

Turnen an Ringen - 4. Klasse

Beitrag von „indidi“ vom 6. Dezember 2006 20:46

Verschiedene Stationen, wie es Elaine vorschlägt, sind auch für "Nicht-Sportlehrer" machbar. Ich muss jetzt in einer 5/6 Förderschule Sport geben und Geräte machen sie gerne, z.B.

- Langbank in Kletterwand einhängen (nicht zu hoch)
- Sprossenwand rausziehen (steht dann in den Raum hinein), über die Sprossenwand klettern
- Langbank umgedreht auf den Boden zum Balancieren.
- Schwieriger: Unter die Langbank dicke Stäbe (Ende mit Wand/Reutherbrett sichern)
- Kasten zum drüberklettern (ein Teil raus)
- Langbank normal zum Drüberlaufen
- Mehrere Kastenteile hintereinander auf den Boden zum Durchlaufen/Hüpfen
- Kästen in unterschiedlichen Höhen hintereinander - vom letzten Hüpfen

Zum Verletzungsrisiko oder Verbot fürs Ringeturnen an Grundschulen kann ich nichts sagen, aber

Ringe mit Matten drunter und hin- und herschwingen klingt ja jetzt nicht so gefährlich.

Man kann die Schüler an den einzelnen Stationen verteilt turnen lassen und dann auch einen Durchgang über alle Geräte hintereinander.

Dann bieten sich zwischen den Stationen Hütchen oder ähnliches an zum Slalomlaufen.

Einen Buchtipp hätte ich noch:

Schulung der Bewegungskoordination

Andreas Kosel

Verlag Karl Hofmann Schorndorf

Mit ganz vielen, leicht umzusetzenden Ideen für den Sportunterricht (nicht nur) in der Grundschule.

Mit netten schwarz-weiß-Zeichnungen zum Vergrößern.

die 12,90 rentieren sich wirklich

<http://www.amazon.de/Schulung-Bewegungskoordination-Andreas-Kosel/dp/3778036343?tag=lf-21> [Anzeige]