

LIEBE LESERINNEN, LIEBE LESER,

das Bewegungsfeld Laufen, Springen, Werfen wird meist direkt mit Leistungsvergleichen in Verbindung gebracht: schneller laufen, höher springen, weiter werfen. Doch stehen messbare Leistungen im Mittelpunkt, ist das nur für einen Teil der Lernenden spannend und anspornend, für andere hingegen wenig motivierend bis frustrierend.

Daher richtet dieses Heft den Blick vor allem darauf, wie Laufen, Springen, Werfen gestaltet werden kann, um möglichst allen Schülerinnen und Schülern positive Erfahrungen sowie individuelle Erfolgserlebnisse zu ermöglichen. Das bedeutet, auch unterschiedliche Voraussetzungen zu berücksichtigen und mit den Lernenden zu reflektieren. Nicht zuletzt gilt es, die Freude an den vielfältigen Disziplinen zu vermitteln, die dieses Bewegungsfeld zu bieten hat.

So sprinten und springen Kinder der Primarstufe wie die Vorbilder aus dem Tierreich. Schülerinnen und Schüler der Sekundarstufe I gestalten in vielfältigen Staffelwettbewerben ihre Läufe so, dass die Stärken der einzelnen Teammitglieder bestmöglich genutzt werden. In der Oberstufe erarbeiten sich die Lernenden ausgehend von ihrem individuellen Lernstand eigene Wege zum Dreisprung.

Übrigens: Nutzen Sie Ihr Smartphone auch schon im Sportunterricht? – In unserer neuen Rubrik im Magazin stellen wir Ihnen in dieser Ausgabe eine App vor. Mit dieser mischen Sie im Handumdrehen ihre Teams zusammen.

Jana Schmutzler



Eine Kirmes für unsere Schule

Schülerinnen und Schüler konstruieren eigene Wurfbuden, erproben verschiedene Wurftechniken und begeistern sich und andere Kinder für das Werfen

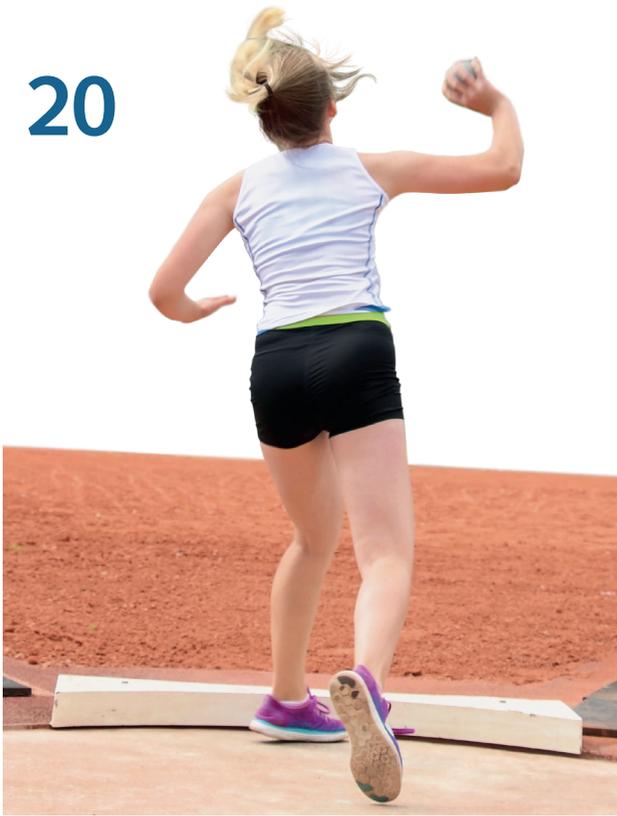
ZUM THEMA

- 2 **Laufen, Springen, Werfen**
Astrid Kämpfe/Sabine Reuker

PRAXIS

- PRIMARSTUFE
8 **Eine Kirmes für unsere Schule**
Isabel Kortenbusch
- PRIMARSTUFE
12 **Tierisch sprinten und springen**
Christoph Lehner
- SEKUNDARSTUFE I
20 **Vom Werfen zum Stoßen**
Monique Krause/Arne Schumann
- SEKUNDARSTUFE I
26 **Zusammen schaffen wir das**
Anne Thissen/Christina Zobe
- SEKUNDARSTUFE I
30 **Wow, ist das hoch ...**
Gesa Rottmann

20



Vom Werfen zum Stoßen

Lernende untersuchen die Einflussfaktoren auf ihre Wurfweite, analysieren im Vergleich dazu die Einflüsse auf ihre Stoßweite und entwickeln die Stoßauslage im Kugelstoßen

- SEKUNDARSTUFE I
- 36 Run faster, jump longer**
Tobias Lobeda
- SEKUNDARSTUFE I
- 42 Laufend die Umgebung erkunden**
Jennifer Breithecker/Anja Reger/Christine Höß-Jelten
- SEKUNDARSTUFE I
- 48 Widersprüche als Chance verstehen**
Timo Stiller
- SEKUNDARSTUFE II
- 52 Ausdauernd laufen im Team**
Milan Dransmann/Nico Peeters
- SEKUNDARSTUFE II
- 58 Hürdenlauf in Bildern**
Silke Köster
- SEKUNDARSTUFE II
- 62 Eine Frage der Methode**
Achim Schüler
- SEKUNDARSTUFE II
- 68 Speerwerfen, wie ich es sehe**
Christopher Meier/Michael Buhl

58



Hürdenlauf in Bildern

Geldstücke, Kellerfenster, Luftballon: Dieser Beitrag zeigt wie Metaphern bei der Entwicklung einer funktionalen Hürdensprinttechnik helfen können

- MAGAZIN**
- 74 Unterrichtsidee**
Miriam Tengler/Jakob Teufel/Jürgen Kittsteiner
- 76 Digital**
Rolf Kretschmann
- 78 Trendsport**
Philipp Knappmeyer
- 80 Rezension**
Eckart Balz
- 81 Impressum/Aktuelles**