

## Wir fliegen auf die Insel, auf der Robinson Crusoe lebte Ein Abenteuer zum Nacherleben für Schüler der Schuljahre 4–6

**Heide und Gernot Tille**

Diese Bewegungsgeschichte mit sportlichen und geistigen Aufgaben beruht auf dem Roman „Robinson Crusoes Leben und seltsame Abenteuer“ von Daniel Defoe. Mit ihm wird die Geschichte dieses Mannes beschrieben, der nach einem Schiffbruch auf einer einsamen Insel strandete, dort 28 Jahre lang lebte und während dieser Zeit viele Abenteuer bestehen musste. Einige davon sollen die Schüler nacherleben.

Bewegungsgeschichten sollen bei den Teilnehmern die Neugier wecken, sie zu Bewegungen anregen und ihre Vorstellungskraft entsprechend der Geschichte fördern und stärken. Als Gruppenwettkampf erfordern sie Teamgeist und fördern das Selbstvertrauen und das Vertrauen in andere. Parallel dazu lernen die Schüler, Verantwortung gegenüber anderen zu übernehmen sowie kritische Situationen richtig einzuschätzen und zu bewältigen. Im Mittelpunkt soll aber das Gruppenerlebnis stehen.

### Organisatorisches und Ablauf

- Für dieses Thema ist (mind.) eine Doppelstunde einzuplanen.
- Die benötigten Gerätelandschaften sind bereits vor Unterrichtsbeginn aufzubauen, wobei nach Möglichkeit alle Großgeräte mit einbezogen werden sollen. Materialien, die nicht zum Inventar einer Halle gehören, müssen besorgt oder gebastelt werden.
- Die Gruppen werden durch unterschiedliche Partebänder gekennzeichnet.
- Bis auf die Aufgaben 1, 2 und 11 erfolgen alle gruppenweise.
- Naturgeräusche, abgespielt von einer CD, können für etwas Realitätsnähe sorgen.
- Wertung: Die Siegergruppen erhalten jeweils 3 Punkte, die Nächstplatzierten entsprechend 2 bzw. 1 Punkt(e). Gesamtsieger wird die Gruppe, die am Ende des Wettkampfes die höchste Gesamtpunktzahl erreicht hat. Sollten zwei Gruppen die gleiche Zahl erreichen,

ist eine Spontanaufgabe zu stellen (z. B. die Frage zu beantworten: „Welche Staatsangehörigkeit hatte Robinson Crusoe?“). Die Gruppe, die zuerst die richtige Antwort gibt, ist Sieger.

- Vor Beginn der Spielrunde sollte ein bis zu zehnmütiges Aufwärmen erfolgen. Um auch da schon die Neugier der Schüler zu wecken, sind abenteuerspezifische Bewegungen anzubieten, wie z. B. in gebückter Haltung schleichen, das Übersteigen von Zäunen und Überspringen von Gräben imitieren, Schwimmbewegungen machen usw.
- Zur Erinnerung an diese Stunde können den Teilnehmern Urkunden ausgehändigt werden.

*Als Auftakt zu dieser Bewegungsgeschichte erzählt der Lehrer den Schülern in Kurzform, wer Robinson Crusoe gewesen ist: R. C. ist der Held im Abenteuerroman „The life and strange surprising adventures of Robinson Crusoe“ (1719) von Daniel Defoe. Als Vorlage für diesen Roman diente ihm das Buch des englischen Kapitäns W. Roger „A cruising voyage round the world“. In ihm ist die Geschichte eines schottischen Matrosen beschrieben, der von 1704 bis 1706*

#### AUS DEM INHALT:

##### Heide und Gernot Tille

Wir fliegen auf die Insel, auf der Robinson Crusoe lebte

1

##### Anne Jäger & Christina Lage

Step Aerobic als „Mädchenthema“ in Sek. I

9

##### Bettina Frommann

Bekannte und unbekannte Geländespiele (Teil 2)

13



**Heide und Gernot Tille**

Im Kochbrunnen 22  
57520 Rosenheim/Ww.  
E-Mail: hg-tille@t-online.de

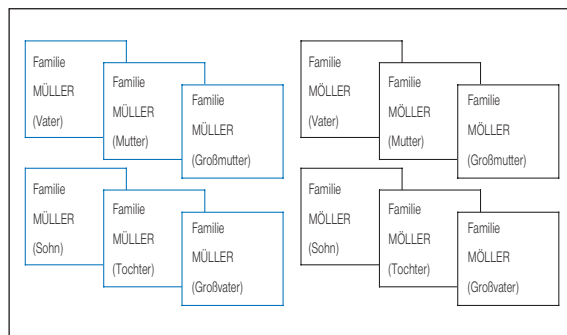
auf einer kleinen menschenleeren Insel im stillen Ozean lebte, die ca. 700 Kilometer westlich der süd-amerikanischen Küste, etwa in Höhe von Peru liegt. Auch Robinson Crusoe strandet nach seinem Schiffbruch auf einer einsamen Insel in der Orinoco-Mündung, einem Strom im südlichen Teil Südamerikas. Dort lebte der ehemalige Seemann 28 Jahre lang und wurde notwendigerweise während dieser Zeit zum Handwerker, Bauern, Jäger und schließlich noch zum Hirten. Aus seiner Einsamkeit heraus entpuppt er sich auch als Lehrer für einen aus der Wildnis stammenden Ureinwohner, dem er den Namen „Freitag“ gab, weil er ihn an diesem Wochentag kennen lernte und zu sich nahm.

## Die Aufgaben

Die nachstehenden Aufgaben wurden mit 18 Grundschulern einer 4. Klasse durchgeführt. Die Klasse wurde hierfür in drei Gruppen à sechs Teilnehmern eingeteilt.

### 1. Aufgabe: Gruppenbildung

Jedem Teilnehmer wird ein kleiner zusammengefalteter Zettel ausgehändigt, auf dem sowohl ein Familienname als auch ein dazugehöriges Familienmitglied (Großvater, Großmutter, Vater, Mutter, Sohn oder Tochter) vermerkt ist.



### Anmerkung

Die Namen sind so zu wählen, dass sie ähnlich klingen, wie z. B. Müller, Möller, Miller, Mühler, Meiler oder Kobusinski, Kobsinski, Kobninski, usw. (siehe Beispiele oben).

### Aufgabe

Die Schüler laufen auf Musik in der Halle durcheinander; auf ein Zeichen des Lehrers treffen sich die Familien schnell auf einer der 3 ausgelegten Matten (Vorgegebene Gruppenbildung).

oder:  
Die Schüler laufen durcheinander und tauschen dabei ihre Zettel, ohne sie zu lesen; auf ein Zeichen des Leh-

rs treffen sich die Familien schnell auf einer der 3 ausgelegten Matten (Gruppenbildung ist dem Zufall überlassen).

### 2. Aufgabe: Wo liegt die Insel, auf der Robinson Crusoe einst gelandet ist?

Der Lehrer schildert die geografische Lage der Robinson-Insel, die im Delta des großen Orinoko-Stromes liegt, dessen Wasser sich bei der Mündung in den Ozean wie zwei Arme um die vor ihm liegenden Inseln legen. Ein wenig nördlich, des Wendekreises des Krebses zu, liegen die Großen und Kleinen Antillen in tropischer Pracht in schön geschwungenen Linien inmitten des klaren, durchsichtigen Meeres. Den größten Teil des Jahres wehen dort die Passatwinde.

Hierfür wird eine Südamerika-Karte ausgewählt, auf der das Orinoko-Delta mit der darin liegenden „Robinson-Insel“ gut zu erkennen ist. Diese Karte wird vergrößert und die Insel markiert, dann vervielfältigt und für das nachfolgende Puzzle-Spiel in kleine Teile zerschnitten.

### Aufgabe

Auf ein Zeichen hin sind die Einzelteile in kürzester Zeit zu einem Ganzen zusammenzufügen.





## Die Flugroute

In welchen Ländern liegen die nachstehend aufgeführten Flughäfen?

Paris	(Frankreich)
London	(Großbritannien)
Dublin	(Irland)
Montreal	(Kanada)
Chicago	(USA)
Memphis	(USA)
Tampico	(Mexiko)
Managua	(Nicaragua)
Medellin	(Kolumbien)
Caracas	(Venezuela)

### Hilfsmittel

3 mehrteilige Puzzlespiele (die Karte wurde vergrößert und in mehrere Teile zu einem Puzzle-Spiel zerschnitten).

### Hilfsmittel

Kletterseil-Anlage, 1 Langbank, mindestens 6 Gymnastikseile, 3 „Flugpläne“, 3 Bleistifte.

Aufgabe 3:  
Fluggerät  
und Aufgabe

### 3. Aufgabe:

#### Der Flug zur „Robinson-Crusoe-Insel“

Der Lehrer erzählt von Robinson Crusoe, den seine Freunde Bob nannten, dem Sohn einer angesehenen Familie aus York (Großbritannien), der Hauptstadt der gleichnamigen Grafschaft, einer Stadt mit langer und wechselvoller Vergangenheit. 79 n. Chr. war York die größte römische Stadt in Britannien und zeitweilig Residenz römischer Kaiser gewesen. Später war sie Sitz eines Erzbischofs. Als Bob dann am 1. September 1651 mit seinem Freund in Hull an Bord des Schiffes, einem Dreimaster, ging, begann die abenteuerliche und seltsame Geschichte, die den Namen Robinson Crusoe weltbekannt machte.

### Aufgabe

Vor dem Beginn ihrer Flugreise sollen die Teilnehmer eine „Flugmaschine“ bauen. Dazu wird eine Langbank mit Hilfe von Kletterseilen (siehe Abb.) mit entsprechenden Knoten so befestigt, dass einerseits die Sitzfläche der Langbank nach oben zeigt und zum anderen, dass sie etwa einen Meter über dem Boden schwebt. Um die Sicherheit zu gewährleisten, sind zusätzlich mehrere Gymnastikseile an den Tauen zu befestigen – unter Kontrolle des Lehrers.

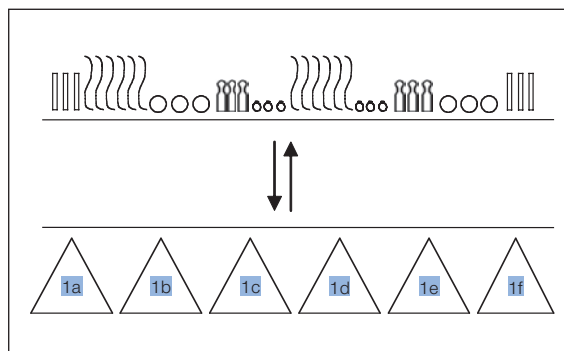
Nach ihrer Fertigstellung nehmen jeweils alle Mitglieder einer Gruppe reihenweise hintereinander ihre Plätze ein. Der jeweilige Riegenführer erhält dann einen „Flugplan“, auf dem die Flughäfen verzeichnet sind, die von der Reisegruppe bis zum Endziel angefliegen werden. Während des zweiminütigen Fluges, bei dem das „Flugzeug“ leicht bewegt wird, muss die Gruppe die angefliegenen Flughäfen dem jeweiligen Land zuzuordnen und auf dem „Flugplan“ entsprechend eintragen.

### 4. Aufgabe: Gegenstände sammeln, die für ein Überleben in der Wildnis unentbehrlich sind

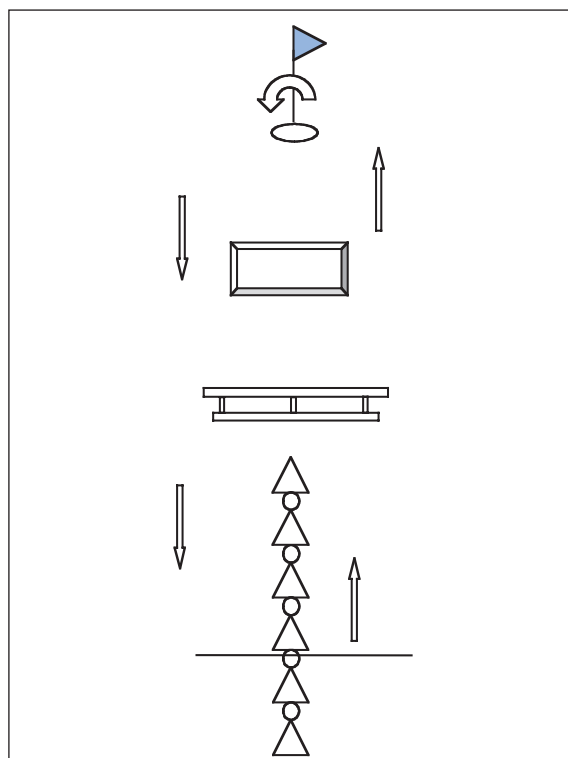
Der Lehrer erzählt, wie Robinson einige Seekisten leerte und eine davon mit Proviant füllte. Es war allerlei Gutes dabei, wie Brot, Reis, Zwieback, getrocknetes Fleisch, drei große holländische Käse und ein kleiner Rest Getreide vom übrig gebliebenen Hühnerfutter (Man hatte lebendes Geflügel an Bord mitgeführt). Dann kamen noch sechs Gallonen Rum auf das Floß. Ein Zimmermannskasten, Munition und Gewehre waren besonders wertvoll und unentbehrlich für das Leben in der Wildnis. Er legte alle Gegenstände fein säuberlich in eine Linie, um sie später an den Strand zu transportieren.

### Aufgabe

Vor einer Hallenseite liegen fein ausgerichtet in einer Linie 12 Gymnastikseile (Leinen), je 6 kleine Medizinbälle (Käse), Gymnastikstäbe (Bootszubehör), Luftballons (Wassersäcke) und Gymnastikkeulen (Rumflaschen) sowie ein Zettel, auf dem die gelagerten Gegenstände in ihrer Reihenfolge abgebildet sind.



Aufgabe 6:  
Hindernisparkours



Die Mitglieder jeweils einer Gruppe stehen in einer Linie nebeneinander auf der gegenüberliegenden Hallenseite in Startstellung. Auf ein Zeichen des Lehrers sprinten alle gemeinsam zur anderen Seite, nehmen die dort gelagerten Gegenstände an sich und transportieren sie zur Gegenseite. Hier angekommen, sind die Objekte laut der Abbildung hinzulegen. Dafür steht ihnen nur ein Versuch zur Verfügung. Sowie das letzte Teil liegt, wird die Zeit gestoppt.

Die Luftballons werden in der Verschnaufpause aufgeblasen, verknotet und deponiert.

#### Hilfsmittel

Die erwähnten Kleingeräte sowie eine Stoppuhr und Schreibzeug.

### 5. Aufgabe: Mit einem Floß an den Strand der Insel

*Der Lehrer erzählt, dass Robinson, wenn er ein Boot hätte, sich viel Notwendiges mitnehmen könnte, das ihm auf der Insel fehlt. Leider hatte er keines zur Hand. Er fand schnell einen Ausweg. Rahen, Spieren und ein Reservemast – durch Tauwerk und Bretter verbunden – gaben ein tragfähiges Floß. Eilig füllte er einige Seekisten mit Proviant. Hinzu kam noch vieles, was ihm brauchbar erschien.*

Das Boot wird durch den Kastendeckel eines großen Sprungkastens dargestellt, der auf zwei Rollbrettern ruht. Um das „Floß“ vorwärtsbewegen zu können,

wird ein 15 Meter langes Seil zwischen dem Ausgangs- (hier ein Barren) und dem Endpunkt (Sprosse an der Gitterleiter) gespannt.

#### Aufgabe

Jeweils zwei Gruppenmitglieder begeben sich auf das „Floß“ und ziehen sich mit den Händen an dem Seil vorwärts in Richtung „Strand“. Hier angekommen, verlassen beide das „Floß“. Bevor das nächste Paar analog verfahren kann, muss es das „Floß“ mit Hilfe eines zweiten 15 Meter langen Seils, das zuvor am hinteren Griff des Kastendeckels befestigt wurde, wieder zum Ausgangspunkt zurückziehen. Die Runde ist beendet, wenn alle sechs Gruppenmitglieder den „Strand“ erreicht haben und sich zu einem Pulk geschlossen haben.

#### Hilfsmittel

Zu den erwähnten Geräten noch 1 Stoppuhr und Schreibzeug; zur musikalischen Untermalung 1 CD-Player mit CD (z. B. aus der Reihe „Musik und Natur“: ‚Einsame Inseln‘, No. 132362 von Capriole (Delta Music), 1997).

### 6. Aufgabe: Robinson besorgt sich Trinkwasserbehälter

*Der Lehrer erzählt, dass neben den bereits erwähnten Gegenständen noch sechs Gallonen Rum auf das Floß kamen. Die leeren Gefäße verwandte er später als Trinkwasserbehälter. Das Wasser hierfür bezog Robinson aus einer Quelle.*

Die Mitglieder einer Gruppe stehen hintereinander. Zwischen dem Brustkorb des Hinter- und dem Rücken des Vordermannes wird jeweils ein „Wassersack“ (aufgeblasener Luftballon) eingeklemmt. Nach dem Startzeichen muss die Gruppe mit den eingeklemmten Luftballons einen einfachen Hindernisparcours bewältigen (siehe Abb.4). Reißt unterwegs die Reihe, muss sie von dort aus ihren Weg weiter fortsetzen, wo der Abriss erfolgte. Sobald der Reihenletzte die Start-/Zielinie überschritten hat, wird die Zeit genommen.

#### Hilfsmittel

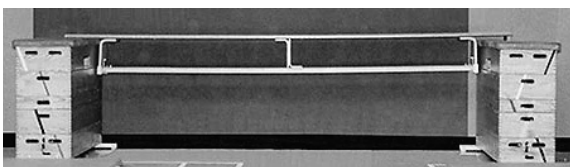
Luftballons gemäß der Anzahl der Schüler einschließlich Ersatz, eine Stoppuhr, Schreibzeug sowie Geräte für den Parcours (Kasteninnenteile, Langbank, große Medizinbälle, usw.) und evtl. CD-Player mit CD zur Musikuntermalung (z. B. CD aus der Reihe „Sounds of Nature“: ‚Sanfte Wellenschläge gegen die Insel‘ von Elap Music (Pickwick Groupe Ltd.) 1994) oder aus ‚Relax With‘: ‚Ocean’s Relaxing Surf‘, Cat. No. 445429-2 von Pilz Music, 1993).

### 7. Aufgabe: Inselerkundung, um einen Unterschlupf zu finden

Der Lehrer schildert Robinsons Weg vom Strand zu einer Felswand, die zu seinem Entsetzen nur über einen schmalen Felsvorsprung zu überwinden war. Über einen schmalen Steg ging es weiter. Kaum hatte er diese beiden Hindernisse hinter sich gelassen, stand er plötzlich vor einer Schlucht. Lange musste er suchen, bis er eine Möglichkeit entdeckte, diese zu überwinden. Er fand heraus, dass ihm dies in Form eines quer zur Schlucht liegenden Baumes gelingen könnte; so gelangte er auf die Gegenseite. Von hier ab ging es zu seiner Freude nur noch bergab. Plötzlich bemerkte er, dass der Boden unter seinen Füßen leicht nachgab und seine Füße nass wurden. Er befand sich in einem Sumpfgebiet. Vorsichtig setzte er seinen Weg fort. Plötzlich stand Robinson vor einem Hügel, der steil anstieg und an der höchsten Stelle sich als flache Terrasse entpuppte. Als er diese erklommen hatte, stellte er fest, dass sich an diese Terrasse eine kleine Höhle anschloss, die ihm als Unterschlupf sehr brauchbar erschien. In emsiger Arbeit entstand nach und nach aus zugespitzten Holzpfählen, verstärkt durch Bretter, Bohlen und Tauenden, ein festes Bollwerk.

Für diese Aufgabe wird eine Gerätelandschaft aufgebaut.

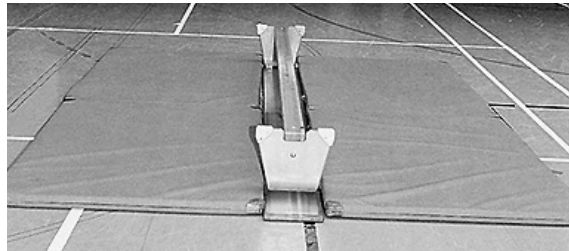
a) „Felsvorsprung“: Siehe Foto



#### Hilfsmittel

2 große Sprungkästen sowie je 1 Schwebebalken und Weichboden.

b) „Steg“: Siehe Foto



#### Hilfsmittel

1 Langbank, 2 Bodenturnmatten.

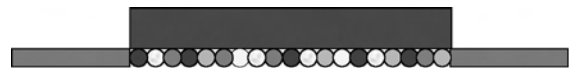
c) „Schlucht“: Siehe Foto



#### Hilfsmittel

Je 2 große Sprungkästen und kleine Kästen sowie 1 Langbank.

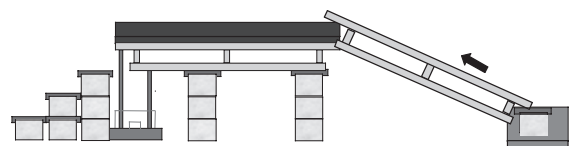
d) „Sumpfgebiet“: Siehe Zeichnung



#### Hilfsmittel

1 Weichbodenmatte und eine Vielzahl unterschiedlicher Bälle.

e) „Hügel“: Siehe Zeichnung



#### Hilfsmittel

Je 1 Stufenbarren, Weichboden- und Bodenturnmatte, 2 Langbänke, 3 große Sprungkästen, 4 kleine Sprungkästen.

Dieser Hindernisparcours ist gruppenweise zu überwinden:

- Begonnen wird mit dem „Felsvorsprung“, der von einer Seite zur anderen einzeln zu bezwingen ist.
- Danach geht es über einen schmalen „Steg“ weiter.
- Im Anschluss daran gilt es, die „Schlucht“ zu überwinden.



Aufgabe 7

- d) Als nächstes gilt es, ein „Sumpfgebiet“ zu durchqueren. Während die Mitglieder einer Gruppe einzeln dieses Gebiet überwinden, versuchen die spielfreien Teilnehmer den Weichboden mit dem „Ballgleitlager“ leicht (auf keinen Fall ruckartig!) zu bewegen.
- e) Der „Hügel“ ist pro Gruppe einzeln über eine an den „Hügel“ angelehnte Langbank zu erklimmen (mit den Händen ziehend, auf allen „Vieren“, usw.). Haben alle Gruppenmitglieder den „Hügel“ bezwungen, nehmen sie dort oben kurz Platz.
- f) Auf ein Zeichen des Lehrers steigen sie dann einzeln hinab und laufen auf die Gegenseite der Halle, wo sich ein Lager mit „Baumaterial“ (kleine Sprungkästen, Bodenturnmatten) für den „Bau von kleinen Hütten“ befindet. Jedes Mitglied muss für sich eine kleine Hütte bauen (s. Foto oben) und zwar so, dass die einzelnen Hütten nebeneinander in einer Linie stehen. Anschließend soll sich jeder mit dem Gesicht nach vorn in seine Hütte legen. Nachdem sich der letzte niedergelegt hat, werden die Hütten wieder abgebaut; das Material wird wieder so gelagert wie es vorgefunden wurde. Der Auf- und Abbau sowie die korrekte Lagerung des Baumaterials erfolgt insgesamt auf Zeit.

**Hinweis**

Zur Sicherung des Übens steht auf beiden Seiten je ein Mitglied jener Gruppen, die gerade Pause haben.

**Hilfsmittel**

Außer den erwähnten Geräten noch 1 Stoppuhr, Schreibzeug sowie 1 CD-Player mit CD (z. B. aus der Reihe „Musik und Natur“: ‚Paradies Feelings‘ von Capriole (Delta Music), No. 13 246 2, 1997).

Aufgabe 8

**8. Aufgabe: Auf Nahrungssuche gehen und dabei viele unbekannte Tiere entdecken**

Der Lehrer schildert, dass Robinson bisher ausschließlich von den Schiffsvorräten gelebt hat. So hatte er arbeiten können, ohne Zeit mit Nahrungssuche zu verlieren. Diese Vorräte würden aber nicht unbegrenzt halten, und er musste sich umsehen, was die Insel bot. Auf seinen bisherigen Erkundungsgängen hat er zwar viele Tiere gesehen, die ihm aber unbekannt waren. Er wusste nicht, ob man das Fleisch dieser Tiere auch essen konnte. Eines Tages jedoch entdeckte er ein Tier, das ihm bekannt war: eine wilde Ziege, die scheu vor ihm flüchtete. Es war nicht leicht, einen sicheren Schuss anzubringen, und er musste sie lange sorgfältig beobachten und sich in die Kunst des Anschleichens üben. Endlich gelang es ihm, eine Ziege zu erbeuten.

- a) Die Teilnehmer sollen sich schleichend und geräuschlos, in tief gebückter Haltung und kleine Hindernisse überwindend, in Längsrichtung von Hallenseite zu Hallenseite bewegen. Vor der erreichten Hallenwand liegen mehrere Gymnastikmatten und kurz über dem Hallenboden ist an der Wand ein Poster befestigt, auf dem mehrere mit Nummern versehene Tiere abgebildet sind. Einem Gruppenmitglied wurden zu Beginn ein Bleistift und ein Zettel ausgehändigt, auf dem 12 Nummern vermerkt sind.

**Aufgabe**

Anhand der Abbildungen auf dem Poster soll die Mannschaft die ihr bekannten Tiere den auf dem Blatt vorhandenen Zahlen namentlich zuordnen.

**Hilfsmittel**

Mehrere Kasteninnenteile und Bodenturnmatten, 1 Poster mit 12 Tierfotos (z. B. aus einem Kalender).

- b) Zurück geht es in gleicher Haltung; diesmal jedoch in eine vorgegebene Hallenecke, wo auf einem kleinen Sprungkasten ein Medizinball liegt. Fünf Meter Entfernung vor dem Jagdobjekt (Medizinball) liegen eine Bodenturnmatte und eine Kinderarmbrust mit Pfeilen (Gummipfropfen).

Welche der hier gezeigten Tiere sind in Südamerika beheimatet?	
1. ....	6 ..... (JAGUAR).....
2. ....	7 ..... (PIRANHA) .....
3. .... (PUMA) .....	8 .....
4. ....	9 ..... (GÜRTELTIER).....
5. .... (KOLIBRI) .....	10 .....

**Aufgabe**

Von dieser Matte aus muss jeder Teilnehmer aus der Bauchlage einen Schuss auf die „Ziege“ abgeben. Die erzielten Treffer werden addiert und kommen in die Wertung.

**Hilfsmittel**

Je 1 Bodenturnmatte, kleiner Sprungkasten, Medizinball und Kinderarmbrust mit mindestens 6 Pfeilen. Zur musikalischen Untermalung wird folgende CD empfohlen: aus der Reihe „RelaxWith“: ‚Tropical Rain Forest‘ Cat. No. 445427-2 von Pilz Music (1993) oder aus „Musik und Natur“: ‚Dschungel Paradies‘ von Capriole (Delta Music), No. 13 2394 (1998).

**9. Aufgabe: Robinson lernt „Freitag“ kennen, der ihm Spiele seines Stammes zeigt**

*Der Lehrer erzählt, wie Robinson Freitag kennen lernte und ihm Zeichen machte, dass er nichts zu befürchten habe – und langsam näherte sich der Fremde seinem Retter. Von Zeit zu Zeit kniete er nieder und bat um sein Leben. Endlich schien er begriffen zu haben, dass ihm von diesem Mann nichts Böses drohte. Robinson sprach beruhigende Worte, deren Klang den furchtsamen Fremden überzeugte, dass er einen Helfer gefunden hatte. Robinson nannte ihn „Freitag“ zur Erinnerung an den bedeutungsvollen Tag, der sie zusammengeführt hatte.*

**Aufgabe**

Zur Auswahl stehen verschiedene Zweikampfübungen.

**1. Hahnenkampf:**

Die Partner stehen sich auf einem Bein und mit vor der Brust verschränkten Armen gegenüber. Auf engstem Raum versuchen sie, sich in dieser Haltung gegenseitig umzustoßen.

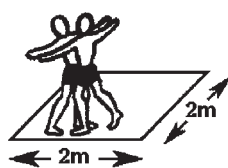


**2. Kreiskampf:** Auf den Hallenboden ist ein Kreis mit einem Durchmesser von etwa 50 Zentimetern aufgezeichnet. Die Paare fassen sich an den Händen und versuchen sich gegenseitig in den Kreis zu ziehen.



**Hilfsmittel:** Bandmaß und Kreide.

**3. Bruststoßen:** In einem Feld (2 x 2 Meter) stehen die Partner Brust an Brust mit seitlich ausgestreckten Armen und ineinandergegriffenen Händen. Beide versuchen sich gegenseitig aus dem Feld zu drücken.



**Hilfsmittel:** Bandmaß und Kreide.

**4. Kampf um eine Schatzkarte:**

Beide Kontrahenten halten mit der jeweils linken Hand einen Stock fest.



Seitwärts von ihnen liegt ein zusammengeknüllter DIN-A4-Bogen, den jeder ergreifen möchte. Durch gegenseitiges Wegschieben hindern sie sich daran.

**Hilfsmittel:** DIN-A4-Bögen (alternativ: Tücher, Taschentücher, Stoffreste, usw.).

**Wertung**

Pro Spiel drei Durchgänge. Sieger ist jeweils derjenige, der erfolgreich die Aufgabe gelöst hat. Sobald jemand zweimal gewonnen hat, wird die Runde abgebrochen.

**Hinweis**

Bei der Zusammensetzung der Paare ist darauf zu achten, dass Mädchen gegen Mädchen bzw. Jungen gegen Jungen kämpfen und dass die Partner von Größe und Körpergewicht her in etwa übereinstimmen.

**Tipp**

Es müssen nicht unbedingt alle Zweikämpfe angeboten werden.

**10. Aufgabe: Robinsons Heimreise**

*Der Lehrer erzählt, wie Freitag ein Boot sichtete. Robinson, der noch in seiner Hängematte lag, fuhr schlaftrunken hoch, zog sich in Windeseile an und verließ seine Burg. Achtzehn Wochen später traf der stolze Dreimaster im Londoner Hafen ein, und Robinson betrat nach 28 Jahren wieder Heimatboden.*

**Aufgabe**

Angelockt von Segelschiffgeräuschen (siehe Hilfsmittel) begeben sich alle Schüler in die Richtung der Geräusche, die aus dem Hallenteil kommen, wo sich die Klettertaue befinden. Dort sollen die Schüler die vom fiktiven Dreimaster ausgeworfenen „Seile“ (Klettertaue) mit Händen und Füßen zugleich so hoch wie möglich erklimmen. Nach Erreichen des höchsten Punktes geht es wieder langsam abwärts. Am Boden angekommen, legen sie sich auf den bereitliegenden Gymnastikmatten auf den Rücken, wo sie dann in dieser Ruhestellung entspannt und bei völliger Ruhe einige Minuten liegen bleiben.



Der Lehrer wertet während dieser Zeit die Ergebnisse aus und gibt sie am Ende der Unterrichtsstunde bekannt.

#### Hilfsmittel

Klettertaue, Gymnastikmatten gemäß der Anzahl der Schüler, CD-Player mit CD (z. B. aus der Reihe „Geräusche Sounds of the world, Vol. 3“: ‚Boote/Schiffahrt (Segelyacht)‘ von da-music (P u. O Pallas), No. 870442-2 (1998) und aus „The Sounds of Nature“: ‚Tropische Passatwinde‘ Cat. No.: 445427-2 von Pilz

Music (1993) oder Rick Wakeman „Aspirant Sunset“ SKV 026 CD von Sattva Art Music (1990).

#### Bildnachweise

Die Zeichnungen der Aufgabe 9 wurden mit freundlicher Genehmigung des Komm Mit-Verlages, Günter Stift, Münster, aus 1000 Jugendspiele entnommen. Die restlichen Zeichnungen stammen von Heide Tille.

Alle Fotos stammen von Gernot Tille.



## SPORT in der GRUNDSCHULE



DIN A5, 136 Seiten + CD-ROM  
ISBN 978-3-7780-0441-8  
**Bestell-Nr. 0441 € 16.90**

Prof. Dr. Jürgen Kretschmer / Renate Baumann /  
Ursula Guse / Renate Matthiass / Ursula Steiner



### Sport in der Primarstufe – Bd. 2

#### Handreichung für die Bewegungsfelder Spiel, Wasser, Musik und Gelände

Das Bewegungsfeld **Spiele** ist nach Spielideen und deren Variationen gegliedert. Im Bereich **Wasser** werden Schüler durch Arbeitskarten zum selbständigen Erkunden und Üben ermutigt. **Musik** spricht Schüler über Geräusche, Klänge, Rhythmen und gemeinsames Tanzen besonders auf der emotionalen und kommunikativen Ebene an. Im Bereich **Gelände** erschließen sich Schüler mit Aufgaben und Spielen ihre Umwelt. **Arbeitsmaterialien auf der CD-ROM geben zusätzliche Anregungen und Hilfen** für einen vielfach selbstbestimmten, differenzierten, abwechslungsreichen Unterricht.

Inhaltsverzeichnis und Beispielseiten unter [www.sportfachbuch.de/0441](http://www.sportfachbuch.de/0441)

Versandkosten € 2.-; ab einem Bestellwert von € 20.- liefern wir innerhalb von Deutschland versandkostenfrei.



# Step Aerobic als „Mädchenthema“ in Sek. I

## Differenzierung als Chance eines koedukativen Unterrichts?!

Anne Jäger & Christina Lage

Der Beitrag befasst sich mit dem Problem des koedukativen Sportunterrichts in der Sekundarstufe I mit dem Ziel, pädagogisch sowie fachlich auf Jungen und Mädchen in gleichem Maße einzugehen. Ein Beispiel aus der Praxis in einer niedersächsischen Realschule zeigt, dass durch Differenzierung scheinbar schwierige Inhalte einfach vermittelt werden können und dies zu einer Entlastung der Unterrichtssituation sowohl für die Lehrkraft als auch für die betroffenen Schülerinnen führen kann.

### Die Problemlage

Wird eine abgelaufene Sportstunde durch die Lehrkraft – meist aber auch durch die Mädchen – reflektiert, so fällt eine größere Gewichtung hinsichtlich der Aufmerksamkeit gegenüber den Jungen auf. Das gilt auch insbesondere für die inhaltliche Auswahl zugunsten von Sportspielen, und das obwohl das Kerncurriculum ebenfalls Gymnastik und Tanz vorsieht. Untersuchungen zu Schulsportverweigerinnen (siehe Literaturangabe) belegen, „dass es Sportlehrerinnen im koedukativen Sportunterricht oftmals schwerfällt, an den Interessen der Mädchen orientierte Lernziele durchzusetzen. Auch verstehen es die Jungen besser, ihre Interessen zu artikulieren und mit größerer Penetranz durchzusetzen.“

Insbesondere in den Klassenstufen 7 bis 9 ist eine völlig unterschiedliche Interessenlage im Unterricht erkennbar – meistens zu Ungunsten der Mädchen.



In der o.g. Untersuchung gaben Mädchen mit dem Neigungsfach Sport sowie auch Fachverweigerinnen mit recht hohen Prozentzahlen (75% und 68%) Gymnastik als Wunsch an. In der Praxis wird das vielfach nicht umgesetzt – häufig um Diskussionen über sogenannten „Weiberkram“ aus dem Weg zu gehen oder einer Totalverweigerung der Jungen vorzubeugen. Die Diskussion über getrennt geschlechtlichen Unterricht ist alt und vor diesem Hintergrund gut verständlich. Die Umsetzung ist allerdings in vielen Schulen durch personelle Gegebenheiten bzw. ungünstige prozentuale Verteilungen der Geschlechteranteile, die eine Auftrennung in zwei Sportgruppen schwierig gestaltet, nicht immer realisierbar.

### Veränderung der Bewegungsangebote

Der Einzug von HipHop und Videoclip-Dancing in die Tanzschulen hat den Schulsport beeinflusst und auch für Jungen das rhythmische Bewegen als individuelle Ausdrucksmöglichkeit ohne „Schubladendenken“ erfahrbar gemacht. Viele Schulen haben mittlerweile Stepper angeschafft, um das Aufwärmen oder die Koordinationsschulung auf andere Weise zu gestalten.

„Step-Aerobic“ löst allerdings bei vielen pubertären Jungen Hemmungen und begrenztes Engagement aus (besonders bei einer weiblichen Lehrkraft, die dort „vorturnt“). Es ist häufig schwierig, im koedukativen Unterricht die Begeisterung auf beiden Seiten zu schüren; die Folge ist Unkonzentriertheit und albernes Herumgetobe.

Will man, um dem Wunsch der Mädchen gerecht zu werden, die geforderten Gymnastik/Tanz-Anteile gelegentlich in den Unterricht integrieren, muss man eine Differenzierung der Aufgaben einplanen. Auch Wydra und Förster plädieren in ihrem Fazit dafür, dass „die Möglichkeiten der inneren und äußeren Differenzie-



**Dr. phil. Anne Jäger**  
Realschule Westercelle  
jaeger.anne@gmx.de

Abb. 1:  
David hat da eine Idee



**Christina Lage**  
(Lehrmittelsachverständige)  
Realschule Westercelle  
christina-lage@web.de

rung verstärkt genutzt werden, um den unterschiedlichen Bedürfnissen der verschiedenen Gruppen gerecht zu werden.“

### Unterrichtliche Vorgehensweise

Nach einem gemeinsamen Aufwärmprogramm mit aktueller Chartmusik (z. B. Bravo Hits, o. ä.) und der Einführung einfacher Schrittkombinationen, sowie Kräftigungs- und Dehnübungen auf dem Trainingsgerät gibt man Kleingruppen (gemischt sowie auch getrennt geschlechtlich) den Auftrag, zu einem vorgegebenen Lied eine kleine Choreographie einzustudieren, in der der Stepper in vielfältiger Weise mit einbezogen wird. So kann das Gerät sowohl für coole Liegestützübungen, als überspringbares Hindernis, Accessoire für *Jump-Style*-Einlagen als auch für einen Teil eines Catwalks dienen.

Es bietet sich an, den verschiedenen Gruppen **Szenen aus dem Alltag bzw. ihrer Lebenswirklichkeit vorzugeben**, bzw. auf einem Zettel ziehen zu lassen. Mögliche Themen wären z. B.

- Rivalitäten zwischen Gruppen,
- Erste Liebe,
- Mobbing in der Schule,
- Model-Shows oder
- TV-Episoden.

Man sollte allerdings vorher einen Rahmen der Ausdrucksmöglichkeiten abstecken um den fachlichen Anteil zu wahren, das heißt z. B. zwei/drei Grundschritte zur Verwendung vorgeben, die in der Vorstellung zu finden sein sollten. Insbesondere für die Jungen bietet es sich an, Geräte (wie z. B. Bälle) mit einzubeziehen (s. Abb. 4).

### Bewertungskriterien für Jungen und Mädchen könnten sein:

- Bewegungsausführung
- Abgestimmtheit innerhalb der Gruppe
- Schwierigkeitsgrad (Simultankoordination)

- Kombinationsgeschick von Stilen
- Raumwege
- Originalität der Aufführung
- Geschichte
- Mögliche Ausnutzung des Geräts (welche Möglichkeiten bietet ein Stepper um sich über Bewegungen auszudrücken?).

### In der Praxis

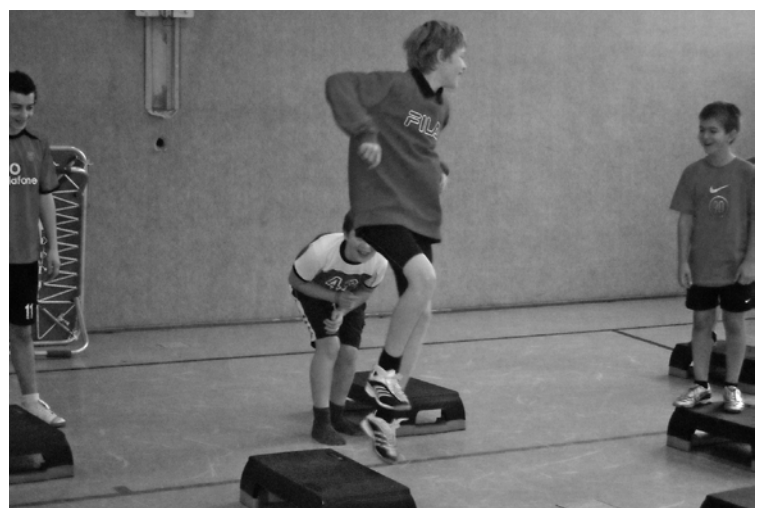
Unsere Sportgruppen (Klassen 7–9) ließen in zwei Doppelstunden ihrer Fantasie freien Lauf und es war erstaunlich, wie selbstbewusst Jungen, die uns bisher nur im Rahmen von Ballsportarten motiviert aufgefallen waren, ihre tänzerischen Fähigkeiten präsentierten. Ihre Choreographien wiesen (wie erwartet) nur teilweise Schrittkombinationen im Sinne einer „klassischen“ Step-Aerobic auf, allerdings wurden vielfältige Raumwege in alle Dimensionen und eine gute Abstimmung gezeigt und sogar anspruchsvolle akrobatische Kraft-Elemente mit eingeflochten – eine Vorführung, die von Seiten der Mädchen mit viel Applaus gewürdigt wurde (siehe Abb. 1–4). Leider reichte der Mut der Jungen nicht aus, die sehr gelungene Choreographie öffentlich zu präsentieren, aber so konnten dann mal die Mädchen mit ihrem „Wunschthema“ im Mittelpunkt der Schule stehen.

### Ausblick

Diese Sportstunden ließen viel Freiraum für Gestaltung, Experimentieren und Kooperieren im Rahmen eines „Mädchenthemas“ und bauten bei den Jungen einige Vorurteile gegenüber dem Themenfeld Gymnastik/Tanz ab. Beide Seiten konnten hier voneinander lernen – die Jungen bekamen Ideen zu Schrittkombinationen und die Mädchen lernten das Gerät mit seinen vielfältigen

Abb. 2: Marvin möchte mehr Action

Abb. 3: ... aber Freude daran haben alle



Möglichkeiten u. a. zur muskulären Kräftigung kennen. Und auch für die Lehrkraft war es ein angenehmes Gefühl, durch Differenzierung den Mädchen gerecht zu werden und einmal nicht ein Fußballspiel pfeifen zu müssen ...

### Aus der Sicht einer Lehramtsanwärterin

Diese Problematik ist für Berufsanfänger eine Situation, der sie sich stellen müssen. Die Angst vor anfänglichen Fehlern und dem Wunsch, alle sowohl fachlich wie auch pädagogisch gleichermaßen zu fördern und zu fordern, scheint schwer vereinbar. Auch fehlt es oft an der Vorstellungskraft für die Chancen, die gerade heterogene Lerngruppen bieten können. Bei weiblichen Lehrkräften kommt oftmals noch die fehlende stimmliche Voraussetzung (hohe bzw. leise Stimme) hinzu.

Die dargestellte Chance, ein „Mädchenthema“ durch kleine Änderungen vielfältig aufbereiten zu können zeigt, dass es Möglichkeiten gibt, dem Sportunterricht, der Lerngruppe und der Lehrkraft gerecht zu werden und trotzdem scheinbar schwierige Thematiken in den Sportunterricht einzubringen.

Ich habe diese Einheit zeitweise begleitet und war begeistert, welche Ideen und welche Freude alle, auch die Jungen, hatten. Stolz präsentierten alle zum Schluss ihre Choreografien.

Die anfängliche ‚Lenkung‘ durch die Lehrkraft kann durch motivierende Einstimmung und die Auswahl der



Szenen erfolgen – anschließend beschränkt sie sich auf unterstützende und differenzierende Förderung.

Eine große Sporthalle mit heterogenen, für den Berufsanfänger oft sogar unbekanntem Lerngruppen stellt sich so nicht mehr problematisch, sondern chancenreich dar.

#### Literatur

Wydra, G./Förster, D. (2000): Sportunterricht – nein danke.“ – Eine Sekundäranalyse der Einstellungen von Schülerinnen und Schülern, denen Sportunterricht egal ist. In: *Körpererziehung* 50, S. 90–95.

Abb. 4: Step-Aerobic mit Ballakrobatik in Klasse 9

### Aufgeschnappt

„Ein Badmintonspieler sollte verfügen über die Ausdauer eines Marathonläufers, die Schnelligkeit eines Sprinters, die Armkraft eines Speerwerfers, die Schlagstärke eines Schmieds, die Gewandtheit einer Artistin, die Reaktionsfähigkeit eines Fechters, die Konzentrationsfähigkeit eines Schachspielers, die Menschenkenntnis eines Staubsaugervertreters, die psychische Härte eines Arktisforschers, die Rücksichtslosigkeit eines Kolonialherren, die Besessenheit eines Bergsteigers sowie über die Intuition und Phantasie eines Künstlers. Weil diese Eigenschaften so selten in einer Person versammelt sind, gibt es so wenig gute Badmintonspieler!“

Martin Knupp, Yonex-Badminton-Jahrbuch 1986

### Kennenlernen

Durch Bewegung lernt man sich kennen.  
Durch Bewegung lernt man seinen Körper kennen.  
Durch Bewegung lernt man seine Materialien kennen.  
Durch Bewegung lernt man seine Umwelt kennen.  
Durch Bewegung lernt man Mitmenschen kennen.

Warum wollen nur so viele so wenig kennenlernen?

Dr. Klaus Balster, *Was Kinder bewegt, muss auch Erwachsene bewegen!* Sportjugend Nordrhein-Westfalen.



# Bewegungskompetenzen



DIN A5, 176 Seiten  
 ISBN 978-3-7780-0421-0  
**Bestell-Nr. 0421 € 18.-**

Prof. Dr. Peter Hirtz / Prof. Dr. Arturo Hotz /  
 Prof. Dr. Gudrun Ludwig  
 unter Mitarbeit von Jane Dobbert

## Orientierung

Nach einem kurzen philosophisch-historischen Diskurs und empirisch gestützten Aussagen zur Entwicklung der Orientierung im Altersgang wird das allgemeine didaktisch-methodische Vorgehen vorgestellt. Es wird zwischen einer wahrnehmungsorientierten, fähigkeitsorientierten und kompetenzorientierten Förderung unterschieden. Im Mittelpunkt des Buches stehen konkrete Praxisideen in Form eines komplexen Übungskatalogs. Dabei werden Übungen zur Vermittlung der verschiedenen Aspekte von Orientierung für das Kleinkind- und Vorschulalter ebenso wie für den Schulsport, das Erwachsenen- bzw. Seniorenalter sowie für den Schneesport differenziert zusammengestellt.

64 Orientierung gibt Sicherheit

**Orientierung im Kleinkind- und im Vorschulalter**

**Körperschema entwickelt sich**

Die in den frühesten Entwicklungsstadien des Menschen gesammelten sensorischen Informationen über die räumlichen Dimensionen am Körper und das umgebende Raum bilden die Grundlage für Orientierungsfähigkeiten im späteren Leben. Ayres (1992) spricht von Prozess „der Organisation, d.h. der Einordnung von Empfindungen und Eindrücken im gesamten Nervensystem“ (S. 17). Das Kind entwickelt ein Körperschema bestehend aus einzelnen Landkarten des Körpers, die im Gehirn gespeichert sind“ (Ebenda, S. 89). Zwar spricht Pickenhain (1996, S. 40) davon, dass sich „als Wahrnehmung des „Körperschemas“, auf der Grundlage einer genetisch präterminierten „Neuronarxi“ ausbildet.“, diese wiederum wird für die Ausbildung individueller Erfahrungen über Raum und Bewegung genutzt. Vorstellungen vom Körperschema gewinnt ein Kind jedoch in Abhängigkeit von seiner aktiven Auseinandersetzung mit seinem Körper und der ihn umgebenden Umwelt.

**Abb. 41: Orientierung beim Puzzle**

**Abb. 48: Schreivortstellung am Körper**

**Den Raum in den Griff bekommen**

Voraussetzung für Orientierungsfähigkeiten stellt also das Bewegen selbst dar. Loesch (1999) spricht davon, dass Kinder in ihrer Entwicklung damit beginnen, den sie umgebenden Raum in den „Griff“ zu bekommen (S. 139). Diesen Zusammenhang unterstreichen Untersuchungen von Weidenbauer und Jansen-Ottmann (2006) mit körperbetonten

**Orientierung im Kleinkind- und im Vorschulalter 65**

deres Kindern (Spina bifida) zur räumlichen Orientierung. „Die motorische Entwicklung scheint für die räumliche Orientierungsleistung von großer Bedeutung zu sein, was in Übereinstimmung zu Befunden anderer Studien steht, in welchen körperbehinderte Kinder eine schlechtere Orientierungsleistung zeigten.“ (S. 153). Frühe Raumverfahrungen ... scheitern für die Entwicklung der räumlichen Orientierung wesentlich zu sein...“ (ebenda, S. 153).

**Durch Bewegung verbessert sich die Orientierung**

In dem Maße, wie sich ein Kind also bewegt und damit Orientierungsleistungen vollbringt, verbessert sich auch die Orientierung. Eigene Untersuchungen (Ludwig, 1989) bestätigen die Entwicklungsförderung im Vorschulalter bei der räumlichen Orientierung.

**Tab. 2: Veränderungen der Orientierungsleistungen im Vorschulalter zwischen 1987 (Ludwig, 1989) und 2001 (Schwöck, 2005)**

Vorläufer/Alter	Opt.-räuml. Wahrnehmung	Stuhl-Fortbewegung	SBO 1	Zielverhalten
3,5	2,5	23,2	304	8,9
4,0	3,3	18,1	236	8,5
4,5	4,2	16,9	224	9,8
5,0	5,4	13,9	147	10,8
5,5	6,6	11,4	123	11,4
6,0	7,5	11,2	106	14,3
6,6	7,6	11,0	108	14,4
6,9	8,5	10,0	97	10,9
Abweichung	+13%	-26%	-17%	-24%

Da die Ergebnisse an dem Jahre 2001 von Schwöck mit Kindern vor der Einschulung (6,3 Jahre alt) einem anderen Bewegungsraum, andere soziale Einflüsse repräsentieren als jene von 1987/88 (Ludwig), wird die Bedeutung einer gewissen Bewegungsintensität der Kinder dieses Altersabschnittes für ihre Entwicklung deutlich. Die folgenden Abbildungen zeigen übereinstimmend und statistisch gesichert deutlich schwächere Koordinationsleistungen der Schulanfänger des Jahres 2001/02. Bei gegenüber 1987/88 eindeutig besseren Wahrnehmungsleistungen wurden bei der Umsetzung in Bewegungsleistungen 14 Jahre später Schwächen (langere Laufzeiten) erkennbar.

Inhaltsverzeichnis und Beispielseiten unter [www.sportfachbuch.de/0421](http://www.sportfachbuch.de/0421)

Versandkosten € 2.-; ab einem Bestellwert von € 20.- liefern wir innerhalb von Deutschland versandkostenfrei.



Steinwasenstraße 6-8 • 73614 Schorndorf • Telefon (071 81) 402-125 • Fax (071 81) 402-111  
 Internet: [www.hofmann-verlag.de](http://www.hofmann-verlag.de) • E-Mail: [bestellung@hofmann-verlag.de](mailto:bestellung@hofmann-verlag.de)

# Bekannte und unbekannte Geländespiele (Teil 2)

## Bettina Frommann

Einige wichtige Punkte zur Organisation, Planung und sicheren Durchführung der Spiele werden nochmals in Erinnerung gerufen (die Redaktion).

### Organisation und Planung

Viele Faktoren entscheiden über das Gelingen von Geländespelen. Folgende Aspekte müssen berücksichtigt werden:

- Aufbau, Ablauf und Gerätebedarf muss einfach sein.
- Regeln müssen klar und verständlich sein. Unklarheiten lassen sich im Wald nicht mehr beseitigen.
- Das Gelände muss allen Teilnehmern erklärt werden (Begehung vor Ort).
- Spannung und Wettbewerbscharakter erhöhen den Spielreiz.
- Gelände, Jahreszeit und Wetter sind in die Planung mit einzubeziehen.
- Notwendig ist wetterfeste Kleidung, die auch schmutzig werden darf.
- Das Gelände muss klar eingegrenzt sein (ev. Begrenzungen mit Baustellenband oder Fähnchen vornehmen).
- Geländespiele sind dem Alter, der Größe und dem Charakter der Gruppe anzupassen. Die Einbettung in eine Rahmenhandlung (Agenten, Räuber, Piraten, Ritter, Indianer) kommt besonders bei jüngeren Schülern gut an. Zur besseren Identifikation können auch Aktionen wie Verkleiden und Schminken mit einbezogen werden.

Der Spielleiter sollte

- selbst das Gelände gut kennen,
- die Anzahl der Teilnehmer zu Beginn und am Ende kontrollieren,
- klare Start- und Schlusssignale verwenden (Trillerpfeife, Zeit vereinbaren),
- Sicherheitshinweise geben und Notrufsignale vereinbaren (evtl. Funkgeräte/Handys einsetzen),
- Material kontrollieren,
- bei Spielen im Wald den Förster informieren,
- Notfallapotheke/Erste-Hilfe-Set mit Zeckenzange/Handy mit aktuellen Notrufnummern mit sich führen,
- Spielregeln erläutern (bei jüngeren Spielern sind Playmobilfiguren für die gedankliche taktische Umsetzung der Spielidee eine sehr anschauliche Hilfe),

- das Spiel aktiv beobachten und den Überblick behalten,
- den Mut zum Spielabbruch haben, falls die Sicherheit gefährdet ist oder die Spielidee zu kippen droht,
- am Ende des Spiels eine Reflektionsrunde mit allen Beteiligten durchführen.

### Praktische Spielvorschläge

#### Schmuggler und Zöllner

**Material:** Kleine Gegenstände wie Korke, kleine Bälle, Film Dosen, leere Überraschungseier.

Es gibt drei Mannschaften, zwei Schmuggler-Teams und ein Zöllner-Team sowie ein abgegrenztes Areal. Die Schmuggler-Teams erhalten Schmugglerware (z. B. alte CDs, Bälle, Korke, Film Dosen) und richten sich an zwei gegenüberliegenden Seiten des Geländes ihre Lager ein. Die Zöllner verstecken sich in dem Gebiet dazwischen. Die Schmuggler haben den Auftrag, durch das Gebiet der Zöllner zum anderen Lager zu gelangen, ein Schmuggelgut zu holen und dies zum eigenen Lager zu bringen. Die Zöllner versuchen die Schmuggler abzuticken. Erwischen Sie jemanden mit Schmuggelware, bringen sie diesen in ihr eigenes Lager, jemanden ohne Ware müssen sie laufen lassen. Welche der drei Mannschaften hat nach einer festgelegten Zeit die meisten Schmuggelgegenstände gesammelt?

#### Pfeif-Puzzle

**Material:** Geländekarten als Puzzleteile, Pfeifen für Posten, Stoppuhren,

Es werden so viele Geländekarten wie Teams in verschiedenen Farben benötigt. Darauf ist ein Schatz verzeichnet. Die Karten werden in größere Puzzleteile zerschnitten. Zusätzlich verstecken sich einige Posten im Wald in einem abgegrenzten Areal. Sie haben von jeder Farbe der Geländekarte ein Teil und müssen sich jede Minute durch einen Pfeifton melden. Die einzel-



**Bettina Frommann**

arbeitet an der  
Christian-Albrechts-  
Universität zu Kiel  
(Schwimmen,  
Leichtathletik,  
Badminton und  
Skilanglauf).  
Institut für Sport und  
Sportwissenschaften  
der Christian-Albrechts-  
Universität zu Kiel  
Olshausenstraße 74,  
24098 Kiel

nen Gruppen schwärmen von ihrem Teamlager aus und versuchen, die Posten durch die akustischen Signale zu finden, von ihnen einen Puzzleteil zu holen und die einzelnen Teile zusammenzulegen, um dann den Schatz zu finden. Die Posten dürfen nach einem Pfeifton ihre Position verändern. Welches Team kann den Schatz heben und zu seinem Lager bringen?

**Variation 1:** Jeder bekommt ein Lebensband (Partei-band), welches locker befestigt wird. Hat ein Team den Schatz gehoben und ist auf dem Weg zum Teamlager, darf der augenblickliche Schatzträger angegriffen werden. Gelingt es den Feinden, ihm sein Lebensband zu entwenden, muss er den Schatz abgeben oder versuchen, diesen an ein anderes Teammitglied weiter zu geben.

**Variation 2:** Statt eines Pfeiftons gibt es im Dunkeln ein Lichtsignal mit der Taschenlampe.

---

### Der Zaubertrank

---

**Material:** Seile, Parteibänder.

Folgende Rollen sind zu besetzen: Merlin, der gute Zauberer, mehrere Vierergruppen von Knappen, die mit einem Seil verbunden sind, mehrere Irrlichter (etwa 8–12), die mit einem Parteiband oder Schminke kenntlich gemacht werden und Waldgeister (so viele, wie es Knappengruppen gibt).

**Spielidee:** Die Knappen müssen Zutaten für einen Zaubertrank bei den Waldgeistern sammeln und diese zum Zauberer bringen, damit er einen Zaubertrank gegen den bösen Zauberer Mordred brauen kann.

**Verlauf:** Der gute Zauberer Merlin haust in einem 4 x 4m großen Verlies, in das die Irrlichter nicht eindringen können. Die Waldgeister schwärmen aus und haben eine Zutat für den Zaubertrank bei sich (so oft, wie es Knappengruppen gibt). Diese Zutat geben sie nur heraus, wenn sie bestimmte Waldgegenstände erhalten (z.B. Tannenzapfen, Rinde, Farn, Moos). Jeder Waldgeist reagiert auf einen bestimmten Gegenstand. Welcher das ist, müssen die Knappengruppen herausfinden. Im Wald schwirren die Irrlichter umher. Berühren sie einen Knappen, muss dieser seine Zaubertranzutat an das Irrlicht abgeben. Die Knappengruppe, die als erste alle Zutaten des Zaubertranks zu Merlin bringt, gewinnt.

Über die Anzahl der Zutaten kann die Länge des Spiels gesteuert werden.

---

### Ich bin der Stärkste

---

**Material:** „Stärkekarten“, kleine Gegenstände wie Korke, Bierdeckel, Film Dosen.

Alle Spieler werden den Gruppen Goldgräber, Cowboys und Indianer zugeordnet. Jede Gruppe baut sich ein Camp aus Ästen, Blättern, Steinen, etc. Bei 30 Spielern sind in jeder Gruppe 10 Teilnehmer, jeder bekommt per Los eine „Stärkekarte“ zwischen 1 und

10. Die 10 ist die stärkste Karte und besiegt alle anderen mit Ausnahme der 1. Sie kann als einzige die Zehn schlagen, ansonsten gilt: der höhere Wert schlägt den niedrigeren Wert. Die Goldgräber erhalten eine große Menge an Startgold (Bierdeckel, Kronkorken) und deponieren das Material in ihrem Lager. Dann wird ein zentral liegender Posten als Staatsbank eingerichtet mit einer 5 m großen Bannmeile aus Ästen herum, in der keine Überfälle stattfinden dürfen.

**Verlauf:** Die Goldgräber wollen möglichst viel Geld zur Bank schaffen, die Cowboys und Indianer wollen das Gold stehlen. Bank und Lager der Goldgräber sind tabu. Bei einem Überfall auf einen Goldgräber (Berührung/Ticken), wird „Mann gegen Mann“ gekämpft, d. h. „Stärkekarte“ gegen „Stärkekarte“. Der höhere Wert gewinnt. Der Verlierer muss sein Gold freiwillig abgeben. Indianer und Cowboys können sich auch gegenseitig überfallen. Wer hat das meiste Gold nach einer festgelegten Zeit?

---

### Kampf um Mexiko City

---

**Material:** 6 Geländepläne zerschnitten in je 10 Teile.

Zur Zeit der Revolution in Mexiko 1914 verteidigten Soldaten Mexiko-City. Die Stadt wird von zwei Armeen angegriffen, im Norden von der Landarbeiterarmee des Pancho Villa, im Süden von der Bauernarmee Zapatas. Es werden drei Gruppen gebildet. Die Gruppe der Soldaten ist so groß wie die beiden anderen Gruppen zusammen. Jede Gruppe baut sich ein Lager im Wald, in das keine andere Gruppe eindringen darf. Das Soldatenlager liegt in der Mitte. Die Gruppen der Bauern und Landarbeiter bekommen jeweils drei Pläne, die in 10 Teile zerschnitten werden.

**Verlauf:** Beide Gruppen sollen die Pläne in Form einzelner Teile austauschen; die Soldaten versuchen das zu verhindern. Fangen die Soldaten einen Revolutionär (anticken), muss dieser sein Stück der Karte abgeben. Sobald Bauern oder Landarbeiter einen vollständigen Plan zusammenhaben, dürfen sie Soldaten angreifen und ihnen den Plan abnehmen. Sieger sind entweder die Soldaten, wenn sie im Besitz eines kompletten Plans sind oder die Revolutionäre, wenn sie 3 Pläne aus dem anderen Lager zusammensetzen.

---

### Buchstabensuchlauf

---

**Material:** Laufkarten, Buchstabenkärtchen.

Der Spielleiter beschreibt markante Punkte auf einem Freigelände. Diese werden als Postenbeschreibung auf einer Laufkarte zusammengestellt und jeweils mit einer Nummer versehen. An jeder dieser markanten Stellen hängt ein Kärtchen mit einzelnen Buchstaben, die vom Läufer zu einem Wort zusammengesetzt werden müssen. Die Läufer laufen im Abstand von 30 Sekunden mit einer unterschiedlichen Reihenfolge der anzulaufernden Stellen los, setzen das Wort zusammen und

kehren zum Spielleiter zurück. Der notiert die gelaufene Zeit und schickt den Läufer zum nächsten Posten gemäß seiner Laufkarte.

**Variation:** Als Paare oder als Kleingruppe.

---

### Harzer Rugby

---

**Material:** 1 Kunststoffflasche mit Wasser.

Zwei Teams werden gebildet. Ein Team ist im Besitz einer gefüllten Wasserflasche aus Kunststoff. Auf Kommando wird diese Flasche in einem abgesteckten Gebiet möglichst weit weg geworfen. Dann beginnen gleichzeitig folgende Handlungen: Die Werfermannschaft rottet sich zusammen, ein Teammitglied umrundet so lange die Gruppe, bis die andere Gruppe „stopp“ ruft. Stopp erfolgt dann, wenn die Flasche durch die gegrätschten Beine aller Spieler rückwärts durchgereicht und beim letzten Spieler angekommen ist. Dieser wirft mit seinem Stoppruf die Flasche wieder möglichst weit weg und alles geht von vorn los.

Gewonnen hat die Mannschaft, die zuerst die vorher festgelegte Anzahl von Umrundungen um die eigene Mannschaft erreicht hat. Je nach Zeit, Kondition und Alter können das zwischen 30 und 50 Runden sein.

---

### Schuh-Stratego

---

**Material:** „Schuhkarten“.

Zwei Teams werden gebildet. Zwei Kranke oder Verletzte können als Basislagermitarbeiter gute Dienste leisten. Die Teams bekommen einen Satz Schuhkarten (siehe Wertigkeit). Mit Bildern aus Schuhprospekten kann man auch leicht selbst Schuhkarten herstellen. Jeder Schuh hat eine unterschiedliche Wertigkeit. Zu Beginn bekommt jeder Spieler vom Basislagermitarbeiter eine Schuhkarte zugeteilt, die er anderen nicht

zeigen darf. Alle verstecken sich dann in einem abgegrenzten und klar markierten Gebiet und versuchen einen Spieler der anderen Mannschaft abzuschlagen. Es kommt zum Schuhvergleichskampf, bei dem beide ihre Schuhkarten zeigen. Der Bergstiefel gewinnt gegen die Sandalen, der Hausschuh verliert gegen den Skistiefel usw. Der Verlierer gibt dem Gewinner seine Karte und holt sich in seinem Basislager eine neue Schuhkarte. Der Aufenthalt in der Nähe des Basislagers ist für alle verboten, damit Spieler mit einer neuen Karte nicht sofort abgeschlagen werden können. Die Karten dürfen innerhalb der eigenen Mannschaft nicht getauscht werden, aus taktischen Gründen darf aber die Information verbreitet werden, welcher Gegner welche Karten hat. Treffen zwei Gegner mit gleichen Schuhkarten aufeinander, behalten beide ihre Karte. Das Team hat das Ziel, innerhalb einer festgelegten Zeit möglichst viele Karten zu gewinnen und möglichst wenige zu verlieren. Die gewonnenen Karten behalten die Spieler bis zum Ende des Spiels.

**Variante:** Jede Mannschaft bekommt so viele Schuhkarten wie Mitspieler und verteilt mit taktischen Erwägungen selbst die Karten.

#### Vorschläge für das Schuh-Stratego (Wertigkeit)

Bergstiefel (10 Punkte) – Skistiefel (10 Punkte) – Gummistiefel (9 Punkte) – Wanderschuhe (8 Punkte) – Jogging-schuhe (6 Punkte) – Turnschuhe (6 Punkte) – Mokassins (5 Punkte) – Garten-Clogs (4 Punkte) – Sandalen (4 Punkte) – Hüttenschuhe (3 Punkte) – Badelatschen (2 Punkte) – Hausschuhe (2 Punkte).

#### Literatur

- Döbler, E. & Döbler, H. (1996). *Kleine Spiele*. Berlin: Sportverlag.  
 Gilsdorf, R./Kistner, G. (2007). *Kooperative Abenteuerspiele 1 und 2*. Seelze: Erhard Friedrich Verlag.  
 Hirtling, H. (2006). *Das große Buch der 1000 Spiele*. Freiburg im Breisgau: Herder.  
 Kaderli, M. & Team (2004). *Geländespiele*. Luzern: rex Verlag.

## LEHRHILFEN für den sportunterricht

Verlag: Hofmann-Verlag GmbH & Co. KG, Postfach 1360, D-73603 Schorndorf, Telefon (07181) 402-0, Telefax (07181) 402-111

#### Redaktion:

Heinz Lang  
 Neckarsulmer Str. 5, 71717 Beilstein  
 E-Mail: H-W.Lang@t-online.de

#### Erscheinungsweise:

Monatlich (jeweils in der 2. Hälfte des Monats).

#### Druck:

Druckerei Djuric  
 Steinwasenstraße 6–8, 73614 Schorndorf

**International Standard Serial Number:**  
 ISSN 0342-2461

#### Bezugspreis:

Im Jahresabonnement € 21.60 zuzüglich Versandkosten.  
 Die Abonnement-Rechnung ist sofort zahlbar rein netto nach Erhalt. Der Abonnement-Vertrag ist auf unbestimmte Zeit geschlossen, falls nicht ausdrücklich anders vereinbart.  
 Abbestellungen sind nur zum Jahresende möglich und müssen spätestens 3 Monate vor dem 31. Dezember beim Verlag eintreffen.  
 Unregelmäßigkeiten in der Belieferung bitte umgehend dem Verlag anzeigen.  
 Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck nur mit ausdrücklicher Genehmigung der Redaktion und des Verlags mit Quellenangabe.

Unverlangte Manuskripte werden nur dann zurückgesandt, wenn Rückporto beiliegt.



## RINGEN und RAUFEN



15 x 24 cm, 176 Seiten + CD-ROM  
ISBN 978-3-7780-0601-6  
**Bestell-Nr. 0601 € 21.90**

Dr. Frank Bächle / Steffen Hecke

### Doppelstunde Ringen und Raufen

**Unterrichtseinheiten und Stundenbeispiele  
für Schule und Verein**

Auf der Basis eines zweikampfgemäßen Konzepts bietet die *Doppelstunde Ringen und Raufen* vielfältige und altersgemäße Unterrichtseinheiten zur Vermittlung des regelrechten Ringen und Raufen in der Schule. Während in der Unterstufe vor allem die spielerische Vermittlung mit ersten einfachen Zweikampftechniken im Vordergrund steht, werden in der Mittelstufe schon vermehrt spezielle Techniken erlernt. Für die Oberstufe stehen darüber hinaus praxisnahe Theorieverknüpfungen mit Arbeitsblättern und Bildreihen zur Verfügung.



Inhaltsverzeichnis und Beispielseiten unter [www.sportfachbuch.de/0601](http://www.sportfachbuch.de/0601)