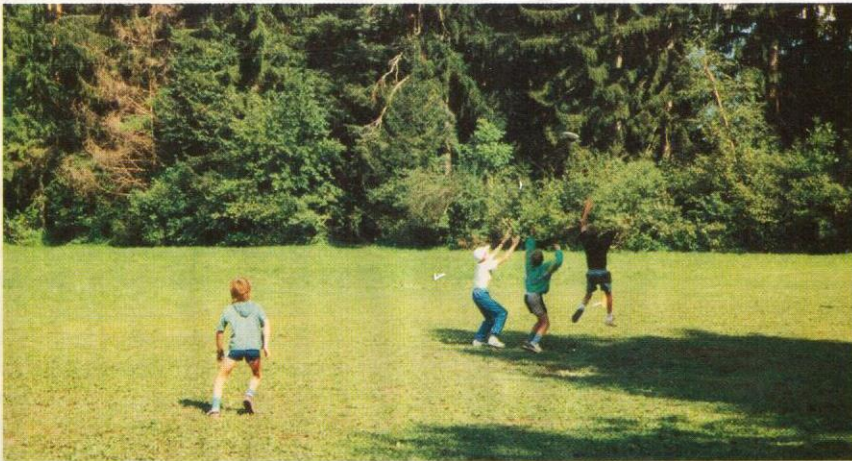


Es ist rund und fliegt.

Spielen im Breitensport

Vorbemerkung

Die folgenden Frisbee-Spiele sind in der abgedruckten Reihenfolge nicht als in sich geschlossene Übungseinheit zu verstehen. Diese Spielesammlung ist als eine „Fundgrube“ anzusehen, aus der z.B. für den Ausklang von Übungsstunden Spiele entnommen werden können. Sie wurden besonders in Ferienfreizeiten erprobt und mit Spaß von den Kindern und Jugendlichen aufgenommen. Auf Wanderungen (Frisbee-Scheiben passen problemlos in jeden Rucksack) oder direkt am Feriendomizil auf einem Bolzplatz, einer Parkanlage bzw. einer frisch gemähten Wiese verstreicht ein Nachmittag wie im (Frisbee-)Fluge. Möglichst wenig Wind und ein rutschfester Untergrund (trockene Wiese, Strand, feuchter Aschenplatz, etc.) sind für die nachfolgenden Spiele geeignete Bedingungen. Frisbee-Spiele gelingen am besten draußen in der Natur. Selbst in einer großen Sporthalle (25 x 40m) - wem steht eine solche zur Verfügung? - ist der lange, elegante Flug der Scheibe als das eigentliche Erlebnis bei einer normalen Gruppengröße (18 - 20 TN) nicht zu erreichen.



Spielverlauf

☉ = Organisation

1. FRISBEE-TREIBEN

Spielidee:

Ein Punkt ist erzielt, wenn es einer Mannschaft gelingt, die Frisbee-Scheibe (F-Sch) hinter die gegnerische Grundlinie zu werfen. Siehe Skizze 1

Spielregeln:

1. Spielbeginn mit einem weiten Wurf von der Anwurflinie von B in die Spielhälfte von A
2. Auftreffpunkt der F-Sch in Spielhälfte A = Abwurfstelle für einen Wurf der Mansch. A
3. Fangen der F-Sch wird belohnt = die Abwurfstelle darf 3 Sprungschritte nach vorne verlegt werden
4. Innerhalb der Mannschaft in festgelegter Reihenfolge werfen; Ausnahme: als Fänger/in kann direkt geworfen werden

Materialien:

1 Frisbee-Scheibe pro Paar (optimal), Spielfeldmarkierungen, Parteibänder, zwei Zwingen, Hula-Hupp-(Gymnastik)-Reifen, zwei 1,50m hohe angespitzte und stabile Stöcke (evtl. auch ein Stuhl, Parkbank), Freimale, Bleistift, Papierblock

Zielsetzungen:

Ohne hohe Anforderungen an Fang- und Wurftechniken – eine einstündige Einführung in die Fang- und Rückhandwurftechniken wird vorausgesetzt – sollen die Spiele, die sehr schnell zu organisieren und zu spielen sind, den Kindern und Jugendlichen Spaß bereiten; das Erlebnis der elegant in der Luft schwebenden

Scheibe leistet hierzu einen entscheidenden Beitrag.

Da diese Spiele unabhängig von normierten Sportstätten durchgeführt werden können, bietet sich für die Kinder und Jugendlichen die große Chance, zukünftig ohne Anleitung selbsttätig die leicht zugänglichen Frisbee-Spiele in den (noch vorhandenen) natürlichen Spielräumen in Gang zu bringen.

Absichten/Gedanken

● Absicht/Gedanken

☒ = Hinweis

- dynamischer Weitwurf wird spielerisch eingeübt; das Fangen der F-Scheiben wird durch eine Belohnung verstärkt

- ☒ für dieses Spiel müssen die TN speziell im Oberkörperbereich (Rücken-, Schulter-, Armmuskulatur) aufgewärmt sein
 - überragende Rückhandweitwerfer/innen bekommen Handikaps (Trickwürfe z.B. durch die Beine, oder nur Vorhand-Würfe erlaubt)
 - nach der Veranschaulichung der Spiel-



🕒 = Organisation

- Ein Punkt ist nur dann erzielt, wenn die F-Sch hinter der Grundlinie den Boden berührt.
- Festgelegte Spielzeit oder eine vereinbarte Siegpunktzahl entscheidet über den Ausgang des Spiels.

Spieler/innen-Anzahl: 8-16

● Absicht/Gedanken

📌 = Hinweis

idee anhand einer Skizze das Spiel mit den TN anspielen lassen und während dieses Prozesses die Spielregeln erklären



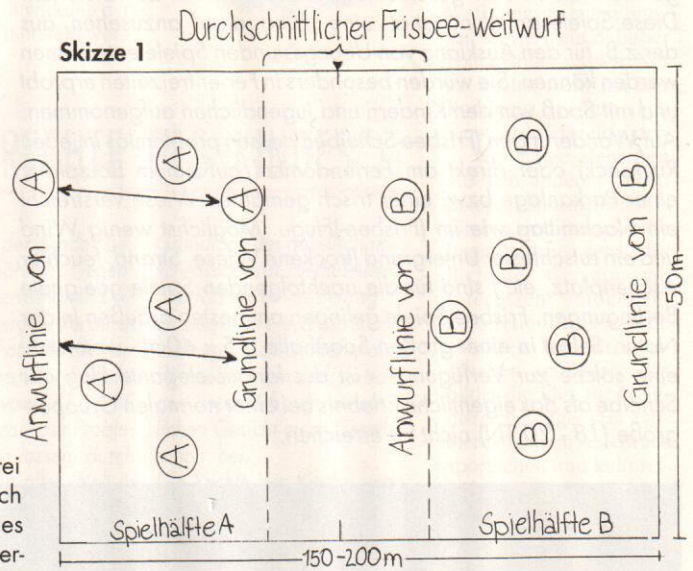
2. BRENN-FRISBEE

Spielidee:

Die Werfer/innen- und Läufer/innenpartei (A) will durch geschicktes Werfen der F-Sch und gleichzeitig schnelles Umlaufen des Spielfeldes einen Punkt erzielen (= das Überschreiten der Ziellinie). Die Fänger/innenpartei (B) versucht durch sicheres Fangen und durch rasches Zuwerfen innerhalb ihrer Mannschaft die F-Sch durch ein Brennmal (Reifen) zu werfen, um möglichst lange den Punkterfolg von (A) zu verhindern. Siehe Skizze 2

Spielregeln:

- Der/die erste Spieler/in von A wirft die F-Sch und läuft unmittelbar danach los. Hat ein/e Mitspieler/in von B die F-Sch durch ein Brennmal (z.B. Reifen) gefangen und diese wird von einem/r Mitspieler/in von B gefangen, dann ist der/die Läufer/in A „verbrannt“, wenn er/sie sich zum Zeitpunkt des Fangens zwischen zwei Freimalen befindet.
- Der/die zweite Werfer/in von A holt sich die gefangene Scheibe von B und läuft zur Abwurflinie.
- „Verbrannte“ Spieler/innen scheidet nicht aus, sondern reihen sich in ihre Mannschaft wieder ein.
- Nach einer festgelegten Zeit (z.B. 10 Min.) wird die Anzahl der erfolgreichen Umläufe (jeweils 1 Pkt) bekanntgegeben. Anschließend erfolgt der Rollentausch.
- Die F-Sch darf nicht jenseits der seitlichen und hinteren Auslinie auftreffen (Punktabzug und alle gestarteten Läufer/innen müssen zum Ablaufpunkt zurück).
- Beim Umlaufen des Spielfeldes müssen die Freimale berührt werden (= Entscheidungshilfe für den Schiedsrichter).
- Maximal 2 Personen dürfen an einem Freimal sein.
- Der Brennmal (Durchmesser 4-6m) darf von B nicht betreten werden.



● beim Brenn-Frisbee überwiegt der Spaß am Spiel; sicherlich wird auch das Werfen und Fangen der F-Sch spielerisch geübt.

Der anspruchsvolle Zielwurf durch den Reifen mit anschließendem Fangen bringt zudem für die Läufer/innenpartei die Chance, mit eigenem Risiko ein weiteres Freimal oder schon das Ziel zu erreichen. Das erweiterte Feld mit den Außenlinien als Begrenzung ist für Gruppen gedacht, die noch nicht so kontrolliert werfen können. Allerdings gilt dann die Zusatzregel 9: Ist der Auftreffpunkt der F-Sch jenseits des eigentlichen Spielfeldes aber noch innerhalb des erweiterten Feldes, so dürfen alle Läufer/innen nur das nächste Freimal anlaufen.

📌 Aufwärmen nicht vergessen!

