



TURNEN AN DER SPROSSEWAND - DIE TIERE SIND LOS



Autoren: Stefanie Stolz, Ipek Okar, Matthias Will, Marie Lacaille

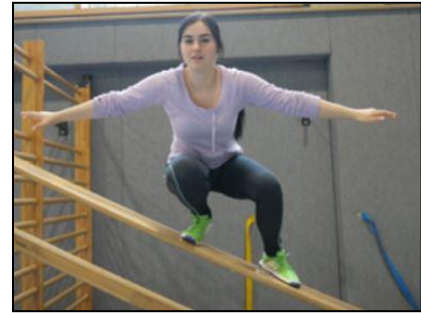


Übersicht


- **Einleitung**
- **Aufwärmphase**
 - Tiere und Bewegungsformen
- **Tiere turnen an der Sprossenwand**
- **Tipps**
- **Kurze Bewegungsgeschichten - Beispiele**
 - Die zwei Pinguine
 - Im Koblenzer Zoo
 - Survival of the fittest
- **Verlaufsplan**
- **Arbeitsmaterial**
 - Rätsel (1)
 - Bewegungsgeschichten an der Sprossenwand (2)
- **Videos**
 - Aufwärmen (1)
 - Übungsphase (2)
 - Eigene Tiere turnen (3)
 - Koblenzer Zoo (4)
- **Quellenverzeichnis**

Einleitung





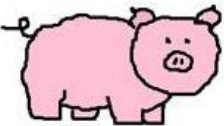



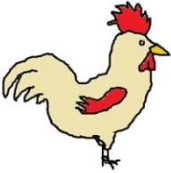



"Die Tiere sind los" ist der Titel der Ausarbeitung. In dieser Stunde geht es um die spielerische Heranführung an das Turnen an der Sprossenwand. Durch die bewusste Übertragung tierspezifischer Bewegungen auf Übungen an der Sprossenwand ist es uns gelungen eine Stunde zu entwerfen, die inhaltlich aufeinander aufbaut und durch den Einsatz der interaktiven Tafel in den kognitiven Phasen hervorragend ergänzt wird. Ziel der Stunde ist zum einen die Umsetzung fünf verschiedener Bewegungsformen an der Sprossenwand und zum anderen das Entwerfen einer eigenen Bewegungsgeschichte, welche zum Abschluss der Stunde von den SuS präsentiert wird.



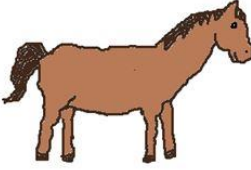



Aufwärmphase

Die SuS bewegen sich mit dem ganzen Körper zur Musik. Die Musik enthält verschiedene Sequenzen von Tiergeräuschen, die die SuS erkennen sollen. Aufgabe ist es, die typischen Bewegungsformen des Tieres nachzuahmen. Bevor sie mit dem Nachahmen beginnen, sollen sie zunächst in ihrer Position einfrieren. ▶  1



Tiere und Bewegungsformen



Tier	Darstellung	Tier	Darstellung
Biene 		Katze 	
Schwein 		Löwe 	
Huhn 		Seelöwe 	


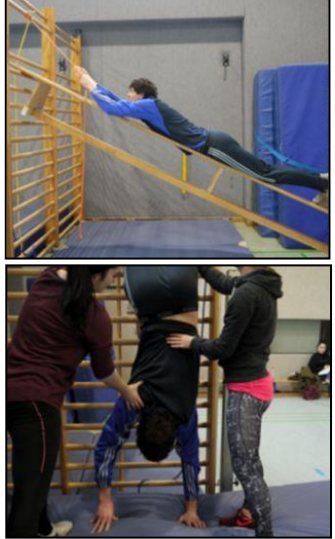

Tier	Darstellung	Tier	Darstellung
Frosch 		Pferd 	

Tiere turnen an der Sprossenwand

Die SuS turnen die 5 Bewegungsformen nach, die die Lehrperson vorgemacht hat.

►  **2** Hierzu werden gemeinsam die wichtigsten Merkmale der Bewegungen gesammelt und an der Tafel festgehalten. Danach haben alle die Möglichkeit die Bewegungen unter Berücksichtigung der Merkmale erneut zu üben, bevor gemeinsam erraten werden soll, welche Bewegung zu welchem Tier passen könnte. ►  **1**

Übung	Bild	Merkmale
1. Affe <ul style="list-style-type: none"> Bank auf allen Vieren hochsteigen Auf der anderen Seite am Seil hangeln 		<ul style="list-style-type: none"> Große und weite Arm- und Beinbewegungen Mit dem Oberkörper in Rückenlage Sprossenwand durchqueren Beine nah am Körper lassen Mit beiden Händen am Seil festhalten
2. Raupe / Schmetterling <ul style="list-style-type: none"> Mit beiden Händen in Bauchlage an der Bank hochziehen Durchklettern Strecksprung mit Flügelbewegungen der Arme 		<ul style="list-style-type: none"> Mit beiden Händen ziehen Beine gestreckt Blick nach vorne Absprung beidbeinig Arme seitlich gestreckt

Übung	Bild	Merkmale
<p>3. Krebs</p> <ul style="list-style-type: none"> • Seitlich die Bank hoch laufen • Auf der anderen Seite seitlich am Seil balancieren • Hilfestellung leisten 		<ul style="list-style-type: none"> • Auf Zehenspitzen • In der Hocke bleiben • Arme seitlich gestreckt
<p>4. Geangelter Fisch</p> <ul style="list-style-type: none"> • Am Seil auf der Bank in Bauchlage hochziehen • auf der anderen Seite kopfüber herunterklettern • Hilfestellung leisten 		<ul style="list-style-type: none"> • Mit beiden Armen am Seil heranziehen • Füße gestreckt • Sprossenwand mit Oberkörper zuerst durchqueren • Mit beiden Händen den Holm greifen • Handstand abrollen
<p>5. Heuschrecke</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hüpfklettern an der Sprossenwand hoch • Hüpfklettern an der Sprossenwand runter 		<ul style="list-style-type: none"> • Beidbeiniger Absprung • Flugphase • Beidhändiger Griff • Heranziehen an die Sprossenwand

Tipps

- Aufwärmen an die Altersstufe anpassen (bei Jugendlichen evtl. Schamgefühl)
- Barfußturnen ist empfehlenswert
- ausschließlich Kletterseile verwenden
- Bänke unterschiedlich hoch einhängen, sodass unterschiedliche Schwierigkeitsstufen entstehen
- sicheren Umgang mit dem Seil besprechen

Kleine Bewegungsgeschichten - Beispiele

Die SuS gestalten an der Sprossenwand eine Bewegungsgeschichte in der Gruppe. Dabei sollen verschiedene Bewegungsformen verbunden werden. Innerhalb der Gruppe wird ein Erzähler bestimmt.

Die 2 Pinguine

Es handelt sich um die zwei Pinguine Rüdiger und Maria, die friedlich schlafen. Aber als sie aufwachen, bemerken sie, dass sie vom vielen Schlafen einen riesigen Hunger haben. Deshalb bewegen sie sich über die Eisschollen bis zum Meer, um dort jagen zu gehen. Am Meer angekommen springen sie rein und suchen sich was zu Essen. Nachdem sie gut ein paar Fische verspeist haben sind sie vom vielen Essen und dicken Bäuchlein wieder ganz müde geworden und legen sich wieder schlafen. Ende.




Im Koblenzer Zoo



21:05 Uhr im Koblenzer Zoo ist der kleine Affe verwirrt im Robbenkäfig. Er guckt teilweise zu wie die Robbe die Robbenrutsche rutscht und probiert es übermütig nachzumachen. Leider rutscht er falsch und rutscht und rutscht in den Löwenkäfig, wo ein Löwe ihn direkt angreift. Doch der Affe ist intelligent und klettert die Rutsche wieder hoch. Der Löwe versucht es nachzumachen, rutscht aber immer wieder die Rutsche runter. Das ganze Schauspiel beobachtet ein großer Adler und lacht den Löwen aus. Plötzlich wird es dunkel und alle Tiere fallen in den Schlaf, auch der Affe von der Robbenrutsche. Ende.




Survival of the fittest



Es war einmal vor langer Zeit die kleine Raupe Nimmersatt auf Nahrungssuche. Doch plötzlich kam ein Frosch an, der auch auf Nahrungssuche war und fing die kleine Raupe Nimmersatt, diese hat keine Chance gegen den großen Frosch. Dieser fraß die Raupe. Von oben von den Lüften kam eine Taube an und schnappte sich den Frosch und fraß auch diesen. Doch dann kam eine flinke Katze herbei geeilt und schnappte sich die Taube und fraß auch diese. Und die Moral von der Geschichte: Survival of the fittest. Ende. ▶  4

Verlaufsplan

Phase/Zeit	Motorik im Unterrichtsgeschehen	Feinstziele	Methodisch-didaktische Unterrichtsgestaltung	Organisation/ Material
Einstiegsphase ca. 2 min			Begrüßung und Vorstellen des Themas.	- Sitzkreis
Aufwärmphase ca. 5 min	Laufen und imitieren von Tierbewegungen	Die SuS sind in der Lage sich entsprechend der Tiergeräusche zu bewegen.	Bewegungsaufgabe „Bewegt euch mit dem ganzen Körper passend zur Musik. Wenn die Musik stoppt, friert in eurer Position ein und ahmt das Tier, dessen Geräusch zu hören ist in seinen Bewegungen nach.“	- Musik  1
Hinführungsphase ca. 15 min	Die SuS machen die vorgeführten Übungen an der Sprossenwand nach. - Affe - Raupe/Schmetterling - Krebs - Fisch - Heuschrecke	Die SuS können die fünf Übungen an der Sprossenwand turnen.	Vormachen-Nachmachen Die Lehrperson demonstriert die fünf Übungen und die SuS machen diese nach.	- Sprossenwand - Weichbodenmatte - kleine Matten - Seile - Bänke  2
Kognitive Phase ca. 5 min		Die SuS sind in der Lage die 5 Bewegungsformen versch. Tieren zuzuordnen	Lehrer-Schüler-Gespräch „Welche Übung passt zu welchem Tier? Welche Merkmale sind ausschlaggebend?“ Zu jeder Übung werden die wichtigsten Merkmale an der Tafel festgehalten	- Sitzkreis  1 - Tafel

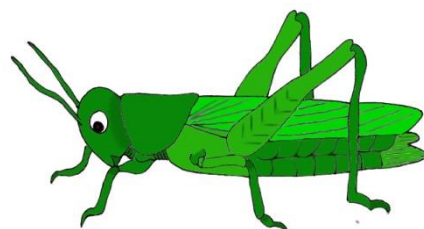
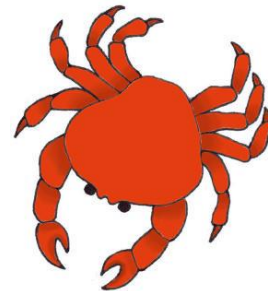
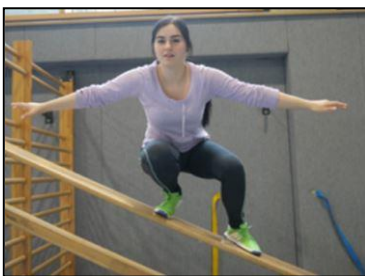
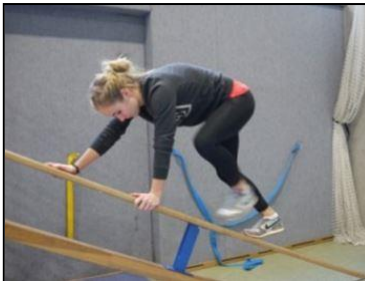
Phase/Zeit	Motorik im Unterrichtsgeschehen	Feinstziele	Methodisch-didaktische Unterrichtsgestaltung	Organisation/ Material
Hauptphase ca. 10min	Eigene Bewegungsformen an der Sprossenwand turnen.	<p>Die SuS entwickeln eigene Bewegungsformen an der Sprossenwand.</p> <p>Die SuS erarbeiten eigene Bewegungsformen und gestalten eine Bewegungsgeschichte.</p>	<p>Anweisung „Überlegt euch weitere Tiere, die ihr darstellen könnt. Der Rest der Gruppe muss das Tier erraten.“</p> <p>Anweisung „Überlegt euch weitere Tiere und gestaltet dazu eine Bewegungsgeschichte. Präsentiert diese der Gruppe.“</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Sprossenwand - Weichbodenmatte - kleine Matten - Seile - Bänke <p>▶  2 ▶  3</p> <p>▶  4</p>
Reflexion ca. 5min			<p>Lehrer-Schüler-Gespräch „Welche Übungen sind euch besonders schwer gefallen und welche besonders einfach?“ „Ist es euch leicht/schwer gefallen eine Bewegungsgeschichte zu entwerfen?“</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Sitzkreis



1

Rätsel

Ordne jeder Turnübung ein Tier zu.





2

Bewegungsgeschichten an der Sprossenwand

Überlegt euch in eurer Gruppe drei weitere Tiere, die ihr an der Sprossenwand darstellen könnt.



Denkt euch eine passende Bewegungsgeschichte aus.
Baut Mimik und Geräusche ein.
Präsentiert die Geschichte der Gruppe.

Quellenverzeichnis

Abbildung / Foto

Nummer	Urheber
Alle Fotos	Stefanie Stolz, Ipek Okar, Matthias Will, Marie Lacaille
Abb. S.9/10	Lisa Mangels
Abb. S.3/4	Ipek Okar
Abb. S.9 /Affe	Daniel Hild

Video

Nummer	Urheber
1-4	Stefanie Stolz, Ipek Okar, Matthias Will, Marie Lacaille

Neuertonte Videos

Video	Musikquelle	Unterkategorie	Nummer/Interpret	Titel
1	KNSU-Musikstudio	Pop Instrumental	13 Antony Rajekov	Ambient-M

Urheber des Beitrages

Autor	Berater	Institution
Stefanie Stolz, Ipek Okar, Matthias Will, Marie Lacaille, Lisa Mangels, Daniel Hild / Lehramtsstudierende	Minnich, Marlis	Institut für Sportwissenschaft, Universität Koblenz- Landau, Campus Koblenz