

Turn-Lektion V

Autor(en): **[s.n.]**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Schweizer Schule**

Band (Jahr): **44 (1957)**

Heft 12

PDF erstellt am: **28.04.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-535996>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

IV. Spiel: Brennball: Varianten mit Zählen der Laufpunkte

a) Jeder Schüler versucht, mit möglichst wenig Halten ans Ziel zu gelangen. Jeder Halt während eines Laufes ergibt einen Minus-Punkt. Sieger ist die Mannschaft mit weniger Minus-Punkten.

b) Die Läufe während einer bestimmten Zeit werden gezählt. Die Mannschaft mit mehr Läufen ist Sieger.

Turn-Lektion V

I. Gehen vw. – Gehen rw. im Wechsel. Laufen vw.
– Laufen rw. Hopsenhüpfen vw.

II. Wie Lektion IV.

III. A. Klettern: Einführung des Kletterschlusses Schräge Stangen

1. Sitz am Boden am untern Ende der Stange, Beine in Kletterschlußstellung (Knie an Stange): mehrmaliges Hochziehen des Rumpfes zur Streckung, während Füße und Unterschenkel in der Kletterschlußstellung verharren.

2. Dasselbe, dann Hochziehen der Beine und Ansetzen zum neuen Kletterschluß.

3. Wie 2, dann wieder Strecken des Rumpfes und Nachziehen der Beine.

4. Wettübung: Wer klettert mit den wenigsten Zügen?

Senkrechte Stangen

5. Übung 2, 3, 4 (Knie an Stange, Rumpf beim Nachziehen der Beine von der Stange weg!).

6. Üben des Startsprunges mit sofortigem Anziehen der Beine (mehrmals).

7. Startsprung, dann weiterklettern.

B. Übungen mit dem kleinen Ball: Gewöhnung an das Gerät, Koordination der Bewegungen von Werfen und Fangen

1. Ball kräftig fassen, von einer Hand in die andere legen, dann von einer Hand in die andere werfen.

2. Ball in die Höhe halten: über den Arm herunterrollen lassen und auffangen.

3. Ball auf den Kopf legen: herunterfallen lassen und auffangen.

4. Schwungwurf: Ausholen r.rw. (tief), Armschwingen vorhoch mit Strecken des Rumpfes und Hochwerfen des Balles; Fangen beidarmig: Betonung des Streckens und Anziehens der Arme. (Wechselweise r. und l. wiederholen.)

5. Dasselbe mit Fangen einarmig.

6. Je zwei Schüler stehen sich gegenüber: Zuspield und Fangen mit Schwungwurf:

a) Fangen mit beiden Händen.

b) Fangen mit einer Hand.

(Zuerst wirft abwechselungsweise ein Schüler, nachher werfen beide gleichzeitig.)

IV. Spiel: Einfache Form von Schlagball

Statt Schlagen des Balles mit dem Schlagholz, Werfen desselben. (Regeln wie in Knabenturnschule.)

Eine Begegnung Beitrag zur Ungarnaktion

Hedy Hagen

Zum zweiten Male schon spreche ich zu Ihnen, liebe Kolleginnen, von ganz anderen Dingen als von Schulfragen, von Methodik und Erziehung. Aber

es soll in unserer Sparte auch der menschlichen Begegnung, dem Gespräch, dem Gemüthhaften und dem Künstlerischen Raum gegeben sein.