

## Arbeitsmaterialien für Lehrkräfte

**Kreative Ideen und Konzepte inkl. fertig ausgearbeiteter Materialien und Kopiervorlagen für einen lehrplangemäßen und innovativen Unterricht**

Thema: Sport

Titel: Drei Freunde sind keiner zuviel für zwei Rollbretter und eine Matte! - Denn gemeinsam kräftigt es sich besser! (18 S.)

### Produkthinweis zur »Kreativen Ideenbörse Grundschule«

Dieser Beitrag ist Teil einer Print-Ausgabe aus der »Kreativen Ideenbörse Grundschule« der Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage GmbH & Co. KG\*. Den Verweis auf die jeweilige Originalquelle finden Sie in der Fußzeile des Beitrags.

- ▶ Alle Beiträge dieser Ausgabe finden Sie [hier](#).

Seit über 15 Jahren entwickeln erfahrene Pädagoginnen und Pädagogen neue Unterrichtsideen zu aktuellen Themen – abgestimmt auf die neuesten Lehr- bzw. Bildungspläne und Rahmenrichtlinien – für verschiedene Reihen der Ideenbörse.

Die Kreativen Ideenbörsen Grundschule bieten Ihnen praxiserprobte Unterrichtsideen für Jahrgangsstufe 1 bis 4 mit vielfältigen Materialien und Kopiervorlagen: z.B. Arbeitsblätter, Bastelanleitungen, Liedern, Farbvorlagen u.v.m.

- ▶ Informationen zu den Print-Ausgaben finden Sie [hier](#).

\* Ausgaben bis zum Jahr 2015 erschienen bei OLZOG Verlag GmbH, München

### Beitrag bestellen

- ▶ Klicken Sie auf die Schaltfläche **Dokument bestellen** am oberen Seitenrand.
- ▶ Alternativ finden Sie eine Volltextsuche unter [www.edidact.de/grundschule](http://www.edidact.de/grundschule).

### Piktogramme

In den Beiträgen werden – je nach Fachbereich und Thema – unterschiedliche Piktogramme verwendet. Eine Übersicht der verwendeten Piktogramme finden Sie [hier](#).

### Nutzungsbedingungen

Die Arbeitsmaterialien dürfen nur persönlich für Ihre eigenen Zwecke genutzt und nicht an Dritte weitergegeben bzw. Dritten zugänglich gemacht werden. Sie sind berechtigt, für Ihren eigenen Bedarf Fotokopien in Klassensatzstärke zu ziehen bzw. Ausdrucke zu erstellen. Jede gewerbliche Weitergabe oder Veröffentlichung der Arbeitsmaterialien ist unzulässig.

- ▶ Die vollständigen Nutzungsbedingungen finden Sie [hier](#).

### Haben Sie noch Fragen? Gerne hilft Ihnen unser Kundenservice weiter:

[Kontaktformular](#) | ✉ Mail: [service@edidact.de](mailto:service@edidact.de)

✉ Post: Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage GmbH & Co. KG  
E.-C.-Baumann-Straße 5 | 95326 Kulmbach

☎ Tel.: +49 (0)9221 / 949-204 | 📠 Fax: +49 (0)9221 / 949-377

[www.edidact.de](http://www.edidact.de) | [www.mgo-fachverlage.de](http://www.mgo-fachverlage.de)

## 2.3.6 Drei Freunde sind keiner zuviel für zwei Rollbretter und eine Matte! – Denn gemeinsam kräftigt es sich besser!

Sabine Karoß

### Lernziele:

Die Schüler sollen

- in Dreiergruppen gemeinsam Aufgaben lösen,
- eigenständig Lösungsstrategien in ihrer Gruppe entwickeln,
- dabei ihre Arm- und Beinkraft verbessern,
- ihre Gleichgewichtsfähigkeit schulen,
- ihre Leistungsfähigkeit einschätzen.

Didaktisch-methodischer Ablauf	Kommentare und Materialien
<p><b>1. Hinführung</b></p> <p>Die Lehrkraft begrüßt die Schüler und bittet sie, die angegebene Anzahl von Matten in der Halle innerhalb des Volleyballfelds auszulegen.</p> <p><i>„Immer vier Schüler tragen gemeinsam eine Matte.“</i></p> <p><b>Gerettet! – allerdings nur auf der Matte</b></p> <p>Mehrere Fänger, jeweils gekennzeichnet mit einem Parteiband, versuchen die Läufer zu fangen. Diese können sich auf eine Matte retten und dürfen nicht mehr abgeschlagen werden. Es gelten nachstehende Regeln:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Die Matten dürfen nur zur „Rettung“ betreten werden.</li> <li>• Möchte sich ein weiterer Läufer retten, muss derjenige, der bisher auf der Matte war, die Matte verlassen.</li> <li>• Ein Fänger gibt sein Parteiband am Ende des Durchgangs an einen Läufer weiter – dieser wird nun zum Fänger.</li> </ul> <p> Je mehr Fänger eingesetzt werden, desto schwieriger wird es für die Läufer, nicht abgeschlagen zu werden.</p> <p><b>Komm auf meine Matte!</b></p> <p> Bei dieser Variation des „Atomspiels“ sagt oder zeigt die Lehrkraft jeweils an, wie viele Schüler sich zusammenfinden sollen auf einer Matte (Achtung: Minimum sind drei Schüler – sonst reichen die Matten nicht!). Dort erledigen sie dann eine von der Lehrkraft genannte Aufgabe, z.B.:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hampelmannsprünge</li> <li>• Rückenschaukel</li> </ul>	<p> Pro drei Schüler eine Matte (z.B. <math>24 : 3 = 8</math>)</p> <p> 3-7 Parteibänder</p> <p> Zählt die Lehrkraft am Ende des Durchgangs von 10 bis 1 herunter und endet mit „vorbei“, wissen die Schüler, dass sie nun Bänder tauschen dürfen.</p>

## 2.3.6 Drei Freunde sind keiner zuviel für zwei Rollbretter und eine Matte!

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kerze</li> <li>• Einbeinstand</li> <li>• eine genannte Anzahl und Auswahl von Körperteilen in Kontakt mit der Matte bringen (z.B. 4 Schüler: 5 Hände und 7 Füße berühren die Matte)</li> <li>• die Matte in vorgegebener Richtung auf eine vorgeschriebene Art und Weise überqueren: Krebsgang, Rad, Rolle vorwärts, Hockstützsprünge etc.</li> <li>• die Matte auf angegebene Art und Weise an einen genannten Ort transportieren (z.B. auf dem Kopf, mit den Händen, auf dem Rücken).</li> </ul> <p>Die Lehrkraft wählt für die letzte Aufgabe Dreiergruppen. Diese bleiben im weiteren Verlauf der Stunde bestehen.</p>	
<h2>2. Erarbeitung</h2> <h3>Gemeinsam fährt es sich besser!</h3> <p>Jede Dreiergruppe erhält von der Lehrkraft zwei Rollbretter. Diese werden so unter die Matte gelegt, dass sie „fahrtüchtig“ ist.</p> <p>Bevor diese „fahrbaren Untersetzer“ die Fahrerlaubnis erhalten, werden gemeinsame Verabredungen getroffen bezüglich</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• des Fahrtbeginns,</li> <li>• des Fahrtendes,</li> <li>• der Zusammenstöße,</li> <li>• anderweitigem rücksichtslosen Verhalten.</li> </ul> <p>Im Folgenden finden sich Fahraufgaben mit unterschiedlichen Schwerpunkten für die Muskelkräftigung (Arme oder Beine und Ziehen oder Schieben) und unterschiedlichen Positionen (nebeneinander oder gegenüber).</p> <h3>Einfache Fahrten mit Beinkraft</h3> <p>„Setzt euch nebeneinander an eine Längsseite der Matte. Fahrt nun mit eurer Matte vorwärts durch das Volleyballfeld. Wenn ihr das vereinbarte STOPP-Signal hört oder seht, bleibt ihr sofort stehen.“</p> <p>Nach einem ersten Durchgang fragt die Lehrkraft nach:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Was habt ihr gemacht, um eine Kurve fahren zu können?</li> <li>• Wie habt ihr angehalten? Konntet ihr es auch ganz schnell?</li> <li>• Wie habt ihr entschieden, welchen Weg ihr fahren wollt?</li> </ul>	 Pro Dreiergruppe zwei Rollbretter Voraussetzung für diesen Geräteaufbau ist eine feste, nicht zu lange Matte.   Hier können Signale unterschiedlicher Modalitäten (visuell und/oder akustisch) eingesetzt werden und regelwidriges Verhalten kann mit einer Fahrpause geahndet werden.

In einem weiteren Durchgang (oder auch mehreren) versuchen die Gruppen dann die Qualität ihrer Zusammenarbeit beim Vorwärtsfahren zu verbessern.

*„Versucht nun in dieser Position mit der Matte rückwärts durch das Volleyballfeld zu fahren. Denkt daran, immer wieder zu kontrollieren, ob der Raum frei ist. Wenn ihr das vereinbarte STOPP-Signal hört oder seht, bleibt ihr sofort stehen.“*

Auch nach diesem Durchgang fragt die Lehrkraft nach:

- *Wie habt ihr entschieden, welchen Weg ihr fahren wollt?*
- *Wie ist es, rückwärts zu fahren? In eine Richtung, in die ihr keine „Augen“ habt?*
- *Wie habt ihr die Verantwortung für das Kontrollieren des freien Raums geteilt?*

In einem weiteren Durchgang (oder auch mehreren) versuchen die Gruppen dann die Qualität ihrer Zusammenarbeit beim Rückwärtsfahren zu verbessern.

*„So, jetzt setzt euch um: eine Person auf eine Längsseite und die anderen zwei auf die andere Längsseite der Matte. Versucht nun in dieser Position gemeinsam zu fahren. Ihr könnt sowohl vorwärts als auch rückwärts fahren.“*

Da die Gruppen über ihre Sitzpositionen selbst entscheiden (wer sitzt wo innen oder außen), sollte nach einem Durchgang über die Vor- und Nachteile der gewählten Positionen gesprochen werden.

### **Einfache Fahrten mit Armkraft**

Grundsätzlich können hier die gleichen Aufgaben wie oben angeboten werden.

Als Ausgangsposition können gewählt werden:

- Fersensitz oder
- Bauchlage.

Die folgenden Variationen für Fahrten mit Bein- oder Armkraft sind schnell und einfach zu organisieren. Die Lehrkraft kann dabei jeweils eine der beiden „Antriebs“-Kräfte oder eine bestimmte Sitzposition fordern. Des Weiteren können auch Zusatzaufgaben gestellt werden.

### **Variationen für Fahrten mit Bein- oder Armkraft**

1. Jede Gruppe erhält eine Karte mit dem Namen einer Automarke.  
Die Lehrkraft sagt nun jeweils an, welche Automarken fahren dürfen und welche stehen müssen.



### **Karten mit Automarken 2.3.6/M 1**

So werden die Gruppen verstärkt zum Kurvenfahren herausgefordert.