

## I.48

### Grundlegende Bewegungserfahrungen

# Nicht nur zum Abtrocknen und Zudecken – Experimentieren und Spielen mit Handtüchern und Bettlaken

Elisabeth Wagner



© RAABE 2022

© Photoboyka/Stock

Was haben Handtücher und Bettlaken im Sportunterricht zu suchen? Sie können hervorragend als Spielgeräte genutzt werden! In dieser Unterrichtseinheit sammeln die Schülerinnen und Schüler vielfältige Bewegungs- und Materialerfahrungen beim Ausprobieren, was man mit den Stoffen alles machen kann. Danach erhalten sie den Auftrag, ein eigenes Spiel mit Handtüchern und/oder Bettlaken zu erfinden. So werden das Gestalten und Präsentieren von Bewegung gefördert.

---

#### KOMPETENZ

**Klassenstufen:** 3 und 4

**Dauer:** 3 Unterrichtsstunden

**Kompetenzen:** Material- und Bewegungserfahrungen erweitern, Kooperation, Bewegungsfolgen und Kunststücke vorstellen

**Thematische Bereiche:** Materialerfahrung, Alltagsmaterialien, Spielentwicklung

**Medien:** Spielbeschreibungen, Auftragskarten

---

## Auf einen Blick

### Legende der Abkürzungen:

L: Lehrkraft; SuS: Schülerinnen und Schüler



Tipps/Hinweise



Gespräch

### 1. Stunde

**Thema:** Sammeln von Materialerfahrungen

**Vorbereitung:** Die SuS sollen je ein Handtuch mitbringen, L stellt 6 Bettlaken zur Verfügung.

**Aufwärmen:**

**M 1** **Regenwolke – Aufwärmspiel** / Die SuS führen das Spiel durch.

**Hauptteil:**

**M 2** **Was man mit Handtüchern und Bettlaken alles machen kann** / Die SuS holen sich Anregungen zum Experimentieren aus den Alltagsmaterialien.

Reflexion: Die SuS tauschen sich darüber aus, wie die Erprobungsphase für sie war, und stellen ggf. eigene Übungen vor.

**Abschluss:** „Wer versteckt sich da?“: Die SuS bilden einen Kreis. In der Mitte liegt ein Bettlaken aus. Ein Kind geht kurz nach draußen und ein anderes legt/setzt sich in der Zeit unter das Bettlaken. Das Kind kommt zurück und muss erraten, wer sich unter dem Laken verbirgt.

**Benötigt:** 1 Handtuch pro Kind, 6 Bettlaken oder ähnlich große Tücher

### 2. Stunde

**Thema:** Spiele mit Handtüchern und Bettlaken erfinden

**Aufwärmen:** Die SuS führen Gymnastikübungen (siehe Aufgaben bei M 2 aus vorheriger Stunde) mit Handtüchern durch.

**Hauptteil:**

**M 3** **Wir erfinden ein Spiel** / Die SuS überlegen sich in Gruppen ein Spiel mit Handtüchern und/oder Bettlaken.

Reflexion: Die Gruppen stellen sich gegenseitig ihre Spiele vor.

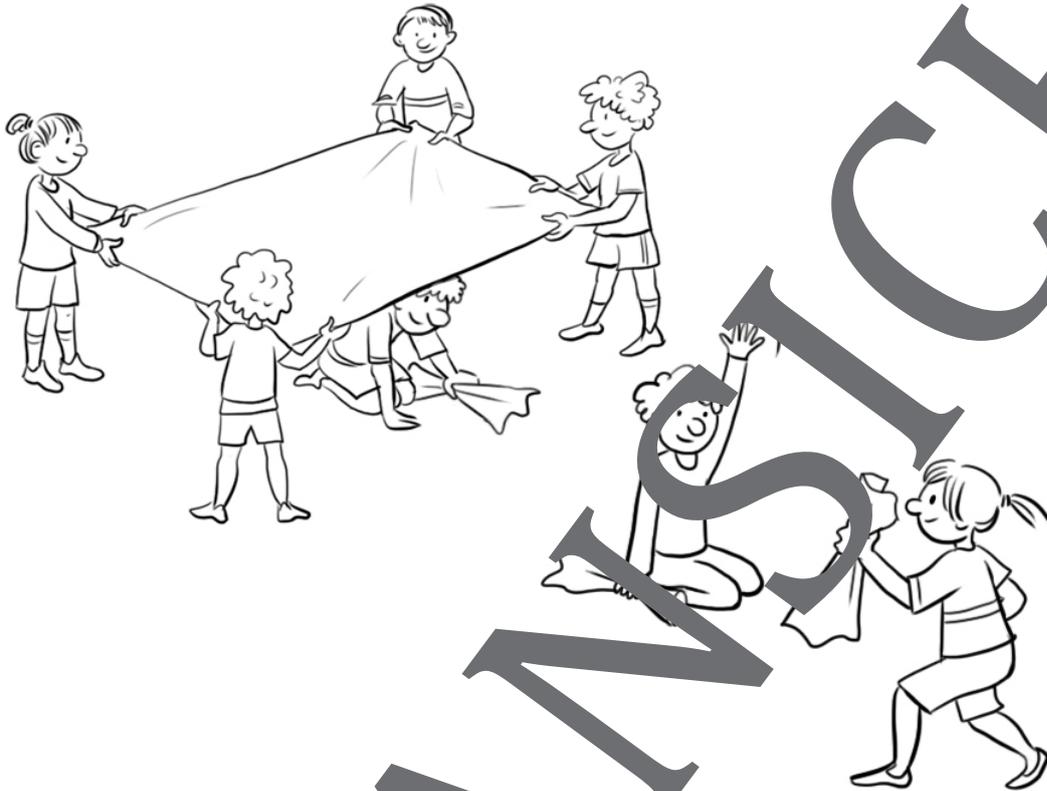
**Abschluss:** Eines der Spiele wird zum Abschluss durchgeführt.

Die anderen Spiele können in einer Folgestunde oder immer wieder in weiteren Sportstunden als Aufwärmspiele eingesetzt werden.

**Benötigt:** 1 Handtuch pro Kind, mehrere Bettlaken, Bälle, ggf. weitere Geräte (z. B. kleine Kästen, Schnur)

## M 1 Regenwolke – Aufwärmspiel

**Benötigtes Material:** 1 Handtuch pro Kind, 1–2 Bettlaken



### Beschreibung:

Die SuS laufen mit ihren Handtüchern durch die Halle. Werden sie von der dicken Regenwolke (Kinder, die an einer Ecke ein Bettlaken halten) überdeckt, müssen sie sich hinsetzen. Sie können befreit werden, indem sie kurz von einem anderen Kind mit dessen Handtuch am Rücken abgetrocknet werden.



**Hinweis:** Die Regenwolke darf nur kurz über einem Kind stehen bleiben und muss sich dann einem anderen zuwenden.



**Variation:** Je nach Größe der Gruppe und Ausgewogenheit im Spiel kann eine zweite Regenwolke eingesetzt werden.

Was man mit Handtüchern und Bettlaken alles machen kann

M 2

 Aufgabe

Wirf dein Handtuch hoch  
und fang es wieder auf.



Aufgabe

Wirf dein Handtuch so weit  
wie möglich.



Aufgabe

Lege dein Handtuch möglichst  
klein zusammen und setze dich  
darauf, ohne den Boden zu  
berühren.



Aufgabe

Versuche, mit deinem Handtuch  
Wind zu erzeugen.

# Sie wollen mehr für Ihr Fach?

## Bekommen Sie: Ganz einfach zum Download im RAABE Webshop.



✓ **Über 5.000 Unterrichtseinheiten**  
sofort zum Download verfügbar

✓ **Webinare und Videos**  
für Ihre fachliche und  
persönliche Weiterbildung

✓ **Attraktive Vergünstigungen**  
für Referendar:innen  
mit bis zu 15% Rabatt

✓ **Käuferschutz**  
mit Trusted Shops



Jetzt entdecken:  
**www.raabe.de**