
MEIN SPORT, DEIN SPORT...

Wir treiben Sport

Modultyp	Kreative Kommunikation
Zielgruppe	Schüler von 10 bis 13 Jahren
Niveaustufe	A1
Autorinnen	Morvai Edit, Veress Bernadett

A kiadvány az Educatio Kht. kompetenciafejlesztő oktatási program kerettanterve alapján készült.

A kiadvány a Nemzeti Fejlesztési Terv Humán erőforrás-fejlesztési Operatív Program 3.1.1. központi program (Pedagógusok és oktatási szakértők felkészítése a kompetencia alapú képzés és oktatás feladataira) keretében készült, a sulinova oktatási programcsomag részeként létrejött tanulói információhordozó. A kiadvány sikeres használatához szükséges a teljes oktatási programcsomag ismerete és használata.

A teljes programcsomag elérhető: www.educatio.hu címen.

Szakmai vezető: Kuti Zsuzsa

Szakmai bizottság: Enyedi Ágnes, dr. Majorosi Anna, dr. Morvai Edit

Szakmai lektor: Dömök Szilvia

Idegen nyelvi lektorok: Astrid Bergmann, Uwe Pohl

Szakértők: dr. Morvai Edit, dr. Zaláné dr. Szablyár Anna

Alkotó szerkesztő: Tarajossy Zsuzsa

Grafikai munka: Walton Promotion Kft.

Hangfelvételek: Phoenix Stúdió

Felelős szerkesztő: Burom Márton

©

Szerzők: Gyuris Edit, Morvai Edit, Sárvári Tünde, Veress Bernadett

Educatio Kht. 2008

1.2 AUFGABENBLATT – KÖRPERTEST

Kannst du's oder kannst du's nicht?

Die meisten dieser Aufgaben kannst du trainieren. Aber zwei davon kannst du oder du kannst sie eben nicht. Zum Beispiel für den „Zungenroller“ oder das „Fingerspreizen“ fehlen manchen Menschen einfach die körperlichen Voraussetzungen.

Probiere mal, ob du's kannst oder nicht. Am meisten Spaß macht das gemeinsam mit einer Freundin oder einem Freund. Die Ergebnisse kannst du in die Tabelle eintragen.



1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.

1.3 FOLIE – AUFGABENBLATT

AUFGABEN FÜR DIE GRUPPEN:

- A Wie viel Mal könnt ihr den Ball prellen?
- B Wie viel Mal könnt ihr mit dem Seil springen?
- C Wie viele Purzelbäume könnt ihr hintereinander schlagen?
- D Wie lange könnt ihr den Hulahop-Reifen in Bewegung halten?
- E Wie oft könnt ihr mit dem Pingpong-Schläger den Ball hochschlagen?

EURE ERGEBNISSE KÖNNT IHR Z.B. SO FORMULIEREN:

Ich kann den Ball mal prellen.

Ich kann mal mit dem Seil springen.

Ich kann Purzelbäume hintereinander schlagen.

Ich kann..... Sekunden /.... Minuten lang den Hulahop-Reifen in Bewegung halten.

Ich kann mal den Ball mit dem Pingpong-Schläger hochschlagen.

2.1 FOLIE – BEWEGUNGS-MANAGER

Wer sich viel bewegt und abwechslungsreich ist, tut viel für seine Gesundheit.

Mach mit! Teste dich mit dem Gesundheits-Manager: Hast du genügend Bewegung?

Fragen

Wie kommst du meistens in die Schule?

- Zu Fuß oder mit dem Fahrrad
- Mit öffentlichen Verkehrsmitteln
- Ich werde mit dem Auto in die Schule gefahren

Wie viele Schulstunden pro Woche hast du Schulsport?

- Eine
- Zwei oder drei
- Mehr als drei

Wie stark strengst du dich im Schulsport an?

- Ich schwitze überhaupt nicht / ich muss nicht schnell atmen
- Ich schwitze etwas / ich muss schneller atmen
- Ich schwitze stark / ich bin völlig außer Atem

(Quelle: <http://www.jolinchen.de/rd/1662.php>)

2.2 LAUFDIKTAT – NEUE SPORTARTEN

Boxen, Tennisspielen, Ringen,
Rudern, Autorennen, Gleiten,
Schwimmen, Fußballtreten, Springen,
Fechten, Kugelstoßen, Reiten...

machen mich nicht an.

Ei, was dann?

Dauerschlafen, Kissenwühlen,
Bonbonlutschen, Längerlachen,
Langsamschaukeln, Kussefühlen,
Wasserspritzen, Streichemachen...

das ist Sport für mich.

Warum nicht?

(Quelle unbekannt)

3.4 AUFGABENBLATT – TREND-SPORTARTEN

■ Was passt zusammen?


A	B	C	D	E

<p>A)</p>  <p>http://www.insteadof.com/photogallery/images/rafting/raftmaia1.jpg</p>	<p>1) Kite-Surfen oder auch Kite-Boarden ist eine Variante des Surfens, wobei sich der Surfer von einem „Kite“ (Lenkdrachen) über das Wasser ziehen lässt. Dabei steht er auf einem kleinen Brett (ähnlich einem Wakeboard, Snowboard oder Surfbrett, typischerweise zwischen 100 – 200 cm Länge).</p>
<p>B)</p>  <p>http://www.laufsport-heinz.de/nordicwalking/images/nw_instruktoeren_maria_480x600.jpg</p>	<p>2) Man versteht unter Canyoning (auch Schluchteln) das Begehen einer Schlucht von oben nach unten (in der Frühzeit des sportlichen Canyoning auch von unten nach oben) in den unterschiedlichsten Varianten. Durch Abseilen, Abklettern, Springen, Rutschen, Schwimmen und manchmal sogar Tauchen gelangt man in geeigneter Ausrüstung durch die Schluchten. Als Erlebnissportart etablierte sich Canyoning vor gut zwei Jahrzehnten in Spanien und Südfrankreich.</p>
<p>C)</p>  <p>http://www.vorpommern.de/1/images/kite220.jpg</p>	<p>3) Rafting – ursprünglich von Raft (englisch: Floß) – ist eine in Mitteleuropa seit Mitte der 80-er Jahre populär gewordene Freizeitsportart. Bei dieser Wassersportart wird mit einem Schlauchboot ein Fluss befahren. Gewöhnlich befährt man Wildwasser verschiedener Schwierigkeitsgrade.</p>
<p>D)</p>  <p>http://www.trentino.to/sixcms/media.php/26/16/freiklettern1.jpg</p>	<p>4) Nordic Walking ist eine Sportart aus Skandinavien. Es handelt sich um zügiges Gehen mit speziellen Carbon- oder Fiberglas-Stöcken. Der Bewegungsablauf ähnelt dem des klassischen Skilanglaufs. Durch die Stöcke wird etwa 10% des Körpergewichtes auf die Arme und den Oberkörper verteilt und dadurch die Fuß-, Knie- und Hüftgelenke entlastet.</p>
<p>E)</p>  <p>http://www.abenteuer-welt-reisen.de/faszinatour%20canyoning.jpg</p>	<p>5) Unter Freiklettern versteht man das Klettern an einem Felsen, wobei nur Hände und Füße zur Fortbewegung verwendet werden. Künstliche Hilfsmittel sind zum Fortkommen nicht erlaubt. Zum Freiklettern zählen das Sportklettern und das Felsklettern.</p>

3.4 LÖSUNGSBLATT – TREND-SPORTARTEN

<p>A)</p>  <p>http://www.insteadof.com/photogallery/images/rafting/raftmaia1.jpg</p>	<p>Rafting – ursprünglich von Raft (englisch: Floß) – ist eine in Mitteleuropa seit Mitte der 80-er Jahre populär gewordene Freizeitsportart. Bei dieser Wassersportart wird mit einem Schlauchboot ein Fluss befahren. Gewöhnlich befährt man Wildwasser verschiedener Schwierigkeitsgrade.</p>
<p>B)</p>  <p>http://www.laufsport-heinz.de/nordicwalking/images/nw_instruktoeren_maria_480x600.jpg</p>	<p>Nordic Walking ist eine Sportart aus Skandinavien. Es handelt sich um zügiges Gehen mit speziellen Carbon- oder Fiberglas-Stöcken. Der Bewegungsablauf ähnelt dem des klassischen Skilanglaufs. Durch die Stöcke wird etwa 10% des Körpergewichtes auf die Arme und den Oberkörper verteilt und dadurch die Fuß-, Knie- und Hüftgelenke entlastet.</p>
<p>C)</p>  <p>http://www.vorpommern.de/1/images/kite220.jpg</p>	<p>Kite-Surfen oder auch Kite-Boarden ist eine Variante des Surfens, wobei sich der Surfer von einem „Kite“ (Lenkdrachen) über das Wasser ziehen lässt. Dabei steht er auf einem kleinen Brett (ähnlich einem Wakeboard, Snowboard oder Surfbrett, typischerweise zwischen 100 – 200 cm Länge).</p>
<p>D)</p>  <p>http://www.trentino.to/sixcms/media.php/2616/freiklettern1.jpg</p>	<p>Unter Freiklettern versteht man das Klettern an einem Felsen, wobei nur Hände und Füße zur Fortbewegung verwendet werden. Künstliche Hilfsmittel sind zum Fortkommen nicht erlaubt. Zum Freiklettern zählen das Sportklettern und das Felsklettern.</p>
<p>E)</p>  <p>http://www.abenteuer-welt-reisen.de/faszinatour%20canyoning.jpg</p>	<p>Man versteht unter Canyoning (auch Schluchteln) das Begehen einer Schlucht von oben nach unten (in der Frühzeit des sportlichen Canyonings auch von unten nach oben) in den unterschiedlichsten Varianten. Durch Abseilen, Abklettern, Springen, Rutschen, Schwimmen und manchmal sogar Tauchen gelangt man in geeigneter Ausrüstung durch die Schluchten. Als Erlebnissportart etablierte sich Canyoning vor gut zwei Jahrzehnten in Spanien und Südfrankreich.</p>

5.5 „ICH KANN SCHON“-BOGEN

	So sehe ich mich		So sieht mich mein Lehrer	
	Das kann ich schon	Das muss ich noch üben	Das kannst du schon	Das musst du noch üben
Ich kann Testaufgaben verstehen und ausführen.				
Ich kann über meine Testergebnisse berichten.				
Ich kann einen Text zum Thema <i>Sport</i> hörend verstehen.				
Ich kann einen Text zum Thema <i>Sport</i> lesend verstehen.				
Ich kann einen Text schön vorlesen.				
Ich kann einen kurzen Text memorisieren.				
Ich kann nach Diktat schreiben.				
Ich kann eine Regel entdecken.				
Ich kann neue Wörter nach einem Muster bilden.				
Ich kann einen Fragebogen zusammenstellen.				
Ich kann Fragen zum Thema <i>Sport</i> formulieren.				
Ich kann Fragen zum Thema <i>Sport</i> beantworten.				
Ich kann mit dem Wörterbuch arbeiten.				
Ich kann Arbeitsanweisungen des Lehrers verstehen.				