



Kegelspiele in der Halle

Spiel und Spaß – nicht nur auf der Kegelbahn

Vorbemerkungen/Ziele

Einen Ball, eine „Bahn“ und neun Kegel findet man in fast jeder Sporthalle. Es gibt hunderte von Kegelspielen, die jederzeit und ohne viel Aufwand in die Halle übertragbar sind. Es bedarf keiner oft aufwendigen Organisation einer Kegelbahn, verbunden mit der Frage, können alle problemlos dorthin kommen. Oftmals ist der Besuch einer Kegelbahn auch mit Essen von Seiten des Betreibers verbunden. Spielfreude, Wettkampffeeeling und Teamgeist können auch in der Sporthalle bei spannenden Spielen entstehen. Genau das steht im Mittelpunkt dieser Stunde. Die Förderung der koordinativen Fähigkeiten, wichtig in allen Altersstufen, wird in Spielformen verpackt und sorgt für Abwechslung im Sportalltag.

Stundenverlauf und Inhalte

EINSTIMMUNG (20 Minuten)

● Freestyle

- ☉ Jede/r TN bekommt einen Ball. Die TN bewegen sich frei durch die Halle.

Die TN probieren aus, was alles mit dem Ball möglich ist:

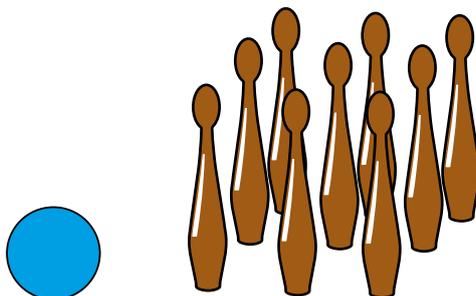
- Den Ball hochwerfen und fangen
- Den Ball gegen die Hallenwand werfen und fangen
- Den Ball über den Boden rollen und wieder aufnehmen
- Usw.

Die TN können auch noch andere Möglichkeiten erfinden und ausprobieren.

● Rollen, zielen, treffen

- ☉ 6 Stationen werden mit den TN gemeinsam in der Halle verteilt aufgebaut.
 - Die TN bilden Kleingruppen à 4 Personen.
 - Jede Kleingruppe bekommt einen Gymnastikball oder leichten Medizinball (max. 800 g).
 - Die Kleingruppen durchlaufen die verschiedenen Stationen.
 - Die TN können die Stationen frei wählen.

- ☉ Die TN durchlaufen folgende Stationen in ihrer Kleingruppe.



Rahmenbedingungen

Zeit:

90 Minuten

Teilnehmer/innen (TN):

16 Erwachsene (Frauen und Männer) und Jugendliche

Material:

Bälle (Gymnastikbälle und Medizinbälle), Kegel oder große (Joghurt-)Becher, Langbänke, kleiner Kasten, Klebeband, Buchstaben, ein Plakat für jedes Team

Ort:

Sporthalle

Absichten und Hinweise

- ☉ Gewöhnung an das Spielmaterial (Gymnastikball oder Medizinball), Förderung der Kreativität

- ☑ Im Vorfeld einen Lageplan der einzelnen Stationen in der Halle auf ein großes Plakat malen.

- ☑ Den Abwurfpunkt mit einem Klebeband markieren

- ☉ Vorbereitung auf die Kegelspiele: Zielen, Abstand einschätzen und die richtige Kraft einsetzen
Förderung der Differenzierung und Zielgenauigkeit

- ☑ Zwei TN einer Kleingruppe üben, die anderen beiden bauen die Becher/Kegel wieder auf.

Spiele
09.2015

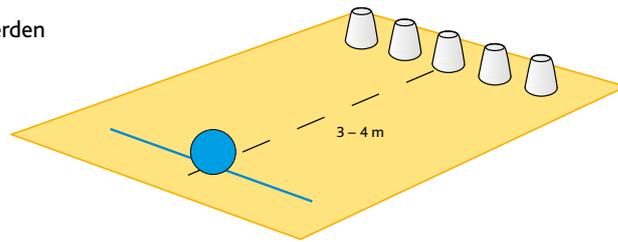
Stundenverlauf und Inhalte

Absichten und Hinweise

Station 1: Becher abtreffen

Im Abstand von 3–4 m von einem Abwurfpunkt werden 5 große Joghurtbecher nebeneinander aufgestellt.

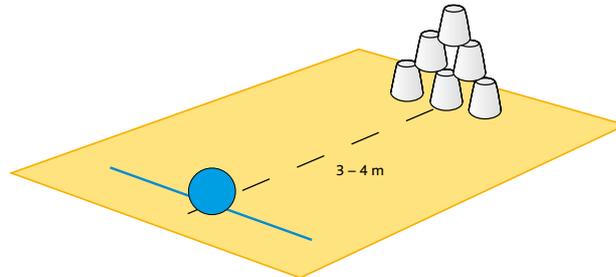
Aufgabe: Die Joghurtbecher mit dem Ball treffen.



Station 2: Pyramidenwurf

Im Abstand von 3–4 m von einem Abwurfpunkt werden 6 große Joghurtbecher zu einer Pyramide gestapelt.

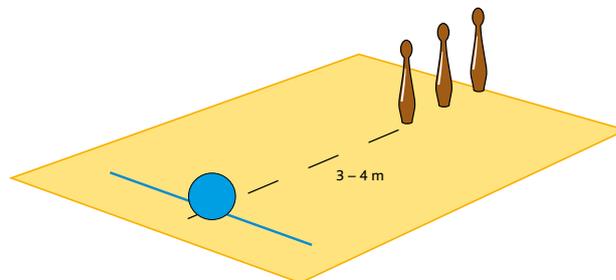
Aufgabe: Die Joghurtbecher mit dem Ball treffen.



Station 3: Kegel abräumen

Im Abstand von 3–4 m von einem Abwurfpunkt werden 3 Kegel hintereinander aufgestellt.

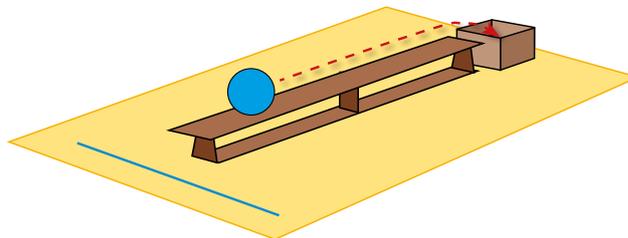
Aufgabe: Die Kegel mit dem Ball abräumen.



Station 4: Kasten treffen

Eine Langbank und am Ende einen umgedrehten kleinen Kasten aufstellen.

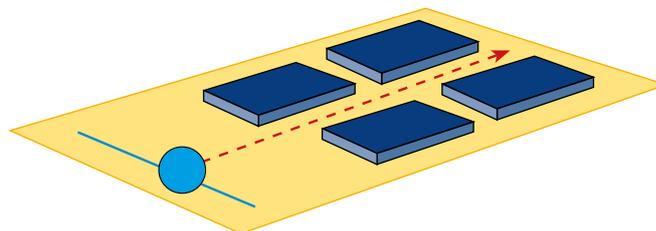
Aufgabe: Den Ball so über die Langbank rollen, dass er in den Kasten fällt.



Station 5: Gassen rollen

Mit 4 Turnmatten/Gymnastikmatten eine Gasse bilden.

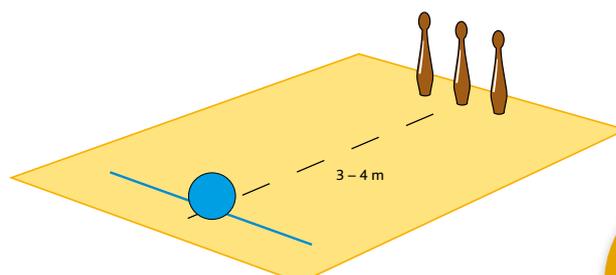
Aufgabe: Den Ball durch die Gasse rollen.



Station 6: Kegel-Einzelschuss

Im Abstand von 3–4 m von einem Abwurfpunkt werden 3 Kegel nebeneinander aufgestellt.

Aufgabe: Die Kegeln einzeln nacheinander treffen.



⦿ Abschließend gemeinsamer Abbau der Stationen.

● = Inhalt, ○ = Organisation, ⊕ = Absicht, ♣ = Hinweis

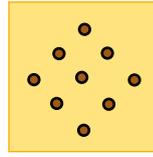


Stundenverlauf und Inhalte

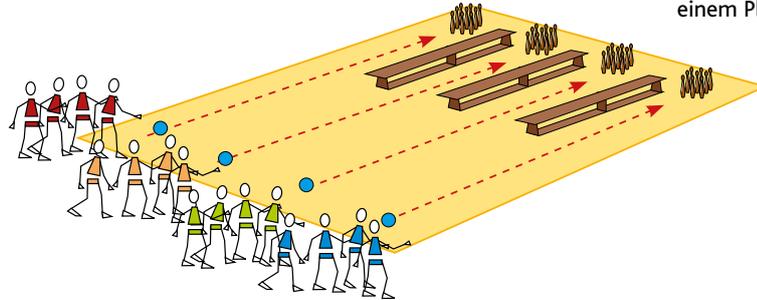
SCHWERPUNKT (60 Minuten)

● In die Vollen

- Es werden 4 Kegelfelder mit Bänken abgegrenzt. Pro Kegelfeld spielt ein Team à 4 TN. Die Kegel wie in der Abbildung aufstellen.



Jeder TN hat einen Wurf „In die Vollen“.
Alle gefallenen Kegel werden gezählt und addiert.



● Ostfriesenkegeln

- Die Kegel werden wie bei „In die Vollen“ aufgestellt.

Jede/r TN pro Team hat einen Wurf in die Vollen.
Es gibt 4 Runden, dabei wird der Ball wie folgt gerollt:
1. Runde: Der Ball wird mit der rechten Hand gerollt.
2. Runde: Der Ball wird mit der linken Hand gerollt.
3. Runde: Der Ball wird mit beiden Händen gerollt.
4. Runde: Der Ball wird rückwärts durch die Beine gerollt.
Alle abgeworfenen Kegel werden addiert.

● Abräumen

- Alle 9 Kegel werden aufgestellt.

Der/die Erste im Team hat einen Wurf in die Vollen. Die umgefallenen Kegel werden dann aus dem Spiel herausgenommen. Dann folgen die anderen TN und versuchen, die Kegel, die stehengeblieben sind, zu treffen. Sind alle Kegel gefallen, werden alle 9 Kegel wieder aufgestellt. Gespielt werden 3 Runden. Gezählt werden alle gefallenen Kegel.

● Scrabblekegeln

- Jedes Team erhält eine bestimmte Anzahl von Buchstaben. Diese Buchstaben ergeben den Namen einer Stadt. Die Buchstaben werden nicht lesbar auf den Hallenboden gelegt.

Die TN einer Gruppe kegeln in einer vereinbarten Reihenfolge. Es wird immer in die Vollen gekegelt. Sobald ein/e TN aus dem Team drei Kegel getroffen hat, kann eine Buchstabenkarte umgedreht werden.

Das Team, das als erstes alle Buchstaben umgedreht und die Buchstaben in der richtigen Reihenfolge des gesuchten Städtenamens ausliegen hat, erhält 4 Siegpunkte, das zweite Team 3 Punkte, das dritte Team 2 und das letzte Team 1 Punkt.

AUSKLANG (10 Minuten)

● Welches Team ist Gesamtsieger?

- Alle TN bilden einen Sitzkreis um die Plakate.

Feststellen des Gesamtsiegerteams
Abschließend gemeinsamer Abbau

- = Inhalt, ○ = Organisation, ◎ = Absicht, ▼ = Hinweis

Absichten und Hinweise

- ◎ Kegel-Spiel und -Spaß

- ▼ Die Standorte der Kegel mit einem Klebeband markieren damit sie wieder auf der gleichen Stelle aufgebaut werden können.

- ▼ Jedes Team zählt seine Treffer und hält sie auf einem Plakat fest.

- ▼ Jedes Team legt eine Reihenfolge fest, in der gekegelt wird. Wer gekegelt hat, stellt die Kegel wieder auf.

- ▼ Jedes Team zählt seine Treffer und hält sie auf einem Plakat fest.
Nach jedem Spiel die Platzierung der Teams festhalten.

- ▼ Jedes Team zählt seine Treffer und hält sie auf dem Plakat fest.
Nach jedem Spiel die Platzierung der Teams festhalten.

- ◎ Denken und bewegen

- ▼ Buchstabenkarten groß gestalten.

- ▼ Jedes Team erhält eine andere Stadt mit der gleichen Anzahl von Buchstaben (z.B. Bonn, Linz, Hamm und Leer).

- ▼ Jedes Team hält seine Siegpunkte auf dem Plakat fest.

- ◎ Austausch

- Wie war's?
- Hat es Spaß gemacht?
- Sind die Kegelspiele in der Halle eine Alternative zur Kegelbahn?