



## Für den Sportunterricht

## Für die bewegte Schule/Betreuung

Rollmops	Gordischer Knoten
Altersstufe <input checked="" type="checkbox"/> Ust <input checked="" type="checkbox"/> Mst	Altersstufe <input checked="" type="checkbox"/> Ust <input checked="" type="checkbox"/> Mst <input checked="" type="checkbox"/> Sek
Sozialform <input checked="" type="checkbox"/> in der Klasse	Sozialform <input checked="" type="checkbox"/> in der Gruppe <input checked="" type="checkbox"/> in der Klasse
Zeitbedarf 20 Minuten	Zeitbedarf 5 Minuten
Material Bündel, viele Bälle	Material keines
Ziel Werfen und Zielen, Raumerfahrung	Ziel Auflockerung des Unterrichts, Teamwork
Quelle Ballkünstler (bm-sportverlag.ch)	Quelle Jugihit 2020 (Schweizerischer Turnverband)
Beschreibung	Beschreibung
<p>Zwei Teams stehen einander im Abstand von ca. 15 Metern hinter je einer Abwurfline gegenüber. In der Feldmitte liegt ein grosser Ball. Zu Beginn haben beide Teams gleich viele Bälle. Sie versuchen den «Rollmops» mit Treffern hinter die gegnerische Linie zu treiben. Bälle dürfen in der eigenen Feldhälfte geholt, müssen aber hinter der Abwurfline geworfen werden. Nach einem Übertritt muss das Kind die hintere Wand berühren, bevor er weiterspielen darf.</p>	<p>Die Schüler*innen stellen sich im Kreis auf, schliessen die Augen und gehen mit vorgestreckten Armen auf die Mitte zu. In der Mitte angekommen, fassen sie mit jeder Hand je eine Hand eines anderen Kindes. Anschliessend werden die Augen geöffnet. Nun soll der entstandene «Knoten» ohne loslassen der Hände gelöst werden.</p>
Variationen	Variationen
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Rollmops-Ballarten: Basketball, Gymnastik-/Sitzball, Rugbyball</li> <li>▪ Wurf-Varianten: Rollen, beidhändig werfen, einhändig werfen, Schlagwürfe, mit dem Fuss oder mit dem Unihockey-Stock</li> <li>▪ Vom grossen Kreis werfen – jede Gruppe hat eine Kreishälfte</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Ein Schüler oder eine Schülerin dirigiert das Auflösen.</li> <li>▪ Zwei Kreise: Welcher Kreis kann den Knoten rascher lösen?</li> </ul>

