

PRAXIS IN BEWEGUNG

MAGAZIN

4 Hoch hinaus – fliegen!

Springen, Rechnen und Wettkämpfen am Minitrampolin
 CORNELIA MÜLLER

10 Hoch aufs Ross

Ein Schultag im Pferdestall
 PETRA SCHMITMEIER

14 Step by Step auf die Slackline

Lernziele realistisch einschätzen und erarbeiten
 MAX KOLLECK | SEBASTIAN SILLER

24 Die Wand als Sportgerät

Trendsportarten Parkour und Freerunning im Sportunterricht
 MAIK BILSTEIN

Materialien im Mittelteil

31 Hoch springen wie ein Watussi

Ein Zugang zum Hochsprung fernab methodischer Reihen
 MICHAEL BELZ

SPIELE SPIELEN

40 Groß gegen Klein
 Handicap-Wettkämpfe für Oberstufenschüler und Fünftklässler
 JULIEN ZIERT | PEER AMMERLAHN

BÜCHER

42 Bücher zum Heftthema und Neuerscheinungen
 BIRGITT-ALEXA LIEGMANN

INTERVIEW

44 Interview mit Michael Fahlenbock
 Präsident des Deutschen Sportlehrerverbandes

48 VORSORTIERT

49 VORSCHAU · IMPRESSUM

Das neue Friedrich-Magazin ist da. Die Gesamtverzeichnisse aller Friedrich-Zeitschriften im Sekundarbereich und in der Grundschule bieten einen spannenden Überblick über unsere Zeitschriften und ihre jeweiligen Neuerungen. Außerdem gibt es einen „Gutschein-Alarm“, mit dem wir Sie das ganze Jahr hindurch über attraktive Angebote und Aktionen informieren. Das Friedrich Magazin 2017 steht für Sie auf friedrich-verlag.de/aktion-2017 zum Durchblättern, Downloaden oder kostenfreien Bestellen bereit.




4

Das Minitrampolin hat einen hohen Aufforderungscharakter: Sowohl Kinder als auch ältere Lernende lieben es, darauf zu springen und – für einen kurzen Moment – zu fliegen. Vielfältige Übungsformen werden in diesem Beitrag vorgestellt. Dabei kommen auch unterschiedliche Kleinmaterialien wie Bälle, Würfel oder Zauberschnüre zum Einsatz.



10

Reiten und Voltigieren gehören zu den Themen, die nur selten Eingang in den Schulsport finden. Dabei bieten die Begegnung mit den Tieren und das Reiten „hoch“ oben auf dem Rücken des Pferdes für viele Kinder und Jugendliche ganz neue Erfahrungen. Wie ein Tag im Stall oder eine AG gestaltet werden kann, zeigt dieser Beitrag.



14

Das Vorhaben zum Slacklining verfolgt zwei zentrale Ziele: Die Schülerinnen und Schüler lernen, zuerst mit Hilfestellung, später zunehmend allein, auf der Slackline zu balancieren. Zudem können sie mithilfe eines Lernportfolios eigene Ziele formulieren, individuelle Lernwege wählen und ihren Lernstand reflektieren.



24

Die Wände hoch gehen ist in diesem Unterrichtsbeispiel durchaus gewollt. Zunächst erlernen die Schülerinnen und Schüler sichere Landetechniken, bevor sie sich Elemente aus dem Parkour und Freerunning aneignen. Dabei können sie jeweils aus verschiedenen Niveaus wählen und damit ihr Lerntempo selbst bestimmen.



31

In diesem Unterrichtsvorhaben zum Hochsprung geht es nicht um Wälzer oder Flop – ebenfalls unter der Prämisse des vielfältigen Springens wird hier ein anderer Weg eingeschlagen. Eine ostafrikanische Volksgruppe wird zum Vorbild für die Lernenden, die daraufhin ihre eigenen hohen Sprünge entwickeln.



40

Einmal gegen die „Großen“ gewinnen ... Dieser Wunsch kann bei den vorgestellten Spielideen wahr werden. Hier treten Lernende des 5. Jahrgangs gegen die Oberstufenschüler in mehreren kleinen Wettkämpfen an. Die Großen haben dabei zusätzliche Handicaps, die einen fairen Wettkampf ermöglichen sollen.