

PISA bewegt uns

Unterrichtsanregungen für die Verbindung von Sport- und Deutschunterricht

Bernd Müller
Mechthild Pieler
Brunhild Focke

Mit PISA ist deutlich geworden, dass Lesen eine universelle Schlüsselqualifikation ist. Sie ist notwendig, um am sozialen und kulturellen Leben teilnehmen zu können. /1/ Für die Schule bedeutet das, dass die Entwicklung der Lesekompetenz nicht mehr allein Aufgabe des Deutschunterrichts sein kann. Zwar sind weiterhin im Deutschunterricht die Grundlagen zu legen, aber in den anderen Fächern muss nachgeprüft werden, inwieweit sie das Lesen auch für ihre Ziele brauchen und fördern können.

Gilt das auch für den Sportunterricht, für ein Fach das traditionell wenig mit Lesen zu tun hat, für ein Fach, das so beliebt bei den Kindern ist, weil sie direkt handeln können und nicht rezeptiv fremde Gedanken verarbeiten müssen?

Im Folgenden soll aus der Perspektive der beiden Fächer aufgezeigt werden, welche Möglichkeiten es gibt, Lesen in den Sportunterricht zu integrieren und umgekehrt Sport zum Thema des Deutschunterrichts zu machen.

Viele Sportlehrkräfte werden beim Lesen der Überschrift aufstöhnen: „Gesundheitserziehung, Ausgleichsfunktion für die Lernfächer, Suchtprävention, Werte-, Umwelt- und Friedenserziehung, Ausländerintegration ... und nun auch Vermittlung von Lesekompetenz! Welche Aufgaben soll Sportunterricht denn noch erfüllen?“

Überfrachtet und zweckentfremdet diese Aufgabe den Sportunterricht nicht vollends?

1. Nein, wenn der Vorrang der Bewegungserziehung beachtet wird als das primäre Anliegen von Sportunterricht – und damit die körperlich-vitalen Bedürfnisse der Kinder in Bezug auf das Fach. Konkret: Kin-

der erleben Sportunterricht subjektiv in erster Linie als *Bewegungszeit* und nicht als verlängerte Deutschstunde.

2. Nein, weil hier ein Verständnis von Sportunterricht zugrunde gelegt wird, bei dem mehr als nur motorische Fähigkeiten und Fertigkeiten (Sach-Kompetenz) zielgerichtet vermittelt werden sollen (Sportarten-Konzept). Es lautet: *Sportunterricht ist erziehender Unterricht!*

Das heißt: Nicht nur Ausdauer und Koordination sind zu entwickeln, Handstand, Weitsprung und Korbwurf zu lernen, sondern auch das *Miteinander* (Sozial-Kompetenz) das Vermitteln der Fähigkeit zum *selbstständigen und selbstverantwortlichen Lernen* (Ich-Kompetenz und Methoden-Kompetenz). All dies sind gleichberechtigte Lehrziele.

Selbstgesteuertes Lernen bedingt in vielen Fällen die Fähigkeit zur selbstständigen Informationsaufnahme, d. h. die Information wird nicht mehr allein durch die Lehrperson geliefert. Das Erlesen von Bewegungsaufträgen oder -ideen ist dabei *eine* – und zugleich hervorragende – Möglichkeit. So gesehen unterstützt und fördert die Entwicklung von Lesekompetenz den Sportunterricht und belastet ihn mit diesem Anliegen nicht.

Selbstständiges Lernen unterstützt darüber hinaus offene und differenzierte Lernvorgänge und damit *individuelles Lernen* (ein pädagogisches Leitziel *aller* Schulfächer). Dies wiederum ermöglicht in vielen Fällen eine höhere individuelle Bewegungsintensität: ein Kernziel *jedes* guten Sportunterrichts, gleichgültig an welchem didaktischen Fachkonzept er ausgerichtet wird.

3. Die „Sache“ Sportunterricht wird sowohl für Lehrkräfte als auch für

die Schüler/innen im Laufe der Jahre vereinfacht, wenn die „Chefperson“ (Lehrer/in) und ihre „Mitarbeiter“ (Schüler/innen) über eine gemeinsame Sprache ihres „Arbeitsgebietes“, des Sportunterrichts verfügen. Das gelungene Anwenden der Fachsprache des Sportunterrichts muss gezielt und systematisch im Sportunterricht selbst erlernt und geübt werden. Dass bei diesem „egoistischen“ Interesse von Sportunterricht gleichsam „nebenbei“ wichtige Lesekompetenzen vermittelt werden können, ist erfreulicher Begleitumstand und macht deutlich, dass der Sportunterricht für sein Gelingen ein originäres Interesse an der Entwicklung von Lesekompetenz hat.

Die folgenden vier Beispiele sollen deutlich machen, wie das Lesen in den Sportunterricht der 2./3. Klassen einbezogen werden kann und welche Aspekte des Lesens im Vordergrund stehen.

Die **Buchstabensalat-Staffel** (Kasten 1) ist ein Beispiel dafür, wie Übungsaspekte zur Dekodierfähigkeit in Laufspielen aufgegriffen werden können.

Bei diesem Spiel müssen einzelne Buchstaben in die richtige Reihenfolge gebracht werden, um das Wort erlesen zu können. Ebenso gut können als Variante Silben oder Wörter zusammengesetzt werden. In der Materialbeilage (Heftmitte) werden dazu weitere Spielideen vorgestellt.

Sowohl das schnelle Erfassen eines Wortbildes als auch das Gliedern eines Wortes in Buchstaben, Silben oder Wortteile sind insbesondere für Leseanfänger notwendige Übungen zur Entwicklung der Lesesicherheit.

Die Inhalte der Aufgaben – die einzelnen Wörter – sind im Prinzip austauschbar, weil der Spielablauf mit jedem beliebigen Wort durchführbar ist. Für die Intention, Sport-



unterricht auch als einen Sprachbereich zu sehen, ist es jedoch wichtig, hier die Wörter für die Geräte zu verwenden. So fangen die Kinder an, sich mit der „Sportsprache“ zu beschäftigen, es ist erstaunlich, wie viele Kinder noch in der 4. Klasse nicht wissen, wie die einzelnen Geräte heißen.

Bei der Aufgabe **Bau-Aufträge** (Kasten 2) geht es um das Erfassen des Textes. Jede der 4 bis 6 Gruppen erliest ihren Auftrag, plant und koordiniert danach den Aufbau ihrer Station. Dabei können sie sich gegenseitig helfen; der Erfolg ist am Geräteaufbau erkennbar. Sind alle Geräte aufgebaut, werden daran bestimmte Bewegungsabfolgen vom Sportlehrer oder der Sportlehrerin vorgegeben.

Diese Art von Leseaufgaben dürfen nicht in einem Wettbewerb enden, nach dem Motto: Wer ist als erster fertig ... Sobald die Gruppen in Konkurrenz zueinander arbeiten, nehmen sich die Kinder keine Zeit zum Lesen und hören auf, überlegt zusammen zu arbeiten. Stattdessen wird den dominanten Kindern das Feld überlassen. Der Sinn dieser Aufgabe – über das Lesen zum Handeln zu kommen – geht damit verloren.

Weitgehende Selbstständigkeit ist bei der Aufgabe **Partnerschaft** (Kasten 3) gefordert. Dazu werden die Kinder einer Klasse in 4 bis 6 Gruppen eingeteilt. Der Geräteaufbau ist für jede Gruppe gleich. Aber die einzelnen Mitglieder einer Gruppe haben – jeweils mit einem Partner – Aufträge zu erlesen und Bewegungsabläufe vorzumachen. Nachdem ein Paar seine Bewegungen vorgemacht hat, können die anderen Mitglieder der Gruppe nachturnen. Danach ist das nächste Paar an der Reihe.

Hier kommt zum Lesen und der Umsetzung des Gelesenen noch die Präsentation vor der Gruppe hinzu.

Manche Bewegungsabläufe eignen sich nicht so gut zum schnellen Durchlesen in der Sportstunde, z. B. Anleitungen für **Fangspiele** (Kasten 4) Dafür empfiehlt sich folgendes Vorgehen: 2 bis 3 Kinder wählen sich einen Partner oder eine Partne-

rin. Jedes Paar bekommt eine von drei verschiedenen Spielanleitungen.

In der Deutschstunde lesen sie den Text durch und bereiten sich auf ihre Rolle als Spielleitung vor. In der Sportstunde stellen sie das Spiel vor und die Klasse probiert nach ihrer Anleitung das Spiel aus. Anschließend kann ausgewertet werden, wie die Kinder ihre Rolle ausgeführt haben.

Sind die Schülerinnen und Schüler mit dem selbstständigen Erlesen der vorgegebenen Textkarten und mit dem Durchführen von Aufgaben vertraut, können im Deutschunterricht eigene Aufgabenkarten erstellt werden. Ein Bewegungsthema – z. B. Fangen und Werfen – wird als Rahmen vorgegeben. In Partnerarbeit erstellen die Kinder Übungsaufgaben, schreiben sie auf und ergänzen sie gegebenenfalls durch eine Zeichnung. Die Ideen werden in der nächsten Sportstunde von den anderen Kindern getestet und eventuell überarbeitet. So kann eine Sportkartei entstehen, die mit einer Nachbar-klasse, die vielleicht ein ähnliches Projekt zu einem anderen Rahmenthema durchgeführt hat, getauscht werden kann.

Wie wird die Lesekompetenz gefördert?

Unabhängig von den unterschiedlichen Leseanforderungen ist allen Beispielen eins gemeinsam: Die Kinder setzen das, was sie gelesen haben, in Handeln um und zwar in einer authentischen Situation.

Die Kinder können die Spiele nur dann durchführen oder die Geräte

BUCHSTABENSALAT-STAFFEL

Gruppen mit je 3 bis 5 Läufern
Alle Gruppen stehen hinter der Startlinie. Vor jeder Gruppe steht in 10 bis 30 m Entfernung ein Umkehrmal (mit einem Markierungskegel gekennzeichnet). Dort liegen einzelne Buchstabenkärtchen.

Jeder Läufer nimmt jeweils ein Kärtchen. Am Startplatz legen die Gruppen aus den Buchstaben die Zielwörter zusammen.

T u r n b a n k

Zwei Formen sind möglich:

- Zum Finden der Lösungswörter werden zusätzliche Hilfen gegeben.
 - a) Der Anfangsbuchstabe ist groß geschrieben.
 - b) Lösung sind drei Wörter mit jeweils 4, 5 und 6 Buchstaben.
 - c) Hilfen in Rätselform: Mit diesem Gegenstand spielt man ein bekanntes Spiel.
- Es werden keine Zusatzhilfen gegeben.

Kasten 1

BAU-AUFTRÄGE

Die Schüler einer Klasse werden in 4 bis 6 Gruppen aufgeteilt. Jede Gruppe bekommt eine Karte mit Arbeitsaufträgen zum Aufbau einer Bewegungssituation.

Beispiel für eine Gruppe:

einen Sprungkasten, eine Turnbank, einen kleinen Kasten, zwei Turnmatten

Legt vor und hinter den Sprungkasten jeweils eine Turnmatte!

Verbindet den Sprungkasten und den kleinen Kasten durch die Turnbank!

Geht über die Bank auf den Sprungkasten!

Seid ihr alle oben angekommen, winkt mir freundlich zu!

Kasten 2

PARTNERSCHAFT

Ihr braucht: eine Turnbank, einen Ball, einen Partner

Aufbau: Die Bank steht umgedreht auf dem Boden.

Aufgaben:

Ihr stellt euch beide am Ende auf die Bank.

Ihr seht euch ins Gesicht und klemmt den Ball zwischen euren Körpern fest. Geht nun über die Bank, ohne dabei die Hände zu benutzen.

Könnt ihr das auch?

1. Ihr steht Rücken an Rücken. Zwischen euren Rücken klemmt der Ball.
2. Ihr haltet den Ball zwischen euren Köpfen fest.

Tipp: Je größer der Ball, umso leichter ist die Aufgabe.



Kasten 3 **23**

FANGSPIEL

*Spielanleitung
für Hütchen-Fänger*

3 bis 6 Kinder sind Fänger.
Für jeden Fänger braucht man
eine *Tarnkappe*. Dafür werden
Markierungskegel genommen.

Die Fänger tragen auf dem Kopf
eine *Tarnkappe*, die mit der
Hand beim Laufen festgehalten
werden darf.

Wer gefangen wurde, erhält die
Tarnkappe
und ist neuer *Hütchen-Fänger*.



Kasten 4

nur dann aufbauen, wenn sie den Text verstanden haben. Erst durch das Lesen wird ihr Handeln möglich.

Für die Entwicklung der Lesekompetenz bietet diese enge Verbindung von Lesen und Handeln günstige Rahmenbedingungen:

- Gruppenarbeit
- Situationsbezug
- Erfolgskontrolle
- beliebte Tätigkeit

Gruppenarbeit

Wenn Kinder einen Text lesen, heißt das noch lange nicht, dass sie die darin enthaltenen Informationen auch verstehen bzw. nutzen können. Das ist ein Extra-Schritt, bei dem sie die gelesenen Informationen auf die wesentlichen Aussagen reduzieren müssen. Hilfreich dabei ist der Austausch mit anderen. Bei vielen Vorschlägen wird mit einem oder mehreren Partnern gearbeitet.

Situationsbezug

Das, was die Kinder lesen, bezieht sich auf ihre unmittelbare Umgebung, die Turnhalle. Dieser vertraute Kontext hilft ihnen beim Lesen, weil sie einen bestimmtem Wortschatz erwarten können.

Erfolgskontrolle

Durch das Handeln ist eine schnelle Selbstkontrolle gegeben: entweder können sie die Übung durchführen oder nicht. Klappt sie nicht, können sie sich selbst korrigieren, in dem sie noch einmal lesen oder sich be-

raten. Diese direkte Selbstkontrolle und -korrektur ist vor allem für Kinder mit geringer Frustrationstoleranz eine Hilfe.

Beliebte Tätigkeit

Sport ist bei den meisten Kindern eine beliebte Tätigkeit, auch und vor allem bei Jungen. Gerade für die Jungen, für die die traditionellen Lese(buch)texte oft wenig interessante Inhalte bieten, ist die Verbindung von Lesen und Sport eine Möglichkeit, sich mit Themen zu

beschäftigen, die ihre Interessen aufgreifen.

Wie PISA zeigt, sind Leseinteresse und Lesefreude wichtige Grundlagen für die Entwicklung einer nachhaltigen Lesebereitschaft. Aus diesem Grund kann das Thema Sport, das viele Kinder fasziniert, auch zu einem Thema im Deutschunterricht werden. Einige Anregungen, bei denen Lesen und Schreiben aufeinander bezogen sind, geben die folgenden Ideen:

Sportlexikon

Stellt ein gemeinsames Sportlexikon zusammen, indem ihr bekannte Sportarten beschreibt. Bilder aus Zeitungen und Illustrierten helfen euch dabei.

Lesequartett

Sucht zu einer Sportart immer drei passende Begriffe aus, z. B. *Tennis*: Tennisschläger, Tennisball, Tennisplatz, ...
Stellt mehrere Quartette her und spielt zusammen.

Sportzeitschrift

Sucht aus Zeitungen Sportbilder heraus. Zu diesen Bildern könnt ihr kleine Texte schreiben und sie zur Herstellung einer eigenen Sportbildzeitung verwenden.
Tauscht eure Hefte aus.
Diese Sportbildzeitung wird sicher ein vergnüglicher Lesestoff für eure Mitschüler werden.

Mein Sportheft

Stelle dir ein eigenes Sportheft mit mehreren Themenseiten zusammen, z. B.
- Mein Lieblingssport
- Bekannte Sportarten
- Diese Sportart möchte ich können
- Sportmaterialien, die ich dazu brauche

Sport-ABC-Darium

Es macht euch bestimmt Spaß, ein Sport-ABC-Darium herzustellen.
Es lohnt sich, schwierige Wörter im Wörterbuch nachzuschlagen.
A Armbrustschießen
B Boxen
C ...

Sportausstellung

Bringt einige Sportgeräte von zu Hause mit und gestaltet eine Sportausstellung im Klassenraum. Berschriftet eure Gegenstände. Ladet eine Nachbarklasse dazu ein.

Sportmemory

Stellt ein Geräte-Memory aus Bildern und den passenden Wörtern zusammen, das ihr dann gemeinsam spielen könnt.

Sportorte im Schulbezirk

Findet Sportorte in eurem Schulbezirk und der Umgebung heraus. Gestaltet mit diesen Informationen einen Stadtplan.

1 Deutsches PISA
Konsortium
(Hrsg.): PISA
2000. Leske +
Budrich, Opladen
2001, S. 78

LESEN

in der Turnhalle



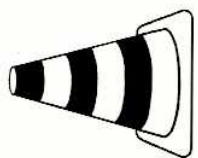
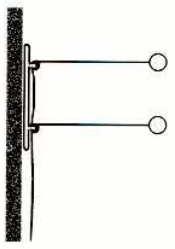

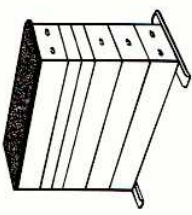


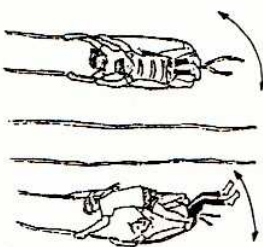


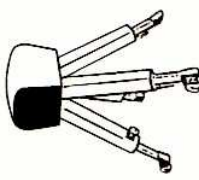
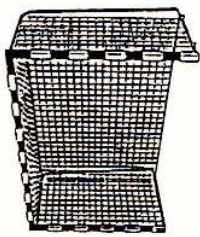
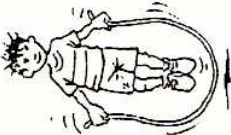
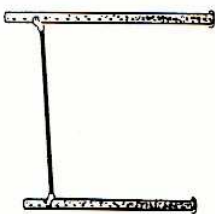


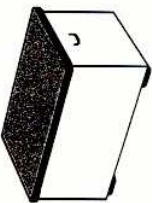
Die folgenden Beispiele sollen zeigen, wie das Lesen in den Sportunterricht einbezogen werden kann.

Die Kinder setzen das, was sie gelesen haben, in Handeln um und zwar in einer authentischen Situation.

Bernd Müller



BINGO – Wort-zu-Bild (1)

BINGO – Wort-zu-Bild (2)

Reck	Sprungbrett	Weichmatte	Markierungs- kegel
Barren	Turnbock	Turnbank	Turnringe
Fußball	Tor	Schwingtaue	Tennisball
Kleiner Kasten	Springseil	Turnmatte	Sprungkasten

GERÄTE-PUZZLE

Sprung brett

Turn ringe

Partei band

Kletter stangen

Roll brett

Weich matte

Turn matte

Zieh tau

Sprung kasten

Basket ball

Sprossen wand

Gymnastik reifen

Mini- Trampolin

Klei ner Kas ten

Soft ball

Medizin ball

Bock

Sprung ständer

Stel zen

Reck stange

Gymnastik ball

Hockey schläger

Pe dalo

Fuß ball

Markierungs hütchen

Sprung seil

Tennis ball

SILBEN-PUZZLE			
Sprung		brett	
Zieh		tau	
Spros	sen	wand	
Sprung	kas	ten	
Klet	ter	stan	gen
Gym	nas	tik	ball



Welches Gerät wird gesucht? (1)

<p>In dieses Gerät aus Eisen hängt man eine Stange ein. Man macht hier zum Beispiel „Schweinebaumel“.</p>	<p>Wird man im Spiel davon getroffen, tut es nicht weh.</p>	<p>Damit kann man im Affentempo durch die Sporthalle flitzen.</p>	<p>Dieses Gerät braucht man, um Spielfelder zu kennzeichnen.</p>
<p>Dieses Gerät hat oben zwei Stangen aus Holz und ist unten aus Eisen.</p>	<p>Auf diesem Gerät mit vier Beinen und einem Lederkörper kann man wie auf einem Pferd reiten.</p>	<p>Von dieser Bank kann man kein Geld holen.</p>	<p>In dieses Gerät kann man sich hinein setzen und dann wunderbar schaukeln.</p>
<p>Damit schießen vor allem Jungen gern auf ein Tor.</p>	<p>An diesem Gerät aus Eisen hoch zu klettern, ist sehr anstrengend.</p>	<p>Turnt man an diesem Gerät, fühlt man sich wie Tarzan an der Liane.</p>	<p>Mit diesem kleinen gelben Gerät übt man Werfen und Zielen.</p>
<p>Er ist der kleine Bruder vom Gerät, das man in fünf Teile zerlegen kann.</p>	<p>Das Gerät ist zwar leicht, aber damit zu springen, ist ganz schön anstrengend.</p>	<p>Dieses Gerät legen wir zur Sicherheit immer hinter oder unter andere Geräte.</p>	<p>Dieses Gerät aus Holz kann man in fünf Teile zerlegen. Man kann darüber springen.</p>

WORTKÄRTCHEN: „Welches Gerät wird gesucht“ (2)			
Reck	Softball	Rollbrett	Markierungs- kegel
Barren	Turnbock	Turnbank	Turnringe
Fußball	Kletterstangen	Schwingtaue	Tennisball
Kleiner Kasten	Springseil	Turnmatte	Sprungkasten

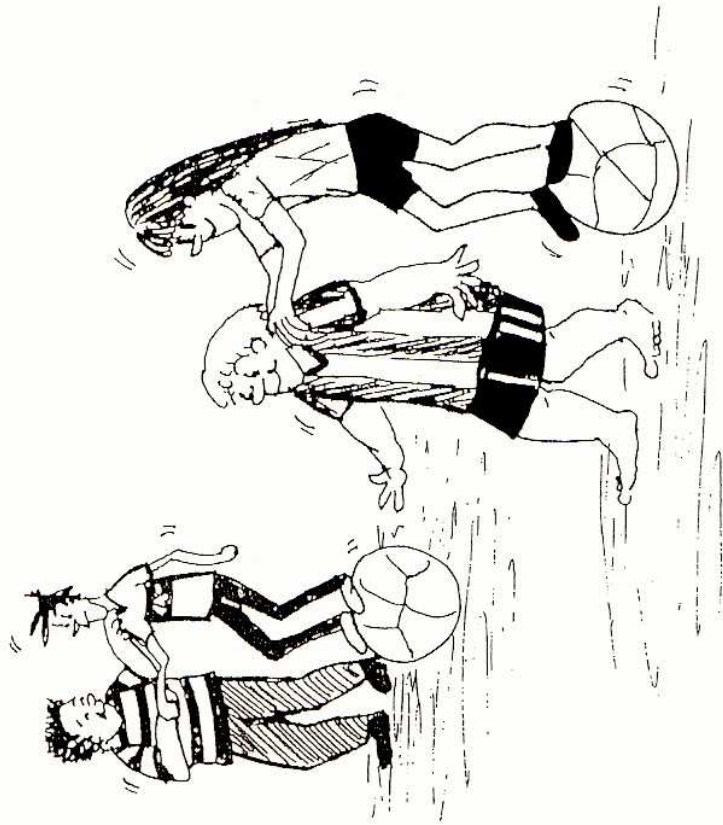
BUCHSTABENSALAT

K	l	e
t	t	e
r	s	t
a	n	g
e	n	

Medizinball-Gehen

Ihr braucht:
einen (möglichst runden) Medizinball

Aufgabe:
Versuche 6 bis 9 Meter weit auf dem Medizinball zu balancieren.
Dein Partner hilft dir.
Wie? –
Schau' auf die Zeichnungen!

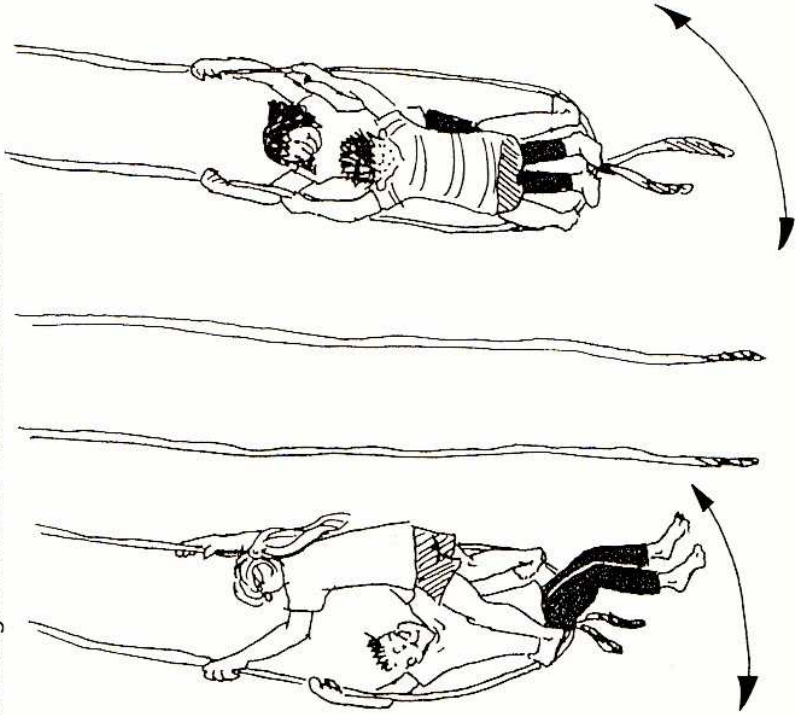


Tarzan auf der Schaukel

Ihr braucht:
zwei Schwingtaue

Aufbau:
Die beiden Schwingtaue werden verknotet:
Lasst euch dabei von eurem Lehrer helfen.
Nun habt ihr eine Schaukel.

Aufgabe:
Versucht zusammen in der Schaukel zu stehen oder zu sitzen.
Schaukelt gemeinsam. Wie hoch kommt ihr?



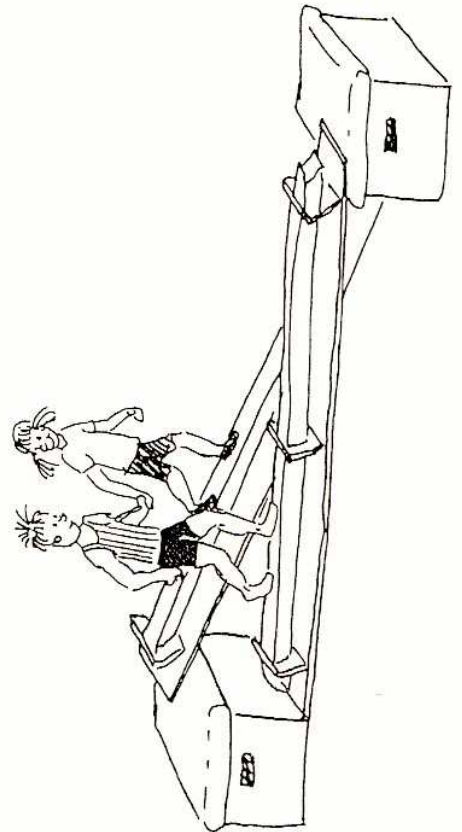
Über Berg und Tal

Ihr braucht:
zwei Turnbänke, zwei kleine Kästen

Aufbau:
Schaut auf die Zeichnung!

Aufgaben:

1. Stellt euch auf einen kleinen Kasten. Fasst euch an den Händen.
2. Balanciert zum anderen Kasten – die Hände nicht loslassen! Laft wieder rückwärts zurück zum ersten Kasten – Hände nicht loslassen!
3. Probiert es jetzt mit geschlossenen Augen: zuerst vorwärts, dann rückwärts.



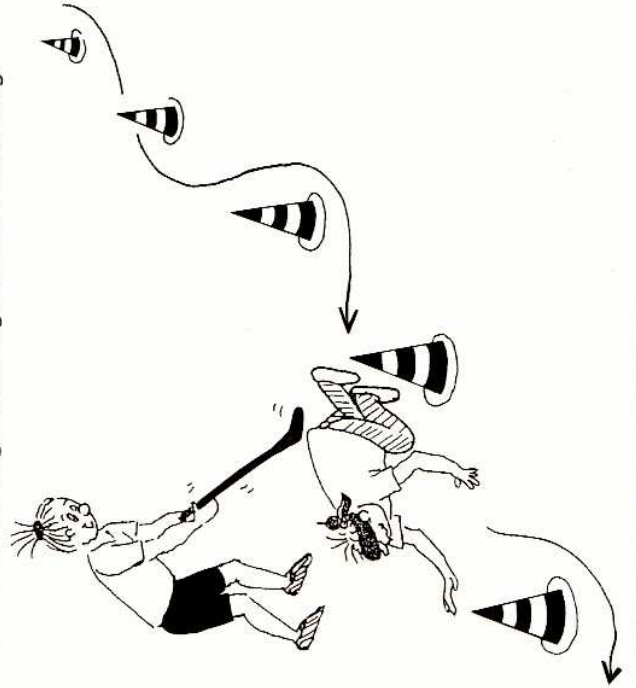
Blinden-Slalom

Ihr braucht:
5 Markierungskegel („Hütchen“),
einen Hockeyschläger

Aufbau:
Baut die Hütchen im Abstand von 2 Metern auf.

Aufgaben:
Ein Kind ist der „Blinde“, das andere der „Blindenführer“. Der Blinde schließt die Augen und krabbelt auf allen Vieren. Der Blindenführer lenkt ihn zwischen den Hütchen im Slalom hindurch – nur mit dem Hockeyschläger!
Berührt der Blinde ein Hütchen → zurück zum Start.
War der Blinde erfolgreich → tauscht die Rollen.

Tipp: Der Blinde bewegt sich langsam und vorsichtig.



Stab-Ball

Ihr braucht:

4 Gymnastikstäbe, einen leichten Ball – so groß wie ein Handball

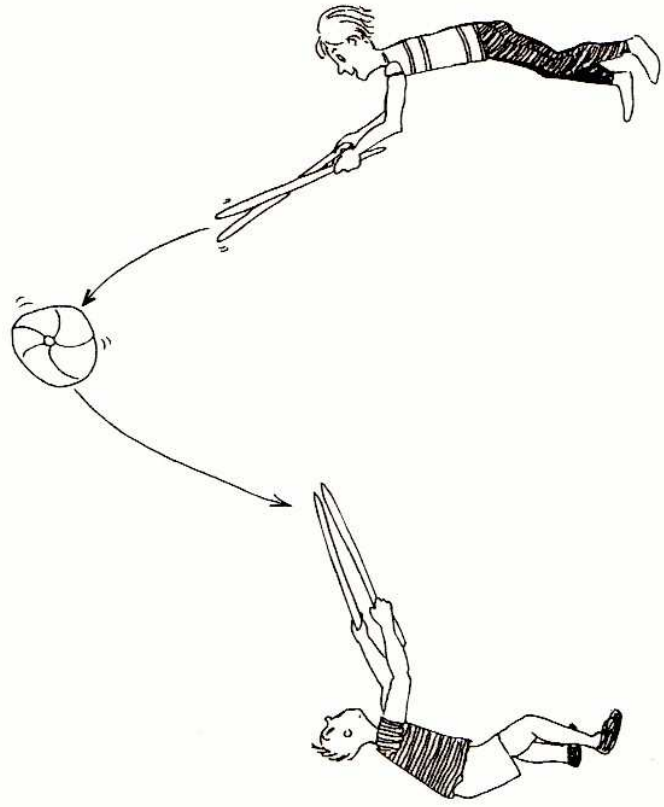
Aufgaben:

Jeder von euch nimmt 2 Stäbe. Einer legt den Ball auf die Stäbe des Partners.

Übergebt den Ball mit den Stäben. Versucht es einige Male. Werft euch den Ball so zu, dass der andere ihn fangen kann.

Wichtig:

Ihr dürft nur mit den Stäben werfen und fangen! (Probiert aus, welcher Abstand zwischen euch am besten ist.)



Frisbee

Ihr braucht:

einen Sprungkasten, ein offenes Kastenteil, eine Frisbeescheibe, 6 Markierungskegel („Hütchen“)

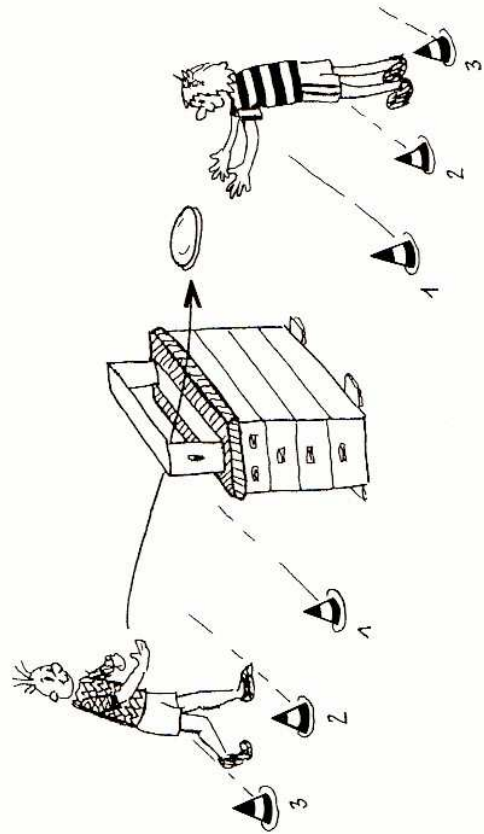
Aufbau:

Stellt das offene Kastenteil auf den Kasten. Stellt auf jeder Seite 3 Hütchen als Abwurfmarke auf.

Aufgaben:

Einer wirft die Frisbeescheibe durch das Kastenteil. Der andere soll sie fangen!

Könnt ihr von jedem Hütchen aus werfen und fangen? Zu einfach? – Dann macht den Abstand größer zwischen den Hütchen. Klappt es immer noch?



Gassi gehen

Ihr braucht:
einen großen Ball, eine Turnbank

Aufbau:
Die Bank steht umgedreht auf dem Boden.

Aufgabe:
Du gehst über die Bank.
Gleichzeitig rollst du einen großen Ball auf dem Boden mit.
Der Ball soll dir dabei wie ein Hund gehorchen und brav an deiner Seite bleiben!

Willst du dir die Aufgabe schwerer machen? –
Nimm einen kleineren Ball!



Hochwerfen und Fangen

Ihr braucht:
eine Turnbank, einen Ball

Aufbau:
Die Bank steht umgedreht auf dem Boden.

Aufgabe:
Du gehst über die Bank. Dabei wirfst du den Ball hoch und fängst ihn wieder auf.
Mache das einige Male.

Probiere dasselbe auch mit Rückwärtsgehen!

Hinweis:
Je höher du den Ball wirfst, umso schwieriger wird es!

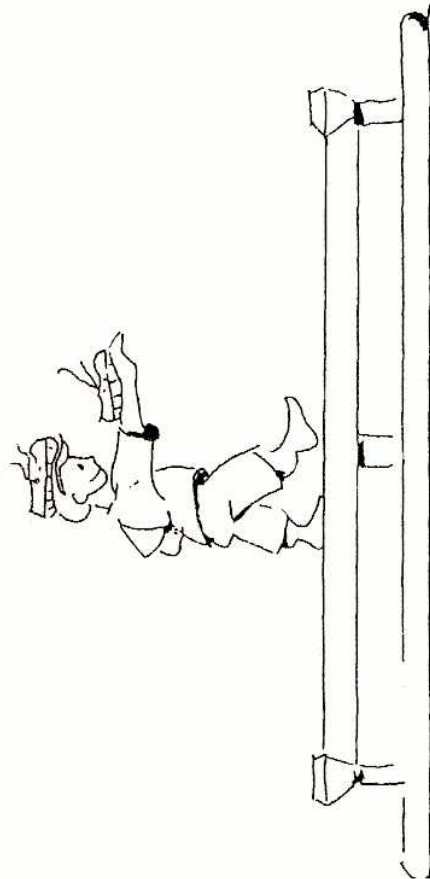


Transport mit Köpfchen

Ihr braucht:
eine Turnbank, ein Paar Turnschuhe

Aufbau:
Die Bank steht umgedreht auf dem Boden.

Aufgaben:
Ziehe deine Turnschuh aus.
Lege einen Turnschuh auf deinen Kopf. Gehe über die Bank.
Der Turnschuh darf nicht herunter fallen.
So wird es noch schwieriger: Transportiere einen Turnschuh auf dem Kopf – den anderen auf einer Schulter.

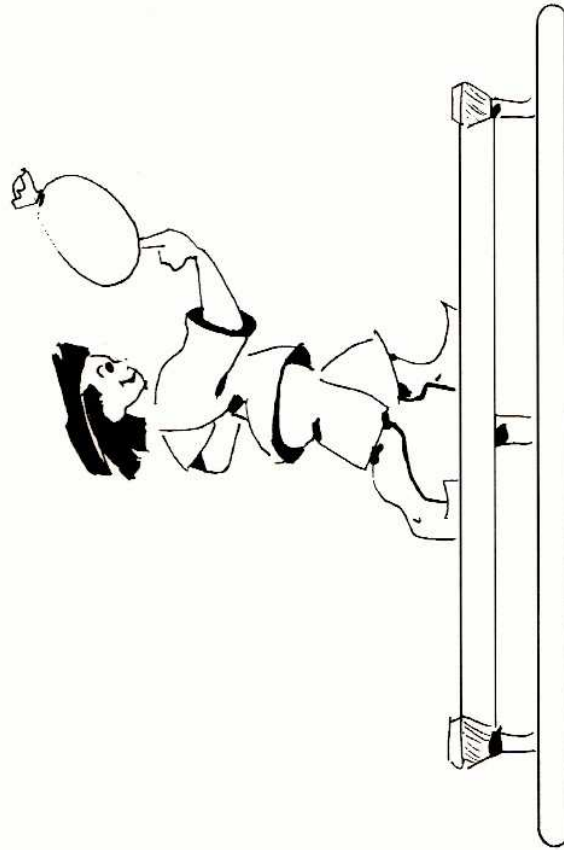


Aufgaben mit dem Luftballon

Ihr braucht:
eine Turnbank, einen Luftballon

Aufbau:
Die Bank steht umgedreht auf dem Boden.

Aufgaben:
Du gehst über die Bank. Schlage dabei einen Luftballon mit der Hand hoch.
Oder ganz schwierig: mit dem Fuß!
Du gehst über die Bank. Balanciere gleichzeitig den Luftballon auf Fingerspitzen – so wie auf der Zeichnung.
Leichter ist es so: auf dem Arm oder auf dem Handrücken.
Nur für „Köner“: den Luftballon auf dem Kopf balancieren!



Erlösen mit Extra-Aufgaben

4 bis 8 Fänger

Die Fänger werden mit einem Parteiband gekennzeichnet.

Wer vom Fänger abgeschlagen wurde, kann sich erlösen, indem man eine *Extra-Aufgabe* erfüllt, die der Fänger stellt.

Der Fänger darf erst dann den nächsten Spieler fangen, wenn er kontrolliert hat, ob sein Gefangener seine Aufgabe auch wirklich erfüllt hat.

Beispiele für *Extra-Aufgaben*:

vier Kniebeugen machen, auf allen Vieren quer durch die Halle krabbeln, Handstand machen, ...

Hinweise:

Fänger möchten viele sein. Deshalb solltet ihr Vorschläge haben, wie man die Fänger auswechseln könnte. Zwei Vorschläge:

1. Nach 2 Minuten Spielzeit geben die Fänger ihr Fangrecht an Freiwillige weiter. Euer Lehrer kontrolliert die Zeit.
2. Hat ein Fänger sieben Läufer gefangen, gibt er sein Band weiter.



Individuelles Lesen „Balancieren auf der Turnbank“

Löwen-Nummer

Ihr braucht:

eine Turnbank, einen Gymnastikreifen, 1 bis 3 Partner

Aufbau:

Die Bank steht umgedreht auf dem Boden.

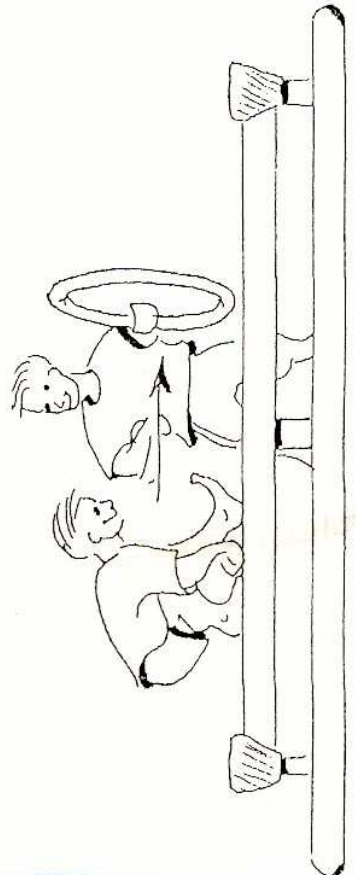
Die Partner stehen an der Bank. Sie halten jeder einen Reifen senkrecht über der Bank.

Aufgabe:

Ein Kind ist der „Löwe“. Die anderen sind „Dompteure“.

Der Löwe steigt durch die Reifen, ohne sie zu berühren: Die Löwen wollen sich nicht das Fell verbrennen!

Achtung: Je näher der Reifen an der Bank ist, umso schwieriger ist die Aufgabe!



Elefanten-Fangen

3 bis 6 Fänger.

Die Fänger werden mit einem Parteiband gekennzeichnet.

Das Fangen wird für die *Elefanten* auf folgende Weise schwieriger gemacht:

Der Elefant fasst mit Daumen und Zeigefinger einer Hand seine Nase. Der andere Arm wird durch die Armbeuge als *Rüssel* geschoben.

Mit seinem *Rüssel* muss der *Elefant* die Läufer berühren.

Wer vom *Elefanten* berührt wurde, wird neuer Fänger.



Kaninchen verjagen

Ihr braucht:

Man benötigt 2 bis 3 Turnbänke oder mehrere Markierungskegel, die das Spielfeld als *Zaun* in zwei Hälften teilen.

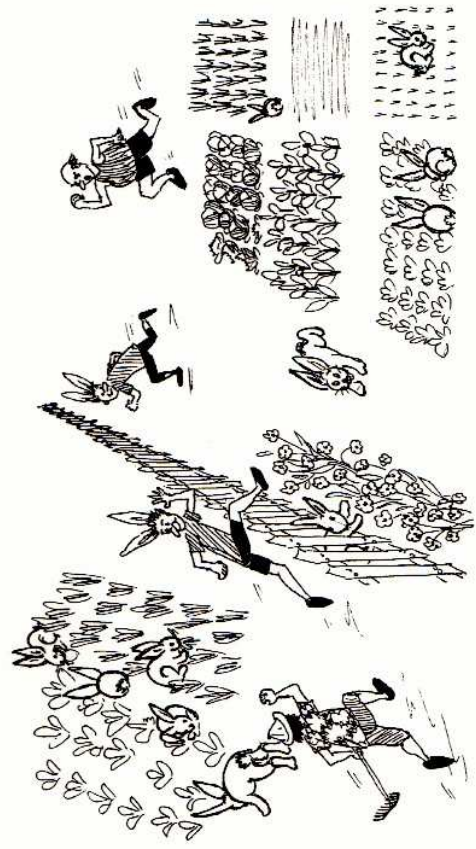
Es gibt 2 bis 6 Fänger (*Gartenbesitzer*) insgesamt, in jeder Spielfeldhälfte sind es 1 bis 3. Alle übrigen sind *Kaninchen*.

Die *Gartenbesitzer* der beiden Nachbargrundstücke versuchen, die *Kaninchen* zu verjagen, die sich in ihren Gärten an ihren Salaten zu schaffen machen.

Die *Gartenbesitzer* dürfen nur in ihrer Spielfeldhälfte fangen und den *Zaun* zum Nachbarn nicht überschreiten.

Die *Kaninchen* hingegen dürfen zwischen den beiden Spielfeldern beliebig hin und her wechseln.

Bei Abschlag werden die Rollen getauscht.



Schwarzer Peter

3 bis 6 Fänger.

Ihr braucht:

3 bis 6 (längliche) Schaumstoffteile oder zusammengerollte Zeitungen als Schwarzen Peter.

Die Fänger versuchen den Schwarzen Peter los zu werden, indem sie damit einen Läufer berühren.

Wichtig:

Nicht auf den Kopf schlagen!

Hatte der Fänger Erfolg, übergibt er den Schwarzen Peter an den Gefangenen und tauscht mit ihm die Rolle.



Schützt die Wale

3 bis 4 Fänger sind die Walfänger. 6 bis 8 Retter sind die Walschützer. Alle übrigen Spieler sind die Wale.

Ihr braucht:

Verschiedenfarbige Parteibänder zur Markierung für Fänger und Beschützer.

Die Walfänger machen Jagd auf Wale. Hat der Fänger Erfolg, tauscht er mit dem Wal die Rolle.

Die Walschützer helfen den Walen, sich vor dem Abschlag durch die Walfänger zu retten, indem sie ihnen mit ausgebreiteten Armen den Weg verstellen.

Achtung:

Die Walschützer dürfen die Walfänger nicht festhalten! Hat ein Walschützer keine Lust mehr, sucht er sich einen Läufer und wechselt mit ihm die Rolle.

