

Turnen und Sport

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Bündner Schulblatt = Bollettino scolastico grigione = Fegl
scolastic grischun**

Band (Jahr): **44 (1984-1985)**

Heft 3

PDF erstellt am: **26.06.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.



Eine Interpretation des neuen Lehrplanes

R. Stocker, Chur

Die Primarschüler/-innen zeichnet noch ein *grosser Bewegungsdrang* aus. Dieses Sich-Bewegen-Wollen soll *zielgerichtet* und *vielfältig* gefördert werden. Es ist dabei *nicht entscheidend*, dass das Kind möglichst früh fachspezielle «Techniken» (Fertigkeiten) erwirbt. Eine blossе Orientierung an *Fertigkeiten* führt vielmehr zu Misserfolgen bei einer Grosszahl von Kindern. Gerade beim Turnen an/mit Geräten werden die Schwächeren oft nicht «fertig» mit den Anforderungen, die sie zu «meistern» hätten.

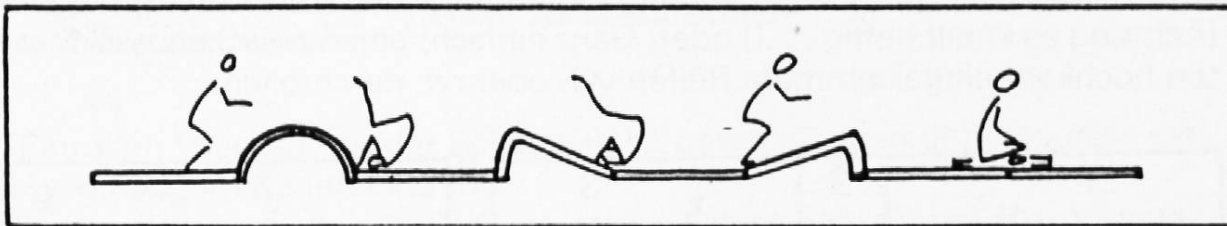
– Sicher, es ist noch kein Meister vom Himmel gefallen, aber schon (viele) Un-Erfahrene von Geräten.

– Ermöglichen wir den Primarschülern/-innen das *Sammeln von vielseitigen Bewegungs(grund)erfahrungen* im Bereich der konditionellen (Körpererziehung) und koordinativen (Bewegungserziehung) Fähigkeiten. Auf der Basis des anschliessenden *Fähig*-seins können die Schüler/-innen später – auch individuell – sportart-spezifische Techniken leichter und rascher erlernen (Sporterziehung).

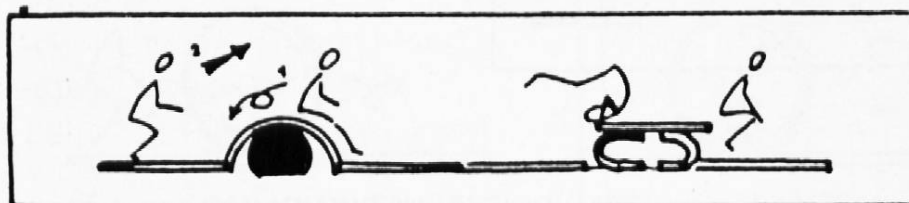
Turnen in seiner grossen Vielfalt soll auf der Primarstufe *intensiv und spielerisch* sein. Auch in der *Begegnung* mit andern (u. a. einander unterstützen) kann der Schüler seine Möglichkeiten und «Grenzen» erfahren (d. h. sich selbst besser verstehen). Ein «verführerisches» Angebot kann ihn/sie zu langandauerndem sportlichen *Handeln* verleiten und ihm/ihr positive *Erlebnisse* ermöglichen:

Bewegungs-Erlebnisse im Roll(en)-«Garten»

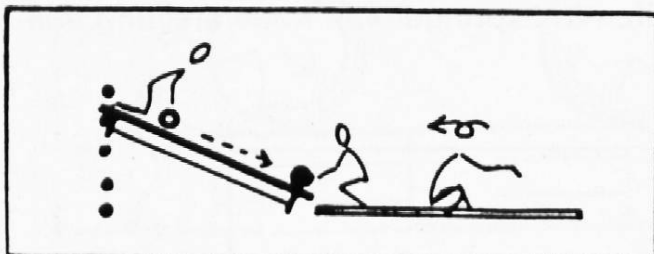
Minigolf: Wie eine Minigolfkugel über die Mattenwellen rollen, und nach der letzten Welle in einem Reifen-«Loch» sitzen bleiben. (Die Kugel läuft anfangs schnell und wird von Welle zu Welle langsamer!)



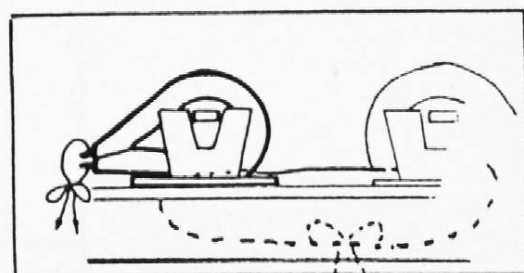
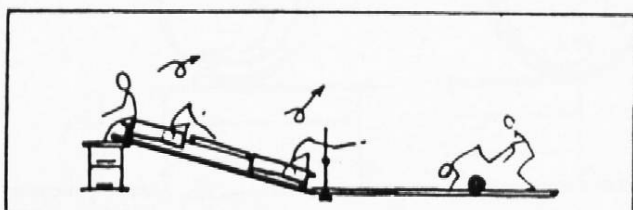
Einen «Mattenberg» kontrolliert **rw. Berg und Tal:** hinunterrollen (1.) und (2.) wieder versuchen den «Mattenberg» **vw.** hinaufzurollen, um anschliessend über die «federnden Matten» weiter zu rollen.



Halt!: Ein Partner lässt einen Volleyball über eine schiefe Langbank (evtl. zwei parallele) hinunterrollen. In eine Rolle **vw.** starten, so dass der Ball in der Kauerstellung abgefangen werden kann, bevor er den Boden berührt. (Zeit- und Raumanpassung/Orientierung)

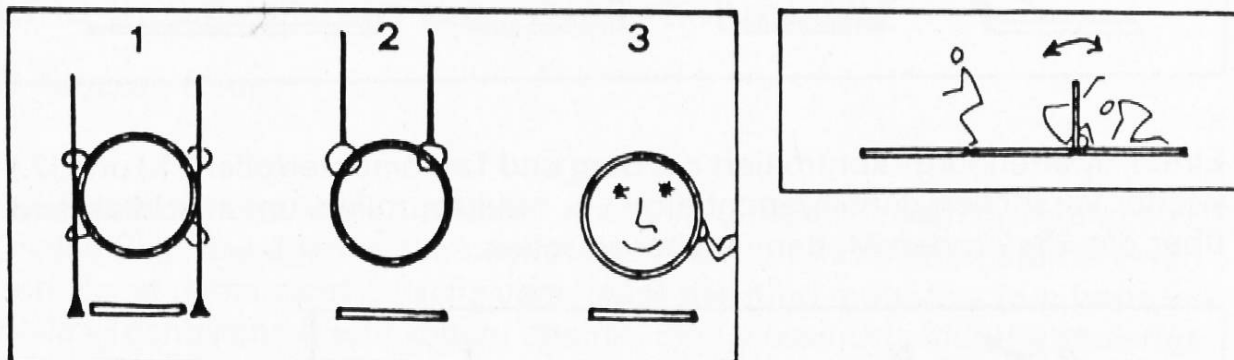


(fast) in der Luft: Diese schiefe Ebene kann sowohl **vw.** als auch **rw.** heruntergerollt werden. Der Kopf bleibt dabei immer zwischen den Langbänken in der freien Luft. – Die Langbänke müssen durch (Sprung)-seile gesichert sein. – Unten kann versucht werden, eine zwischen Malstäben gespannte Zauberschnur oder einen Ball zu überrollen ohne zu berühren.



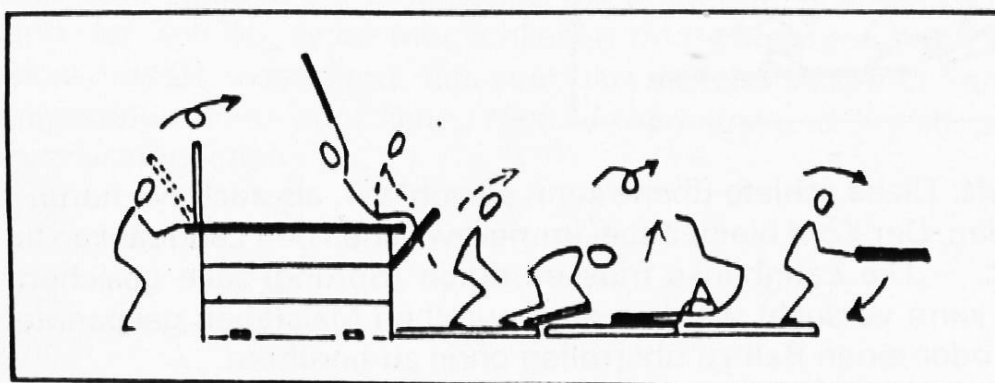
durch die Reifen «fliegen»:

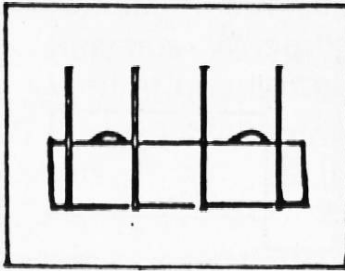
1 «SPIEGEL»: Reifen mit Klebeband/Bändeli oder Sprungseil an Malstäben befestigen. Der Reif sollte wie bei 2 möglichst tief hängen, damit er mit einer Sprungrolle «durchflogen» werden kann. 3 Einen Reifen mit Seidenpapier/Klebeband bespannen und mit einer Phantasiezeichnung bemalen (Gesicht, Feuer usw.). Den gut festgehaltenen Reifen mit einer Rolle durchspringen. (Achtung es knallt heftig . . .!) oder: Ganz einfach; einen zwischen zwei Mat-ten hochkant eingeklemmten Reifen vw. oder rw. durchrollen.



mit Reifen-Begleitung: Eine kleine ROLL-REIFEN-VERBINDUNG

- aufrollen d. d. Reifen z. Sitz (R. von oben gefasst, leicht n. h. fallen lassen)
- niederspringen durch die Reifen
- Reifen in der Bewegung weiter führen, bis er auf den Boden zu liegen kommt
- Sprungrolle über den Reifen (Reifen gefasst)
- Schwung durch Reifen zum «Reifen-Seilspringen» in Kauerstellung ausnutzen . . . und?



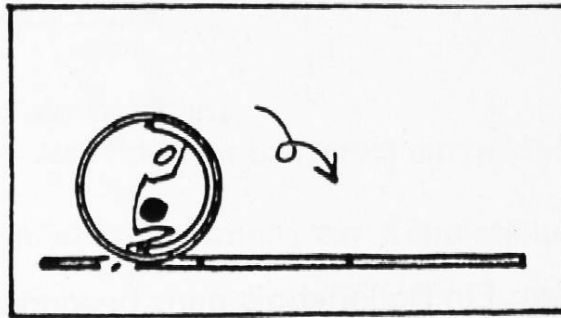
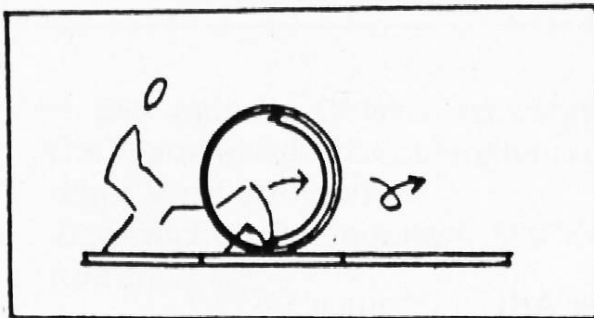


Schaukel(n):

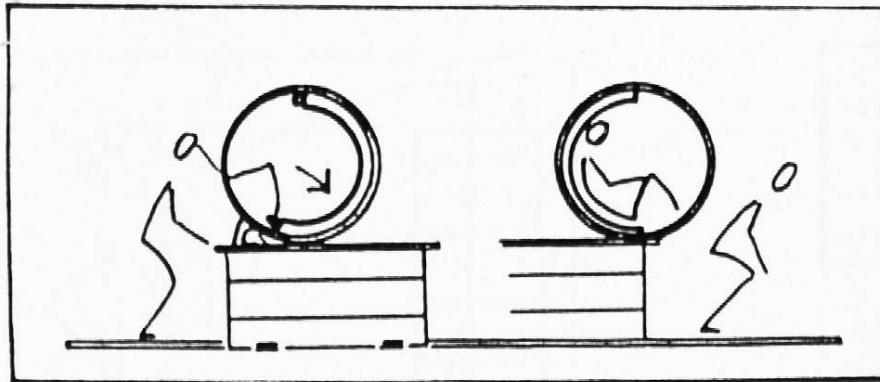
- bestehende Geräte verändern (1 Mitte, 2-4 Reifen)
- Rollen primär durch die Hilfe an den Reifen
- Stets darauf achten, dass die Reifen senkrecht stehen, sonst knirschts!

1 Einrollen (Nacken vor der Schaukel), so beschleunigen (P-hilfe), dass die Bewegung zum Kauerstand führt.

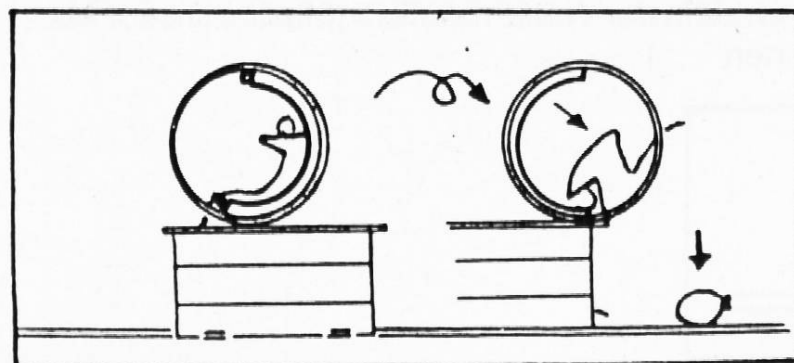
2 In der Schaukel knien, Ball zwischen Oberschenkel und Brust eingeklemmt (auf dem ganzen Weg nicht verlieren), Partner beschleunigen bis zur Kauerstellung, oder dito retour.



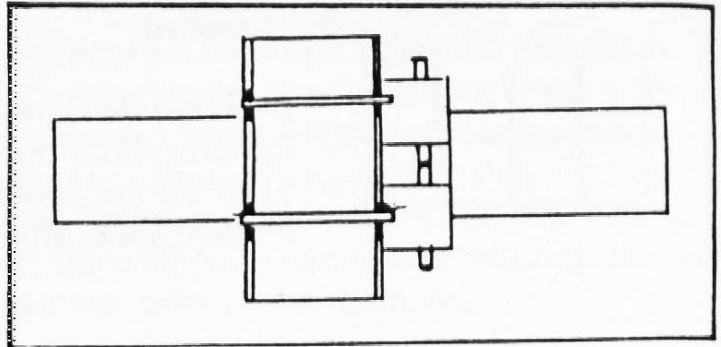
3 Aufrollen (Kopf zwischen 2 Kästen zum Auskippen und ...)



4 Sitz in der Schaukel, Rückführen (evtl. auch mit einem eingeklemmten Ball) zum Ausrollen rw. in den Kauerstand
Ziellanden auf einem Ballon oder in einem Reifen



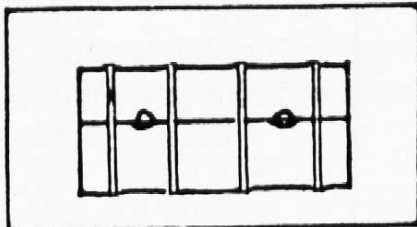
Anordnung von oben:



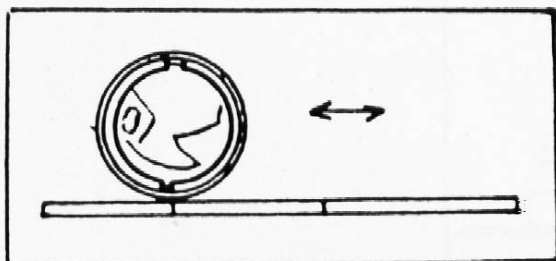
Kombinationen mit dem Vorangehenden möglich!
Eventuell dienen Schaumstoff/Volleybälle dazu die Oberkörper (rund) Spannung zu verdeutlichen.

Walze: Ein Rollerlebnis ganz besonderer Art!

- ... von sehr grossem Interesse bei den Jugendlichen/Kindern.
- ... es könnten zusätzlich noch die Augen verbunden werden.



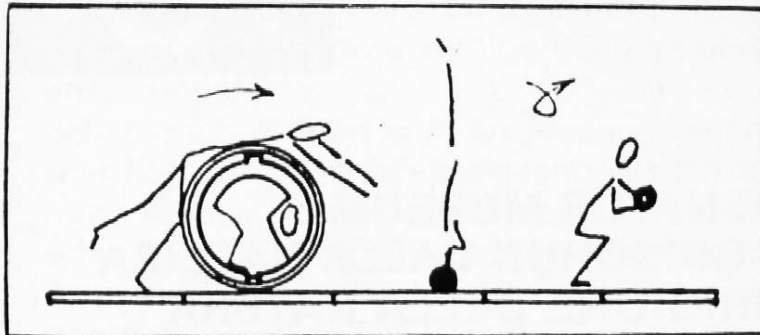
- in der richtigen, runden Rollstellung (durch die Matten unterstützt) langsam und immer rascher vw/rw. – rollen lassen.
Je nach Gewicht auch zu zweit in der Walze möglich. (Muss nicht auf Matten sein, ... schiefe Ebenen ...)



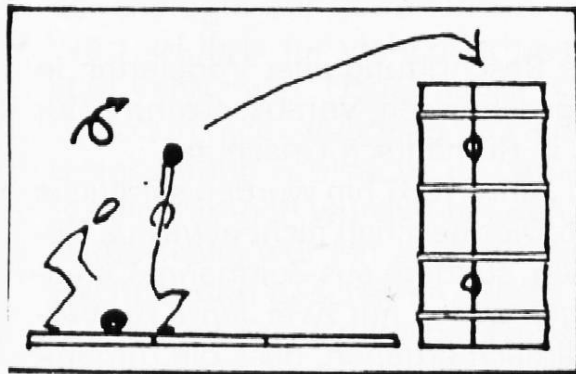
Handstandüberrollen mit «Walzenhilfe»:

Rasches Wegrollen (d. h. beschleunigen in den Kauerstand), sonst kommt man unter die Walze.

Im Handstand-Abrollen einen Ball fassen und zum Kauerstand mitführen.



- Die «neuen» Objekte ins «Spiel» einbeziehen:
Die Walze als «Korb» aufstellen. Aus dem Rollen muss direkt ein beidhändiger Wurf erfolgen.
- Zusätzliche «Bedingung»: Die Rolle muss trotzdem zur Kauerstellung führen.



- Andere mögliche Rollformen für einen Gerätegarten (v. a. Formen mit Bällen) findet man 1008 SPIEL- UND ÜBUNGSFORMEN IM GERÄTETURNEN im Kapitel 6 «ROTATIONEN» von R. Stocker