

# SCHOOL-SCOUT.DE



Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

**Auszug aus:**

*Let's gummitwist - Gewandt und rhythmisch springen: ein Kinderspiel!*

Das komplette Material finden Sie hier:

[School-Scout.de](http://School-Scout.de)



## 5.2.1 Let's gummitwist – Gewandt und rhythmisch springen: ein Kinderspiel!

Sabine Karoß

### Lernziele:

Die Schüler sollen

- beidbeinige Sprünge in vielfältigen Sprungverbindungen üben und verbessern,
- Sprungverbindungen auf Arbeitsblättern erlesen können,
- die rhythmische Struktur der Sprungverbindungen erkennen und umsetzen können,
- in Dreiergruppen zusammenarbeiten und die abgesprochenen Regeln einhalten.

Didaktisch-methodischer Ablauf	Kommentare und Materialien
<p><b>1. Hinführung</b></p> <p>Die Lehrkraft verteilt Gummibänder an ausgewählte Schüler.</p> <p><b>Elastisches Fangen</b></p> <p>„Die Schüler mit dem Gummiband sind Fänger. Die anderen sind Läufer. Hat ein Fänger einen Läufer gefangen, berühren beide das Gummiband mit den Händen und versuchen einen dritten Läufer zu fangen. Gelingt ihnen dies, berühren alle drei das Gummiband mit den Händen und setzen sich auf den Boden. Wenn alle Läufer gefangen sind, ist das Spiel zu Ende.“</p> <p> Das Spiel kann mehrfach wiederholt werden. Der Fänger in der sitzenden Dreiergruppe bestimmt jeweils den neuen Fänger.</p> <p> Das Spiel endet in einer Dreierkonstellation, die für die weiteren Aufgaben erhalten bleibt.</p>	<p> pro Dreiergruppe ein 3-4 m langes Gummiband, das zu einem Kreis verknötet ist</p> <p> Um den Abstand zwischen den das Gummiband berührenden Schülern nicht zu groß werden zu lassen (Hindernis für die Läufer), können die Fänger das Gummiband geviertelt in der Hand halten.</p>
<p><b>2. Erarbeitung</b></p> <p>Die Lehrkraft versammelt die Dreiergruppen, stellt das Thema vor und bespricht die <b>Gummitwist-Regeln</b> mit den Schülern: Grundaufstellung, Gummihöhen und Gummibreite, Wechselregeln.</p> <p>Jede Dreiergruppe erhält ein Arbeitsblatt mit einer <b>Sprungverbindung</b>, sucht sich einen freien Platz in der Halle und beginnt zu springen.</p> <p>Der <b>Wechsel</b> von einer Sprungaufgabe zur nächsten kann unterschiedlich gestaltet werden.</p>	<p> <b>Gummitwist (Regeln) 5.2.1/M 1</b></p> <p> <b>Sprungverbindungen für Gummitwister* 5.2.1/M 2 bis M 9</b> <b>Sprungverbindungen für fortgeschrittene Gummitwister** 5.2.1/M 10 bis M 17</b></p>

## 5.2 Springen

## 5.2.1 Let's gummitwist

<p>Mögliche Wechsel:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Haben alle Schüler einer Dreiergruppe die Aufgabe in Knöchelhöhe bewältigt, tauschen sie die Aufgabe mit einer anderen fertigen Dreiergruppe.</li> <li>• Alle Schüler einer Dreiergruppe haben die Aufgabe in Knöchelhöhe und in weiteren vorher bestimmten Höhen bewältigt und tauschen erst jetzt zu einer neuen leichten Aufgabe.</li> <li>• Haben alle Schüler einer Dreiergruppe eine einfache Aufgabe (*) in einer oder mehreren Höhen bewältigt, dann bekommen sie von der Lehrkraft eine schwierige Aufgabe (**).</li> </ul>	 <p>Einer Sprungverbindung liegt eine sprachliche Begleitungen bei. Die Standspieler können diese während des Lernens und Übens für den Springer sprechen und so das Bewegungstempo gestalten helfen.</p> <p>Zu den Verbindungen ohne Begleitung können von der Lehrkraft und/oder den Schülern Begleitungen erfunden werden.</p>
<p><b>3. Weiterführung</b></p> <p>Die Schüler erfinden <b>eigene Sprungverbindungen</b>, bestehend aus einer vorher festgelegten Zahl von Sprüngen und zeichnen diese auf.</p>	 <p><b>Leeres Gummitwist 5.2.1/M 18</b> <b>Füße zum Ausschneiden 5.2.1/M 19</b></p>

**Tipps:**

- Sarholz, Margit & Meier, Werner (1997). *Tiger-Rap und Gummi-Twist*. Ottenhofen: Sternschnuppe Verlag. (CD und Liederbuch; insbesondere das Lied „Gummit-Twist“)
- Johnson, Anne Akers (1997). *Gummitwist. Der ultimative Hüpfspaß*. Ravensburg: Ravensburger Buchverlag. (Buch und Gummiband)

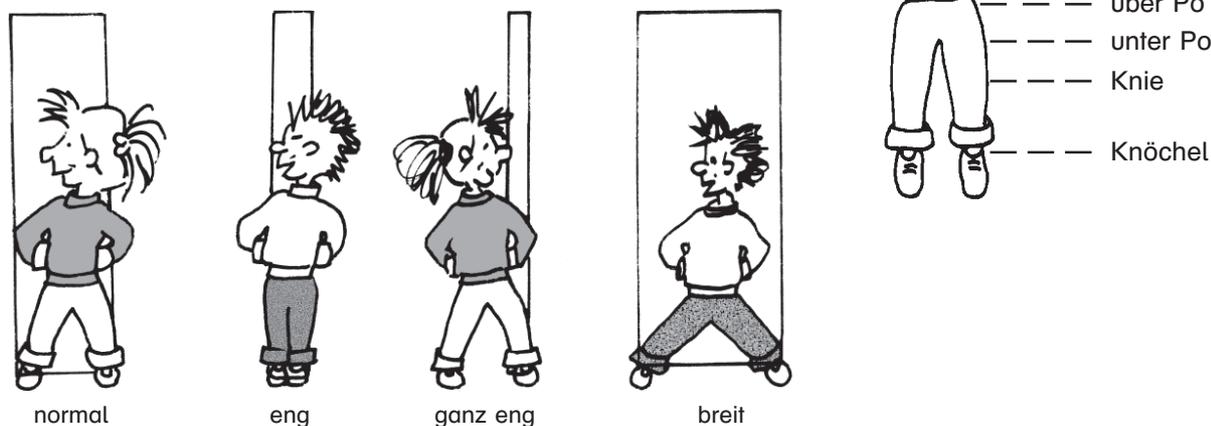
## Gummitwist (Regeln)

Gummitwist wird mit zwei Standspielern und einem Springer gespielt.

Die Standspieler stehen sich gegenüber, haben die Beine hüftbreit gespreizt und spannen das Gummiband auf Höhe der Fußknöchel.

Sie können es auch höher spannen:

Das Gummiband kann aber auch breiter oder schmaler gespannt werden:



Der Springer darf solange springen, bis er einen Fehler macht. Dann wechselt er mit einem der Standspieler. Hat der Springer die Aufgabe in einer Höhe bewältigt, kann er die Aufgabe in der nächsten Höhe versuchen.

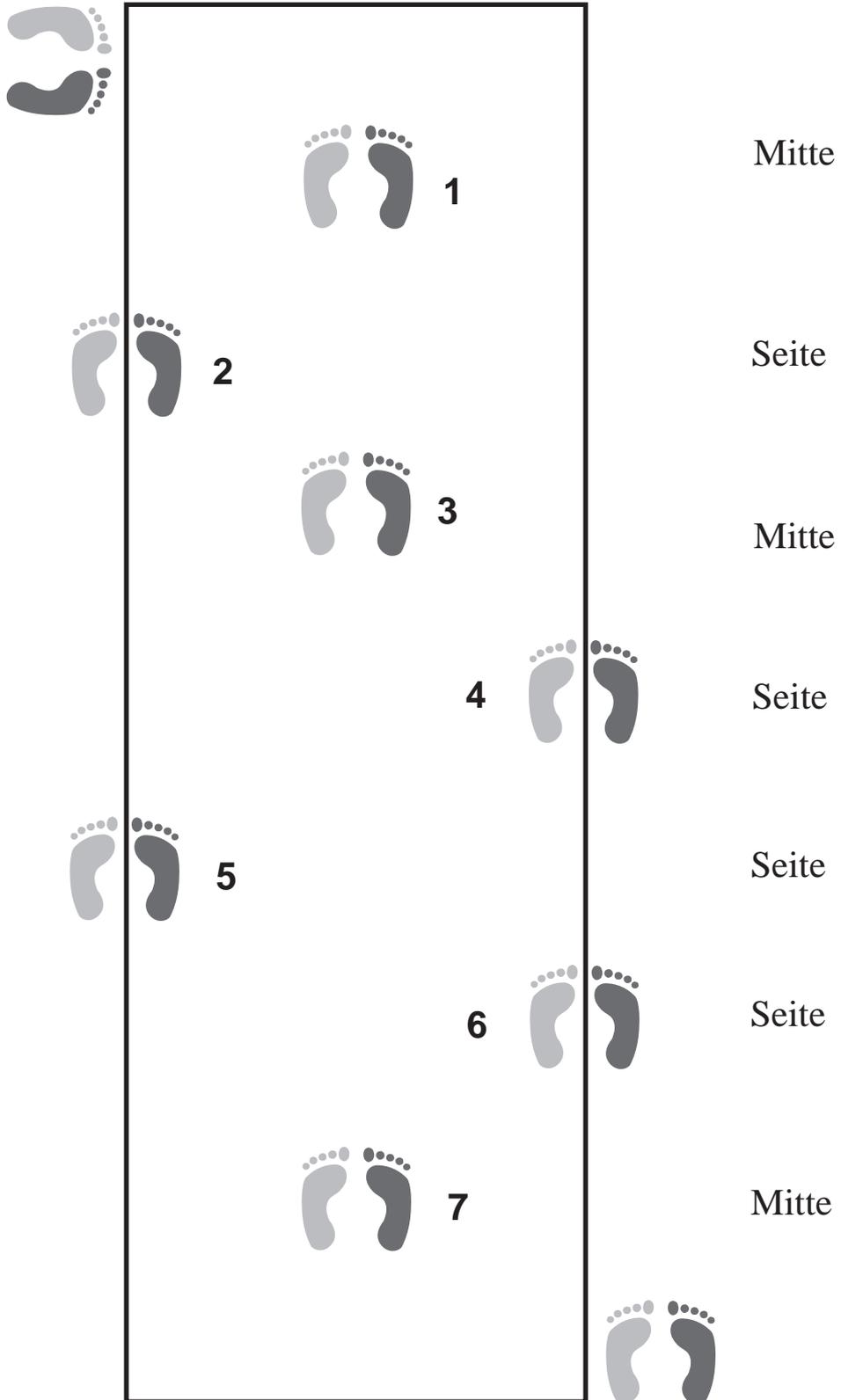
Wechselregeln:

- Sobald der Springer einen (zwei, drei) Fehler macht, wird gewechselt.  
ODER
- Der Springer hat auf jeder Gummihöhe drei Versuche. Gelingt ihm die Aufgabe auch beim dritten Mal nicht, wird gewechselt.

Mögliche Fehler:

- Die Füße berühren das falsche Gummiband.  
ODER
- Das Gummiband bleibt an den Füßen hängen.  
ODER
- Ein Sprungelement wird vergessen.  
ODER
- Die Zehenspitzen berühren das zweite Gummiband.

# Sprungverbindung Nr. 1 für Gummitwister\*



# SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

## Auszug aus:

*Let's gummitwist - Gewandt und rhythmisch springen: ein Kinderspiel!*

Das komplette Material finden Sie hier:

[School-Scout.de](http://School-Scout.de)

