

... ein wenig „Theorie“

Was soll der Titel „Erst (ab)wägen – dann wagen“?	7
Die Rolle des Lehrers	7
Wie kann dabei vorgegangen werden?	8
Aufgeben oder „dranbleiben“?	8
Wie steht es um die Mehrperspektivität?	9
Wie steht es um die „Sinnrichtung“?	10
Für wen sind diese Aufgaben gedacht?	10

... und jede Menge Praxisbeispiele (alphabetisch geordnet)

Von A nach B	13
• „Abtransport“	14
• Als „Faultier“ unterwegs	15
• Balancieren auf dem „Schlapptau“	16
• Bierkasten- und Fliesenwandern	17
• Das laufende A	18
• Den schmalen Steg überwinden	19
• Der große Graben – frei nach Asterix	20
• Die Mondfähre	21
• Durch den Reifen	22
• Gemeinsam „wandern“	23
• Im Klettergarten	24
• Möbeltransport	24
• Immer an der Wand lang ...	25
• Inselspiele mit Kleinkasten und Reifen	26
• Inselwandern	27
• Kugellager	28
• Langholztransport	29
• Mit zwei Langbänken durch die Halle	30
• Ringtennistransport	31
• Rollmops	32
• Schwer(st)transport	33
• Seifenkistenrennen	34
• Seiltransport	35
• Seitenwechsel	36
• Stabtransporte	37
• Tennisballblasen	38
• Über den Canyon ...	39
• Über den Steg	40
• Über den Strom I	41
• Über den Strom II	42
• Über die Hängebrücke	43
• Über die Hängebrücke ans andere Ufer	44
• Von „Ufer“ zu „Ufer“	45
• Von „Ufer“ zu „Ufer“ – mit der Sänfte	46
• Von A nach B ...	47
• „Ziehen – Schieben – Hüpfen“	48

Über ein Hindernis	49
• Gefängnisausbruch	50
• Über den Kasten ...	51
• Über die Mauer ...	52
Um etwas herum	53
• „Kreisverkehr“ I	54
• „Kreisverkehr“ II	55
• „Kreisverkehr“ III	55
• „Kreisverkehr“ IV – V – VI	56
• Taukreiswandern	57
Transportaufgaben	59
• Affenschaukel	60
• Den Pezziball transportieren	61
• Den Taukreis kreisen lassen ... I	62
• Den Taukreis kreisen lassen ... II	63
• Die Matte fortbewegen	64
• Mattenrollen	64
• Einen Schatz heben	65
• Reifen wandern (lassen) ...	66
Etwas konstruieren	67
• Bananenkisten stapeln	68
• Ein Haus aus lauter Reifen	69
• Formen herstellen	70
• Magisches Quadrat	71
• Tatzelwurm	71
• Wie viele Schüler passen auf eine Fliese?	72
• Wie viele Schüler passen in einen Reifen?	72
Sonstiges	73
• Ausbruch aus dem Mattenhaus	74
• Ausbruch aus der „Koppel“	75
• Ball in den Korb	76
• Bergung aus der Gletscherspalte	77
• Der Größe nach ...	78
• Die Burg erobern	79
• Einen Ball kreisen und hüpfen lassen	80
• Gipfelstürmer	81
• Massenhupf und Paar-Seillaufen	82
• Mattendrehen	83
• Rettungsversuche	84
• Schwungtuchgolf	85
• Wendepiane	86
• Zeitung falten – ohne die Hände einzusetzen!	86
Legende	87
Literaturempfehlungen	88

„Abtransport“

Geräte/Spielfeld

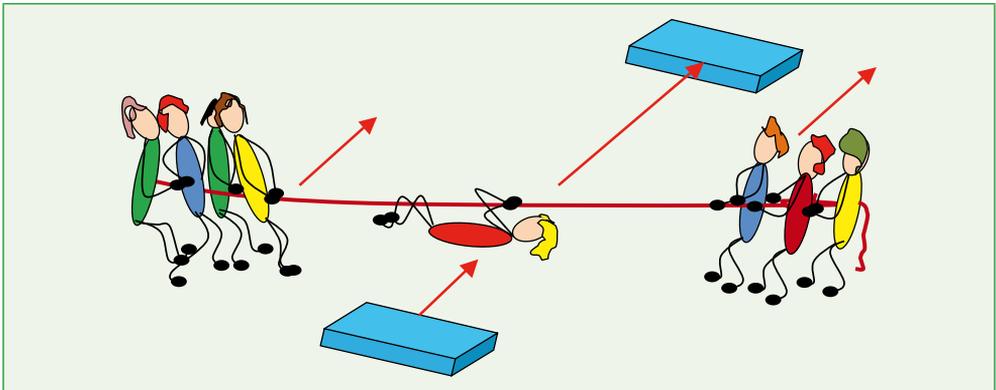
Ein langes Tau (eventuell auch zwei Tauen), zwei Turmatten. Halle oder Freigelände.

Gruppengröße

Zwei Schülergruppen (je etwa fünf bis sieben Schüler).

Die Idee

Es geht darum, einen Mitschüler (oder gar zwei) mit Hilfe eines Taus (oder zweier Tauen) von einer Matte auf die andere zu transportieren.

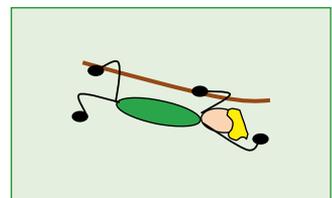


Hinweis

Das Tau muss sehr straff gespannt werden. Da die mögliche „Fallhöhe“ recht gering ist, kann auf eine zusätzliche Mattensicherung verzichtet werden.

Variationen

- Der Boden zwischen den Matten darf nicht berührt werden.
- Jeder – auch ein sehr „gewichtiger“ Mitschüler – soll transportiert werden.
- Können beim gleichen Transport auch zwei Mitschüler mitgenommen werden?
- Wie kann man die „Aufhängung“ variieren (Siehe unten)?



Als „Faultier“ unterwegs

Geräte/Spielfeld

Zwei mehrteilige Sprungkästen (oder ein Kasten und eine Sprossenwand) und eine möglichst lange Langbank. Unter einer hohen Anlage eventuell mehrere Matten zur Sicherung. Sporthalle.

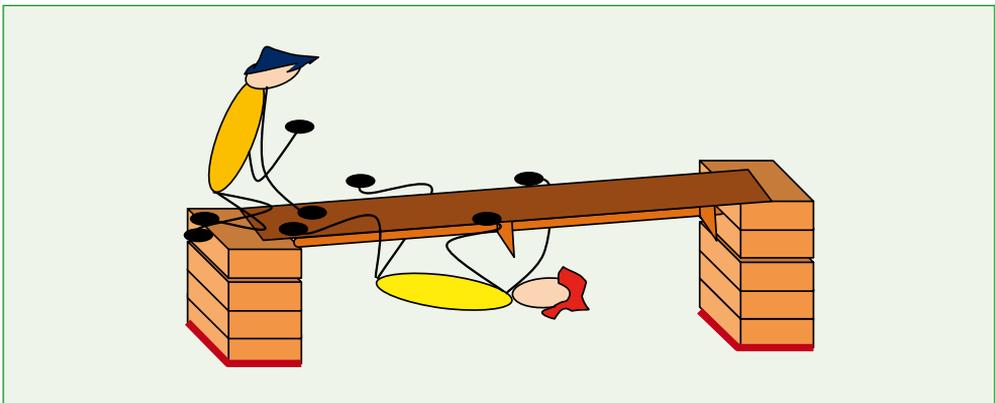
Gruppengröße

Vier bis sechs Schüler pro Anlage, die als einzelne Station Teil eines Aufbaus sein kann.

Die Idee

Den Zwischenraum zwischen zwei Sprungkästen überbrückt eine eingehängte – möglichst lange – Langbank. Sie ist der „Ast“, auf dem das „Faultier“, unter der Bank hängend, von einem Kasten zum andern klettern soll.

Der Boden soll dabei vom „Faultier“ nicht berührt werden – wer schafft das?



Hilfestellung ist erlaubt/nicht erlaubt. Eine Sicherung wird dann nicht als notwendig erachtet, wenn die Fallhöhe gering ist.

Varianten

Ausgangslage: Sitz auf dem Kasten

- Beginn mit einer niederen Anlage. Steigerung der (mentalen) Anforderung durch höhere Sprungkästen.
- Ein Partner sitzt mit auf dem Kasten und kann, aktiv eingreifend, dem Kletterer beim Einstieg helfen.
- Ein Partner sitzt mit auf dem zu erreichenden Kasten und kann, aktiv eingreifend, dem Kletterer beim Ausstieg helfen.
- Wenn die Schüler nicht zu schwer sind, kann ein weiterer Schüler den Kletternden AUF der Bank begleiten und dem „hängenden“ Partner helfen.
- Die Bank wird schräg gestellt.

Balancieren auf dem „Schlapptau“

Geräte/Spielfeld

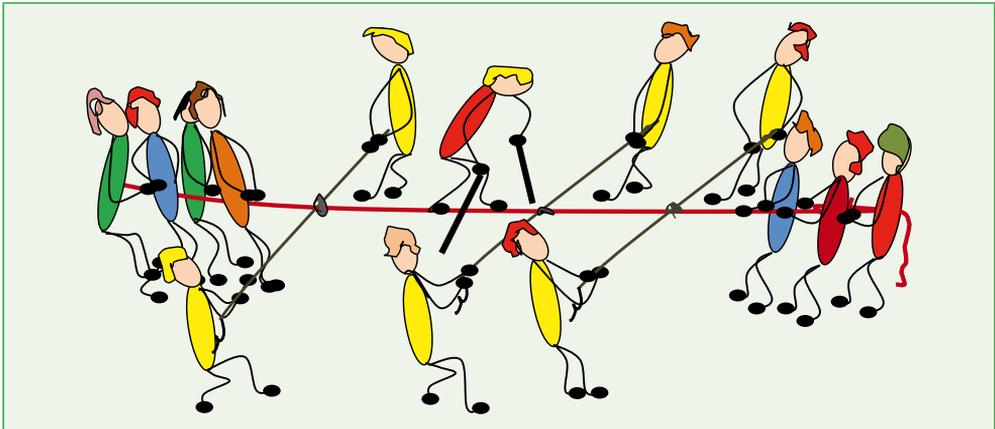
Ein langes Tau (besser noch, falls vorhanden, ein ausgedienter Feuerwehrschauch), mehrere Sprungseile, zwei stabile Gymnastikstäbe. Sporthalle oder Freigelände.

Gruppengröße

Zwei große Schülergruppen und mehrere Schülerpaare.

Die Idee

Es geht darum, auf einem von den beiden Schülergruppen möglichst straff gespannten Tau zu balancieren. Damit das Tau nicht allzu sehr schwankt, wird es von mehreren Schülerpaaren mit Hilfe von Sprungseilen, die in der Mitte um das Tau geschwungen werden, fixiert.



Hinweis

Das Tau muss sehr straff gespannt sein und sollte mit Hilfe der Sprungseile möglichst ruhig gehalten werden. Eine Absicherung durch Unterlegen von Turnmatten kann in Betracht gezogen werden. Da in der Regel die mögliche „Fallhöhe“ gering ist, kann auch darauf verzichtet werden – eine Sicherung durch einen Mitschüler empfiehlt sich. Kein Wettbewerb!

Variationen

- Unsichere Schüler können durch einen „Helfer“ begleitet werden (Fingerkontakt, Handkontakt, aktives Unterstützen ...)
- Der balancierende Schüler kann sich mit Hilfe zweier langer Gymnastikstäbe im Gleichgewicht halten.
- Eine Hochsprungstange kann beim Balancieren behilflich sein.
- Der balancierende Schüler bewegt sich rückwärts.

Bierkasten- und Fliesenwandern

Geräte/Spielfeld

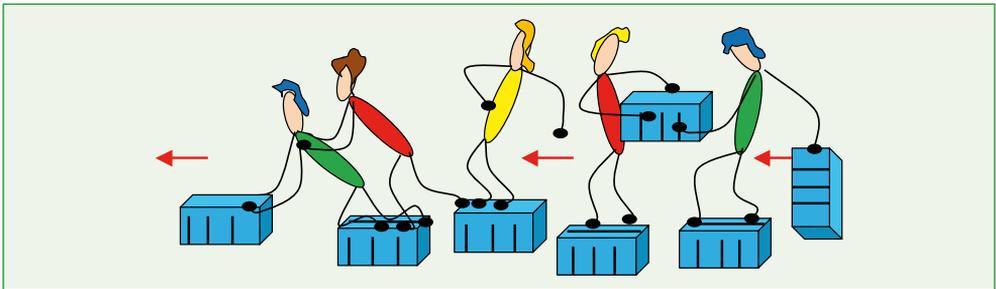
Pro Schülergruppe mehrere Bierkästen. Sporthalle oder Freigelände.

Gruppengröße

Jeweils fünf bis acht Schüler bilden eine Gruppe.

Die Idee

Es geht darum, mit Hilfe mehrerer leerer Bierkästen eine vorgegebene Strecke zu bewältigen. Dabei darf der Boden mit keinem Körperteil berührt werden.



(Mögliche) Lösung

Der zuletzt verlassene Bierkasten wird nachgeholt und nach vorne gereicht – dort wird eine neue „Insel“ installiert. Danach rückt die ganze Gruppe weiter ...

Variationen

- Es müssen Gegenstände mittransportiert werden (Medizinball, Kegel ...)
- In den zu überwindenden Weg werden Hindernisse eingebaut, die überstiegen werden müssen (Weichbodenmatten, Bänke ...).
- Wird der Boden berührt, müssen alle nochmals von vorne beginnen.
- In gleicher Weise kann mit Teppichfliesen verfahren werden (siehe unten).
- Ein Wettbewerb zwischen zwei oder mehreren Gruppen ist immer attraktiv.

