

Zierenberg, 20.03.2020

## Arbeitsauftrag für das Fach Sport 6c (Dienstag 24.03.20/Freitag 27.03.2020)

Liebe Schülerinnen und liebe Schüler,

in der letzten Woche habt ihr von mir eine Anregung für ein Lauftraining erhalten. In dieser Woche könnt ihr die nachfolgenden Übungen zu Hause ausführen.



### AUFGABENSTELLUNG 1:

1. Nehmt einen Würfel. Falls ihr keinen Würfel habt, schreibt die Ziffern 1-6 auf einzelne Zettel und knickt diese so, dass die Ziffern nicht zu erkennen sind.

2. Würfel oder zieh einen Zettel.

Entsprechend der jeweiligen Zahl (1-6), führst du die folgenden Übungen aus:

Ziffer	Übung	Wiederholung
1	Liegestütz	1
2	Liegestütz	2
3	Strecksprünge aus der gehockten Haltung	3
4	Sit-ups	4
5	Hampelmann	5
6	Kniebeugen	6

3. Streiche die Ziffern/Übungen auf dem Zettel durch, die du bereits ausgeführt hast. Würfelst oder ziehst du eine Zahl doppelt, führe die Übung erneut aus. Wenn alle Übungen ausgeführt wurden, bist du mit der Übung fertig. Wenn du Lust hast kannst du diese Übung mehrfach in der Woche wiederholen.

Durchhalten und denk daran - Musik motiviert!

Viel Spaß dabei!



## AUFGABENSTELLUNG 2:

Zum Schluss noch eine kleine Aufgabe, die du auf jeden Fall **schriftlich** ausführen solltest.

In dieser Woche ist aufgrund der Corona-Pandemie die Fußball-Europameisterschaft abgesagt worden.

1. Welches Land ist zurzeit Fußball-Europameister? \_\_\_\_\_

2. Wofür stehen die folgenden Abkürzungen?

DFB: \_\_\_\_\_

UEFA: \_\_\_\_\_

Die olympischen Spiele sollen zurzeit noch stattfinden.

3. Welches Land richtet die Olympischen Spiele in diesem Jahr aus?

4. Welche Stadt ist Hauptaustragungsort? \_\_\_\_\_

5. Die Olympischen Ringe sind das Symbol der Spiele.

Wofür stehen Sie? \_\_\_\_\_

Zeichne diese. Achte auf die richtige Farbgebung und Anordnung.



6. Benenne mindestens 3 weitere Aspekte/Symbole, die typisch für die Olympischen Spiele sind.

---

---

---

7. Wann fanden die ersten Olympischen Spiele statt? \_\_\_\_\_

Im Jahr 393 wurden die Olympischen Spiele verboten. Erst viele Jahre später wurden sie wieder ins Leben gerufen.

8. Wann (Spiele der Neuzeit)? \_\_\_\_\_

9. Wer ließ die Olympischen Spiele wieder aufleben (Tipp: Es war ein Franzose)?

Name: \_\_\_\_\_

10. Wann fanden die ersten Winterspiele statt? \_\_\_\_\_

11. In welchen Abständen werden die Olympischen Spiele ausgetragen? \_\_\_\_\_

**Auf den folgenden Seiten findest du viele Informationen zu den Olympischen Spielen:**

<https://www.blinde-kuh.de/catalog/sport-olympia.html> (Blinde Kuh)

<https://www.lernspass-fuer-kinder.de/themen-uebersicht/sport/sportliche-ereignisse/olympische-spiele/inPage/302/entstehung-der-olympischen-spiele> (Lernspaß für Kinder)

Wenn du Lust hast schick mir deine Aufgaben, damit ich dir eine Rückmeldung geben kann.

Falls ihr **Fragen** habt, stehe ich euch jederzeit per Mail zur Verfügung.

[n.bernecker@selbert-schule.de](mailto:n.bernecker@selbert-schule.de)

Bleibt fit und gesund!

Eure Sportlehrerin Frau Bernecker