

Inhalt

Vorwort

5

1 Einführung

1.1	Wissenswertes	6
1.2	Was versteht man unter kleinen Spielen?	7
1.3	Kleine Spiele im Sekundarbereich I	8
1.4	Merkmale der Laufspiele, Fangspiele und Staffeln	10
1.5	Kerncurricula, Lernziele und Kompetenzen	12
1.6	Hinweise zur Organisation und Durchführung	14

2 Laufspiele

– Allein, zu zweit und in der Gruppe um die Wette laufen

Übersicht		18
2.1	Grundform Laufspiele – Massenwettlauf	19
2.2	Linienlauf	22
2.3	Frühstarter	25
2.4	Anhängerlauf	28
2.5	Pulsfrequenzlauf	31
2.6	Zeitschätzlauf	34
2.7	Wettlauf mit Seilspringen	37
2.8	Gruppenwettlauf	40
2.9	Sprinter mehrkampf	43
2.10	Zahlenwettlauf – Grundform	46
2.11	Zahlenwettlauf stern- und kreisförmig	49
2.12	Zeitgefühlsschulung	53
2.13	Schüler als Wendemal	56
2.14	Konterläufe	59

3 Fangspiele

– Fänger versucht, Läufer abzuschlagen

Übersicht		62
3.1	Grundform Fangen	63
3.2	Wer fängt am schnellsten	66
3.3	Fang den Vordermann	68
3.4	Fang den Fänger	70
3.5	Fangen in Dreiergruppen	72

3.6	Mannschaftsfangen	75
3.7	Kreuzfangen	78
3.8	Einmauern	80
3.9	Katze und Maus	82
3.10	Irrgarten	84
3.11	Fangen auf Zeit	87
3.12	Seitenwechsel mit Fangen	90
3.13	Ball holen mit Fangen	93
3.14	Fangen und Sperren	96

4 **Staffeln**

– Für die Mannschaft um die Wette laufen

Übersicht	99	
4.1	Grundform Pendelstaffel	100
4.2	Austauschstaffel	104
4.3	Umkehrstaffel	107
4.4	Viereckstaffel	110
4.5	Liegestützstaffel	113
4.6	Transportstaffel	116
4.7	Staffel zu dritt	119
4.8	Wettwanderballstaffel	123
4.9	Biathlonstaffel	126
4.10	Brückenbaustaffel	129
4.11	Endlose Staffel	132
4.12	Staffel mit Rollbrett	135
4.13	Koordinationsstaffel mit Bank und Ball	138
4.14	Staffel mit Haushaltsrollen	141