



## Plogging (Natursportart) - Laufend Müllsammeln in der Grundschule

<b>Jahrgangsstufen</b>	3/4
<b>Fach</b>	Sport
<b>Zeitraumen</b>	1 UZE
<b>Benötigtes Material</b>	5 Mülleimer, Mülltonnen der Schule, Pausenhof mit Sportgelände (sofern vor Ort möglich), Handschuhe zum Müllsammeln, Schilder für jeden Mülleimer

### Kompetenzerwartungen

#### S 3/4 1 Gesundheit und Fitness

Die Schülerinnen und Schüler ...

- bewegen sich 10 bis 15 Minuten ausdauernd (leisten)
- setzen bei sportlichen Übungen ihre Sinne zielgerichtet ein, um ihre Wahrnehmung zu schärfen. (*wahrnehmen, analysieren, bewerten*)

#### S 3/4 3 Freizeit und Umwelt

Die Schülerinnen und Schüler ...

- finden sich in der Gemeinschaft und im (Sport-)Umfeld der Schule selbständig zurecht.
- nutzen Sport- und Freizeitmöglichkeiten in ihrer Umgebung, schätzen mögliche Gefahren ein und berücksichtigen Sicherheitsbestimmungen.
- achten und schätzen ihre Umwelt.

#### S 3/4 4.1 Laufen, Springen, Werfen/Leichtathletik

Die Schülerinnen und Schüler ...

- laufen ausdauernd in eigenem Tempo 10 bis 15 Minuten.

Querverweis und Ideen zum fächerübergreifenden Unterricht:

Fach HSU, LB 3 Natur und Umwelt (3.1. Tiere, Pflanzen, Lebensräume), LB 5 Räume wahrnehmen und sich orientieren

Schulart- und fächerübergreifendes Bildungs- und Erziehungsziel (Umweltbildung)



## Aufgabe

Die Klasse läuft ausdauernd eine vorgegebene Zeit in einem abgegrenzten Laufbereich. In Gruppen finden die Schülerinnen und Schüler ihr individuelles Lauftempo. Mit einem Laufauftrag ausgestattet kehren die Kinder vom Startpunkt immer wieder zum Zielpunkt zurück. Angelegt an einen Stern-Orientierungslauf entsteht ein Laufmuster. Die Schülerinnen und Schüler erledigen ihren Laufauftrag und sammeln im entsprechenden Laufbereich Müll ein. Nach der Laufzeit sortieren die Kinder ihren gesammelten Müll und führen in den jeweiligen Gruppen Bewegungsaufgaben adäquat zum Müllberg und zu den Müllarten nach Vorgabe aus.

### Kompetenzorientierte Impulse:

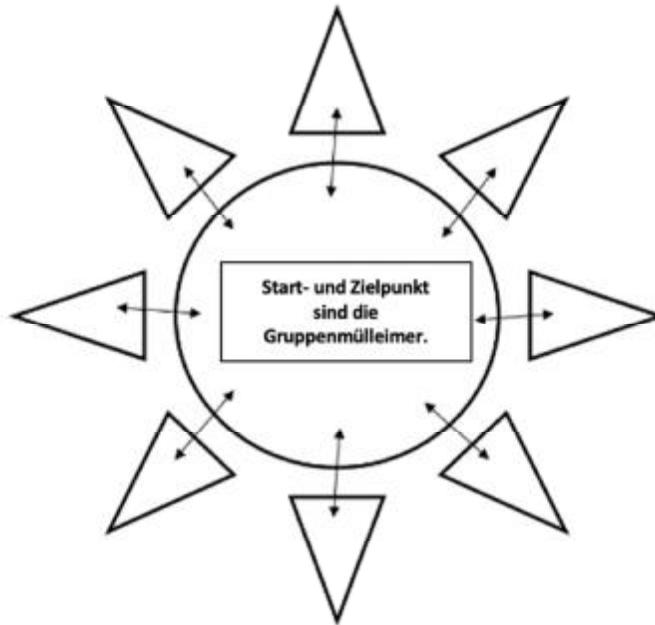
- Überlegt euch in der Gruppe, welche Richtung und Entfernung jeder abläuft. (Möglichkeit der Differenzierung)
- Legt eure gefundenen Gegenstände in euren Gruppenmülleimer.
- Achtet auf euer Lauftempo (10 bis 15 Minuten beträgt die Laufzeit).
- Entscheide selbst, ob du Gegenstände mit dem Handschuh oder gar nicht anfassen möchtest, bringe gefährliche Gegenstände im Spaziergang zurück.
- Sortiert und trennt Müllgegenstand für Müllgegenstand in der Gruppe nach den Vorgaben (Gelber Sack ...) und erledigt dabei gemeinsam die Zusatzaufgabe.

## Hinweise zum Unterricht

Die Klasse wird in fünf Sammelteams eingeteilt. Jede Schülerin und jeder Schüler benötigt einen Handschuh. Mit dieser Hand wird Müll aufgehoben. Der gefundene Müllgegenstand muss transportierbar sein und darf keine Gefahr darstellen (Hinweis durch die Lehrkraft auf giftige und gefährliche Dinge).

Die Lehrkraft steht an einem zentralen Punkt des Schulgeländes. Dieser Ort ist gut einsehbar und für alle Schülerinnen und Schüler bekannt. Dort befinden sich auch die Mülleimer jeder Gruppe.

Angelehnt an den Stern-Orientierungslauf laufen die Schülerinnen und Schüler in ihrer Gruppe vom Ausgangspunkt aus in verschiedene Richtungen. Pro Laufintervall darf ein Müllgegenstand gesammelt werden. Dieser wird immer wieder zum Gruppeneimer zurückgebracht und von dort aus wieder neu gestartet.



## Orientierungslauf im Sternformat

Nach der vorgegebenen Laufzeit (ca. 15 min) kehren alle Gruppenmitglieder zurück und sortieren den Müll nach Müllarten.

Hinter jeder Müllart steckt eine Zusatzaufgabe zur Körperhaltung und Kräftigung.

Altglas	—> 15 Hampelmänner
Plastik (Gelber Sack)	—> 15 Kniebeugen
Altpapier	—> 15 Sit-ups (oder eine andere Bauchübung)
Restmüll	—> 15 Superman (oder eine andere Rückenübung)
Metall (Dosen...)	—> 15 Übungen deiner Wahl

Die Sportstunde dient der Umweltbildung und setzt voraus, dass die Schülerinnen und Schüler ein Vorwissen zur Mülltrennung haben (Querverweis: HSU).

Im Vorfeld des Laufes sollte der „Müllsammelbereich“ besprochen, eingegrenzt und auf Gefahren hingewiesen werden. Die Lehrkraft achtet auf das Einhalten der Regel (ein Gegenstand pro Laufweg). Der zentrale Ausgangspunkt sollte bedacht und sinnvoll ausgewählt werden. Dort positioniert sich die Lehrkraft, stehen alle Mülleimer und dorthin kehrt jede Schülerin und jeder Schüler mit einem gesammelten Müllgegenstand zurück.

Nach ca. 15 Minuten beendet die Lehrkraft den Lauf und versammelt alle Kinder am zentralen Ausgangspunkt. Die Klasse stellt sich kreisförmig auf und die Lehrkraft leert die Eimer aus. Nach und nach werden die Müllhaufen sortiert und die Bewegungsaufgaben von der jeweiligen Gruppe ausgeführt. Je nach Größe des Müllbergs kann die Lehrkraft eine Wiederholung der Bewegungsaufgabe koordinieren.



Die Gruppenmülleimer werden im Anschluss zu den Sortierbehältern und können dann in die entsprechenden Tonnen geleert werden.

Vorderseite:

Gruppe 1

Gruppe 2

Gruppe 3

Gruppe 4

Gruppe 5

Rückseite:

Altpapiertonne

Plastik (Gelber Sack)

Restmüll

Altglas

Metall (Dosen...)

## Quellen- und Literaturangabe

ISB

Bayerische Landesstelle für den Schulsport (2020): Orientierungslauf für die Schule Klasse 1-12. Auer Verlag. Donauwörth

## Anregung zum weiteren Lernen:

Plogging (Natursportart) ist die optimale Verbindung aus Bewegung und Umwelterziehung. Die Umsetzung kann auf den verschiedenen Ebenen (innerhalb der Klasse, der Schule, der Schulfamilie) stattfinden. Der kreativen Ausgestaltung sind keine Grenzen gesetzt.