

# SCHOOL-SCOUT.DE

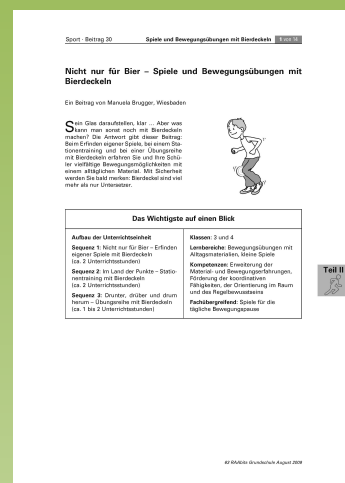
Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

**Auszug aus:**

*Nicht nur für Bier - Spiele und Bewegungsübungen mit Bierdeckeln*

Das komplette Material finden Sie hier:

[Download bei School-Scout.de](https://www.school-scout.de)



**M 2 und M 3:** Nach Ablauf der Zeit verständigt sich jede Gruppe auf ein Spiel, das sie beschreiben und präsentieren möchte, und hält es auf M 3 fest. Die Tipps in M 2 können als Hilfestellung eingesetzt werden.

**Abschluss:** Anhand ihrer Beschreibungen (vgl. M 3) präsentiert jede Gruppe ihr Spiel und die Klasse tauscht sich darüber aus, z. B.: Ist das Spiel gut durchzuführen? Hat die Gruppe es verständlich beschrieben? Es können abschließend auch einzelne Spiele ausgesucht und von allen gemeinsam ausgeführt werden.

## Hinweise (M 4 und M 5, Sequenz 2)

**Einstieg:** Nach einer kurzen freien Aufwärmphase versammeln sich die Schüler im Sitzkreis. Die Lehrkraft trägt die Geschichte aus M 4 vor. Die Kinder dürfen sich dazu äußern. Als Überleitung zum nachfolgenden Stationentraining erklärt die Lehrkraft, dass die Klasse ins beschriebene Land der Punkte reisen wird. Diese Reise hat verschiedene Stationen.

**M 5:** Für das Stationentraining werden zunächst Gruppen eingeteilt (eine gerade Anzahl von Schülern pro Station, sodass Partnerarbeit möglich ist). Jede Gruppe erhält eine Stationskarte aus M 5 und baut eigenständig eine Station auf. Die Lehrkraft gibt Hinweise, wo die Stationen in der Sporthalle positioniert werden sollen, oder erstellt zu diesem Zweck einen Hallenplan. Die Stationskarten werden an der entsprechenden Station aufgehängt oder ausgelegt. Dann beginnen die Schüler mit dem Durchlauf der Stationen.

Das Stationentraining umfasst fünf Stationen mit folgenden Aufgabenstellungen:

- **Station 1:** Auf zwei Bierdeckeln stehend, bewegen sich die Schüler rutschend vorwärts. Variation: Die Ferse anheben, um den Boden nicht berühren. Als Hilfe evtl. zusätzlich zwei Stöcke zum Abstoßen verwenden.

Mit dieser Übung wird das Gleichgewicht gefördert. Außerdem werden die Beinmuskulatur und, wenn die Schüler Stöcke verwenden, auch die Armmuskulatur gestärkt.

- **Station 2:** Auch hier stehen die Schüler auf zwei Bierdeckeln. Diesmal müssen sie sich nicht aus eigener Kraft fortbewegen, sondern werden von einem zweiten Kind an beiden Händen, mit einem Seil oder Pferdegeschirr gezogen. Dabei müssen die beiden sich abstimmen: Das „Pferd“ muss Rücksicht auf seinen „Wagen“ nehmen, damit er nicht umkippt und der Wagen bestimmt das Tempo, nicht das Pferd.

So werden die Arm- und Beinmuskulatur gestärkt, der Gleichgewichtssinn sowie die Koordinations- und Kooperationsfähigkeit gefördert.

- **Station 3:** Hier geht es darum, mit verbundenen Augen einen mit Bierdeckeln ausgelegten Weg zu gehen. Ein zweiter Schüler hilft durch verbale Anweisungen. Variation: Statt auf den Bierdeckeln zu laufen, muss der „blinde“ Schüler sie umrunden oder die Strecke rückwärts zurücklegen.

Auf diese Weise werden Orientierung im Raum sowie Kooperationsfähigkeit gefördert.

- **Station 4:** An dieser Station klemmen sich die Schüler einen oder mehrere Bierdeckel zwischen die Knie und müssen so eine Slalomstrecke zurücklegen. Variation: Alternativ oder zusätzlich können auch Bierdeckel unter einen Arm, beide Arme, unter das Kinn, zwischen die Zehen usw. geklemmt werden.

Diese Übung dient vor allem der Förderung des Körperschemas.

- **Station 5:** Hier besteht die Aufgabe darin, mehrere Bierdeckel auf dem Kopf zu balancieren und eine festgelegte Strecke zurückzulegen. Variation: Es können zusätzlich Stangen oder Pylonen aufgestellt werden, die es zu umrunden gilt.

Hierbei werden der Gleichgewichtssinn und das Körperschema gefördert.

**Tip:** Sicher erhöht es die Motivation, wenn die Kinder an jeder Station „punkten“ können, das heißt, sich nach Abschluss der Übung einen Klebepunkt auf eine einfache Laufkarte kleben dürfen oder sich mit Schminke einen Punkt auf die Stirn, Wange o. Ä. machen.

**Abschluss:** Haben alle Schüler die Stationen durchlaufen, versammeln sie sich und tauschen sich über die Stationen aus, z. B.: Was hat am meisten Spaß gemacht? Was war besonders einfach, schwierig, anstrengend? Gibt es Verbesserungs- oder Variationsvorschläge?

## Teil II



# SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

## Auszug aus:

*Nicht nur für Bier - Spiele und Bewegungsübungen mit Bierdeckeln*

Das komplette Material finden Sie hier:

[Download bei School-Scout.de](https://www.school-scout.de)

