

Stimme im Sportunterricht

Beitrag von „freckle“ vom 7. September 2012 17:45

Hallo,

ich habe heute erfahren, dass ich 9 Stunden Sportunterricht (Klasse 1,2 und 4) die Woche geben werde. Das ist erst mal toll, allerdings wird vermutlich meine Stimme Schwierigkeiten machen. Mein Problem ist, dass ich mir im Herbst/Winter schnell Halsschmerzen einfange und mir deshalb vor 2 Jahren mal die Stimme versagte (da hatte ich auch viele Sportstunden) und ich 1 Woche wegen Sprechverbot krank geschrieben wurde. Dem möchte ich jetzt gerne vorbeugen. Ich war schon 1 Jahr bei einer Logopädin für Sprechtraining, aber eine merkliche Änderung dauert natürlich und der Herbst steht vor der Tür...

Haben die erfahrenen Sportlehrer ein paar Tipps? Ich benutzte schon eine Trillerpfeife um eben nicht ständig durch die Halle zu brüllen, aber ganz vermeiden lässt es sich ja nicht.

Gruß freckle

Beitrag von „FuchsHasi“ vom 7. September 2012 18:47

Hallo Freckle,

vielleicht könntest du die Pfeife auch noch mit bestimmten Bewegungen oder großen Farbkarten verbinden, die jeweils eine Bedeutung haben (zB in den Kreis kommen etc.)
Ansonsten würde ich vielleicht nochmal zur Logopädie gehen und deine Stimme weiter trainieren?

Außerdem viiiiel trinken u isla moos oder salbei bonbons lutschen..

Beitrag von „Lehrerinneu“ vom 7. September 2012 19:42

Liebe freckle,

ich arbeite auch viel mit Armzeichen (habe die bei den Pfadfindern gelernt)

Arm heben - alle kommen zu mir

Arme vor dem Bauch kreisförmig bewegen - Kreis bilden

Arme rechts und links auf Schulterhöhe ausstrecken- eine Reihe bilden

ginge auch noch mit Daumen auf einer Seite nach oben und einer nach unten - dann wäre es eine Reihe bilden von oben groß nach Klein

Wenn du fixe Gruppen machen möchtest könntest du auch noch diese einteilen und dann beide Arme nach vorne halten und die Gruppen müssen sich danach aufstellen.

Oder du erfindest einfach eigene Zeichen, dauert zwar ein wenig sie einzustudieren, aber hilft ungemein!

LG MM

Beitrag von „freckle“ vom 7. September 2012 21:30

Vielen Dank für die Tipps! Die verschiedenen Armbewegungen zur Pfeife sind ne gute Idee. Damit spare ich auf jeden Fall das Rufen durch die Halle. Das ist klasse. 😊