

## IV.21

### Leichtathletik

# Schlüpfen, Schlurfen, Schleudern – Wir veranstalten ein alternatives Sportfest

Carolin Müller



Am Ende eines Schuljahrs oder nach einer Einheit im Bereich „Laufen, Springen, Werfen“ bietet es sich an, ein Klassen- oder Schulsportfest mit den Kindern zu veranstalten. Diese sind motiviert und können hier ihre erworbenen Fähigkeiten untereinander und zeitgleich ihre Stärken für ihre Gruppe oder Klasse gewinnbringend einsetzen. Letztlich geht es bei diesem alternativen Sportfest nicht um „höher, schneller, weiter“, sondern darum, dass die Kinder und die Lehrkräfte einen ereignisreichen und „bewegenden“ Tag miteinander verbringen.

---

#### KOMPETENZPROFIL

<b>Klassenstufen:</b>	3 und 4
<b>Dauer:</b>	ein Schultag
<b>Kompetenzen:</b>	zielgenaues Werfen, Hoch- und Weitspringen, Kurzstreckenläufe
<b>Thematische Bereiche:</b>	Laufen, Springen, Werfen, Leichtathletik, Sportfest
<b>Medien:</b>	Stationskarten, Laufzettel, Urkunde

---

## Auf einen Blick

### Legende:

L: Lehrkraft; SuS: Schülerinnen und Schüler



Variation/Differenzierung



Hinweis/Tipp

### Sporttag

**Thema:** Wir veranstalten ein alternatives Sportfest

**Vorbereitung:** Die Stationen aufbauen und Material auslegen; den Fragebogen (M 3) pro Gruppe und den Laufzettel (M 7) pro Kind kopieren und bereitlegen; Tische aufstellen und Stifte bereitlegen; SuS mit je einem Streifen Kreppband versehen und „beschriften“.

**Einstieg:** Die SuS erhalten pro Klasse/Gruppe ein Schwungtuch, das sie zusammen im Kreis mit beiden Händen festhalten. Die folgenden Bewegungsaufgaben werden von der Spielleitung angesagt:

- Das Schwungtuch im Kreis stehend mit beiden Händen fassen und sich im Kreis drehen (mal links-, mal rechtsherum): gehend, laufend, im Hopselauf, auf einem Bein hüpfend, springend auf dem rechten/linken Bein.
- Das Tuch wird zugleich möglichst weit nach oben geschwungen. Die SuS, die am blauen/roten/gelben Rand stehen, lassen das Tuch los, laufen darunter hindurch und suchen sich einen neuen freien Platz. (Vorsicht: Nicht zusammenstoßen!)
- Das Tuch im Wechsel nach oben und unten schwingen, sodass Wellen entstehen.
- Ein Ball wird auf das Tuch gelegt und die SuS lassen ihn springen, kreisen oder an einer vereinbarten Stelle (z. B. am blauen Rand) hinausgleiten.

### Hauptteil:

M 1–M 6 Stationskarten  
 M 2 Karten-Paare zu Station 2  
 M 3 Fragebogen zur Wissensstaffel (Station 3)  
 M 7 Laufzettel und Punkteauswertung  
 M 8 Urkunde

**Abschluss:** Siegerehrung und Überreichen der Urkunden

**Benötigt:** siehe Stationen 1–6

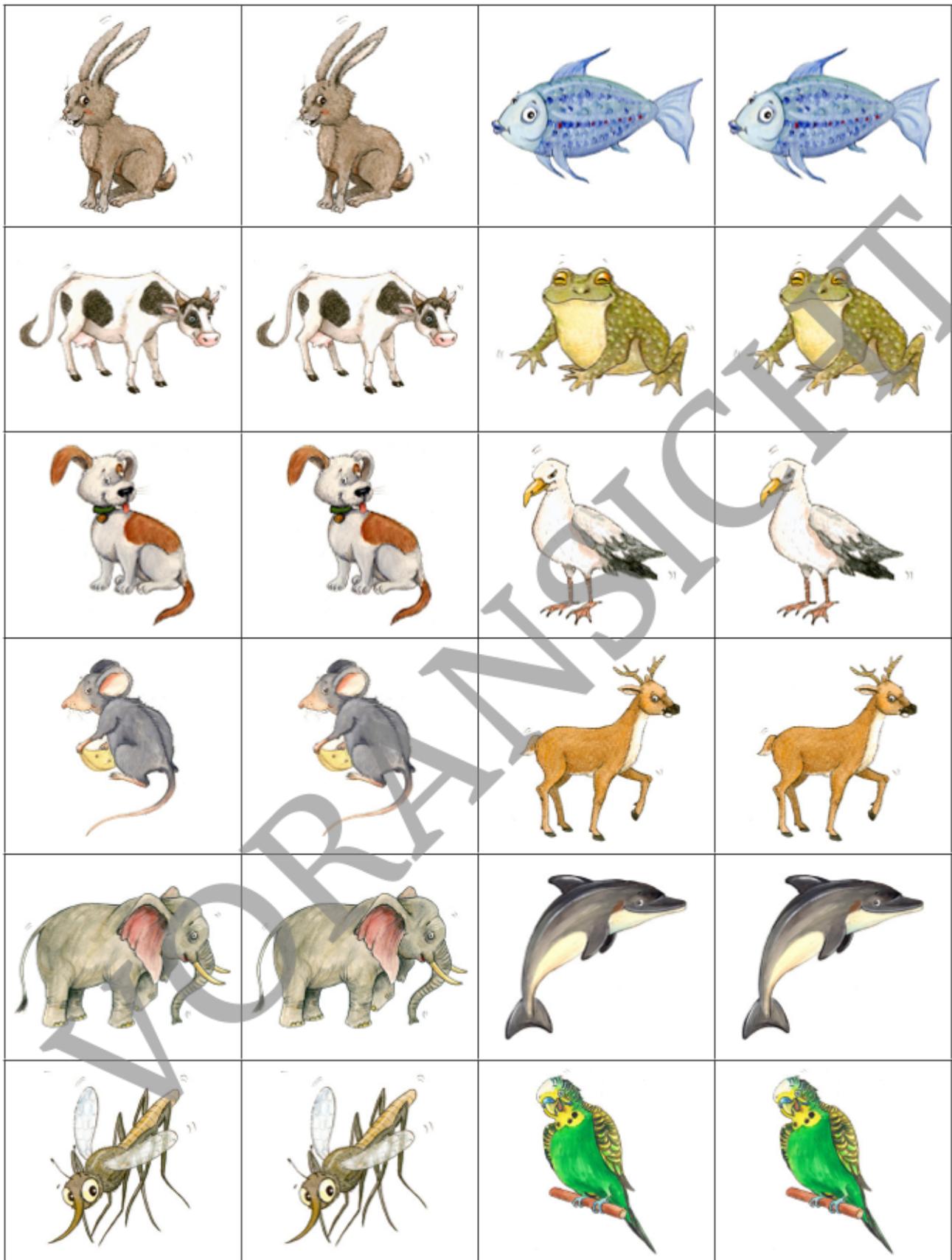
## Stationskarten

M 1

Station 1	Torwand-Werfen
Ihr braucht	1 Fußballtor, 1 Seil + 1 Reifen, 2 Pylonen, 1 Eimer, 1 Schuhkarton, 1 Kasten mit verschiedenen Wurfgeräten, 1 Abwurflinie
<p>Ihr übt: das zielgenaue Werfen</p> <p><b>Aufgaben:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Stellt euch hintereinander an der Abwurflinie auf.</li> <li>– Jedes Kind sucht sich 3 Wurfgeräte aus und überlegt sich, welche Ziele es treffen möchte.</li> <li>– Jeder hat 3 Versuche und holt danach seine Wurfgeräte zurück.</li> <li>– Jeder Treffer zählt 1 Punkt für das Team.</li> </ul>	
 <b>Hinweis:</b> Bevor ihr startet: Gebt einen Tipp darüber ab, wie viele Treffer ihr landen werdet. Stimmt euer Tipp, erhaltet ihr einen Zusatzpunkt.	

## Karten-Paare zu Station 2

## M 2



## Stationskarten

## M 3

Station 3	Wissensstaffel
<b>Ihr braucht</b>	1 Startlinie, 4 Hütchen, 2 Hürden, 2 Bananenkartons, 1 Tisch mit Fragebogen M 3 und 1 Stift
<p><b>Ihr übt:</b> das schnelle Laufen durch einen Hindernisparcours</p> <p><b>Aufgaben:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Bildet eine Reihe.</li> <li>– Nach dem Startsignal läuft das erste Kind eurer Gruppe durch den Hindernisparcours: <u>über</u> die Bananenkartons, <u>unter</u> den Hürden hindurch und <u>im Slalom</u> um die Hütchen.</li> <li>– Am Tisch angekommen, versucht das Kind, die Frage mit seiner Nummer (Laufreihenfolge) auf dem Fragebogen zu beantworten.</li> <li>– Danach darf das Kind an den Hindernissen vorbei zum Start zurücklaufen und durch Abklatschen das nächste Kind ins Rennen schicken.</li> <li>– Wenn ihr eure Frage nicht beantworten könnt, streicht ihr sie durch. Nun müsst ihr jedoch zusätzlich das hintere Hütchen umlaufen, bevor ihr den Rückweg antreten dürft.</li> <li>– Gewonnen hat das Team, das alle Kinder ins Rennen geschickt hat. Es erhält 6 Gewinnerpunkte. Jede richtig beantwortete Frage ergibt einen weiteren Punkt.</li> </ul>	
<p> <b>Hinweis:</b> Versucht, euch auch gleich die nächste Frage zu merken. Nehmt sie mit zu eurem Team und überlegt euch die Antwort gemeinsam.</p>	