



 DIE AUTOREN



Janes Veit ist Lehrer für Politik und Wirtschaft und Sport in Frankfurt am Main und unterrichtet an einer integrierten Gesamtschule. Er hatte in der Uni viel Spaß und große Erfolge mit den Reifen.



Christoph Walther (Dr.) ist Lehrer für Mathematik und Sport an einem Gymnasium. Springen in jeglicher Form ist seine Leidenschaft. Die Reifen nutzt er meist für kleine Spiele oder beim Skifahren als Lenkrad.

INHALT

Einleitung – Was dieses Material mitbringt **3**

Didaktische Einordnung **3**

Übersicht über die Reifenkarten **4**

Mini-Unterrichtsreihe mit abschließender Kurzpräsentation **4**

DS 1 – Das Gerät kennenlernen und Reifentricks ausprobieren **5**

DS 2 – Reifenkunst zu zweit üben **5**

DS 3-4 – Vorbereitung und Präsentation einer Minichoreographie **6**

Mit dem Reifen kreativ – Reifenkunst entwickeln **6**

a) Stationsarbeit geschlossen **7**

b) Stationsarbeit offen **7**

c) Reifentricks erfinden **7**

Spiele für den Stundenbeginn oder -abschluss **8**

Froschwanderung **8**

Crossing Roads **8**

U-Boot und Piraten **8**

Reaktionsstarts in Reifen **8**

TicTacToe-Wettkampf **8**

Hula Hütte **9**

Kooperationsspiel – Kein Reifen soll fallen **9**

Kooperationsspiel – Reifenkette **9**

Kooperationsspiel – Der höchste Turm **9**

WIMASU
PROBEMATERIAL

 **IMPRESSUM**

© WIMASU.de 2018 Janes Veit und Christoph Walther GbR
Alle Rechte vorbehalten. Alle Nachdrucke und digitale Weitergabe nur mit ausdrücklicher schriftlicher Genehmigung.

<https://wimasu.de/shop/reifen>
1. Version

Fotos: Janes Veit | Redaktion: Christoph Walther, Janes Veit
Illustrationen: Julia Schäfer | Satz und Layout: new office | Lektorat: Leif Boe

 **KLICK' HIER & FOLGE UNS!**

 **DIESES DOKUMENT ZITIEREN**

Veit, J., Walther, Ch. (2018). Reifen –
Bewegungskunst mit Handgerät
Eingeschränkter Zugriff am DATUM unter
<https://www.wimasu.de/shop/reifen>

EINLEITUNG - WAS DIESES MATERIAL MITBRINGT

In vielen Turnhallen gehört der Reifen als traditionelles Handgerät der Gymnastik zur Grundausstattung und bieten Gelegenheit, sich damit zu bewegen. Insbesondere für jüngere Schülerinnen und Schüler bieten die Reifen einen hohen Aufforderungscharakter, damit zu experimentieren. Die vorliegenden Karten bieten **Bewegungsvorschläge**, die mit dem Gymnastikreifen aus Holz oder

Plastik möglich sind. Ergänzt wird das Material um einige **kleinen Spiele** mit Reifen und zwei **methodischen/didaktischen Vorschlägen** zum Einsatz des vorliegenden Materials im Sportunterricht. Diese Bewegungsvorschläge mit dem Reifen sind übrigens zusammen mit Schülerinnen und Schülern entstanden.



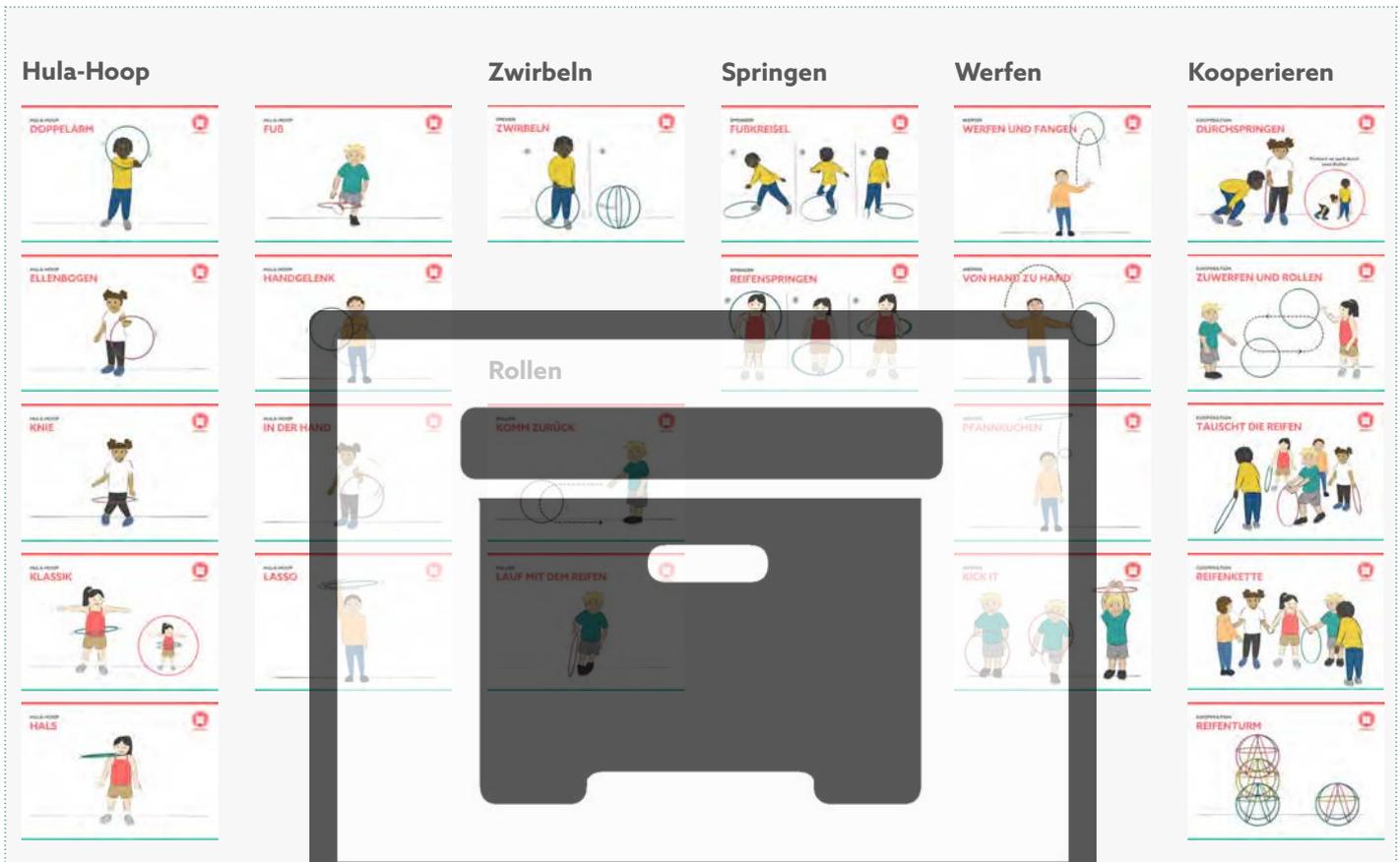
DIDAKTISCHE EINORDNUNG

In den aktuellen Lehrplänen hat es sich etabliert, gymnastische, rhythmische und tänzerische Gestaltung von Bewegungen in einem Atemzug zu nennen (vgl. HKM, 2010; BP BW, 2016).

Im Hinblick auf Anforderungen bezüglich der sportgymnastischen Handgeräte stehen dann recht schnell motorische Kompetenzziele im Vordergrund wie z. B. Techniken (Rollen, Schwingen, Werfen) oder „gymnastische Grundformen auch in Verbindung (z. B. Gehen, Hüpfen, Springen)“ zu beherrschen (BP BW, 2016, 25). Im Gegensatz dazu stehen kreative Tätigkeiten, bei denen es darum geht, Ausdrucksformen zu entwickeln. Dieser Bereich wird oft unter Tanz zusammengefasst (vgl. Behrens, 2014, 3). Das Besondere daran sind Tätigkeiten wie Improvisation, der Ausdruck von Emotionen, Geschichten oder Alltagstätigkeiten mit Bewegungen mit und ohne Objekten (z. B. einem Handtuch (vgl. Rösner & Schug, 2014)). Eine weitere Spielform der Gestaltung findet sich in Form der Bewegungskünste (vgl. Bähr, 2017, S. 202). Bewegungskünste sind im doppelten Sinne „Wohooo“-Künste.

Erstens für die Betrachterinnen und Betrachter, denen das „Wohooo“ durch schwierige, lustige, skurrile, „schöne“ Darbietungen entlockt wird und zweitens für die Ausführenden selbst, die beim ersten Gelingen eines Tricks, beim Erfinden eines neuen Tricks dieses „Wohoooo“-Gefühl erfahren dürfen. Möglich wird das dadurch, dass eine Bewegungskunst zunächst offen für alles Neue ist, was innerhalb der Spielregeln der Kunst bleibt. Beim Jonglieren ist lediglich wichtig, dass die Gegenstände durch die Luft bewegt werden, beim Einradfahren fährt man eben auf einem Rad und bei der Reifenkunst macht man etwas mit diesem Handgerät, dem Reifen. Die Reifenkunstkarten geben daher einen Anstoß, sich die ersten Reifentricks zu erarbeiten, natürlich auch, um auf dieser Basis Neues zu erfinden. Wichtig ist es dabei, zu erkennen, dass es reizvoll ist, sich einen Trick zu erarbeiten, zu üben, um ihn später zu können. Daher sollte im Umgang mit diesen Karten im Unterricht Zeit investiert werden, denn nicht jeder Trick klappt beim ersten Mal – Bewegungskunst muss individuell schwierig sein (vgl. Bähr, 2017, S. 202ff.).

ÜBERSICHT ÜBER DIE REIFENKARTEN



Im Folgenden sollen zwei Ideen für den Einsatz der Bewegungskarten skizziert werden.

1. Mini-Unterrichtsreihe mit Kurzpräsentation von „Reifenkunst“
2. Lockere Einzelstunden: Mit dem Reifen kreativ – Reifenkunst entwickeln

Die folgenden Beschreibungen sollen explizit als Vorschläge verstanden werden, die für jede Klasse variiert werden können bzw. müssen.

WIMASU

PROBEMATERIAL

MINI-UNTERRICHTSREIHE MIT

ABSCHLIESSENDE KURZPRÄSENTATION

Die Unterrichtsreihe ist insgesamt auf das Ziel einer Partnerinnen- bzw. Partner-Kurzpräsentation ausgerichtet. Dieses Ziel sollte den Schülerinnen und Schülern frühzeitig transparent gemacht werden, um vor allem die Verbindlichkeit der Übungsphasen zu erhöhen. Die Reihe könnte wie folgt aufgebaut sein:

1. Reifen kennenlernen und Bewegungen ausprobieren (1. DS)
2. Bewegungen zu zweit einüben (1. DS)
3. Vorbereitung und Präsentation einer Mini-Choreographie (2.-3. DS)

ABLAUF DER UNTERRICHTSREIHE



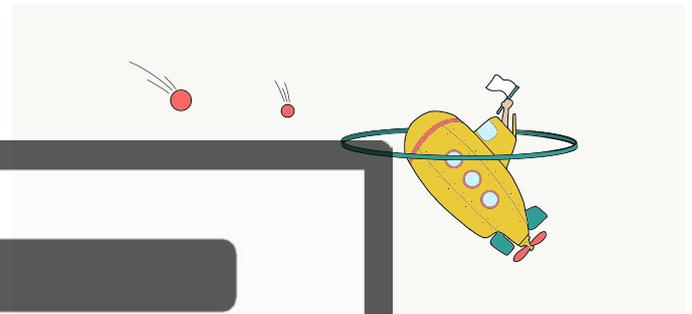
SPIELE FÜR DEN STUNDENBEGINN ODER -ABSCHLUSS

FROSCHWANDERUNG

Auf der Fläche eines Volleyballfeldes werden 20-40 Reifen ausgelegt. Die Klasse hat die Aufgabe, von der einen Seite des Teichs (Sees) auf die andere zu hüpfen. Dabei müssen die Frösche von Blatt zu Blatt (Reifen zu Reifen) springen. Steigernd können die Frösche Bewegungs- (auf einem Bein, Zick-Zack, mit Drehung) und Transportaufgaben (Bälle, weitere Reifen) erhalten. Ein bis zwei Kinder erhalten nach 4-5 Durchwanderungen ein Markierband und sind ab dann Störche und auf der Jagd nach Fröschen. Wer gefangen wird erstarrt vor Schreck und muss von den anderen wieder befreit werden (Antippen reicht J). Zum Abschluss verwandeln sich gefangene Frösche in Störche bis kein Frosch mehr übrig ist. Als Variante können zu den Reifen noch kleinere runde Markierplättchen ausgelegt werden, auf die die Frösche auch hüpfen können, jedoch nicht gefangen werden können¹.

CROSSING ROADS

Bei Crossing Roads wird das Volleyballfeld mit Reifen in eine vielspurige Autobahn verwandelt. Die Klasse wird zudem in zwei Gruppen eingeteilt: Die Autofahrerinnen bzw. -fahrer und die Straßenüberquererinnen und -überquerer. Die Autofahrer bewegen sich in Schlangenlinien auf Rollbrettern über das Volleyballfeld. Dabei gelten die Rollbrettregeln (nicht stehen!) und die Fortbewegung sollte auf „sitzend“ oder „auf dem Bauch liegend“ eingeschränkt werden. Die Straßenüberquererinnen und -überquerer sind auf dem Seitenstreifen (im Reifen) sicher und müssen mit Schlussprüngen über die Autobahn springen, ohne von einem Auto erwischt zu werden (natürlich darf niemand angefahren werden). Hütchen dürfen nicht übersprungen werden. Man darf sich nur nach links/rechts und nach vorne bewegen. Diagonale Sprünge sind nicht erlaubt. Steht einer Überquererin oder einem Überquerer ein Hütchen im Weg, muss dieser zuerst nach links oder rechts und einen neuen Weg suchen. Nach zwei erfolgreichen Überquerungen tauschen die Gruppen die Rollen. Das Spiel dient dem Aufwärmen und ist auf Grund des fehlenden Wettkampfcharakters insbesondere für kleinere Kinder interessant.



U-BOOT UND PIRATEN

Alle Schiffsfahrerinnen und -fahrer bekommen einen Reifen und tragen diesen um den Bauch herum. Die Fängerinnen und Fänger (Piraten) haben keinen Reifen und versuchen, mit einem Softball durch den Reifen der anderen zu werfen. Gelingt dies, ist das Schiff versenkt. Versenkte Schifferinnen und Schiffer werden zu Piraten oder steigen bei anderen Schiffen mit ein. Mit zunehmender Anzahl an Piraten in einem Schiff wird es übrigens immer schwieriger, das Boot zu versenken.

REAKTIONSTARTS IN REIFEN

Alle liegen auf der Grundlinie und auf Kommando sprintet jeder in einen Reifen. Aus verschiedenen Positionen starten (Rückenlage, Bauchlage, Schneidersitz, Hocke, usw.).

TICTACTOE-WETTKAMPF

Mittlerweile ein Klassiker unter den Staffelwettkämpfen ist der TicTacToe-Wettkampf (Käsekästchen). Zwei Teams treten gegeneinander an und haben je 3 gleichfarbige Hütchen (z. B. 3 rote vs. 3 blaue). Am anderen Hallenende liegt ein Reifenfeld mit neun Reifen in Form eines 3x3-Reifenquadrats. Ziel ist es, nacheinander ein Hütchen in einen der Reifen zu stellen, so dass die Hütchen der eigenen Farbe entweder diagonal, horizontal oder vertikal in einer Reihe stehen. Sind alle drei Hütchen gesetzt und keines der Teams hat gewonnen, so darf der vierte Läufer bzw. die Läuferin ein Hütchen umsetzen, um zu gewinnen. Natürlich darf das andere Team Hütchen auf dem 3x3-Feld in den Weg setzen, um Gewinnchancen zu verhindern. Viel Spaß.

¹ Ein Video dazu: <https://www.youtube.com/watch?v=sx86zkE8SIY>

ÜBER WIMASU



Wir machen Sportunterricht (kurz: WIMASU) ist ein junges Projekt – gegründet von Sportlehrkräften. In den Unterrichtsreihen und Materialien steckt viel Erfahrung und Liebe zum Detail. Wir versuchen neue Impulse für den Sportunterricht zu geben, aber auch bereits etablierte Sportarten für den Unterricht ansprechend aufzubereiten. Die Materialien werden digital bereitgestellt und können an die jeweilige Lerngruppe angepasst werden. Neben dem inhaltlichen Schwerpunkt versuchen wir die Materialien so darzustellen, dass die Lehrkraft und die Schülerinnen und Schüler motiviert sind, gemeinsam Sport zu machen.

PROBEMATERIAL

LITERATURVERZEICHNIS

Bähr, I. (2017) *Bewegung (an und mit Geräten) gestalten - Bewegungskünste*. In V. Scheid & R. Prohl (Hrsg.), *Sportdidaktik. Grundlagen Vermittlungsformen Bewegungsfelder* (S. 254-273). Wiebelsheim: Limpert Verlag.

Behrens, C. (2014). *Sich körperlich ausdrücken (sportpädagogik)*, 3+4, 2-6.

Ministerium für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg. (BP BW) (2016). *Gemeinsamer Bildungsplan der Sekundarstufe I - Sport*. Zugriff am 2.4.2018. Verfügbar unter: http://www.bildungsplaene-bw.de/site/bildungsplan/get/documents/lsw/exportpdf/depot-pdf/ALLG/BP2016BW_ALLG_SEK1_SPO.pdf

Hessisches Kultusministerium (HKM) (2010). *Bildungsstandards und Inhaltsfelder. Das neue Kerncurriculum für Hessen. Sekundarstufe I – Gymnasium. Sport*, HKM: Wiesbaden.

Rösner, M. & Schug, C. (2014). *Der Strand gehört uns! Eine Gestaltung mit dem Objekt Handtuch (sportpädagogik)*, 3+4, 21-25.

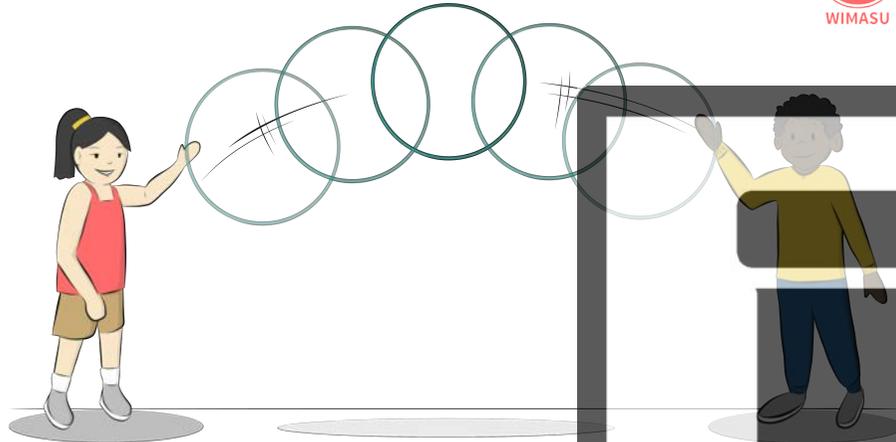
DIESES DOKUMENT ZITIEREN

Veit, J., Walther, Ch. (2018). *Reifen – Bewegungskunst mit Handgerät*
Eingeschränkter Zugriff am DATUM unter
<https://www.wimasu.de/shop/reifen>

Haftungsausschluss

Unsere Veröffentlichungen stellen nur generelle Anleitungen für Sportübungen dar. Sportübungen unterliegen sich laufend fortentwickelnden sportwissenschaftlichen Erkenntnissen. Daher garantieren wir nicht, dass die Anleitungen zu jedem Zeitpunkt den aktuellen Erkenntnissen entsprechen. Weiterhin kann auch kein Erfolg der Übungen garantiert werden. Generell gilt: Jeder Nutzer muss bei der konkreten Ausführung der vorgestellten Übungen selbst für eine sichere Übungsumgebung sorgen. Für den Fall, dass dies nicht möglich ist, sollte keine Übung ausgeführt werden.

REIFEN



Idee:
J. Veit und C. Walther

Illustrationen:
Julia Schäfer

Alle Rechte vorbehalten. Nachdrucke und digitale Weitergabe nur mit ausdrücklicher & vorheriger schriftlicher Genehmigung.
© WIMASU.de Janes Veit & Christoph Walther G&R

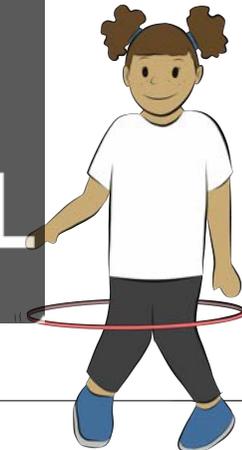
HULA-HOOP DOPPELARM



HULA-HOOP ELLENBOGEN



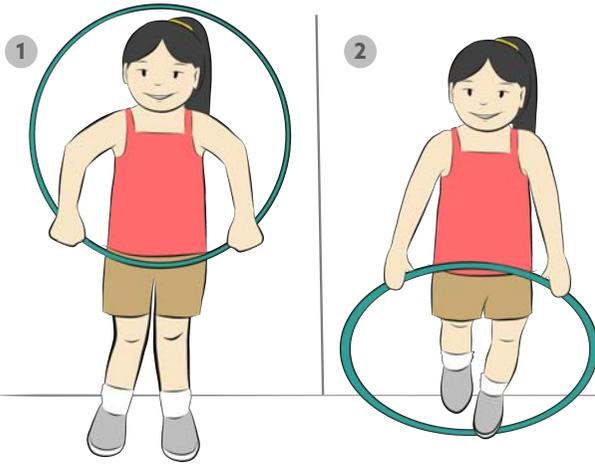
HULA-HOOP KNEE



WIMASU
PROBEMATERIAL

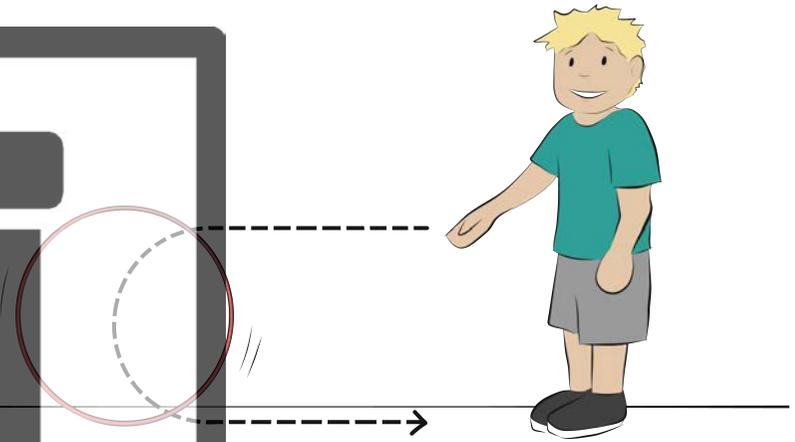
SPRINGEN

REIFENSPRINGEN



ROLLEN

KOMM ZURÜCK



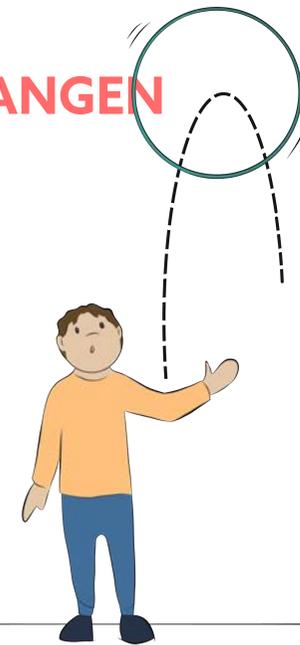
ROLLEN

LAUF MIT DEM REIFEN



WERFEN

WERFEN UND FANGEN



WIMASU
PROBEMATERIAL