

Ideen mit Pfiff

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Mobile : die Fachzeitschrift für Sport**

Band (Jahr): **8 (2006)**

Heft [1]: **Schule bewegt**

PDF erstellt am: **29.06.2024**

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.

Ideen mit Pfiff

In der Klasse // Wer attraktive Lerngelegenheiten bieten will, muss oft neue Wege gehen. Diese können auch gehüpft und gesprungen werden, wie folgende Anregungen für bewegtere Klassenzimmer zeigen.

Patricia Steinmann, Zeichnungen: Leo Kühne

Sportchef/in / Klassenrat

Traktandum Bewegung

Wie? In der Klasse wird eine Sportchefin oder ein Sportchef ernannt. Der Sportchef ist zuständig für das Bewegungsprogramm: Sie oder er bietet verschiedene Bewegungsangebote an, teilt der Lehrperson mit, wann es eine Bewegungspause braucht oder verwaltet das Sport- und Spielmaterial der Klasse. Im Klassenrat werden diese Aufgaben auf

verschiedene Schülerinnen und Schüler verteilt, welche die Klasse in Bewegungs- und Sportfragen beraten. Eine so gebildete Gruppe arbeitet zum Beispiel das Bewegungsprogramm für ein Quartal aus, setzt sich mit lokalen Vereinen in Verbindung und organisiert Schnuppertrainings oder trifft sich mit den «Bewegungsspezialisten» von anderen Klassen, um klassenübergreifende Angebote auszuarbeiten.

Wozu? Die Verantwortung für die tägliche Bewegung wird an Schülerinnen und Schüler abgegeben. Das Programm entspricht den Bedürfnissen der Kinder und Jugendlichen.

Varianten: Das Amt der Sportchefin/des Sportchefs wird nach einer Woche (einem Quartal, Jahr) weitergegeben.

Quelle: Dieses Modell wurde von mehreren schule.bewegt-Klassen in der ganzen Schweiz durchgeführt und getestet.



Bewegungstagebuch / Sportheft

Jeder Tag ein Sporttag

Wie? Jede Schülerin und jeder Schüler führt ein Bewegungstagebuch oder ein Sportheft. Vorgabe ist, dass sich die Schüler/innen täglich mindestens 20 Minuten bewegen. Es können alle Tätigkeiten eingetragen werden, die ausserhalb des Sportunterrichts gemacht werden: Bewegungseinheiten im Unterricht, in der Pause, nach der Schule, in Vereinen, am Wochenende etc. Vorteil des Sporthefts ist, dass das Bewegungsprotokoll durch Zeichnungen oder kurze Texte etc. ergänzt werden kann.

Wozu? Die Verantwortlichkeit für die Bewegungszeit kann auf die Schüler/innen übertragen werden. Die Klasse kann so selber die Bewegungszeit kontrollieren. Sprachliche Aufgaben (Schreiben, Zählen etc.) werden mit Bewegung verbunden.

Quelle: Mit dem Tagebuch arbeiteten die Klasse 3c der Primarschule Wollerau SZ von Lucas Camenzind. Das Sportheft kam beispielsweise am Collège Cortaillod bei Christelle Jouille zur Anwendung.



Ich hätte gern ein Seil!

Wie? Das Spiel- und Sportmaterial für bewegte Pausen wird in einem Kiosk / einer Ludothek verwaltet. Dies kann ein Kiosk für die ganze Schule oder nur für einzelne Klassen sein. Mögliches Material: Verschiedene Bälle, Tischtennismaterial, Stelzen, Pedalo und andere Gleichgewichtsgeräte, Seile kurz und lang, Gummitwist, Jongliermaterial, Footbags etc. Dieses Material kann zum Teil auch im Handarbeits- und Werkunterricht hergestellt werden. Wichtig ist, dass die Verantwortung für die Materialverwaltung gut geregelt ist.

Wozu? Spiel- und Sportgeräte können so von allen Schülerinnen und Schülern und nach Bedürfnissen ausgelohnt werden.

Quelle: Durchgeführt und getestet von mehreren schule.bewegt-Klassen in der ganzen Schweiz.



Vom Stuhl zur Kiste und über den Balken

Wie? Die Klasse bastelt Spielkarten und bemalt sie mit folgenden Gegenständen: Tisch, Stuhl, Reif, Seil, Kletterbogen, Teppichquadrat, Hürde, Kiste, Balken etc., je nach zur Verfügung stehendem Material. Die Kinder decken eine, zwei oder drei Karten auf und basteln daraus einen Bewegungsparcours. Wozu? Die Bewegungsaufgabe wird immer wieder verändert, die Kreativität der Schüler/-innen gefordert.

seitwärts, zu zweit (Zwillingsaufgabe), blind mit Partnerhilfe etc. Der Parcours muss in der entsprechenden Fortbewegungsart absolviert werden.

■ Zusätzlich zu den Grundkarten (Material) werden Karten mit Kleinmaterial erstellt: Jonglierbälle, Stab, Seil, Footbag etc. Der Parcours muss nun mit einer Zusatzaufgabe wie z. B. Jonglieren, Ball aufwerfen und fassen, Seilspringen etc. zurückgelegt werden.

Varianten:

■ Zusätzlich werden Karten mit Bewegungsaufgaben erstellt: z. B. rückwärts gehen, hüpfen, Vierfüßlergang vor- und rückwärts,

Quelle: Durchgeführt und getestet vom Kindergarten Rotel in Aarburg bei Frau Nicole Leutwyler.

Bewegungsbaustelle



Fitpoker

Wie? Die Schülerinnen und Schüler stellen Spielanleitungen her. Auf diesen Karten finden sich Spielbeschreibung sowie Spielregeln. In den Bewegungspausen zieht ein/e Schüler/in eine Karte, dieses Spiel wird dann von allen Schülerinnen und Schülern oder in Kleingruppen gespielt.

Varianten:

■ Auf den Karten sind einfache Bewegungsaufgaben beschrieben: Hampelmann, Skipping, Seilspringen, Liegestütz, Rumpfbeugen, auf einem Bein stehen, eine kurze Strecke rennen, etc.

■ Ein Quartettspiel entwickeln. Kategorien Kraft-, Ausdauer-, Beweglichkeits-, Koordinations-, Schnelligkeitsübungen machen. Zwei Schüler/-innen spielen gegeneinander, die anstrengendere Übung gewinnt und wird ausgeführt. Oder die Lehrperson legt die Reihenfolge der Gewichtung fest.

Wozu? Vielseitigkeit von Pausenspielen aufzeigen und erhalten.

Kartenspiele

