

Nadine Gertsch

... - SOS - ...

SCHÜLER:INNEN
OHNE SPORTZEUG



INHALT

Vorwort	2
Aufgaben für die Unter- und Mittelstufe	3
Baderegeln	4
Fairness im Fußball I	5
Redewendungen aus der Welt von Sport und Bewegung	8
Baue deine eigene Minigolfanlage	11
Das verrückte Geräte-Quiz	14
Dein Schulhof – dein Pausen(t)raum	15
Denkmäler aus Sportgeräten bauen	16
Fairness im Fußball II	17
Fußball-Bundesliga Logical	18
Sportschuh-Vergesser:in	20
Basketball kennen lernen	24
Aufgaben für die Mittel- und Oberstufe	27
Jonglieren lernen	28
Ein Lernvideo zu deinem Lieblingsspiel im Sportunterricht erstellen	30
Der weibliche Zyklus und Sport	32
Handball vs. Fußball	34
Ein Intervall-Trainingsspiel planen	36
Ein Selfie-Ausdauertraining planen	38
E-Sports – Sport, Spiel oder Zeitverschwendung?	39
Wenn Rückschläge stark machen	41
Inhibition-Training	45
Schiedsrichter:in sein im Volleyball	49
Der Sportgedanke heute	54
Kurzvortrag zur aktuellen Sportart	56
Joker • Diese Aufgabe geht immer	60
Erstelle eine Playlist für deinen Sportunterricht	61
Index nach Sportarten	62

VORWORT

Ich habe meine Sportsachen vergessen!

Jede Sportlehrkraft kennt es nur zu gut: Auf dem Weg zur Sporthalle eilen bereits mehrere Schüler:innen auf einen zu und erzählen vollumfänglich die abenteuerlichsten Geschichten, warum sie heute ihre Sportsachen vergessen haben, beziehungsweise warum sie heute nicht mitmachen können. Die gut organisierten unter ihnen haben den Entschuldigungszettel schon in der Hand, den anderen rennt man auch nach Wochen noch vergebens hinterher. Anschließend sitzen die Schüler:innen passiv auf der Bank und werden, abhängig vom Alter, häufig zur Störungs- und Ablenkungsquelle.

Es gibt viele Gründe, warum Schüler:innen nicht aktiv am Sportunterricht teilnehmen können – und das in fast jeder Sportstunde. Im Alltagsgeschehen läuft es dann häufig darauf hinaus, dass ein Teil der Schülerschaft völlig unbeteiligt am Rand sitzt oder sich mit fachfremden (z. B. Hausaufgaben in anderen Fächern, Vokabel lernen) oder gar schulfremden Inhalten (z. B. Malen, Musik hören) beschäftigt.

Die folgenden Aufgaben aus *SOS – Schüler:innen ohne Sportzeug* haben den Anspruch, solchen Szenarien sinnstiftend entgegenzuwirken. Alle Aufgaben haben einen thematischen Bezug zum Fach Sport und können vorab kopiert oder ausgedruckt werden. Bei Bedarf können sie dann ohne jegliche Vorbereitung, flexibel und spontan, an Lernende ausgegeben werden.

Einige Aufgaben bieten sich an, z. B. als Alternative zur Praxisnote, gegebenenfalls auch bewertet zu werden. Um die Motivation der Schüler:innen zu unterstützen, hat es sich in der Praxis bewährt, ihre Ergebnisse in den Unterricht zu integrieren z. B. als kleinen Vortrag oder als Quiz am Ende der Stunde. Einige der Aufgaben sind sogar so konzipiert, dass inaktive Schüler:innen durch das Gelernte direkt konstruktiv zum Unterricht beitragen können z. B. als Schiedsrichter:innen im Volleyball, weil vorab die Zeichen gelernt wurden.

Ziel von *SOS – Schüler:innen ohne Sportzeug* ist es, jeden einzelnen Schüler und jede einzelne Schülerin, im Sinne des Doppelauftrags des Sports, auch unter suboptimalen Bedingungen sinnvoll am Sportunterricht teilhaben zu lassen und somit ihre Lernentwicklung auch dann noch zu unterstützen, wenn sie nicht aktiv teilnehmen.

REDEWENDUNGEN AUS DER WELT VON SPORT UND BEWEGUNG

Pierre und seine Familie sind erst vor einem Jahr von Frankreich nach Deutschland gezogen. Heute hatte er nach dem Unterricht ein Gespräch mit seinem Klassenlehrer Herr Förster. Eigentlich mag Pierre Herrn Förster sehr gerne, nur leider versteht er ihn häufig nicht so richtig. Heute verlief das Gespräch ungefähr so:

„Lieber Pierre, ich finde es super, dass du am Ball bleibst und dich nicht unterkriegen lässt. Ich weiß, es ist nicht einfach für dich, aber dein Deutsch wird täglich besser. Deine Noten sind momentan zwar noch nicht so gut, aber das ist kein Grund das Handtuch zu werfen. Auch wenn ich mich auf dünnem Eis bewege, werde ich mich für deine Versetzung stark machen, versprochen. Vermutlich werden die anderen Lehrer im Dreieck springen, aber das ist mir egal, ich setze mich trotzdem für dich ein, auch wenn ich hier gegen den Strom schwimme. Ich kann nicht leugnen, dass du spitz auf Knopf stehst, aber ich sehe dein Potential und hoffe sehr, dass die anderen Lehrer am Ende nach meiner Pfeife tanzen und schön den Ball flachhalten. Toi, toi, toi.“

Als Pierre aus der Schule kommt, ist er ziemlich betrübt. Was bedeuten nur all diese Sprichwörter? Zu gerne hätte er gewusst, was der Lehrer ihm genau sagen wollte.



Hilf Pierre zu entschlüsseln, was Herr Förster genau gemeint hat:

Am Ball bleiben bedeutet so viel wie _____

Das Handtuch werfen bedeutet so viel wie _____

Sich auf dünnem Eis bewegen bedeutet so viel wie _____

Im Dreieck springen bedeutet so viel wie _____

Gegen den Strom schwimmen bedeutet so viel wie _____

Spitz auf Knopf stehen bedeutet so viel wie _____

Nach jemandes Pfeife tanzen bedeutet so viel wie _____

Den Ball flach halten bedeutet so viel wie _____

Toi, toi, toi bedeutet so viel wie _____

Wir benutzen in unserem Alltag häufig Redewendungen, ohne dass es uns groß auffällt. Viele der Redewendungen kommen, wie die von Herr Förster verwendeten, aus dem Bereich Sport und Bewegung. Auch wenn wir sie täglich verwenden, wissen die wenigsten, woher diese Redewendungen eigentlich stammen. Finde im Folgenden mehr dazu heraus.

Die Redewendung „im Dreieck springen“



Woher könnte diese Redewendung stammen? Schreibe hier deine Vermutung auf:



Lies nun die folgende Erklärung und erfahre mehr über die Herkunft der Redewendung. Hattest du recht mit deiner Vermutung?

Um das Jahr 1850 herum ließ König Friedrich Wilhelm IV. in Berlin ein Gefängnis bauen. Dieses Gefängnis bestand aus ganz vielen kleinen Zellen, in denen die Häftlinge einzeln untergebracht wurden. Dies war zu dieser Zeit eine Neuheit, denn zuvor hatten Gefängnisse große Räume, in denen die Gefangenen alle zusammensaßen. Mit den kleinen Einzelzellen wollte man verhindern, dass die Häftlinge gemeinsam etwas ausheckten. Selbst auf dem runden Hof konnten sich die Gefangenen nicht treffen, denn auch dieser war in kleine dreieckige Höfe unterteilt. Umgeben von hohen Mauern fühlten sich die Gefangenen sehr einsam und nicht selten hatten sie schlimme Wutausbrüche. Vor lauter Frust sprangen und tobten sie auf dem Hof herum. Da die Höfe die Form eines Dreiecks hatten, entstand für schlimme Wutanfälle schon bald die Redewendung „im Dreieck springen“. Übrigens: Teile des Gefängnisses können noch heute im Berliner Geschichtspark besichtigt werden.

Die Redewendung „das Handtuch werfen“



Woher könnte diese Redewendung stammen? Schreibe hier deine Vermutung auf:



Lies nun die folgende Erklärung und erfahre mehr über die Herkunft der Redewendung. Hattest du recht mit deiner Vermutung?

Es ist der 30. September 1975. Zwei weltberühmte Boxer treffen in Manila, der Hauptstadt der Philippinen, zusammen. Es sind der amtierende Weltmeister Muhammad Ali und sein Kontrahent Joe Frazier aus den USA. Es

FAIRNESS IM FUSSBALL II



Lies den Informationstext über die Bestrafungs-Karten im Fußball. Mache dir Notizen zu den wichtigsten Punkten der Geschichte, sodass du deinen Mitschüler:innen später frei davon erzählen kannst. Wichtig ist vor allem, woher die Redewendung „die Arschkarte ziehen“ kommt.

Woher kommt die Redewendung „die Arschkarte ziehen“?

Viertelfinale der WM 1966: England gegen Argentinien. 98 600 Zuschauer im Wembley Stadion und ein extrem nervenaufreibendes Spiel, in dem es heiß hergeht. Und mittendrin: Ein 1,68 m kleiner Schiedsrichter – Rudolf Kreitlein. Das Spiel war für den deutschen Unparteiischen alles andere als ein Zuckerschlecken. In der 37. Spielminute verwies Kreitlein den, bereits mehrfach negativ aufgefallenen, Argentinier Antonio Rattín des Spielfeldes. Später sorgte diese Sanktion gegen den 1,91-m-Hünen und die Tatsache, dass Kreitlein sein schwarzes Schiri-Outfit selbst genäht hatte für Spott. Man nannte ihn fortan „Kreitlein, das tapfere Schneiderlein“.

Der historisch bedeutende Platzverweis von Rattín war sehr chaotisch, denn Rattín weigerte sich vehement das Feld zu verlassen. Erst als die Polizei ihn schließlich abführte, konnte das Viertelfinale fortgesetzt werden. Das Problem war, dass Schiri Kreitlein zwar eine Karte hatte, auf der er alle Verwarnungen festhielt, jedoch war diese Karte weiß und er konnte sie nicht nutzen, um Rattín deutlich und für alle sichtbar vom Platz zu schicken.

Nach dem turbulenten Spiel, das Argentinien zu zehnt verlor, hatte Kreitleins englischer Schiedsrichterbetreuer Ken Aston eine geniale Idee – inspiriert von den vielen Verkehrsampeln, die sie auf dem Heimweg passierten: Gelbe und rote Karten als klares Kommunikationsmittel zwischen Schiedsrichter und Spielern.

Die Weltpremiere feierten die Karten einige Jahre später bei der Weltmeisterschaft 1970. Bereits im Eröffnungsspiel dieser WM, bei dem die UdSSR gegen Mexiko spielten, wurde die gelbe Karte zum ersten Mal gezückt. Die erste rote Karte bei einer WM wurde erst 1974 gezückt. Diese ging an den Chilenen Caszley, nach einem Foul an Berti Vogts im Spiel gegen Deutschland. Zuhause an den Schwarz-Weiß-Fernsehapparaten, sahen die Menschen jedoch nicht, ob der Schiri nun eine gelbe oder eine rote Karte in die Luft hielt, denn beide sahen gleichermaßen grau aus.

Aus diesem Grund bewahrten die Unparteiischen alsbald die gelbe Karte in der Brusttasche und die rote Karte in der Gesäßtasche auf. So konnten die Fernsehzuschauer sofort sehen, welche Bestrafung für ein Foul gegeben wurde. Man munkelt, dass die Redewendung „die Arschkarte ziehen“, die so viel bedeutet wie „Pech gehabt“, so entstanden ist.



Für welches Verhalten würdest du im Sportunterricht gelbe und rote Karten verteilen? Schreibe eine Liste mit allen Punkten, die dir einfallen.



Bastle eine gelbe und eine rote Karte und beschrifte sie mit den Verhaltensweisen, die du dir oben überlegt hast.

- Gelbe Karte: Nicht so gutes Verhalten.
- Rote Karte: Absolut unerwünschtes Verhalten.
- Überlege nun, wie gutes sportliches Verhalten aussieht, das du dir in deinem Sportunterricht wünschst. Schreibe diese Punkte auf eine dritte grüne Karte.



Foto: Technoseum Mannheim