



# Lagersport/Trekking

## Beispiel LS Polyade – Jugendsport

### 5.2 LS Polyade

Gruppenname	Jungschar Grünwald	
Ort, Datum, Zeit	Sportwiese am Wald, Mittwoch, 21. Juli 2013, 14.00–16.00 Uhr	
Zielgruppe(n) und Anzahl Teilnehmende	24 Jugendliche (10–14-jährig)	
Blockverantwortliche	Martina Muster	
Beilagen	<input type="checkbox"/> Routenplanung <input type="checkbox"/> Kartenausschnitt <input type="checkbox"/> Zeitberechnung	
Zeit	Programm	Material
14.00 Uhr 15'	<p><b>Einstieg</b></p> <p>Während der Woche haben die Teilnehmenden zu verschiedenen Sportarten Spielgeräte gebastelt, Spielfelder aufgebaut und die Disziplinen spezifisch geübt. Nun gilt es, an der Polyade möglichst viele Punkte zu ergattern. Die Jugendlichen absolvieren in unterschiedlichen Teams Disziplinen, erhalten dabei immer persönliche Punkte, welche auf dem Laufblatt festgehalten werden. Um das Gruppgefühl zu stärken, wird kurz vor dem Wettkampf ein grosses «Tschì-ei-ei» veranstaltet.</p> <p>Die Teilnehmenden bleiben im Kreis und spielen, um richtig warm zu werden, «Komm mit, geh weg»: Sie halten sich an den Händen, zwei aus der Gruppe rennen derweil um den Kreis. Einer der beiden greift nach den Händen von zwei Teilnehmenden im Kreis und sagt entweder «Kommt mit» (gleiche Richtung) oder «Geht weg» (entgegengesetzte Richtung). Das Pärchen rennt nun ebenfalls eine Runde. Sie versuchen, so schnell wie möglich wieder an ihren Platz zu gelangen, ehe das erste Paar ihn einnehmen kann. Das Verliererpärchen rennt weiter im Kreis und sucht sich ein neues Paar für eine Verfolgungsrunde.</p> <p>Danach werden das Programm der Polyade erklärt und Dreiergruppen für die ersten Posten ausgelost.</p>	Laufblätter, je Posten  Punkte: 0: Verlierer 1: Unentschieden 2: Sieger  oder Rangliste 0–3
14.15 Uhr 30'	<p><b>Hauptteil</b></p> <p><b>Dreierwettkampf:</b> Die Teilnehmenden absolvieren in ausgelosten Dreiergruppen vier Posten. 5' pro Posten, 2' Wechsel.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Posten 1: Pfeilbogenschiessen</b> Wer trifft in einer Minute am besten?</li><li>• <b>Posten 2: Sackhüpfen</b> Wer ist am schnellsten?</li><li>• <b>Posten 3: Waldbasketball</b> Wer wirft in einer Minute am meisten Körbe?</li><li>• <b>Posten 4: Hindernislauf</b> Wer ist am schnellsten im vorbereiteten Hindernislauf?</li></ul>	Gruppenlose  selbstgebaute Pfeilbogen  Säcke  Bälle, Töpfe/ Waldbasketballkorb aufgebaute Hindernisse

Zeit	Programm	Material
60'	<p><b>Gruppenwettkampf:</b> Die Teilnehmenden bilden sechs Teams à vier Teilnehmende. Bei jedem der drei Posten spielen zwei Teams gegeneinander. Diese werden gebildet, indem je ein Jugendlicher der vorgängigen Dreiergruppe zu einem Startposten geht. Die Teams werden bei jedem Posten neu zusammengestellt. Dies ist wichtig, da die Punktzahl individuell und nicht in einer Teamwertung gesammelt wird.</p> <p>15' pro Posten, 5' Wechsel</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Posten 1: Unihockey</b> Sind keine Unihockeyschläger vorhanden, könnt ihr Brennball/Baseball spielen, falls das Spiel bereits im Lager eingeführt wurde.</li> <li>• <b>Posten 2: Handball</b></li> <li>• <b>Posten 3: Siamesisches Fussball</b></li> </ul>	<p>Lose je Spiel</p> <p>selbstgebaute Unihockeyschläger, Tennisbälle, gebastelte Tore oder Tormarkierungen, Bälle, Stoffbänder, um Beine zusammenzubinden</p>
15.45 Uhr 15'	<p><b>Ausklang</b> Siegerehrung</p> <p><b>Gruppennetz «Gemeinsam Miteinander»:</b> Die Teilnehmenden stehen im Kreis. Sie werfen sich ein Seil zu, wobei das Seil immer festgehalten wird. Mit der Zeit entwickelt sich ein dichtes Netz. Ist das Netz dicht genug und wird gut gehalten, kann sich ein Jugendlicher auf das gespannte Netz legen.</p>	<p>Preise</p> <p>Seile</p>
16.00 Uhr	<b>Blockende</b>	
Sicherheit	<p>Sicherheitskonzept    <input type="checkbox"/> Ja    <input checked="" type="checkbox"/> Nein</p> <p><b>Sicherheitsüberlegungen:</b> Apotheke in der Nähe bereithalten.</p>	
Schlechtwettervariante	<p>Die Polyade kann auch bei schlechtem Wetter durchgeführt werden. Je nach Wetter müssen die Jugendlichen Regenkleider oder einen Sonnenschutz dabei haben. Die Aktivität kann auch ausgetauscht werden.</p>	

**Info:** Vorliegende Musteraktivitäten sind bewusst sehr ausführlich geplant. Alle Spielanleitungen werden ausführlich beschrieben, um die Spielideen zu vermitteln. Je grösser die Erfahrung der Leitenden, desto knapper werden Aktivitäten aufgeschrieben.