

Einheit: Gruppenstunde "Ultimate"

Ziel: Ultimate spielen

Ort: Feldwiese

Dauer	Inhalt	Methode	Material
3 min	Begrüßung: Fahrplan, Lied (Wenn die Zeit...)	Kreis	Gitarre, Liederbücher
7 min	Spiel: 10er Fangen	Spiel	Frisbee, Pfeife
5 min	Warm-Up, alle im Kreis werfen, gegenseitig Tips geben (Werfen), ein Spieler holen – teilt gerechte Mannschaften ein	Aufwärmen, Einstimmen, Mannschaften	Zettel, Stift
5 min	Spiel erklären: - Regeln - Spielfeld - Spirit of the Game	Gruppenleitervortrag	Zettel zu Regeln, Spielfeld, Spirit...
36 min	Spielen, ggf. Variante mit Toren einführen	Spiel	Begrenzungen, 20m Seil
4 min	Abschluss: Gebet, Ausblick, Lied (Nehmt Abschied...)	Kreis	Liederbücher, Gitarre, Gebetszettel

Vorbereitung der Gruppenleitung: Für die zweite Variante müssen Dreibeintore gebaut werden, da in einer Stunde keine Zeit bleibt, sonst immer die PuP selber machen lassen