

Spiele/Spielformen mit dem Partyteller

... Luftballons, Tischtennis-Bällen und Bierdeckeln

Sport der Älteren

10/00

Vorbemerkungen / Ziele

Der spielerische Umgang mit Gebrauchsgegenständen birgt einen hohen Aufforderungscharakter, schult koordinative Fähigkeiten und regt Ältere an, sich auch in der häuslichen Umgebung „sportlich“ zu betätigen. Im folgenden Stunden-Praxisbeispiel werden Möglichkeiten des Spielens und Bewegens mit dem Partyteller in Kombination mit verschiedenen Bällen und Bierdeckeln aufgezeigt.

Viel Spaß!

Zeit: 60 Minuten

Teilnehmer/innen:

Senioren/Seniorinnen

Material: je TN 2 Partyteller, farbige Tischtennisbälle, Luftballons, Bierdeckel, Eimer, Stifte, Musik

Ort: Halle

Stundenverlauf/Inhalte

- = Inhalte
- = Organisation

EINSTIMMUNG (20 Minuten)

- Verteilen der Partyteller (Zwei pro TN)
 - Jede/r TN beschriftet seine/ihre Teller in der Mitte mit jeweils einem „Lieblingsbuchstaben“.
- 
- **Teller-Gewöhnung**
TN bewegen sich frei durch die Halle; Teller in rechter/linker Hand mitschwingen

- **Teller-Memory**
- Jede/r TN platziert seine/ihre Teller an einer beliebigen Bodenstation.

TN bewegen sich einzeln durch die Halle und umrunden dabei möglichst viele Teller. Nach ein paar Minuten erfolgen Musikstopps. Bei Musikstopp sollen die TN zu einem der eigenen Teller zurückzukehren.

TN bewegen sich paarweise um die Teller herum. Bei Musikstopp auch zu den Tellern des Partners/der Partnerin gehen.



Buchstabensalat

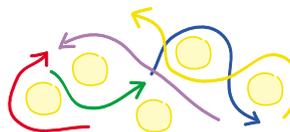
- Jede/r TN bewegt sich mit den eigenen Tellern durch die Halle. Auf ein abgesprochenes Zeichen hin, finden sich die TN in Kleingruppen zusammen und versuchen aus den einzelnen „Lieblingsbuchstaben“ auf den Tellern Worte zu bilden.

Absichten/Gedanken

- = Absichten/Gedanken
- = Hinweis

- Interesse wecken
- Buchstaben in Druckschrift und in ausreichender Größe

- Allgemeine Erwärmung
- Motivierende Musik



- Ausreichenden Abstand zu anderen Tellern halten
- Allgemeine Erwärmung; Schulung von Orientierungs- und Reaktionsfähigkeit
- Motivierende Musik
- Nicht auf Teller treten, da Rutschgefahr!!!
- Kontaktaufnahme; Anpassung an Partner/in
- „Schwächere/r“ Partner/in bestimmt Gehgeschwindigkeit
- Häufiger Partner- und damit auch Tellerwechsel.

- Kommunikation; Kreativität
- ÜL gibt Gruppengröße an
- Möglichkeit zur Ergänzung fehlender Buchstaben geben
- Mehrmaliger Wechsel der Gruppenzusammensetzung



Stundenverlauf/Inhalte

- SCHWERPUNKT (25 Minuten)**

 - **Teller und Luftballons**
TN spielen sich paarweise mit Hilfe ihrer Teller den Luftballon zu.
 - Pro Paar einen Luftballon; je nach Fähigkeiten auch zwei oder mehr

- **Teller und Tischtennisbälle (TT-Bälle)**
TT-Ball vom eigenen zum Teller des Partners/der Partnerin rollen.
 - Paare stehen dicht voreinander; evtl. auch in der Fortbewegung

- **TT-Bälle prellen**
Paarweise am Ort TT-Ball zuprellen und langsam den Abstand zum/r Partner/in vergrößern.

- **Teller, Luftballon und TT-Bälle**
Mit Hilfe der Teller sollen die TN versuchen, sich paarweise einen Luftballon zuzuspielen und gleichzeitig einen TT-Ball zuprellen.
 - Pro Paar einen Luftballon und einen TT-Ball.

- SCHWERPUNKTABSCHLUSS (10 Minuten)**

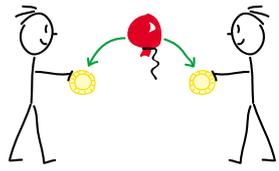
 - **Tellerrallye**
Ein TT-Ball wird über alle Teller, die die TN in der Hand halten, in vorgegebener Kreisrichtung herumgereicht.
 - TN bilden gleichgroße Gruppen und stellen sich im Kreis auf.

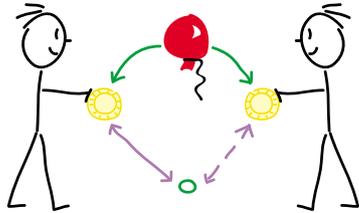
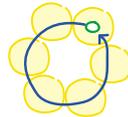
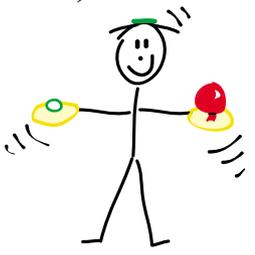
- **Geschicklichkeitsstaffel**
Der/die erste TN jeder Staffel-Mannschaft versucht mit einem Luftballon auf dem einen Teller, einem TT-Ball auf dem anderen Teller und einem Bierdeckel auf dem Kopf eine festgelegte Strecke zurückzulegen und an den nächsten Mitspieler/die nächste Mitspielerin zu übergeben.
 - Staffelgruppen bilden und Markierungen (z. B. Eimer) aufstellen

- AUSKLANG (5 Minuten)**

 - **„Siegerehrung“**
Kleine Ehrung der Siegermannschaften während der Stunde. Einsatz aller TN loben. Luftballons an TN verschenken.

Absichten/Gedanken

- *Geschicklichkeit; Spaß*
- *Luftballon möglichst nicht über Kopf spielen!*
- 
- *Geschicklichkeit; Reaktion; Spaß*
- *Als ÜL herumliegende Bälle beachten; evtl. den Spielern/Spielerinnen zurückgeben*
- *Geschicklichkeit; Reaktion; Spaß*

- *Koordination; Reaktion; Spaß*
- 
- *Teamgeist*
- *Wettspiel: Rundenzahl festlegen; schnellste Gruppe ist Sieger*
- 
- *Teamgeist*
- *Keine Gefahr der Überforderung, da sog. zahme Staffel (es gibt was zu lachen!)*
- 
- *„Runder“ Stundenabschluss*
- *Genutze Alltagsmaterialien müssen nicht alle im Mülleimer landen!*

**Autorin:
Andrea
Schäfer**

