

Lektion für Familien mit Kindern: Die Zeitungsrolle

Zeitungen und Scotch haben vermutlich alle Familien zu Hause. Daraus lässt sich ganz einfach ein tolles und vielseitig anwendbares Sportmaterial basteln: Die Zeitungsrolle.

Rahmenbedingungen

- Zielgruppe: Familien mit Kindern
- Schulstufe: Zyklus 1
- Dauer: Ca. 30 Minuten

Lernziele

- Basteln, kreativ sein
- lernen Distanzen einzuschätzen
- Geschicklichkeit, Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit
- Kooperation

Hinweise

Alle Vorschläge, ausser die beiden Fangspiele, eignen sich für enge Platzverhältnisse. Falls ihr keinen Garten habt, wo ihr die Fangspiele ausprobieren könnt: Verändert die Gangart, so dass ihr Tempo und Raum aus dem Spiel rausnehmen könnt. Am wichtigsten ist: Die Bewegung soll in einem sicheren Rahmen stattfinden können! Bitte beachtet, dass sich keine Gegenstände oder gefährliche Ecken und Kanten in Spielfeldnähe befinden. Denn Kinder sehen oft, wenn sie voll und ganz in ein Spiel eingetaucht sind, Hindernisse und gefährliche Stellen nicht.

	Zeit	Aufgabe/Übung/Spielform	Organisation/Skizze/Bild/Methodische Hinweise
Einleitung	5'	<p>Sportmaterial vorbereiten</p> <p>Die Kinder holen die alten Zeitungen und rollen mehrere Blätter der Längsseite nach auf, und fixieren die Zeitungsrolle mit mind. drei Scotch. Je mehr Zeitungen, desto stabiler. Je nach Lust und Laune, können die Zeitungsrollen auch individualisiert und verschönert werden.</p> <p>Material: Zeitungen, Scotch, Zeitungsrollen</p>	
	2'	<p>Distanz schätzen</p> <p>In der Coronazeit müssen wir draussen mind. zwei Meter Abstand halten. Was heisst das nun?</p> <p>Die Kinder nehmen nun ihren «Distanzstab» bzw. die Zeitungsrolle wie beim Fechten in die Hand, und stellen sich mit folgender Aufgabe auf: Wie weit schätzt ihr 2 Meter ein?</p> <p>Material: Doppelmeter</p>	
	3'	<p>Zwei Meter erleben</p> <p>Nun legt die Mutter oder der Vater einen Baumeter, bei zwei Meter aufgeklappt, zwischen die Kinder auf den Boden. Haben die Kinder richtig geschätzt?</p> <p>Variation</p> <ul style="list-style-type: none"> • Die eigene Körpergrösse schätzen und die Zeitungsrollen entsprechend auf den Boden legen. Dann mit dem Doppelmeter diese Distanz und das Kind messen. Hat das Kind seine Körpergrösse gut eingeschätzt? <p>Material: Doppelmeter</p>	

Zeit	Aufgabe/Übung/Spielform	Organisation/Skizze/Bild/Methodische Hinweise
5'	<p>Die Zeitungsrollenkünstler: Freies Spiel mit Zeitungsrollen</p> <p>Aufgabe an die Kinder: Was für Tricks kannst du mit deiner Zeitungsrolle? Findest du coole, neue Tricks?</p> <p>Material: Zeitungsrollen</p> <p>Aufgabe an die Kinder</p> <p>Könnt ihr...</p> <ul style="list-style-type: none"> • die Zeitungsrolle aufgestellt auf der Hand balancieren? • die Zeitungsrolle mit der anderen (schlechteren Hand) balancieren? • die Zeitungsrolle aufwerfen und fangen? • die Zeitungsrolle aufwerfen und sie einen Salto machen lassen? • ihr mehr als eine Drehung? • ihr euch, nachdem ihr die Zeitungsrolle geworfen habt, um eure eigene Achse drehen und die Zeitungsrolle wieder fangen? • ... 	<p>Die Kinder selber ausprobieren lassen. Sie finden meistens die besten Tricks selber und zeigen sie der Mutter oder dem Vater sehr gerne!</p> <p>Links finden Sie einige Ideen zum Üben. Meistens finden die Kinder diese Varianten selber heraus.</p>
5'	<p>Kraftübungen mit der Zeitungsrolle</p> <p style="text-align: center;">Fechten in Liegestützposition</p> <p style="text-align: center;">Fussfechten</p> <p style="text-align: center;">Fechten in Bauchlage</p> <p>Material: Zeitungsrollen, evtl. eine Matte oder Decke als Schutz vor nassem oder harten Boden</p>	 <p>Die Zeitungsrolle verleitet die Kinder ziemlich schnell dazu, statt die anderen Mitspielenden nur zu berühren, sie zu schlagen. Hier empfiehlt sich eine einfache, aber klar definierte Regel:</p> <p>Fänger, die mit der Zeitungsrolle die Gejagten schlagen, bekommen eine Aufgabe: Tisch abräumen, abwaschen usw.</p> <p>Vorschlag für Regel: Beim Berühren darf kein Geräusch entstehen.</p>

Hauptteil

	Zeit Aufgabe/Übung/Spielform	Organisation/Skizze/Bild/Methodische Hinweise
Hauptteil	<p>5' Fangspiel Alle halten ihre Zeitungsrolle. Ein Fänger versucht die anderen mit der Zeitungsrolle zu berühren. Wer berührt wird, ist neuer Fänger.</p> <p>Steht wenig Platz zur Verfügung, kann die Fortbewegungsart vorgegeben werden: Nur Gehen, statt Laufen. Alle bewegen sich wie die Pinguine fort (langsame Fortbewegung für kleinere Räume)</p> <p>Bemerkung: Diese Spielform braucht etwas mehr Platz und ist für den Garten, oder ein grosses Zimmer ohne Hindernisse geeignet. Material: Zeitungsrolle, Markierungen (z. B. Becher, um Spielfeld zu markieren).</p> <p>Alternative Fangspiel «Zauberwort» Die Kinder bewegen sich frei auf der Zauberwiese. Ein Zauberer versucht, die Kinder mit dem Zauberstab zu berühren. Gelingt dies, flüstert er dem Kind ein Zauberwort ins Ohr (Elefant, Schlange, Affe usw.). Das gefangene Kind imitiert stumm das Tier. Ein anderes Kind kann es erlösen, wenn es das Tier erkennt und ihm das richtige Zauberwort zuflüstert (Elefant, Schlange, Affe usw.).</p> <p>Variation (bei engen Platzverhältnissen)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gehend spielen und den Fokus nicht auf das Fangen legen sondern auf das Verzaubern sowie das Erlösen/Erraten des verzauberten Tieres durch eine Fee legen. <p>Quelle: Broschüre «J+S-Kindersport – Spielen» S. 39.</p>	 <p>© Luzi Etter</p>
Ausklang	<p>5' WC-Röleli übergeben Auf eine Zeitungsrolle wird eine leere WC-Rolle gesteckt. Schaffen es die Kinder, oder ein Kind mit einem Elternteil, diese WC-Rolle von der einen zur anderen Zeitungsrolle zu übergeben?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Welches 2-er Team schafft dies in einer Minute am meisten? • Könnt ihr ein Zimmer durchqueren und dabei muss die WC-Rolle immer übergeben werden? A übergibt B die Rolle, läuft auf die andere Seite von B und übernimmt die Rolle wieder. Usw. <p>Material: Zeitungsrollen, leere WC-Rollen</p>	