Feld jeweils mindestens 1.5 Meter freier Raum vorhanden sein.
- Es wird empfohlen, zuerst viele kooperative Formen zu üben und erst in einem nachfolgenden Schritt kompetitiv (Wettkampf) zu spielen. Mit kooperativen (also teamorientierten) Anwendungen werden Ballkontrolle, Sicherheit und Bewegungsfluss unterstützt und somit auch der Aufbau einer echten Spielkultur. Die grössere Anzahl an Ballberührungen sorgt auch dafür, dass die Intensität bzw. der zeitliche Anteil an echter Aktivität erhöht wird. Zudem wird die Konzentration gesteigert und rasche Erfolgserlebnisse werden gefördert, welche bezüglich nachhaltigem und regelmässigem Bewegungsverhalten essenziell sind.

## Doppel

Pro Seite bilden je zwei Spieler ein Team. Die Spieler wechseln sich nach jeder Ballberührung ab und machen dem Partner sofort Platz für seinen Schlag.

Ein Doppel wird kooperativ (welche 2 Teams schaffen den längsten gültigen Ballwechsel als 4er-Gruppe?) oder kompetitiv (welches Team gewinnt das Spiel?) gespielt.

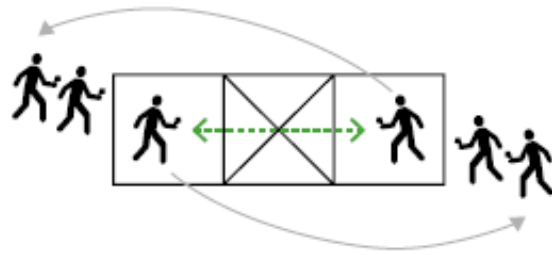


## Varianten

- Alle Spieler benutzen 2 Rackets (Beidhändigkeit fördern), also total 4 pro Seite.
- Mit nur ein Racket pro Seite spielen und das Racket nach dem Schlag sofort dem Partner übergeben (Teamwork, Übersicht, Drucksituation, Spassfaktor).
- Pro Seite darf ein Team zwei Schläge in Serie ausführen:  
Spieler A kann den Ball Spieler B zuspielen vor dem Rückschlag zum anderen Team. Diese Variante verlangsamt/vereinfacht das Spiel und fördert das Teamwork zusätzlich.
- 2 gegen/mit 1 bei ungerader Anzahl von Spielern. Das Doppel und seine Varianten kann auch auf 3 Spieler pro Seite ausgedehnt werden um den Team-Effekt zu verstärken.
- Intensität steigern: Hinter oder neben dem Feld wird eine kleine Markierung angebracht (z.B. Kreuz mit Kreide, Gegenstand am Boden, etc.). Nach jedem Schlag muss der Spieler zuerst diese Markierung umlaufen bevor er wieder an die Reihe kommt. Bei der Markierung können auch weitere Aufgaben (Liegestütze, Rumpfbeugen, Lösung einer Rechenaufgabe, Quizfrage) ausgeführt werden.

## Rundlauf

Auf einer Seite des Felds befinden sich mindestens 2 Spieler, auf der anderen Seite mindestens ein Spieler. Pro Seite können auch mehrere Spieler stehen (Intensität nimmt bei Erhöhung der Spieleranzahl ab). Nach dem Anspiel bzw. nach jedem geschlagenen Ball wechselt der betreffende Spieler die Seite und läuft eine halbe Runde ums Feld. Auf der anderen Seite wartet er, bis



er wieder an der Reihe ist den nächsten Ball zu schlagen. Die Spieler einigen sich auf eine Richtung für das Wechseln der Seite (in der Regel gegen den Uhrzeigersinn; ein Seitenwechsel nach einer gewissen Spieldauer ist sinnvoll).

Rundlauf wird kooperativ (wie oft kann der Ball als Gruppe gültig geschlagen werden) oder kompetitiv (wer scheidet zuletzt aus) gespielt.

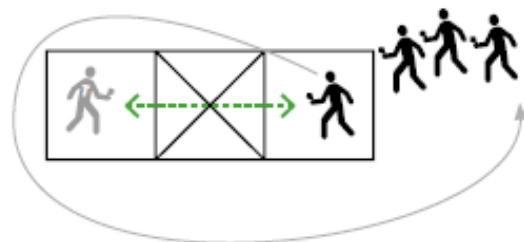
Wenn in der kompetitiven Form (Variante mit Ausscheiden nach einem Fehler) nur noch zwei Spieler übrig sind, spielen sie ein Finalspiel (Einzel) auf eine von der Gruppe vereinbarte Anzahl Punkte. Dem Gewinner werden 3 Punkte, dem Zweiten 2 Punkte und dem letzten im Spiel verbliebenen Spieler vor dem Endspiel ein Punkt gutgeschrieben.

## Organisation

Bei der kompetitiven Form mit Ausscheiden muss ein Spieler, der einen Fehler begeht, das Spielfeld verlassen. Anstatt inaktiv zu sein und auf die nächste Runde zu warten, zeichnen ausgeschiedene Spieler weitere Felder auf und spielen Einzel, Rundlauf oder Doppel bis die aktuelle Runde beendet ist, ein Sieger feststeht und sich alle Spieler für eine neue Runde Rundlauf versammeln. Es finden sich in der Nähe des Hauptspielfeldes immer Flächen für zusätzliche Felder (auch kleinere) oder Anwendungen gegen die Wand.

**Variante** (viele weitere Varianten finden sich im kompletten Lehrmittel)

Rundlauf mit Zuspiel: Damit alle Spieler mit Erfolg im Rundlauf integriert sind (speziell für Anfänger und kleinere Kinder wichtig) und der Übungsfluss bei jedem Niveau aufrecht erhalten bleibt, kann ein Trainer oder ein guter Spieler auf einer Seite stehen und den Ball fortlaufend präzise zuspielen. Die restlichen Spieler befinden sich auf der Gegenseite, führen einen Schlag aus und laufen danach eine ganze Runde ums Feld, bevor Sie sich wieder in der Spieler-Kolonie hinten anstellen. Der Übungsleiter kann den Ball von Hand zuwerfen oder direkt mit dem Racket zuspielen, je nach Niveau der Spieler/Gruppe. In dieser Anwendung wird auch die Intensität gesteigert (dank Bewegungsfluss und doppelter Laufstrecke).

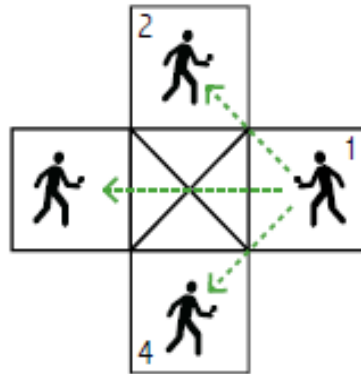


## Spielformen im Kreuzfeld

Verbindet man 2 Einzelfelder zu einem Kreuz, entstehen viele neue Spiel- und Interaktionsmöglichkeiten. Alternativ können die beiden Felder auch weiterhin für doppelte Aktivitäten in separaten Einzelfeldern genutzt werden (Einzel, Doppel, Rundlauf, etc.). Auf diese Weise wird bei ausreichender Fläche noch mehr Bewegung und Kreativität initiiert.

### Quartett

4 Spieler verteilen sich auf die 4 Quadrate des Spielfelds. Jeder Spieler versucht, sein Quadrat zu verteidigen und den Ball in eines der drei anderen Quadrate zu spielen. Wer den Ball nicht in eines der drei anderen Quadrate spielen kann, verliert ein Leben. Das Spiel ist zu Ende, wenn ein Spieler das letzte seiner Leben (z.B. 5) verliert oder wenn einer vorher definierte Zeitdauer abgelaufen ist (wer noch am meisten Leben hat, gewinnt). Es können auch mehr als 4 Spieler am Quartett teilnehmen. Wer einen Fehler macht, verliert ein Leben und gibt sein Feld frei für einen neuen Spieler. Der ausgeschiedene Spieler rotiert in einer Warteschlange bis er wieder an der Reihe ist. Die Spielregeln von Street Racket gelten auch beim Quartett (kein Volley, kein Downplay).



**Varianten** (viele weitere Varianten finden sich im kompletten Lehrmittel)

**Elimination:** Wenn ein Spieler des Quartetts kein Leben mehr hat, scheidet er aus. Gleichzeitig darf auch das dazugehörige Spielfeld nicht mehr angespielt werden. Es bleiben somit für die drei verbleibenden Spieler noch drei Quadrate als Spielfläche und anschliessend wird das Endspiel in den letzten beiden Feldern ausgetragen.

### Königsspiel

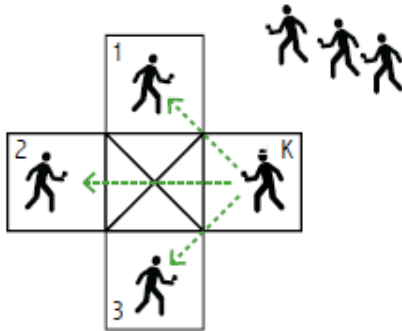
4 Spieler verteilen sich auf die 4 Quadrate des Spielfelds. Jeder Spieler versucht, sein Quadrat zu verteidigen und den Ball in eines der drei anderen Quadrate zu spielen. Wer einen Fehler macht muss zurück auf Feld 1 und die frei gewordenen Felder werden von unten her aufgefüllt. Bei mehr als vier Spielern begibt sich der ausgeschiedene Spieler vor einem erneuten Versuch aufzusteigen in eine kurze Warteschlange.

Wer schafft es, ins Königsfeld aufzusteigen und dort in einer definierten Zeit am meisten Punkte zu sammeln? Pro Ballwechsel, bei dem der König im Spiel bleiben kann, erhält er einen Punkt. Das Spiel wird auf eine gewisse Anzahl Punkte oder während einer vorher definierten Zeitdauer gespielt. Die Spielregeln von Street Racket (kein Volley, kein Downplay) gelten auch beim Königsspiel.

Das Königsspiel ist ideal für 4 bis 7 Spieler auf einem Kreuzfeld. Bei 8 oder mehr Spielern wird aus Sicht der Bewegungsförderung empfohlen, ein weiteres Street Racket Kreuzfeld zu zeichnen und die Gruppe zu halbieren, damit mehr individuelle Aktivität ermöglicht wird.

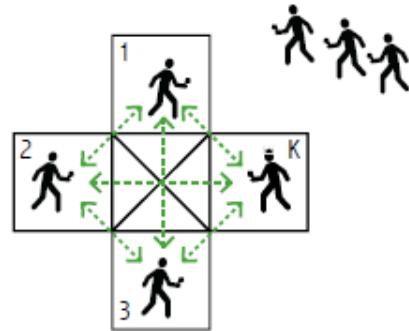
### 1. Anspiel

Immer vom König zu Spieler 1, Spieler 2 oder Spieler 3.



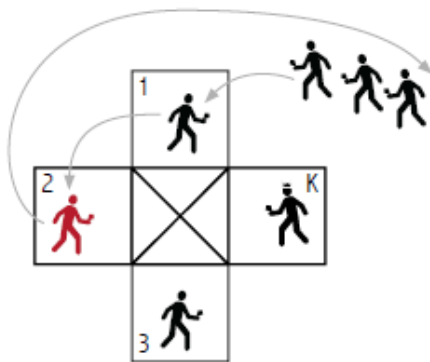
### 2. Weiterspielen

Beliebig von jedem Spieler zu jedem möglich.



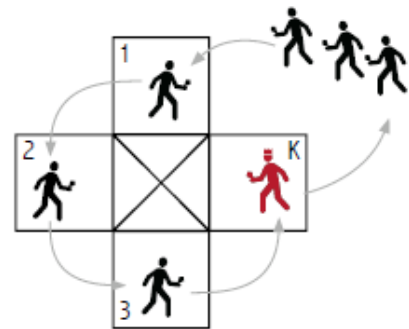
### 3a. Beispiel Fehler Spieler 2

Spieler 2 scheidet aus und stellt sich hinten an (oder begibt sich bei 4 Spielern auf Feld 1). Spieler 1 rückt auf Feld 2 nach. Der König bleibt auf dem Thron.



### 3b. Beispiel Fehler König

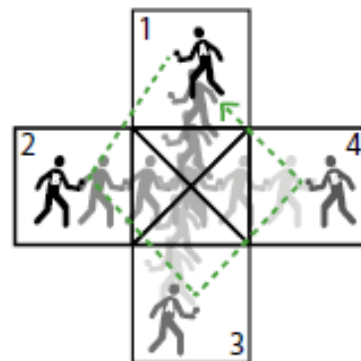
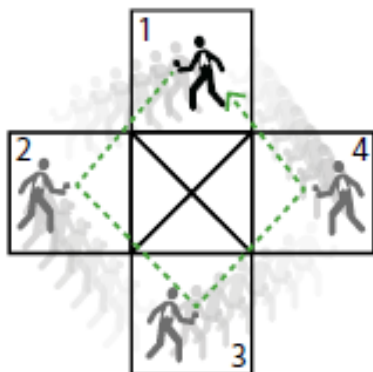
Der König scheidet aus und stellt sich hinten an. Alle Spieler rücken nach. Der König behält seine bisherigen Punkte. Spieler 3 wird neuer König und hat nun die Chance, Punkte zu sammeln.



## Ballstaffetten

Solo-Ballstaffette: Wie oft schafft es ein Spieler, reihum jedes Feld anzuspielen?

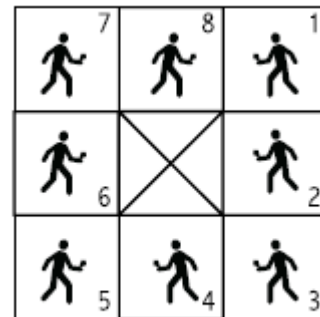
Duo-Ballstaffette: Wie lange schaffen es 2 Spieler, abwechselnd jedes Feld reihum anzuspielen? Dabei bewegt sich Spieler A jeweils zwischen 2 Feldern hin und her und Spieler B zwischen den anderen beiden Feldern.



## Maxi-Feld

Die vier «leeren» Ecken ausserhalb eines Kreuzfeldes werden mit jeweils zwei zusätzlichen Linien ebenfalls eingezeichnet und in das Spielkonzept integriert. Auf diese Weise entsteht ein neues, grosses Quadrat mit der identischen Mittelzone sowie bis zu 8 anstatt den bisherigen 4 Spielfeldern. Diese Ausgangslage bietet erneut viele zusätzliche Übungsoptionen sowie Raum für weitere Spieler und grössere Gruppen.

Je nach Anwendungsform und Anzahl von gesperrten Feldern werden die Schläge länger und müssen mit mehr Zug gespielt werden, da sich die Zielfelder weiter voneinander entfernt befinden (diagonal).

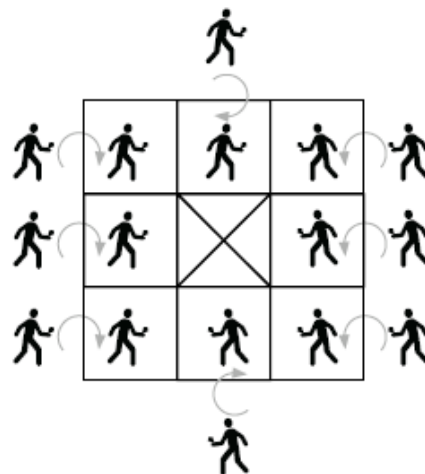


### 8er- und 16er-Spiel

In jedem der 8 Quadrate steht ein Spieler.

Spielregeln analog Quartett Pro Quadrat/Zielfeld können sich jeweils 2 Spieler abwechseln, womit total 16 Spieler involviert sind.

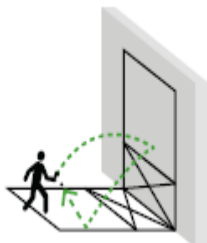
Um die Intensität zu steigern bei der grossen Anzahl Spieler (16er Spiel) können ausserhalb des Feldes in einer gewissen Distanz Markierungen am Boden angebracht werden, um die ein Spieler nach dem Schlag laufen muss während sein Partner das Feld abdeckt.



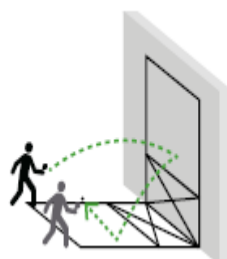
## Spielformen an die Wand

Die Grundformen wie Einzel, Doppel oder Rundlauf können gegen eine Wand gespielt werden. Zusätzlich können die Spieler auf diese Weise auch alleine üben. Spielformen gegen eine Wand benötigen weniger Grundfläche und eignen sich insbesondere auch für den Indoor-Einsatz. Ein Street Racket Basisfeld wird zur Hälfte an einer Wand markiert, die andere Hälfte bleibt am Boden. Dadurch entsteht neben einem Zielfeld am Boden eines an der Wand, wo der Ball hineingespielt werden muss. Die Grundformen können wie immer kooperativ oder kompetitiv gespielt werden.

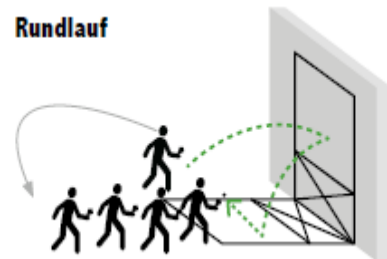
Alleine



Einzel



Rundlauf



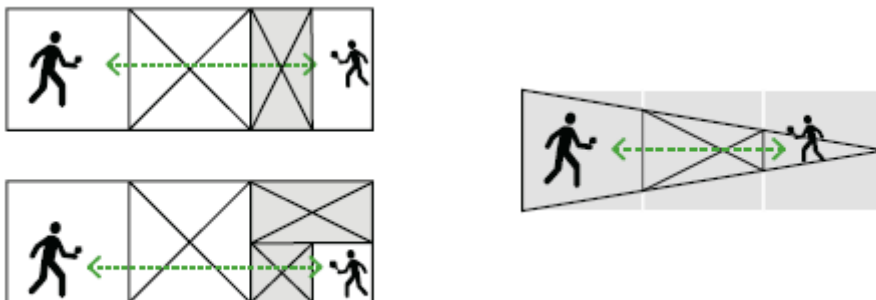
# Methodische Tipps

## Individualisierung

Das Street Racket Konzept sorgt im Grundsatz bereits dafür, dass alle Menschen damit angesprochen und auch erreicht werden können. Die Regeln, das Material und die flexiblen Anwendungsformen sorgen dafür, dass rasch auf allen Könnens-Stufen ein flüssiges Spiel entsteht. Sollten die Niveau-Unterschiede zwischen einzelnen Spielern dennoch sehr gross sein, bieten sich einfache methodische Tricks an, um das Spiel für beide Seiten interessanter zu machen und die Ausgangslage auszugleichen. Jeder Spieler erhält dadurch eine echte Challenge und wird gemäss seiner aktuellen Spielstärke gefordert, was auch die Motivation erhöht.

Die Veränderung der Spielflächen für eine bessere Chancengerechtigkeit hat mehrere positive Effekte:

- Beim besseren Spieler wird die Konzentration und Präzision gefördert.
- Der bessere Spieler muss sich mehr bewegen als der schwächere Spieler.
- Der schwächere Spieler kann sich vollkommen auf den Schlagablauf konzentrieren, da er die Bälle zugespielt bekommt.
- Der schwächere Spieler hat mehr Spielraum/Fläche zum Platzieren der Bälle, da er noch nicht so präzise agieren kann wie sein Gegenüber.

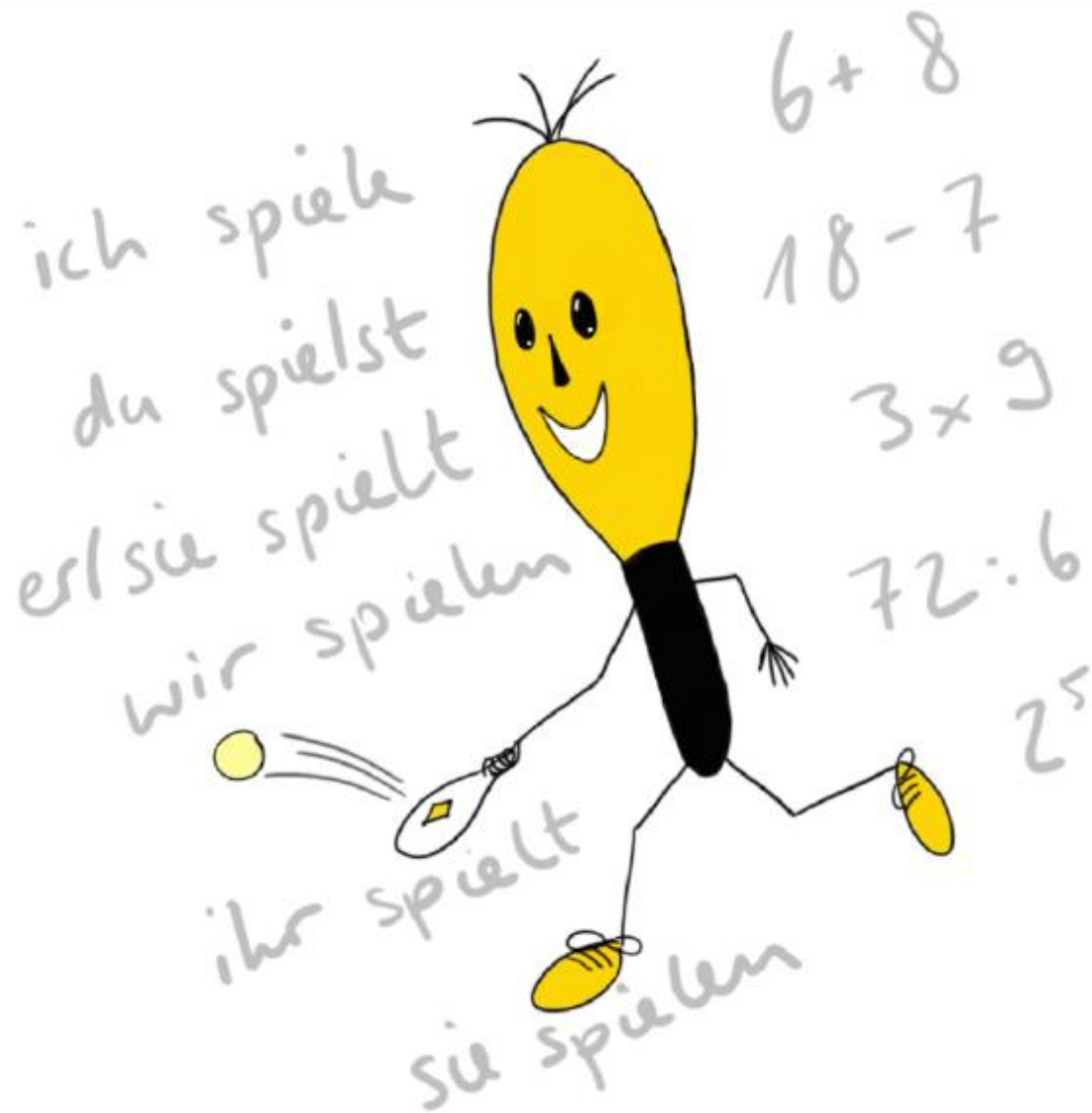


## Optionen zum Erreichen von Chancengleichheit

Das Spielfeld des stärkeren Spielers wird vergrössert, mit ähnlichen Effekten wie oben erwähnt.

- Der schwächere Spieler darf optional einen Kontrollschlag ausführen um sich aus schwierigen Situationen zu befreien und das Tempo zu reduzieren (Kontrollschlag: siehe nachfolgendes Kapitel).
- Der stärkere Spieler muss mit der schwächeren Hand spielen oder nach jedem Schlag das Racket von der einen in den andere Hand wechseln.
- Der stärkere Spieler muss seine Bälle auf einer gewissen minimalen Höhe schlagen (z.B. mind. Schulterhöhe oder Kopfhöhe am höchsten Punkt der Flugbahn), damit wird der Druck reduziert und es ist einfacher, den Ball wieder zu retournieren.
- Der stärkere Spieler muss nach dem Schlag jeweils eine Zusatzaufgabe lösen (Markierung berühren für mehr Laufarbeit, einmal um die eigene Achse drehen etc.).

# Bewegtes Lernen mit Street Racket



# Bewegtes Lernen mit Street Racket

Eingehend eine Information für Schulen (aber auch für Vereine und andere Organisationen), welche in einer ersten Phase Street Racket „nur“ als Bewegungsspiel eingeführt haben: Zur Vertiefung und Erweiterung der Street Racket Anwendungen im Bildungsbereich wird das Lehrmittel «Street Racket für das Lernen in Bewegung» empfohlen, welches [auf dem Webshop von streetracket.com](http://www.streetracket.com) erhältlich ist.

Auf spielerische Art und Weise wird das Street Racket Konzept für «Brain Fitness», für kognitive Prozesse und den fächerübergreifenden Unterricht genutzt, zum Beispiel in der Mathematik, im Spracherwerb oder im allgemeinbildenden Unterricht. Anbei ein paar Beispiele, wie das Lernen bewegt, motiviert, sozial und gesund gestaltet werden kann.

Der Einsatz von Ball und Schläger ermöglicht den Lehrpersonen abwechslungsreiche Herangehensweisen an Themen in den Bereichen Mathematik, Sprache und Natur, Mensch und Gesellschaft. Und für den Schulalltag eröffnen sich neue Wege zur Gestaltung von Bewegungspausen. Street Racket soll nicht nur den Schulsport bereichern, sondern den gesamten Lebensraum Schule aktivieren und damit auch zum Thema für das gesamte Schulpersonal werden! Fachlehrer, Klassenlehrer, Betreuungspersonal, Psychomotorik, Sozialarbeit, uvm.

Weitere Pluspunkte bei der Anwendung von Street Racket für «Bewegtes Lernen» sind:

- viele zusätzliche soziale Interaktionen im Schulalltag und Beitrag zu gutem Schulklima
- Möglichkeit für alle, die einfachen und wirksamen Übungen und Anwendungen auch zu Hause (u.a. Gestaltung von Hausaufgaben) und mit Freunden und der Familie zu erleben

Es macht Sinn, Street Racket zuerst als Bewegungsspiel einzuführen, damit spielerische Grundlagen erarbeitet werden können. Einfache Übungsformen sowie die Vertiefung in diverse Spiele bilden die Basis für den späteren Einsatz von Street Racket als Instrument für den bewegten Unterricht. Die Anwendungen, welche in verschiedenen Bereichen spezifisch und unspezifisch auf diverse schulische Themen angewandt werden können, funktionieren besser, wenn gewisse Fertigkeiten vorhanden sind. Die Übungskarten sind direkt 1:1 umsetzbar und sollen darüber hinaus auch zu eigenen Anwendungsformen und Ideen inspirieren.

Ergänzt werden die Übungskarten durch Angaben zu den entsprechenden fachlichen und überfachlichen Kompetenzen gemäss dem [Schweizer Lehrplan 21](#).

Anbei sind ein paar Ausschnitte aus dem Lehrmittel „Bewegtes Lernen mit Street Racket“ aufgeführt, welche als Inspiration dienen sollen, die Wirkung von Street Racket über den Schulsport hinaus zu verankern, und auch Lust auf eine praxisnahe und teamorientierte Einführung dieses Lehrmittels an der eigenen Schule machen.

## Urheberrecht beachten!

Alle Rechte der Wiedergabe dieses Lehrmittels zur beruflichen Weiterbildung, auch auszugsweise und in jeder Form, liegen bei den Urhebern. Vervielfältigungen, Fotokopien, Übersetzungen, Mikroverfilmungen, elektronische und optische Speicherung sowie Verarbeitung ohne schriftliche Genehmigung durch die Urheber sind nicht zulässig. Der Eigentümer hat dafür Sorge zu tragen, dass dies auch nicht durch Dritte geschieht.

**Wir wünschen gutes Gelingen bei den Anwendungen und als Resultat davon viele motivierte und bewegte Kids im Unterricht oder auch geistig fitte Senioren!**



Zyklus 1: Kindergarten, 1. & 2. Klasse

Zyklus 2: 3. - 6. Klasse

Zyklus 3: 7. - 9. Klasse

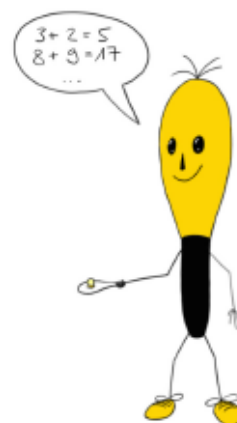
## Balancierend üben

### ZIEL

Die Schüler unterstützen ihre Lernfähigkeit durch koordinative Übungen.

### MATERIAL

Schläger, Bälle  
Aufgabenblatt mit Lösungen



### DURCHFÜHRUNG

Die Schüler versuchen beim Lösen einer Aufgabe (z.B. Abfragen von Vokabular, Kopfrechnen etc.) gleichzeitig einen Ball zu balancieren. Hierbei hat jeweils ein Schüler das Blatt mit den Fragen und Antworten in der Hand, während einer oder mehrere andere Schüler den Ball balancieren und auf die Frage antworten.

### VARIATION

- Als Erschwerung kann der Ball auch jongliert, gegen die Wand gespielt oder der Schläger in der schwächeren Hand gehalten werden.
- Fortgeschrittene Schüler können den Ball auch als Paar hin- und herspielen und mit der freien Hand das Aufgaben- oder Lösungsblatt halten.

### FACHSPEZIFISCHE KOMPETENZEN

Für Bewegung und Sport:  
3A | Körperwahrnehmung  
4A | Bewegungsspiele

### ÜBERFACHLICHE KOMPETENZEN

- Dialog- und Kooperationsfähigkeit: Sich mit Menschen austauschen, zusammenarbeiten
- Aufgaben/Probleme lösen: Lernstrategien erwerben, Lern- und Arbeitsprozesse planen, durchführen und reflektieren



Zyklus 1: Kindergarten, 1. & 2. Klasse  
 Zyklus 2: 3. - 6. Klasse  
 Zyklus 3: 7. - 9. Klasse

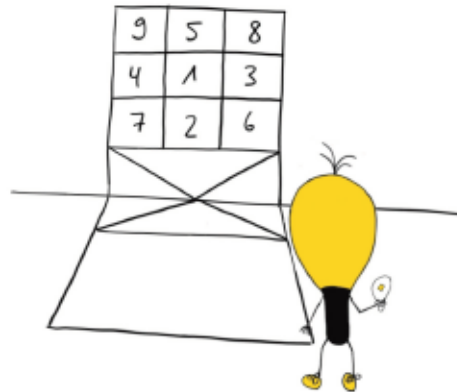
## Turbo-Kopfrechnen (Wandfeld)

### ZIEL

Die Schüler üben spielerisch das Kopfrechnen.

### MATERIAL

Schläger, Bälle  
 Wandfeld



### DURCHFÜHRUNG

Die Schüler spielen zu zweit oder in einer Gruppe. An der Wand sind Zahlen notiert (z.B. 1 bis 9). Der Schüler, welcher den Ball schlägt, muss jeweils die von ihm getroffene Zahl zum bisherigen Ergebnis addieren, während der nächste Schüler den Ball wieder an die Wand spielt.

Die Lehrperson setzt jeweils eine Limite, bei der das Spiel endet und gegebenenfalls wieder von vorne begonnen wird (z.B. 100 bei Addition). Landet der Ball im Aus, wird ebenfalls wieder von vorne begonnen.

### VARIATION

- Das Feld am Boden kann halbiert werden, wobei nun die beiden Hälften mit einem «+» und einem «-» markiert werden. Je nachdem in welchem Feld der Ball nun landet, wird die nächste getroffene Zahl addiert oder subtrahiert.
- Die Übung kann als Wettkampf zwischen den einzelnen Schülern gespielt werden. Wer einen Rechenfehler begeht oder seinen Ball ins Aus spielt, bekommt einen Punkt abgezogen. Ein dritter Schüler amtiert als Schiedsrichter und zählt dabei die Punkte im Spiel.
- Die Übung kann als Wettkampf zwischen einzelnen Paaren oder Gruppen ausgetragen werden. Wer erzielt in fünf Versuchen das höchste Resultat?

### FACHSPEZIFISCHE KOMPETENZEN

1A | Operieren und Benennen  
 1B | Erforschen und Argumentieren  
 1C | Mathematisieren und Darstellen

Zusätzlich für Bewegung und Sport:

3A | Körperwahrnehmung  
 4A | Bewegungsspiele

### ÜBERFACHLICHE KOMPETENZEN

- Dialog- und Kooperationsfähigkeit: Sich mit Menschen austauschen, zusammenarbeiten
- Aufgaben/Probleme lösen: Lernstrategien erwerben, Lern- und Arbeitsprozesse planen, durchführen und reflektieren



Zyklus 1: Kindergarten, 1. & 2. Klasse  
 Zyklus 2: 3. - 6. Klasse  
 Zyklus 3: 7. - 9. Klasse

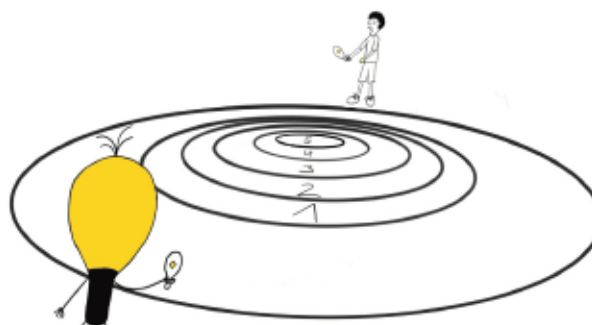
## Punkte sammeln

### ZIEL

Die Schüler üben spielerisch das Kopfrechnen.

### MATERIAL

Schläger, Bälle  
 Spielfeld Dartscheibe



### DURCHFÜHRUNG

Die Schüler treten zu zweit gegen andere Paare an, wobei alle dasselbe Spielfeld benutzen. Im Spielfeld «Dartscheibe» sind von aussen nach innen zunehmend höhere Zahlen eingezeichnet. Die Schüler stellen sich (um einen äusseren Kreis stehend) einander gegenüber auf und versuchen, mit einer vorgegebenen Anzahl Schläge oder innerhalb einer festgelegten Zeitspanne möglichst viele Punkte zu sammeln. Je näher der Ball bei der Kreismitte (Bull's Eye) auftrifft, desto höher ist die Punktzahl/der markierte Wert. Die getroffenen Punkte werden addiert. Das Paar, welches am meisten Punkte erzielt, hat gewonnen. Der Ball wird vor jedem Schlag von Hand aufgenommen und dann wieder konzentriert und kontrolliert zum Partner zurück gespielt.

Um die Übersicht zu behalten, vor allem bei jüngeren Schülern, ist es sinnvoll wenn einer der Schüler laufend die Anzahl Schläge und der andere die gemeinsam erzielten Punkte zählt.

### VARIATION

- Die Anzahl «Ringe» sowie deren Werte, der Zahlenraum und die Rechenoperationen können verändert werden (z.B. die getroffene Zahl immer mit 3 multiplizieren). Der Spielleiter oder die Lehrperson kann neue oder veränderte Operationen für alle gut sichtbar mit Kreide direkt neben die Dartscheibe schreiben.

### FACHSPEZIFISCHE KOMPETENZEN

- 1A | Operieren und Benennen
- 1B | Erforschen und Argumentieren
- 1C | Mathematisieren und Darstellen

Zusätzlich für Bewegung und Sport:

- 3A | Körperwahrnehmung
- 4A | Bewegungsspiele

### ÜBERFACHLICHE KOMPETENZEN

- Dialog- und Kooperationsfähigkeit: Sich mit Menschen austauschen, zusammenarbeiten
- Aufgaben/Probleme lösen: Lernstrategien erwerben, Lern- und Arbeitsprozesse planen, durchführen und reflektieren



Zyklus 1: Kindergarten, 1. & 2. Klasse

Zyklus 2: 3. - 6. Klasse

Zyklus 3: 7. - 9. Klasse

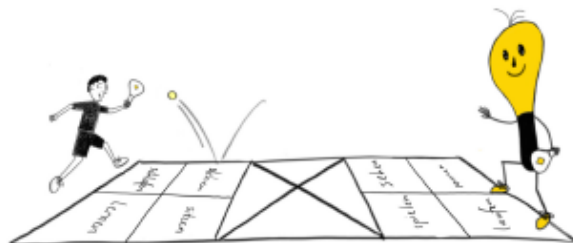
## Konjugieren nach Verben

### ZIEL

Die Schüler üben spielerisch das Konjugieren von Verben.

### MATERIAL

Schläger, Bälle  
Einzelfeld



### DURCHFÜHRUNG

Die Schüler spielen zu zweit auf einem Einzelfeld. Auf dem Spielfeld sind Verben notiert. Die Schüler spielen den Ball hin und her und konjugieren jeweils das Verb, welches der Ball getroffen hat, d.h. der Schüler, welcher schlägt, muss jeweils das zuvor getroffene Verb konjugieren, nachdem er den Ball zurückgespielt hat und bevor dieser auf der Gegenseite wieder den Boden berührt.

Begonnen wird das Spiel jeweils mit der 1. Person Singular, fliegt der Ball in das Aus (Mittelzone, Seitenaus) wird die Person gewechselt.

### VARIATION

- Statt die Verben in den Feldern einzutragen, wird ein Verb vorgegeben und von der 1. Person Singular bis zur 3. Person Plural konjugiert. Bei einem Fehler (Konjugation, Ball im Aus) wird wieder von vorne begonnen. Wird die ganze Konjugation geschafft, wechselt das Verb.
- Statt nach dem Zurückspielen können die Schüler das Verb vor dem Zurückspielen konjugieren. Die stark verkürzte Denkzeit erschwert die Übung.
- Diese Übung eignet sich hervorragend als Rundlaufform. Nach dem Zurückspielen/Konjugieren des Verbes laufen die Schüler jeweils auf die andere Seite und schliessen sich dort der Reihe an. So wird die Übung intensiver.

### FACHSPEZIFISCHE KOMPETENZEN

5A | Verfahren und Proben  
5D | Grammatikbegriffe  
5F | Sprachlernreflexion (Fremdsprachen)

Zusätzlich für Bewegung und Sport:  
3A | Körperwahrnehmung  
4A | Bewegungsspiele

### ÜBERFACHLICHE KOMPETENZEN

- Dialog- und Kooperationsfähigkeit: Sich mit Menschen austauschen, zusammenarbeiten
- Aufgaben/Probleme lösen: Lernstrategien erwerben, Lern- und Arbeitsprozesse planen, durchführen und reflektieren



Zyklus 1: Kindergarten, 1. & 2. Klasse  
 Zyklus 2: 3. - 6. Klasse  
 Zyklus 3: 7. - 9. Klasse

## Artikelspiel

### ZIEL

Die Schüler festigen den Umgang mit Artikeln und erweitern ihren Wortschatz.

### MATERIAL

Schläger, Bälle  
 Kreuzfeld



### DURCHFÜHRUNG

Die Schüler spielen sich den Ball zu viert von einem Feld ins nächste im (Gegen-)Uhrzeigersinn. Der Spielleiter oder die Lehrperson gibt einen Artikel (der, die, das) vor, und jeder Schüler nennt beim Schlag laut ein Wort mit dem entsprechenden Artikel (die Frau, die Wiese, die Hoffnung etc.). Bei einem Fehler (kein Wort gefunden, Ball im Aus) wechselt der Artikel.

### VARIATION

- Die Übung kann als Wettkampf zwischen einzelnen Gruppen ausgetragen werden. Wie viele Wörter am Stück findet eine Gruppe?
- Statt ein neues Wort zu nennen, bildet jeder zweite Spieler den Plural des vom vorherigen Spieler genannten Wortes (la pizza - le pizze, la casa - le case etc.).

### FACHSPEZIFISCHE KOMPETENZEN

5A | Verfahren und Proben  
 5D | Grammatikbegriffe  
 5F | Sprachlernreflexion (Fremdsprachen)

Zusätzlich für Bewegung und Sport:

3A | Körperwahrnehmung  
 4A | Bewegungsspiele

### ÜBERFACHLICHE KOMPETENZEN

- Dialog- und Kooperationsfähigkeit: Sich mit Menschen austauschen, zusammenarbeiten
- Aufgaben/Probleme lösen: Lernstrategien erwerben, Lern- und Arbeitsprozesse planen, durchführen und reflektieren



Zyklus 1: Kindergarten, 1. & 2. Klasse

Zyklus 2: 3. - 6. Klasse

Zyklus 3: 7. - 9. Klasse

## Ereignisinseln

### ZIEL

Die Schüler können Bilder und Begriffe verschiedenen Themen zuordnen.

### MATERIAL

Schläger, Bälle  
Spielfeld Inselspiel  
Kreide o. Reifen & beschriftete Zettel



### DURCHFÜHRUNG

Auf dem Boden sind in unregelmässigen Abständen Reifen oder mit Kreide gezeichnete Kreise verteilt. In diesen «Inseln» sind Überbegriffe eines Themas (z.B. Jahrhunderte, Länder etc.) aufgezeichnet. Die Schüler verteilen sich um die Inseln und balancieren den Ball auf dem Schläger. Nun nennt die Lehrperson Stichworte zu den einzelnen Überbegriffen und die Schüler laufen mit dem Ball auf dem Schläger zu der Insel, in welcher sie die korrekte Antwort vermuten, lassen den Ball vom Schläger in die Insel fallen und nehmen ihn wieder auf. Anschliessend an die Auflösung können die Schüler mit Kreide auf der Seite des Spielfeldes ihren Namen und Striche für die korrekten Antworten machen.

### VARIATION

- Als Erschwerung können die Schüler den Ball zur Zielinsel jonglieren (mit oder ohne Zwischenkontakt auf dem Boden).
- Die Übung kann in Paaren durchgeführt werden. Die Schüler versuchen die Insel durch Zusprielen zu erreichen. Der Schüler, der die Insel erreicht, kann den Ball mit der Hand fangen.
- Die Übung kann auch gut für andere Themenbereiche eingesetzt werden (z.B. Anatomie des Menschen).

### FACHSPEZIFISCHE KOMPETENZEN

9 | Zeit, Dauer und Wandel - Geschichte und Geschichten unterscheiden

Zusätzlich für Bewegung und Sport:

3A | Körperwahrnehmung

4A | Bewegungsspiele

### ÜBERFACHLICHE KOMPETENZEN

- Dialog- und Kooperationsfähigkeit: Sich mit Menschen austauschen, zusammenarbeiten
- Aufgaben/Probleme lösen: Lernstrategien erwerben, Lern- und Arbeitsprozesse planen, durchführen und reflektieren

