

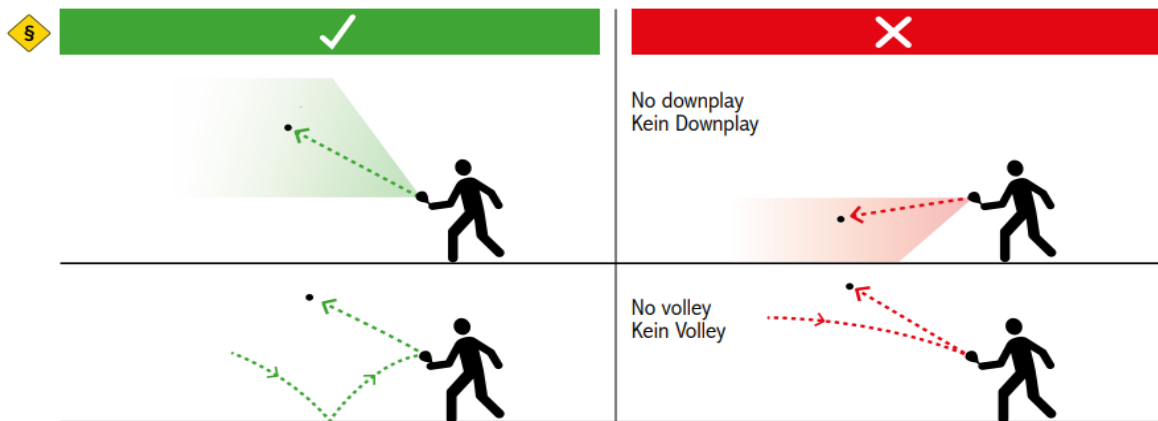
## Street Racket in der Schule



Street Racket ist ein integratives und inklusives Schweizer Bewegungs- und Bildungskonzept – einfach zu lernen und mit über 600 Spielformen für jedes Alter und jedes Niveau geeignet. Für Schulen, Sportvereine und Organisationen. Street Racket gilt in Fachkreisen als eines der besten Instrumente für eine bewegte, aktive und soziale Schule, auch dank unserem Zusammenführen von Bewegung & Bildung, von Körper & Geist!

### Idee und Konzept

Im Gegensatz zu klassischen Rückschlagsportarten kommt Street Racket ohne jede Infrastruktur aus – das aus einzelnen Quadraten bestehende Spielfeld wird vor Spielbeginn einfach mit Kreide auf den Boden gezeichnet. Es gibt Einzel-, Kreuz- und Maxifelder auf denen 2 – 18 Spieler:innen gleichzeitig spielen können. Dementsprechend niederschwellig, einfach und nachhaltig ist die Sportart. Street Racket kann von jedermann, jederzeit und überall gespielt werden – auf allen Altersstufen und auf jedem Spielniveau. Der Fokus von Street Racket liegt auf Ballkontrolle, langen Ballwechselln und der Förderung der motorischen Fähigkeiten. Das Konzept wurde so konzipiert, dass es mit nur wenigen Regeln funktioniert, um es für jeden sofort zugänglich und verständlich zu machen. Die zwei wichtigsten Regeln sind: **Kein Downplay & Kein Volley**.



VIDEO: [Motivationsfilm](#)

Street Racket bewegt und bildet täglich hunderttausende Menschen auf der ganzen Welt (aktuell 108 Länder), nachhaltig, niedrighschwellig, sicher und mit viel Spaß. Diverse medizinische und psychosoziale Faktoren sowie auch sinnvolle und gelingende Raumnutzung gehören zum Konzept, welches neben der Bewegungs- und Gesundheitsförderung auch hoch inklusiv und edukativ ist. In der Schweiz sind in hunderten von Schulen bereits tausende von permanenten Spielfeldern entstanden, welche das Schulareal bewegter, aktiver und sozialer machen – und dabei nichts bis ganz wenig kosten.



Street Racket hat einen hohen Bildungsanteil (Lernen in Bewegung) dank dem Mix aus Koordinations- und Kognitionstraining. Street Racket kann im Sportunterricht in der unterrichtsfreien Zeit, im Klassen- oder Schulverband, für Anlässe, für aktive Pausen, für einen bewegten Unterricht, für Sporttage oder auch für den freiwilligen Schulsport genutzt werden. Sehr wirkungsvoll und innovativ ist Street Racket auch für das Lernen in Bewegung. Unterricht in Mathematik, Sprachen und anderen Fächern findet nicht mehr sitzend statt, wo Motivation und Konzentration stark abnehmen, sondern aktiv spielend, gemeinschaftlich und gesund (z.B. an der frischen Luft). Das gemeinsame Spielen fördert die wichtigen Entwicklungsziele für Kinder:



VIDEO: [Addition von Zahlen mit methodischer Nutzung der Kreide/Spielfelder](#)

VIDEO: [Lernen im freien Raum](#)

**Street Racket ist somit für ALLE Lehrer:innen und jedes Fach im Sinne einer bewegten, aktiven und gesunden Schule sehr interessant, nicht «nur» für den Sport !!!**

Darüber hinaus bietet Street Racket eine effektive Möglichkeit, gegen die rasant voranschreitende Myopie (Kurzsichtigkeit) vorzugehen, die vor allem durch zu lange Bildschirmzeiten vorangetrieben wird. Street Racket liefert den nötigen, rhythmischen Perspektivwechsel für das menschliche Auge:

*„Street Racket ist der perfekte Ausgleich zu der einseitigen Benutzung unserer Augen, welche sich vor allem auch wegen digitaler Geräte fast nur noch in der Nähe abspielt. Damit wieder Bewegung in unser Leben, und damit in unsere Augen kommt, ist Street Racket ideal, um für die nötige Balance zwischen Nah- und Weitsehen zu sorgen. Dadurch hat Street Racket auch ein hohes Potenzial für die Kurzsichtigkeitsprävention.“*

(Andreas Stocker, Optologisches Zentrum Solothurn Schweiz für neuro-optometrische Rehabilitation)



## Auszeichnungen

Street Racket gehört zur renommierten HUNDRED.ORG collection!

Links: [Was ist die HUNDRED.ORG collection?](#)



Street Racket als [eines der weltweit innovativsten, wirksamsten und skalierbarsten Bildungsprogramme!](#)

## Methodik

Fokus sollte immer zu Beginn auf dem Miteinanderspielen liegen. Kooperation vor Competition.

### Vermittlungsprogression

- Je nach Alters- und Könnensstufe wird zunächst nur geworfen und gefangen
- die **Vermittlungsprogression** ist für den Lernerfolg hilfreich
- Fangen und Werfen (nach den Regeln, von unten nach oben!)
- Ohne Schläger mit der Hand gespielt
- Fangen mit Hand und Racket →hochwerfen, 1x aufspringen lassen und dann zurückspielen
- Kontrollschlag → 1x hochspielen und dann erst zurückschlagen
- Normales Spielen (Miteinander)

### Spielideen:

#### Spiele ohne Feld → Bewegung und Kognition

- Einfache Addition/Multiplikation von Zahlen
- Ball hochhalten und Vervollständigen bis 100
- 2 Schläger li die 2er Reihe und re die 3er Reihe
- Buchstabieren vorwärts und rückwärts
- Reime bilden
- Wortkette (letzte Buchstabe ist neuer Anfangsbuchstabe)
- Wörter zu bestimmten Themen (z.B. zum Thema Natur)
- ABC Spiel (Wörter mit dem jeweiligen Anfangsbuchstaben) → auch als Wettbewerb mit anderen Teams
- Geschichten erzählen (inkl. Satzzeichen)
- Vokabeln

#### Spiele ohne Feld → Koordination + Kooperation

- Ball hochhalten High Five
- Ball hochhalten Low Five
- Ball hochhalten und Schläger hinterm Rücken in die andere Hand geben
- Ball hochhalten und Schläger mit Partner tauschen
- Spiel zu zweit über den eigenen Arm
- Spiel zu dritt oder zu viert mit lebenden Ring in der Mitte oder einen Reifen oder auf ein Handtuch
- Sandwichspiel

#### Spiele im Feld

- ★ Einfach am Singlefeld
- ★ Doppel am Singlefeld
- ★ 4 oder 8 Spieler am Schweizer Kreuz
  - Alle zusammen
  - Immer gegenüberliegenden gegeneinander
  - Ball goes around (auch mit 2 Bällen)
  - Ball goes around →follow him
  - Follow the Ball
  - 2 Spieler mit je einem Ball versuchen sich einzuholen
  - Cross Double (2er teams gegeneinander, Je Team 2 Felder)
  - Cross Double aber Felder müssen gewechselt werden
  - Königsspiel

- Haus vom Nikolaus → nach jedem Schlag ein Strich auf den Boden machen
- ★ Spiele im Maxifeld
  - 8 Spieler:innen nur über die Linien spielen
  - Skip & Change
  - Balls go around (und Ball folgen)
  - Double mit Feldwechsel
  - 3 vs 3; Gewinner verliert einen Spieler
  - Reise der Zwerge und Riesen
  - Diagonales Spiel von Ecke zu Ecke mit 2 Bällen
  - Rundlauf für Gruppen

#### Spiele in Spezialfeldern

- Wer fängt den weitesten Ball?
- Inselspiel ohne Buchstaben
  - Wer kommt mit den wenigsten Versuchen zum Ziel?

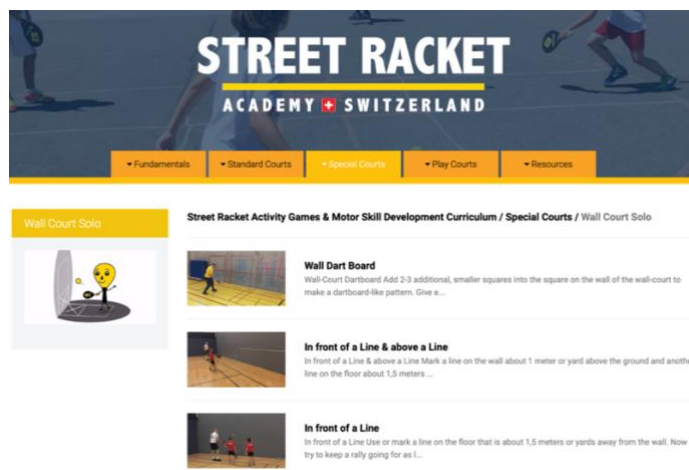
#### Bewegtes Lernen

- ★ Inselspiel mit Buchstaben
- ★ Blume mit Buchstaben und Zahlen (Ball zunächst nur Zuwerfen und Fangen)
- ★ Dartscheibe mit Zahlen
- ★ Addition gegen Subtraktion (3 Kreise von 1-3, Mitte ist die drei; Wer hat zuerst 5 oder -5 Punkte?)
- ★ Kreuzfeld
  - Farbcode am Kreuzfeld (jedes Feld eine andere Farbe)
  - HUGO (Ball wird immer zugespielt zu viert, vorher Zahlenreihe festlegen, wenn Zahl zur Zahlenreihe gehört muss HUGO statt der Zahl gesagt werden)
- ★ Einzelfeld/Maxifeld
  - Farbe und Land was die Farbe in der Flagge enthält (oder Fußballtrikots)
  - Buchstabenquadrate und Wort bilden mit den getroffenen Buchstaben
  - Rechnen
  - Konjugation

**Umsetzung in der Schule nach der Fortbildung:**

**Ständig neue Ideen? Wenig Planungsaufwand? Hohe Motivation?**

**[Online Spielesammlung mit neuen Spielideen \(mit Videos\)\\*](#)**



## Lehrmittel als PDF\*

## Street Racket Spielefächer\*

**Zyklus 1: Kindergarten, 1. & 2. Klasse**  
Zyklus 2: 3. - 6. Klasse  
Zyklus 3: 7. - 9. Klasse

**ABC-Lauf**

**ZIEL**  
Die Schüler prägen sich das Alphabet ein.

**MATERIAL**  
Schläger, Bälle  
Spielplatz Inseln  
Kreide o. Reifen & beschriftete Zettel

**DURCHFÜHRUNG**  
Auf dem Boden sind in unregelmässigen Abständen Reifen oder mit Kreide gezeichnete Kreise verteilt. In diesen «inseln» sind die Buchstaben des Alphabets aufgezeichnet (mit Kreide oder auf einen Zettel geschrieben). Die Schüler starten von einem ihnen zugeordneten Buchstaben aus und laufen mit dem Ball in der Hand zum nächsten Buchstaben. Dort angekommen spielen sie den Ball in die Insel, fangen ihn wieder auf und laufen weiter zum nächsten Buchstaben bis sie das Alphabet einmal durchlaufen haben.

Damit nicht alle Kinder gleichzeitig bei denselben Buchstaben sind, starten alle auf einer anderen Insel.

**VARIATION**

- Als Erleichterung werden die Inseln so angeschrieben, dass die aufeinanderfolgenden Buchstaben jeweils nebeneinander liegen.
- Statt den Ball zwischen den Inseln in der Hand zu halten, können die Schüler ihn auch auf dem Schläger balancieren, jonglieren (mit und ohne Zwischenkontakt auf dem Boden) oder direkt von Insel zu Insel spielen.
- Die Übung kann auch in Paaren oder Gruppen durchgeführt werden. Der zweite Schüler steht bereits beim nächsten Buchstaben (auf der Insel) und wird angespielt.
- Zur Festigung kann das Alphabet auch rückwärts durchlaufen werden.

**FACHSPEZIFISCHE KOMPETENZEN**

4a | Grundfertigkeiten  
4g | Reflexion/Strategien/Ästhetik  
5a | Verfahren und Proben

Zusätzlich für Bewegung und Sport:  
3A | Körperwahrnehmung  
4A | Bewegungsspiele

**ÜBERFACHLICHE KOMPETENZEN**

- Selbstständigkeit: Schulfähigkeit und Lernprozesse zunehmend selbstständig bewältigen, Ausdauer entwickeln
- Aufgaben/Probleme lösen: Lernstrategien erwerben, Lern- und Arbeitsprozesse planen, durchführen und reflektieren

Street Racket | www.streetracket.net | lifetime health gmbh | www.lifetimehealth.ch

SPRACHEN



**\*erhältlich im Online-Shop: [www.Streetracket-mitteldeutschland.de/shop](http://www.Streetracket-mitteldeutschland.de/shop)**

**Es gibt eine kostenlose App mit vielen Ideen für Kinder zum Ausprobieren!**

**Ausblick – Was kann zusätzlich in der Schule selbst oder mit unserem Team geleistet werden?!**

1. Vertiefte **in-house Fortbildung** für alle Kolleg:innen der Einrichtung (inkl. Hort, Schulsozialarbeiter:innen usw.), da bewegtes Lernen, bewegter Pausenhof, fächerverbindender Unterricht nicht nur Sportlehrkräfte betrifft!
2. **Angebote zu Schulfesten, Sportfesten**
3. **Ausgestaltung von Street Racket Turnieren**

info@Streetracket-mitteldeutschland

0177/4206910

[www.Streetracket-mitteldeutschland.de](http://www.Streetracket-mitteldeutschland.de)

Instagram: Streetracket\_mitteldeutschland

#### 4. Module für Projekttag oder Projektwochen:

- a. **Modul: Street Racket kennenlernen**
- b. **Modul: Spielentwicklung** (SuS entwickeln Spielideen weiter oder finden neue Ideen und erproben und visualisieren diese)
- c. **Modul: Schlägerbau** (WTH, Werken; Schläger anfertigen, gestalten und nachhaltig Bewegung in die Familien tragen)
- d. **Modul: Spielfelderstellung** (Kalkulation Material, Kosten und Installation permanenter Spielfelder auf dem Schulgelände)



- e. **Modul: Kids Coaches** (SuS zu Coaches ausbilden, welche dann als Multiplikatoren dienen)

#### 5. Ausbildung der Lehrkräfte zu Coaches

### Über uns

Wir, das Team „Street Racket MITTELDEUTSCHLAND“, sind Lizenzpartner der Street Racket GmbH (Schweiz) und unter der Leitung von David Senf Ansprechpartner für die Regionen Sachsen, Sachsen-Anhalt und Thüringen. Das Team umfasst mehrere zertifizierte Coaches.

**Materialbeschaffung** jederzeit und schnell über unseren

**Online-Shop:** [www.Streetracket-mitteldeutschland.de/shop](http://www.Streetracket-mitteldeutschland.de/shop)

### Weitere Informationen

Für weitere Informationen klicken Sie direkt auf die angegebenen Links.

[www.Streetracket.com](http://www.Streetracket.com)

[VARIATION – eine Auswahl an Spielmöglichkeiten](#)

[SWISSNESS – der Court auf der Schweizer Flagge](#)

[PRIMARSCHULE– wir schaffen gesunde Bildung](#)

[ALLE UNSERE FILME](#)

Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit.



Leitung: David Senf