

# Wagen & Erleben

## PRAXIS IN BEWEGUNG

### 4 Gemeinsam etwas wagen & erleben

Von Anfang an miteinander kooperieren

BRITTA-MARIA BRINKHOFF

### 9 Fallen

Bewusstes Fallen üben und Verletzungsrisiken meiden

BETTINA FROMMANN



Stationskarten  
als Kopiervorlage

### 18 Formel 1 in der Sporthalle

Eine Rollbrettstaffel der besonderen Art

ARNO MEYER

### 24 Mit dem Rad im Gelände

Geschicklichkeit und Radbeherrschung fördern

THOMAS SENSKI

### 30 Slacklines

Auf dem gespannten Seil über dem Rasen schweben

CHRISTOPH KÖSSLER



Trickkarten  
auf Beihefter

### 36 Freerunning im Sportunterricht

Bewegungsmöglichkeiten entdecken und wahrnehmen

THOMAS HAAS

4



Jedem Wagnis liegt enorme Spannung inne, doch gilt es, das Wagnis richtig einzuschätzen. Bei diesem Unterrichtsvorschlag sollen die Kinder lernen, bewusst mit Wagnissen umzugehen. Dabei sind sie nicht auf sich allein gestellt, sondern lösen zusammen mit einem oder mehreren Partnern in spielerischer Form die unterschiedlichen Aufgaben mit Erlebnischarakter.

9



Auch Fallen will gelernt sein und kann richtig Spaß machen! In den angebotenen vier Modellstunden üben die Schülerinnen und Schüler bewusstes Fallen, um für schwierigere turnerische und andere Bewegungen gewappnet zu sein. Ob „Fallrausch“, „Schubs mich doch“ oder die Übungen des Stationsbetriebes, der Beitrag verspricht ein breites Angebot zum Fallen.

18



Rollbretter haben schon an sich einen hohen Aufforderungscharakter und man kann eine Menge toller Sachen mit ihnen „erfahren“. Wie Sie ein richtiges Formel-1-Rennen inszenieren können, angefangenen bei einem Formel-1-Führerschein, lesen Sie ab Seite 18.

**MAGAZIN**

BÜCHER ZUM THEMA

**44 Wagen & Erleben**

BIRGITT-ALEXA LIEGMANN

FORSCHUNG IN BEWEGUNG

**47 Über Bewegung zur Sprache kommen**

RENATE ZIMMER

SPIELE SPIELEN

**50 Capture the Flag**

Ein intensives und taktisch anspruchsvolles Spiel für jede Schulstufe

NIKOLAUS GÜRTNER

VORGELESEN

**52 Methodikbücher zum Sportunterricht**

DETLEF KUHLMANN

**55 VORSORTIERT**

**56 VORSCHAU · IMPRESSUM**

24



Fast jeder Schüler bzw. jede Schülerin kann Radfahren. Doch zum Fahren im Gelände, z.B. an einem Projekt- oder Wandertag, braucht es mehr. Die Schülerinnen und Schüler müssen lernen, ihr Rad sicher zu beherrschen. Hierzu bietet der Autor etliche herausfordernde Übungen und Wettkampfformen an.

30



Slacklines als neue Trendsportart gewinnt immer mehr Anhänger und kann auch den Sportunterricht bereichern. Der Artikel zeigt anschaulich, wie Sie diese Sportart bei Ihren Schülerinnen und Schülern einführen können und worauf Sie dabei achten sollten.

36



Freerunning als ein Trend der letzten Jahre kann auch in der Schule vermittelt werden. Die Schülerinnen und Schüler bekommen eine Sicherheitseinweisung, lernen verschiedene Grundtechniken des Freerunnings kennen und üben in Kleingruppen an verschiedenen Stationen unterschiedliche Tricks.