

# OLYMPIA RUFT: MACH MIT!

Peking 2022

Unterrichtsmaterialien Primarstufe





# WEBSITE DOA-MATERIALIEN

Die „Olympia ruft: Mach mit!“-Materialien haben eine eigene Website erhalten. Unter [www.olympia-ruft.de](http://www.olympia-ruft.de) können alle „Olympia ruft: Mach mit!“-Materialien seit 2014 kostenfrei abgerufen werden.

Neben den Unterrichtsmaterialien, die anlässlich der Olympischen und Paralympischen Spiele immer als aktuelle Ausgabe neu herausgegeben werden, stehen auch die Standardwerke als Download zur Verfügung: das „Basiswissen Olympische Spiele“ und die „Arbeitsmaterialien für Kindertagesstätten“.

Die gezielte Suche ist nun durch eine Filterfunktion einfacher und bedienungsfreundlicher.

Zudem bietet die Website Informationen zu allen weiteren Angeboten, die die Deutsche Olympische Akademie (DOA) für Schulen und Lehrkräfte bereithält. Ob Lehrerfortbildungen oder Olympic Day, Wettbewerbe oder Poster – hier gibt es alles auf einen Blick.

Die Website für Lehrkräfte zum Thema Olympische und Paralympische Spiele: [www.olympia-ruft.de](http://www.olympia-ruft.de)

Die Broschüre Peking 2022 als PDF-Datei:



Auf der [olympia-ruft.de](http://olympia-ruft.de)-Website gibt es ab sofort auch die neuen Unterrichtsmaterialien „Olympia ruft: Mach mit!“ Peking 2022.

Einfach den QR-Code einscannen und die Materialien direkt in einer PDF-Datei abrufen.



# OLYMPIA RUFT: MACH MIT!

Peking 2022

Unterrichtsmaterialien Primarstufe



© jordan-design

## Impressum

© Deutsche Olympische Akademie, Frankfurt am Main 2021

### Gesamtverantwortung:

Dr. Gerald Fritz

### Konzeption/Redaktion:

Anna Hofman

Claudia Brill

Angela Klemens

### Arbeitsmaterialien:

Gesa Altenburg

Dr. Christian Andrä

Oliver Bensch

Dr. Christian Gaum

Ronald Hild

Sina Radermacher

Renate Schönberger

Veronika Stützle

Ulrike Templin

### Fotos:

DOA-Archiv

DOSB-Archiv

Beijing 2022-Archiv

Comité National Olympique et Sportif Français

IOC/Sung-Jun Chung

Unsplash

- Xavi Cabrera
- Glenn Carstens-Peters
- Arisa Chattasa
- Andreas Gäbler
- Hong Jiang
- zhang kaiyv
- Kinsey
- Max van den Oetelaar
- Ling Tang
- David Veksler
- Rafik Wahba
- Jay Wennington

Wikimedia Commons – Jooja

24passion

Gesa Altenburg

Benedikt Doll

Jens Filbrich

Anna-Lena Forster

Dr. Christian Gaum

Paul Hoffmann

Clara Klug

Felix Loch

Jacqueline Lölling

Julia Taubitz

Michelle Uhrig

Emma Weiß

### Illustrationen/Grafiken:

d-maps.com

Freepik von Flaticon

- ibrandify

INKA Medialine

iStock

- Leporello-cz
- Rawpixel
- exxorian
- Daria Andrianova
- suricoma
- Yime
- taichi\_k

jordan-design

Jana Strobel

Gisela Weizel

### Lektorat:

Martina Kurz

### Umschlag/Layout:

INKA Medialine

### Druck:

SAXOPRINT GmbH

### Herausgeber:

Deutsche Olympische Akademie

Willi Daume e.V. (DOA)

Otto-Fleck-Schneise 12

60528 Frankfurt am Main

www.doa-info.de

Alle Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt.

Zur Verbesserung der Lesbarkeit für die Kinder wurden Personenbezeichnungen auf den Arbeitsblättern in der männlichen Form verwendet – gemeint sind dabei in allen Fällen alle Geschlechter.

Nicht in allen Fällen konnten die Bildrechteinhaber ermittelt werden. Berechtigte Honoraransprüche bleiben gewahrt.

Gefördert von:



OLYMPIC  
SOLIDARITY

### Danke für die Unterstützung:

#### Team Deutschland

Benedikt Doll, Jens Filbrich, Felix Loch, Jacqueline Lölling, Anna Seidel, Julia Taubitz, Michelle Uhrig, Emma Weiß

#### Team Deutschland Paralympics

Anna-Lena Forster, Clara Klug

Redaktionsschluss: Oktober 2021

# INHALT

Vorwort .....	4
Olympia ruft: Mach mit! – Die Unterrichtsmaterialien der Deutschen Olympischen Akademie .....	5
Olympische Erziehung in der Schule .....	8
Olympia in der Schule – Was ist erlaubt, was nicht? .....	10
Gastgeberland China und Olympiastadt Peking .....	11
Alle Arbeitsblätter auf einen Blick: Print- und Online-Versionen .....	13

## Arbeitsblätter

---

<b>A</b> Gastgeberland China: Land, Leute und Kultur .....	14
<b>B</b> Olympische Werte und Fair Play: Aktiv verstehen lernen .....	48
<b>C</b> Peking 2022: Olympische und Paralympische Spiele .....	58
<b>D</b> Olympische Idee und Symbole: Rituale spielerisch vermitteln .....	71
<b>E</b> Olympische und paralympische Sportpraxis: Sportarten und Ernährung ...	79

# VORWORT



**Prof. Dr. Dr. h. c. Gudrun Doll-Tepper**

*Vorsitzende der Deutschen Olympischen Akademie; Vizepräsidentin Bildung und Olympische Erziehung des Deutschen Olympischen Sportbundes*

Die Olympischen Winterspiele Peking 2022 fallen in eine sehr bewegte Zeit. Die Covid-19-Pandemie scheint die Welt weiterhin im Griff zu haben, Reisen und persönliche Begegnungen sind schon seit einiger Zeit erschwert und werden es wohl auch noch eine Weile bleiben. Die Wettkämpfe in Peking werden, das steht nun schon fest, ohne Zuschauer aus dem Ausland stattfinden.

Auch für die Olympische Bewegung stellt dieser andauernde Zustand der Kontaktbeschränkungen eine große Herausforderung dar: Neben den sportlichen Aspekten ist das friedliche Zusammenkommen von Menschen aus allen Kontinenten ein wichtiges Charakteristikum der Olympischen Spiele als weltweit bedeutendster Sportveranstaltung. Nach Tokio 2021 müssen wir darauf nun erneut verzichten.

Gerade deswegen ist es uns als Deutscher Olympischer Akademie (DOA) aber wichtig, den Schüler\*innen die Faszination der Olympischen und Paralympischen Spiele sowie die olympischen Werte nahezubringen. Gerade in Zeiten von Lockdown und eingeschränkten Sportangeboten wird deutlich, welche Bedeutung Bewegung für die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen einnimmt. Diese wollen wir mit verschiedenen Anregungen für die Sportpraxis fördern und darüber hinaus Impulse geben, wie das Thema Olympische und Paralympische Spiele fächerübergreifend aufbereitet werden kann. Eine konstruktiv-kritische Auseinandersetzung mit Themen wie Doping oder dem Gastgeberland China findet dabei selbstverständlich ebenso ihren Platz.

Eine Neuerung wird es auf dem Cover der Primarstufe geben: Unter dem Motto „Fünf Kinder – Fünf Ringe – Eine Idee“ werden fünf Kinder das neue Wiedererkennungsmerkmal der Unterrichtsmaterialien darstellen und in immer neuen Konstellationen sowohl die Vielfalt unserer Gesellschaft widerspiegeln als auch Bezüge zu den jeweiligen Gastgeberländern herstellen.

Wir hoffen, Ihnen mit unseren Materialien auch 2022 wieder den Zugang zu den Olympischen und Paralympischen Spielen zu erleichtern und wünschen Ihnen und Ihren Schüler\*innen viel Freude bei der Arbeit mit den Unterrichtsmaterialien Peking 2022.

*Gudrun Doll-Tepper*



würdigkeit spielen in diesem Kontext eine besonders wichtige Rolle. Auf Grund dieser Komplexität wird in den „Olympia ruft: Mach mit!“-Materialien der Sekundarstufe noch stärker darauf eingegangen.

Ziel der Materialien ist es, dass durch die Inhalte möglichst viele Schüler\*innen die Werte nicht nur kennen und für wichtig erachten, sondern dass sich diese Werte über den olympischen Sport in den Schulalltag sichtbar und erlebbar einbauen lassen.

### Aufbau der Materialien

Jedes Kapitel startet mit den Hinweisen für Lehrer\*innen. Im Anschluss folgen dann die Arbeitsblätter für die Schulkinder.

Um die Materialien für Lehrer\*innen leichter zugänglich zu machen, helfen folgende Hinweise dabei, sich schnell einen Überblick über die Materialien zu verschaffen:

- Titel des Arbeitsblattes
- Einsatzfach
- benötigte Unterrichtseinheiten
- Altersempfehlung

Zu jedem Arbeitsblatt gibt es kurze Umsetzungshinweise und eine Angabe der benötigten Arbeitsmaterialien sowie weiterführende Links.

Die Arbeitsblätter sind entsprechend aufbereitet, sodass die Materialien direkt für den Unterricht oder eine Projektwoche eingesetzt werden können.

### Team Deutschland und Team Deutschland Paralympics

Die deutschen Athlet\*innen wirken stärker denn je bei den Unterrichtsmaterialien „Olympia ruft: Mach mit!“ mit. Das freut uns ganz besonders. An dieser Stelle möchte die Deutsche Olympische Akademie daher ihren herzlichen Dank an alle beteiligten Athlet\*innen aussprechen! Denn nur durch die Unterstützung „unserer“ Athlet\*innen



© Emma Weiß

Emma Weiß (Team Deutschland)



© 24passion

Anna Seidel (Team Deutschland)



© Benedikt Doll

Benedikt Doll (Team Deutschland)



© Felix Loch

Felix Loch (Team Deutschland)



© Michelle Uhrig

Michelle Uhrig (Team Deutschland)



© Julia Taubitz

Julia Taubitz (Team Deutschland)



© Jacqueline Lölling

Jacqueline Lölling  
(Team Deutschland)



© Jens Filbrich

Jens Filbrich  
(Team Deutschland)



© Anna-Lena Forster

Anna-Lena Forster  
(Team Deutschland Paralympics)



© Clara Klug

Clara Klug  
(Team Deutschland Paralympics)



© DOA/Maria Schulz

Eine Olympic Day-Mitmachaktion

bekommen die Schulkinder einen kleinen Einblick in die Welt einer Spitzensportlerin bzw. eines Spitzensportlers, sowohl im olympischen als auch im paralympischen Bereich.

Und wer – wenn nicht die Athlet\*innen selbst – könnten ihre Sportart am besten den Kindern vorstellen und einen Einblick in einen Wert(e)-vollen Sport geben.

### Schulangebote der Deutschen Olympischen Akademie

Die Deutsche Olympische Akademie e.V. (DOA) wurde im Jahr 2007 gegründet und führt seitdem eine Reihe von Maßnahmen und Projekten im Bereich der Olympischen Erziehung durch.

Doch warum sieht die Akademie explizit die Olympische Erziehung als ihre Aufgabe an? Laut der Olympischen Charta ist jedes Nationale Olympische Komitee verpflichtet, sich für die grundlegenden Prinzipien und Werte des Olympismus im eigenen Land stark zu machen. Diesen Auftrag hat der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) an die DOA weitergegeben. Seit ihrer Gründung setzt die Akademie diesen Auftrag in vielfältiger Weise um. Die Förderung der Olympischen Erziehung in Deutschland gehört somit zu den Kernaufgaben der DOA.

Neben den „Olympia ruft: Mach mit!“-Materialien bietet die Akademie gerade auch im schulischen Bereich einige weitere Maßnahmen und Projekte an.

Rund um den 23. Juni, dem Gründungstag des IOC (1894), findet jedes Jahr der *Olympic Day* statt, an dem der Beginn der Olympischen Spiele der Neuzeit gefeiert wird. In der Regel führt die DOA eine Veranstaltung in Köln durch, bei der Sport und Bewegung mit den olympischen Werten verbunden werden. Unter dem Motto „Move“ (Bewegen), „Learn“ (Lernen) und „Discover“ (Entdecken) können Kinder und Jugendliche ein breites Sportartenprogramm ausprobieren, Sportstars treffen und an vielen weiteren attraktiven Angeboten rund um die Faszination Olympia teilnehmen.

In regelmäßigen Abständen führt die DOA eine *Fortbildung* für relevante Gruppen, so auch u.a. *Lehrer\*innen*, in Olympia/Griechenland durch. Neben einer Vor- und Nachtour, bei der die antiken Stätten besucht werden, liegt der Fokus der Veranstaltung auf einer Seminarphase in Olympia, bei der sich die Teilnehmer\*innen über die Olympische Erziehung und Wertevermittlung im und durch Sport weiterbilden können.

Die *Poster-Serien „Faszination Olympia“* und „*Olympia auf Schnee und Eis: Faszination Winterspiele*“ sind ein weiteres Angebot der Akademie, sich mit dem Thema Olympische Spiele auseinanderzusetzen. Anhand von je zwölf hochwertigen Postern kann man sich gemeinsam mit den Schüler\*innen einen anschaulichen Überblick über die Geschichte und Entwicklung der Spiele verschaffen. Darüber hinaus bieten die Poster auch eine gute Grundlage für den Diskurs.

Weitere Informationen über die oben genannten Maßnahmen und Projekte finden sich auf der Website der Akademie: [www.doa-info.de](http://www.doa-info.de)

Die „*Olympia ruft: Mach mit!*“-Reihe besteht aus Informationsmaterial (Basiswissen Olympische Spiele), Arbeitsmaterialien für Kindertagesstätten sowie Unterrichtsmaterialien für die Primar- und Sekundarstufe. Die Unterrichtsmaterialien werden anlässlich der Olympischen und Paralympischen Spiele stetig neu aufbereitet.

Nähere Informationen stehen zur Verfügung unter: [www.olympia-ruft.de](http://www.olympia-ruft.de)



# OLYMPISCHE ERZIEHUNG IN DER SCHULE

Olympische Erziehung zielt auf eine ganzheitliche Bildung von Körper und Geist, die eine harmonische Entwicklung aller Persönlichkeits- und Verhaltensbereiche umfasst und dafür eine aktive sportliche Betätigung verlangt.

## **Olympisches Lernen: Anstrengungsbereitschaft und individuelle Leistung(verbesserung)**

Die Praxis im Sportunterricht stellt einen wichtigen Erfahrungsbereich olympischen Lernens dar. Der besondere pädagogische Gewinn liegt darin, dass die Schüler\*innen sich Ziele setzen, beharrlich üben und ein individuell gutes Resultat anstreben. Dazu kommen die besondere Anstrengung und die Bewährung in Wettbewerbssituationen, in denen man nicht nur sein Bestes geben, sondern auch ein\*e faire\*r Sportpartner\*in sein und bleiben soll. Diese „olympischen Sporterfahrungen“ gelingen besonders dann, wenn von den Lehrkräften auch die Freude am Lernen und Üben und an der individuellen Leistung(verbesserung) angesprochen wird.

## **Olympische Erziehung = Werteerziehung**

Olympische Erziehung hat nicht nur den Einzelnen im Blick, sondern auch die Gemeinschaft. Die Bindung an sportliche Regeln und die Achtung der Sportpartner\*innen und deren Leistung gehören

maßgeblich zum Gedanken der Fairness und sollen die gesamte Sportpraxis prägen. Die Gestaltung des Sportunterrichts sollte sich deshalb immer an diesen Maßstäben orientieren.

## **Olympische Erziehung – mehr als „nur“ Sport**

Mit diesem integrierten Erziehungsauftrag umfasst die Olympische Erziehung vier Kompetenzbereiche von Kindern und Jugendlichen: Neben *sportlichem Können* sollte auch allgemein *soziales Handeln*, *moralisches Verhalten* und die *geistige Bildung* über olympisches Wissen gefördert werden.

So werden durch diese vielseitigen Aspekte einer Olympischen Erziehung auch nahezu alle Schulfächer angesprochen. Schon vor den Olympischen und Paralympischen Spielen, aber natürlich auch während der Spiele empfiehlt es sich, die Schüler\*innen zu motivieren, „olympische Materialien“ zu sammeln (Tagespresse, Zeitschriften, Internetartikel, Werbematerialien u. a.), die sich zur Herstellung von Plakatwänden und Collagen eignen.

Jedes Kapitel beginnt mit Hinweisen für Lehr\*innen. Dort finden sich alle Arbeitsblätter des jeweiligen Kapitels in einer übersichtlichen Tabelle sowie eine Empfehlung, für welches Unterrichtsfach sich das Arbeitsblatt eignet.

# BEGLEITET UNS AUF DEM WEG NACH PEKING

TEAM



冬  
冬  
天



Top Partner



Allianz



Sparkasse



@TEAMD  
 TEAM DEUTSCHLAND  
 TEAMDEUTSCHLAND  
 TEAM DEUTSCHLAND  
 @TEAMDEUTSCHLAND

#WirfuerD #TeamD

[WWW.TEAMDEUTSCHLAND.DE](http://WWW.TEAMDEUTSCHLAND.DE)

© picture alliance

# OLYMPIA IN DER SCHULE

## Was ist erlaubt, was nicht?

### Schutz des olympischen Emblems und der olympischen Bezeichnungen vor der kommerziellen Ausnutzung durch Trittbrettfahrer

In Deutschland schützt das Olympiaschutzgesetz die olympischen Bezeichnungen „Olympiade“, „Olympia“ und „olympisch“ (auch in anderen Sprachen) und das olympische Emblem („Olympische Ringe“).

Dem Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) steht dabei als Nationales Olympisches Komitee für Deutschland das ausschließliche Recht auf Verwendung und Verwertung des olympischen Emblems und der olympischen Bezeichnungen sowie ähnlichen Bezeichnungen und Emblemen im geschäftlichen Verkehr im Rahmen des Olympiaschutzgesetzes zu.

Dieser umfassende Schutz des olympischen Emblems und der olympischen Bezeichnungen dient als Schutz vor Unternehmen, welche die Bekanntheit der olympischen Bezeichnungen und der Olympischen Ringe für ihre eigenen kommerziellen Zwecke ausnutzen wollen, ohne einen finanziellen Beitrag hierfür zu leisten. Der Schutz vor solchen „Trittbrettfahrern“ ist für die Finanzierung und damit die Existenz der Olympischen Spiele von großer Bedeutung.

### Kein Verwendungsverbot für rein gemeinnützige schulische Projekte

Der besondere Schutz der olympischen Bezeichnungen und des olympischen Emblems bezweckt aber nicht, dass ideellen bzw. schulischen Zwecken dienende Projekte, die rein gemeinnützig organisiert werden und den Olympischen Gedanken und die Olympische Erziehung fördern, be- oder gar verhindert werden.

Im Gegenteil: Die Olympischen Spiele und der Olympische Gedanke sollen Anreiz und Vorbild für eine sportliche Betätigung von Schüler\*innen sein. Gerne sollen daher solche gemeinnützigen schulischen Aktionen und Veranstaltungen, z.B. die sportliche Ausrichtung einer „olympischen Projektwoche“ oder die Befassung mit den Olympischen Spielen im Rahmen des Schulunterrichts, auch über die Verwendung der olympischen Bezeichnungen und des olympischen Emblems eine Nähe zur Olympischen Bewegung bekommen. Um Verstöße gegen das Olympiaschutzgesetz oder Schutzrechte des IOC bzw. des DOSB zu vermeiden, sollten dabei allerdings insbesondere die folgenden Spielregeln beachtet werden:

1. Es dürfen keine Sponsoren eingebunden werden, die sich damit in unzulässiger Weise in die Nähe von Olympischen Spielen rücken könnten.
2. Es darf kein wirtschaftlicher Zweck verfolgt werden (z. B. Ausrichtung der betreffenden Veranstaltung gegen Entgelt durch den Verkauf von Eintrittskarten, Erheben von Startgebühren oder Verkauf von Merchandising-Artikeln).

Werden diese Anforderungen beachtet, steht der Umsetzung nichts im Wege. Insbesondere besteht in diesem Fall auch keine Pflicht zur Anmeldung und Einholung einer Genehmigung beim DOSB. Eine Prüfung des geplanten Projekts durch den DOSB ist aber empfehlenswert, um Gewissheit über deren Zulässigkeit zu haben.

Bei Rückfragen kann das Ressort Marketing des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) unter [marketing@dosb.de](mailto:marketing@dosb.de) kontaktiert werden.

*Der DOSB begrüßt jede olympische Initiative in der Schule und wünscht bei deren Umsetzung viel Erfolg.*

# GASTGEBERLAND CHINA UND OLYMPIA- STADT PEKING

Am 4. Februar 2022 ist es soweit: Nach 2008 und nicht ganz vier Olympiaden kommen die Olympischen Spiele (Zeitraum: 4. bis 20. Februar) wieder zurück nach Peking. Genau einen Monat später starten auch die Paralympischen Spiele (4. bis 13. März). Die zweite Auflage in China stellt zugleich eine Premiere dar: Nie zuvor wurden in einer Stadt sowohl Sommer- als auch Winterspiele ausgetragen.

Mit dem Gastgeberland China und der Olympiastadt Peking sind viele spannende kulturelle und geographische, aber auch zahlreiche kritische Aspekte verknüpft. Die Auseinandersetzung mit

diesen unterschiedlichen Facetten des Ausrichters bietet große Potenziale für die eigene Meinungsbildung bei Kindern und Jugendlichen.

Um sich genauer mit dem Gastgeberland China auseinander setzen zu können, wurde eine Linksammlung bereitgestellt, die unter dem folgenden QR-Code zu finden ist. Diese Linksammlung bietet die Möglichkeit, sich tiefer in verschiedene Bereiche des Gastgeberlandes einzulesen.



© Unsplash/David Vekster

*Blick über die verschneite Chinesische Mauer*



**Jugend trainiert**  
für Olympia & Paralympics

*Der größte Schulsportwettbewerb der Welt.*

Deutsche  
Schulsportstiftung



Der Bundeswettbewerb der Schulen  
Jugend trainiert für Olympia & Paralympics  
ist mit ca. 800.000 teilnehmenden  
Schüler\*innen pro Jahr der  
**weltgrößte**  
**Schulsportwettbewerb.**



**DEUTSCHE  
OLYMPISCHE  
AKADEMIE**

Die **Deutsche Schulsportstiftung**  
und die **Deutsche Olympische Akademie**  
stehen gemeinsam für eine  
olympische Werteerziehung!



[www.jugendtrainiert.com](http://www.jugendtrainiert.com)

Hauptsponsor



Premium Partner



Partner



Wir sind Matratze.



Förderer



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

# ALLE ARBEITSBLÄTTER AUF EINEN BLICK

## Print- und Online-Version

### **A** Gastgeberland China: Land, Leute und Kultur

---

1. Deckblatt „Plakat“ und „Lapbook“
2. China – lerne dieses große Land genauer kennen  
*Kopiervorlage für das Lapbook:  
Faltblatt „China“*
3. Peking (Beijing) – „Nördliche Hauptstadt“  
*Kopiervorlage für das Lapbook:  
FlipFlap „Peking“*
4. Die Chinesische Mauer  
*Kopiervorlage für das Lapbook:  
Klappkarte „Chinesische Mauer“*
5. Ein Schultag in China  
*Kopiervorlage für das Lapbook:  
Tabelle „Schultag“*
6. Tangram – ein altes chinesisches Legespiel  
*Kopiervorlage: Tangram  
Kopiervorlage für das Lapbook:  
Papiertasche „Tangram“*
7. Pandabären
8. Erfindungen des alten Chinas  
*Kopiervorlage für das Lapbook:  
Klappheft „Erfindungen“*
9. Chinesische Sage
10. Neujahr in China
11. Ratte, Tiger, Pferd – chinesische Tierkreiszeichen  
*Kopiervorlage für das Lapbook:  
Faltdreieck „Tierkreiszeichen“*
12. Chinesische Zahlen
13. Traditionelle Glückssymbole  
*Kopiervorlage für das Lapbook:  
Faltstreifen „Glückssymbole“*
14. So schreibt man in China

### **B** Olympische Werte und Fair Play: Aktiv verstehen lernen

---

1. Werte – was ist das überhaupt?
2. Wertekarten und Spiele
3. Theater, Theater
4. Werte-Memory
5. Werte für mich, für uns und für Sportler
6. Verhalten, Verstöße und Konsequenzen

### **C** Peking 2022: Olympische und Paralympische Spiele

---

1. Pandabär und Laterne – die Maskottchen der Spiele
2. Maskottchen Bing Dwen Dwen
3. Maskottchen Shuey Rhon Rhon
4. Dominospiel: Olympische und Paralympische Sportarten
5. Im Olympischen Dorf mit Michelle Uhrig

### **D** Olympische Idee und Symbole: Rituale spielerisch vermitteln

---

1. Das Spiel der Ringe
2. Von den Flaggen der Gastgeber zu den Olympischen Ringen

### **E** Olympische und paralympische Sportpraxis: Sportarten und Ernährung

---

1. Bewegungs-Memory  
*Steckbrief von Anna-Lena Forster,  
Clara Klug und Felix Loch*
2. Fünfkampf  
🌐 *Laufzettel (online)*
3. Skilanglauf – ohne Schnee – in der Schule
4. Ernährung nach der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM)  
*Wortgitter, Fünf-Elemente-Rezept:  
Brombeer-Hirse-Brei*  
🌐 *Informationstext über die Ernährung nach der TCM (online),* 🌐 *Mandala (online)*

# GASTGEBERLAND CHINA

## Land, Leute und Kultur

### Einführung

Die Unterrichtsmaterialien zu diesem Kapitel geben den Schüler\*innen einen Einblick in das große und zugleich komplexe Gastgeberland der Olympischen Winterspiele 2022. Sie bieten die Möglichkeit, das Land China mit seiner Größe, seiner Tierwelt, seiner Kultur und seinen Lebensgewohnheiten kennen und verstehen zu lernen.

Die Arbeitsblätter des Kapitels können unabhängig voneinander bearbeitet werden und in der Erstellung eines Lapbooks münden. Auf den Arbeitsblättern finden sich über das Symbol „Trimmy/Lapbook“ jeweils Hinweise zu Darstellungsmöglichkeiten im Lapbook. Die Vorlagen dazu können entsprechend heruntergeladen werden. In der 1. Jahrgangsstufe ist anstelle eines Lapbooks auch die Erarbeitung eines Plakates empfehlenswert.



Als Arbeitsziel des Kapitels ist vorgesehen, alle Kopiervorlagen mit den Schüler\*innen zu bearbeiten und damit ein Lapbook zu gestalten.

Die Arbeitsblätter des Kapitels können sowohl nacheinander als auch unabhängig voneinander behandelt werden. Die Altersangaben beziehen sich dabei immer auf das Mindestalter; alle Kapitel sind selbstverständlich auch für ältere Kinder einsetzbar.

 ▶ Kopiervorlage  
Lapbook/Plakat



Selbstgebastelte Lapbook-Elemente

© Gesa Altenburg

### Angesprochene Werte

Empathie ★ Nachhaltigkeit ★ Respekt ★ Toleranz ★ Völkerverständigung

## Auflistung der Arbeitsblätter mit weiteren Informationen

Arbeitsblatt	Titel – Einsatzfach	Anzahl UE	ab Klasse
A1	Deckblatt „Plakat“ und „Lapbook“ <i>Deutsch, Kunst, Mathematik, Sachkunde, Werken</i>	7 – 16	I
A2	China – lerne dieses große Land genauer kennen <i>Deutsch, Sachkunde</i>	1 – 2	II
A3	Peking (Beijing) – „Nördliche Hauptstadt“ <i>Deutsch, Sachkunde</i>	1	I
A4	Die Chinesische Mauer <i>Deutsch, Sachkunde, Sport</i>	1 – 2	I
A5	Ein Schultag in China <i>Deutsch, Sachkunde</i>	1	II
A6	Tangram <i>Mathematik</i>	1 – 2	I
A7	Pandabären <i>Deutsch, Sachkunde</i>	1 – 2	I
A8	Erfindungen des alten Chinas <i>Deutsch, Sachkunde</i>	1	II – III
A9	Chinesische Sage <i>Deutsch, Kunst</i>	1	I
A10	Neujahr in China <i>Deutsch, Sachkunde</i>	1	I
A11	Ratte, Tiger, Pferd – chinesische Tierkreiszeichen <i>Deutsch, Sachkunde</i>	1 – 2	I
A12	Chinesische Zahlen <i>Mathematik, Sachkunde, Werken</i>	1	I
A13	Traditionelle Glücksbringer <i>Mathematik, Sachkunde, Werken</i>	1	I
A14	So schreibt man in China <i>Deutsch, Sachkunde</i>	1	I

Zur Verbesserung der Lesbarkeit für die Kinder wurden Personenbezeichnungen auf den Arbeitsblättern in der männlichen Form verwendet – gemeint sind dabei in allen Fällen alle Geschlechter.

## Umsetzungshinweise

### Arbeitsblatt A2 „China – lerne dieses große Land genauer kennen“

Durch das Lesen (oder Hören) des Sachtextes über China erhalten die Kinder einen ersten Überblick über das Land. Es sollen Neugier und Interesse geweckt und eine Verbindung zwischen China und Deutschland hergestellt werden. Gemeinsam werden wichtige Informationen gesammelt und diese können durch weitere Recherchen im Internet oder in Büchern vertieft werden. Das bearbeitete Faltblatt wird dann Teil des Lapbooks oder kann für einen Hefteintrag verwendet werden. Mit der 1. Jahrgangsstufe ist analog das Ausfüllen des entsprechenden Feldes auf der Plakatvorlage möglich.



Kopie Faltblatt „China“; Schere; Kleber; Lineal; ggf. Abspielgerät



► Sachtext als MP3-Datei

### Arbeitsblatt A3 „Peking (Beijing) – ‚Nördliche Hauptstadt‘“

Die Bilder und kurzen Informationstexte ermöglichen es den Kindern, sich eine Vorstellung von der Metropole Peking zu machen. Außerdem erfahren sie, dass Peking schon einmal Austragungsort Olympischer und Paralympischer Spiele (Peking 2008) war.

Dies regt zum Austausch an, wie es z. B. möglich sein kann, am gleichen Ort Sommer- und Winterspiele zu veranstalten und bereits vorhandene Sportstätten erneut zu nutzen. Auch auf die Schriftsprache in China wird auf diesem Arbeitsblatt eingegangen und diese unter „Chinesische Schriftzeichen“ thematisiert.

Das bearbeitete FlipFlap wird anschließend Teil des Lapbooks oder kann für einen Hefteintrag verwendet werden. Mit der 1. Jahrgangsstufe wiederum kann das entsprechende Feld auf der Plakatvorlage ausgefüllt werden.



Kopie FlipFlap „Peking“; Schere

### Arbeitsblatt A4 „Die Chinesische Mauer“

Der kurze Informationstext soll die Besonderheiten der Chinesischen Mauer aufzeigen. Die herausgearbeiteten Punkte schreiben die Kinder dann auf eine Klappkarte und kleben diese in ihr Lapbook. Für die 1. Klasse kann auch ein Bild von der Chinesischen Mauer gemalt bzw. eine Vorlage ausgemalt und auf das Plakat geklebt werden.

Der Kerngedanke der Olympischen Erziehung zielt neben der Pädagogik auch auf eine aktive sportliche Betätigung hin, ein Wettstreben zum Erzielen sportlicher Leistungen. Als Anregung dazu und analog des „Great Wall Marathon“ soll der im Arbeitsblatt dargestellte Treppenlauf dienen, der in verschiedenen Variationen durchgeführt werden kann. So können auch klassenintern Gruppen zu zweit oder zu dritt gebildet werden, um den Treppenmarathon gemeinsam zu bewältigen.

Neben dem Klassentreppenlauf kann der Wettbewerb auch jahrgangs- oder schulbezogen durchgeführt werden. Dazu werden die Durchschnittsleistungen jeder Klasse auf einem Plakat in der Pausenhalle notiert.

#### Zusätzliche Informationen:

- 1987 wurde die Chinesische Mauer von der UNESCO zum Weltkulturerbe erklärt. 2007 wurde sie als eines der „neuen sieben Weltwunder“ ausgewählt, zu denen noch folgende Bauwerke zählen: Chichén Itzá, Cristo Redentor, Kolosseum, Machu Picchu, Petra und das Taj Mahal.
- Seit 1999 findet jedes Jahr am dritten Samstag im Mai der „Great Wall Marathon“ statt. Dieses Marathonrennen verläuft entlang des Huangya-Passes, ca. 120 km östlich von Peking.



Kopiervorlage Klappkarte „Chinesische Mauer“; Schere; Kleber; Liste für Klassenwertung „Treppenlauf“



- ▶ Excel-Liste Klassenwertung „Treppenlauf“
- ▶ Ausmalbild Chinesische Mauer
- ▶ Informationen über die neuen sieben Weltwunder

### Arbeitsblatt A5 „Ein Schultag in China“

Anhand des Textes und des Videos erhalten die Schüler\*innen einen Einblick in den Schulalltag eines chinesischen Kindes. So können Gemeinsamkeiten und Unterschiede herausgearbeitet werden, um Toleranz gegenüber dem Fremden zu entwickeln und Verständnis aufzubauen.

 Kopie Tabelle „Schultag“; Schere

 ▶ Video „Wissensmix: Wie lernen chinesische Kinder?“

### Arbeitsblatt A6 „Tangram“

Viele Kinder kennen das Legen von Figuren mit dem Tangram-Spiel bereits aus dem Mathematikunterricht. Das Arbeitsblatt zeigt auf, dass dieses Legespiel aus China stammt und erzählt die Legende zu den sieben (geometrischen) Teilen des Tangrams.

 Kopie Tangramteile; Kopie Papiertasche; Schere

 ▶ Weitere Tangramvorlagen  
▶ Tangram online spielen



Lösungen der Tangram-Figuren

© DOA

### Arbeitsblatt A7 „Pandabären“

Pandabären in freier Wildbahn finden sich nur noch in den Bergen Chinas. Auf dem Arbeitsblatt werden die Besonderheiten dieser Säugetiere hervorgehoben. Auch der Artenschutz wird thematisiert, um ein Bewusstsein dafür zu entwickeln, dass einige Tierarten auf dieser Welt vom Aussterben bedroht sind.

 weißes DIN-A4-Papier; Schere

 ▶ [Klexikon.de](http://Klexikon.de)  
▶ [SWR Kindernetz](http://SWR Kindernetz)  
▶ [Memoryspiel Pandabären](#)

### Arbeitsblatt A8 „Erfindungen des alten Chinas“

Die Kultur des alten Chinas hat einige der größten Errungenschaften hervorgebracht und damit die Entwicklung der Menschheit sehr stark beeinflusst. Den Kindern soll vor Augen geführt werden, wie lange es solche Erfindungen, darunter ganz alltägliche und immer noch gebräuchliche Gegenstände, schon gibt.

Auf die im Arbeitsblatt verwendeten Bezeichnungen „vor Christus“ und „nach Christus“ sollte eingegangen und diese mit den Kindern besprochen werden.

 Kopie Klappheft „Erfindungen“; Schere; Kleber

 ▶ [Neueste Erfindungen](#)

### Arbeitsblatt A 9 „Chinesische Sage“

Durch das Lesen der chinesischen Sage soll die Neugier der Kinder für die Kultur des Landes geweckt werden. Sie lesen den Text gemeinsam und suchen sich die für sie besonders ansprechenden Szenen heraus. Durch Bezüge zur Heimat (hier: Valentinstag) kann eine Brücke zwischen China und Deutschland gebaut werden.

Malen von Bildern, Theaterspiel und freies Erzählen bieten sich als Möglichkeiten eines praxisorientierten Unterrichts an.

---

### Arbeitsblatt A 10 „Neujahr in China“

Die Besonderheit, dass die Chinesen den Jahresanfang zweimal feiern, wird mit den Olympischen und Paralympischen Spielen Peking 2022 in Zusammenhang gebracht. Von den vielen, unterschiedlichen Festen, die in China gefeiert werden, findet das Frühlingsfest hier besondere Erwähnung.

Ab der 3. bzw. 4. Jahrgangsstufe könnte der Termin für das chinesische Neujahr anhand eines Kalenders gemeinsam errechnet werden. Zum besseren Verständnis sollte dabei in einem Klassengespräch auf den Winteranfang und die Mondphasen eingegangen werden.



Informationen zu den Mondphasen:

- ▶ [Chinaseite.de](http://Chinaseite.de)
- ▶ [warum-wieso.de](http://warum-wieso.de)

---

### Arbeitsblatt A 11 „Ratte, Tiger, Pferd – chinesische Tierkreiszeichen“

In Gegenüberstellung zu den bei uns gebräuchlichen Sternzeichen werden die chinesischen Tierkreiszeichen vorgestellt und erklärt. In ähnlicher Weise, wie sich der Biathlet und zweifache Bronzemedailengewinner Benedikt Doll Gedanken über die Charaktereigenschaften macht, die seinem chinesischen Tierkreiszeichen zugeordnet sind, sollen die Kinder herausfinden, welches Tierkreiszeichen ihrem eigenen Geburtsjahr entspricht und ob sie die dazugehörigen Eigenschaften an sich wiedererkennen können.

Ein Gedankenaustausch in Paar- oder Kleingruppenarbeit kann die Sichtweise über die eigenen Charaktereigenschaften ergänzen.

Für einen Eintrag in das Lapbook sollen die Kinder in einem Faltdreieck ihr Geburtsdatum, ihr Sternzeichen und ihr Tierkreiszeichen eintragen.

Nach Bearbeitung des Arbeitsblattes „Chinesische Zahlen“ kann in diesem Faltdreieck auch noch das Geburtsdatum in chinesischer Schreibweise ergänzt werden.



Kopie Faltdreieck „Tierkreiszeichen“; Schere; Kleber



▶ [Benedikt Doll](#)

**Arbeitsblatt A12 „Chinesische Zahlen“**

Die Schüler\*innen lernen die chinesischen Zahlen von 1 bis 10 in Schrift und Aussprache kennen. Um ein Datum zu schreiben, muss die Reihenfolge „Jahr, Monat, Tag“ beachtet werden. Dieses Wissen ermöglicht es dann den Kindern, ihr Geburtsdatum auf Chinesisch zu schreiben. Wenn ein Lapbook angelegt wird, kann dieses Geburtsdatum auf dem Faltdreieck „Tierkreiszeichen“ eingetragen werden; siehe Arbeitsblatt „Ratte, Tiger, Pferd – chinesische Tierkreiszeichen“.

Über das Würfelspiel können die Zahlen zudem spielerisch erlernt bzw. vertieft werden. Dazu müssen zwei Würfel zunächst etwas präpariert werden. Die Zahl Sechs sollte mit einem Stückchen Papier überklebt werden, das mit einer Null beschriftet wird.

Anzahl der Spieler: 3 und mehr.

 Schere; 2 Würfel

**Arbeitsblatt A13 „Traditionelle Glücksbringer“**

Das Leben in China wird stark von Aberglauben und Glücksbringern beherrscht. An drei Beispielen kann die Bedeutung dieser Glücksbringer besprochen werden. Ein Vergleich mit unseren westlichen Glückssymbolen verdeutlicht die Hintergründe.

 Kopie Faltschleifen „Glückssymbole“; Bastelanleitung: Frosch als Ecklesezeichen; Schere; Kleber; Tonpapier in grün, rot und weiß

-  ▶ Informationen Yin und Yang
- ▶ Video Bastelanleitung



Frosch als Ecklesezeichen

© DOA

**Arbeitsblatt A14 „So schreibt man in China“**

		Feuer		Wasser	
	Berg		Dach		
	Baum		Wasser		Sonne
	Sonne			Feuer	
	Feuer		Baum		Wasser
Berg		Baum			Dach

Sudoku-Lösung

Anhand der aufgeführten Symbole sollen die Schüler\*innen die Besonderheiten der chinesischen Schriftzeichen kennenlernen.

In einem Unterrichtsgespräch werden diese Besonderheiten erarbeitet. Das Sudoku steht zudem als Freiarbeit zur Verfügung.

## Quellenangaben

- 5.164 Treppenstufen in die Geschichte! – Great Wall Marathon. (o. D.). Albatros Travel. Abgerufen am 12. Juli 2021, von <https://great-wall-marathon.com/german>
- B. (2013, 3. September). *Chinesische Zahlen*. China-Park. <http://www.china-park.de/sprache/chinesische-zahlen/#content>
- *Die Chinesische Mauer, wie lange ist die chinesische Mauer 2020*. (o. D.). Chinarundreisen.com. Abgerufen am 12. Juli 2021, von <https://www.chinarundreisen.com/china-info/die-chinesische-mauer/>
- *Chinesische Sprache – Klexikon – das Kinderlexikon*. (o. D.). Klexikon. Abgerufen am 12. Juli 2021, von [https://klexikon.zum.de/wiki/Chinesische\\_Sprache](https://klexikon.zum.de/wiki/Chinesische_Sprache)
- *chinesischer Knoten, Chinesische dekorative Verknötungen*. (o. D.). Chinarundreisen.com. Abgerufen am 12. Juli 2021, von <https://www.chinarundreisen.com/china-info/chinesischer-knoten.htm>
- *Chinesisches Neujahrsfest. Geschichte & Bräuche – Einfach interessant!* (2019, 30. Januar). MandaLingua. <https://www.mandalingua.com/de/china-guide/chinesische-kultur/chinas-traditionelle-feste/chinesisches-neujahrsfest/>
- fragFINN e.V. (2021, 28. Juni). *fragFINN – die Suchmaschine für Kinder*. fragFINN. <https://www.fragfinn.de/>
- *Gibt es Pandas nur in China? – WAS IST WAS*. (o. D.). Tessloff Verlag. Abgerufen am 12. Juli 2021, von <https://www.wasistwas.de/details-natur-tiere/gibt-es-pandas-nur-in-china.html>
- *Große Pandas im WWF-Artenlexikon: Zahlen & Fakten*. (o. D.). wwf. Abgerufen am 12. Juli 2021, von <https://www.wwf.de/themen-projekte/artenlexikon/grosser-panda>
- K. (2017a, Mai 15). *Entwicklung der chinesischen Schrift*. Chinaseite.de. <http://www.chinaseite.de/china-kultur/chinesische-zeichen/chinesische-schrift.html>
- Kinder, F. A. B. D. A. K. B.-. (2014, 19. Juni). *Chinesisch für Kinder (iPad, iPhone): Monki Chinese Class App*. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=OwEY5gpA3fU>
- *Kinderweltreise | Startseite*. (2018, 7. März). Kinderweltreise. <https://www.kinderweltreise.de/>
- *Kinderzeitmaschine | Erfindungen*. (2018, 15. Oktober). Kinderzeitmaschine. <https://www.kinderzeitmaschine.de/fruehe-kulturen/china/lucys-wissensbox/erfindungen/>
- *Klexikon – das Kinderlexikon*. (o. D.). Klexikon. Abgerufen am 12. Juli 2021, von <https://klexikon.zum.de/>
- *Der Kuhhirt und die Weberin – Hekaya*. (o. D.). Hekaya. [https://hekaya.de/maerchen/der-kuhhirt-und-die-weberin--asien\\_76.html](https://hekaya.de/maerchen/der-kuhhirt-und-die-weberin--asien_76.html)
- *Legespiel Tangram Vorlagen ausdrucken ausschneiden*. (o. D.). Kinder-Malvorlagen. Abgerufen am 12. Juli 2021, von <https://www.kinder-malvorlagen.com/spiele-drucken/tangram-legespiel.php>
- Nugel, N. (2019, 19. Februar). *Chinesische Zahlen: Zählen wie ein Chinese!* LTL Mandarin Schule. <https://ltl-chinesisch.de/chinesische-zahlen/#chapter-1>
- Obtresal, A. & Li, X. (2016). *Der große Panda / Der große Panda heilt sich mit Akupunktur (China für Kinder)* (1. Aufl.). Drachenhaus Verlag.
- *Peking in Geografie | Schülerlexikon | Lernhelfer*. (o. D.). lernhelfer.de. Abgerufen am 12. Juli 2021, von <https://www.lernhelfer.de/schuelerlexikon/geografie/artikel/peking>
- Predan-Hallabrin, B. (2019, 29. Mai). *Yin und Yang – einfach erklärt*. FOCUS.de. [https://praxistipps.focus.de/yin-und-yang-einfach-erklart\\_111340](https://praxistipps.focus.de/yin-und-yang-einfach-erklart_111340)
- Sennewald, I. (2020, 9. Juni). *China: Chinesische Erfindungen*. Asien – Kultur – Planet Wissen. [https://www.planet-wissen.de/kultur/asien/china\\_weltmacht\\_im\\_umbruch/pwieporzellanpapierschiesspulverradwasstammtnichtauschina100.html](https://www.planet-wissen.de/kultur/asien/china_weltmacht_im_umbruch/pwieporzellanpapierschiesspulverradwasstammtnichtauschina100.html)
- Stadt Köln. (o. D.). *Peking/Beijing – China*. Abgerufen am 12. Juli 2021, von <https://www.stadt-koeln.de/artikel/05705/index.html>
- Ting, T. (2021, 22. März). *Qixi, das chinesische Fest der Liebenden*. Ting Ting's Nest. <https://tingtingsnest.com/chinesischer-valentinstag-qi-xi/>
- *Die vier wichtigsten Erfindungen Chinas. Unglaublich und wahr!* (2019, 12. Juni). MandaLingua. <https://www.mandalingua.com/de/china-guide/chinesische-kultur/highlights/grosse-erfindungen-chinas/>
- visiontimes.com. (o. D.). *Die Legende des chinesischen Valentinstags*. Vision Times. Abgerufen am 12. Juli 2021, von <http://www.visiontimes.net/die-legende-des-chinesischen-valentinstags/>
- W., V. (2017, 3. März). *Lernen in anderen Ländern: China – zwischen Exzellenz und Armut*. sofatutor-Magazin – Lehrer. <https://magazin.sofatutor.com/lehrer/lernen-in-anderen-laendern-china-zwischen-exzellenz-und-armut/>
- Wikipedia-Autoren. (2002, 28. Mai). *Weltwunder*. Wikipedia. [https://de.wikipedia.org/wiki/Weltwunder#E2%80%9EDie\\_neuen\\_sieben\\_Weltwunder%E2%80%9C](https://de.wikipedia.org/wiki/Weltwunder#E2%80%9EDie_neuen_sieben_Weltwunder%E2%80%9C)
- Wikipedia-Autoren. (2003, 28. Juni). *Tangram*. Wikipedia. <https://de.wikipedia.org/wiki/Tangram#Legende>
- Wintermann, K. (2020, 28. Mai). *Warum leuchtet der Mond? – einfach erklärt*. warum-wieso.de. <https://www.warum-wieso.de/weltall/warum-leuchtet-der-mond/>
- Z. (2017b, November 22). *Ein ganz normaler Schultag – Teil 1*. Mit Zora durch China. <https://zorainchina.wordpress.com/2017/11/20/ein-ganz-normaler-schultag-teil-1/>



Online-Materialien

# Deckblatt „Plakat“ und „Lapbook“

## Plakat

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

**Male einen Pandabären:**

Wie groß kann ein Pandabär werden? \_\_\_\_\_ cm

Wie groß bist du? \_\_\_\_\_ cm

Kannst du „Peking“ auf Chinesisch schreiben?

Male die chinesische Flagge aus.



**MEIN PLAKAT**  
zum Gastgeberland der Olympischen und Paralympischen Winterspiele Peking 2022:



**CHINA**

Mein Geburtstag ist am: \_\_\_\_\_

Mein chinesisches Tierkreiszeichen ist: \_\_\_\_\_

Suche dir ein chinesisches Schriftzeichen und male daneben, was es bedeutet

**OLYMPIA RUFT: MACH MIT!**

Schreibe deine Lieblingszahl zwischen 1 und 10 auf Chinesisch auf:

Entdeckst du China auf der Weltkarte? Male Deutschland an und verbinde beide Länder mit einer Linie.






## Lapbook

**MEIN LAPBOOK**  
zum Gastgeberland der Olympischen und Paralympischen Winterspiele Peking 2022:

**CHINA**









**OLYMPIA RUFT: MACH MIT!**



Lapbook von: \_\_\_\_\_

## China – lerne dieses große Land genauer kennen

### Größe und Lage

China gehört flächenmäßig zu den größten Ländern dieser Erde. Es ist das viertgrößte Land der Welt und liegt auf dem Kontinent Asien. Deutschland würde mit seiner Fläche ungefähr 28-mal in China hineinpassen!

Wenn man das Land von Westen nach Osten durchqueren möchte, dann müsste man ungefähr 4.200 Kilometer fahren und von Norden nach Süden sogar ungefähr 4.500 Kilometer. 14 Länder grenzen an China. Im Osten ist es umgeben vom Gelben und Ostchinesischen Meer und im Südosten vom Südchinesischen Meer. Die Hauptstadt Peking (Beijing) liegt im Nordosten des Landes.



Foto einer Landkarte von China

© Unsplash/Xavi Cabrera

### Einwohner

China ist das Land mit der größten Einwohnerzahl der Erde, denn es leben ungefähr 1,4 Milliarden Menschen dort. Das bedeutet, dass jeder fünfte Mensch auf der Welt in China lebt. In Deutschland leben ungefähr 83 Millionen Menschen. Das heißt, in China leben 17-mal so viele Menschen wie in Deutschland.



Blick auf den Mount Everest

### Landschaft und Klima

Da China ein sehr großes Land ist, gibt es in den verschiedenen Regionen auch sehr unterschiedliche Landschaften und Klimazonen. Im Norden finden sich Wüstengebiete. Dort ist es sehr trocken. Im Westen und Süden gibt es lange Gebirgsketten und in der Mitte des Landes liegt ein großes Gebiet mit feuchtem und fruchtbarem Boden. Je weiter man in den Süden bzw. Osten kommt, umso regenreicher und wärmer ist das Wetter. An der Landesgrenze zu Nepal befindet sich der höchste Berg der Welt: der Mount Everest (8.848 Meter) im Himalaya-Gebirge.



© d-maps.com

Landkarte von China

## Längster Fluss

China ist durchzogen mit vielen, langen Flüssen. Der längste Fluss des Landes ist der Jangtsekiang. Er ist 6.380 Kilometer lang. Er entspringt im Himalaya-Gebirge und mündet ins Ostchinesische Meer. Er ist nach dem Nil in Nordafrika und dem Amazonas in Südamerika der drittlängste Fluss der Welt.

## Flagge

Die chinesische Flagge ist rot und hat links oben fünf gelbe Sterne. Der große Stern symbolisiert die Kommunistische Partei, die das Land regiert. Die vier kleinen Sterne stehen für die vier Bevölkerungsgruppen: Arbeiter, Bauern, Kleinbürger und Unternehmer.



*Lies den Text über China oder höre ihn dir an.*

*Sammelt gemeinsam an der Tafel oder auf einem Plakat interessante Informationen. Sucht weitere Informationen zu China in Büchern oder im Internet.*

Kopiervorlage für das Lapbook: **Faltblatt „China“**

Klebe das Faltblatt mit dieser Seite in dein Lapbook

Klebe diese beiden Seiten auf die Rückseite der oberen Seiten.

Schneiden

Falten



Wähle drei interessante Dinge über China aus und trage sie in die Sterne ein. Zeichne nun in die Landkarte folgende Dinge ein:

- höchster Berg
- Hauptstadt Peking
- längster Fluss
- Länge des Landes von Westen nach Osten

Male auf der Vorderseite die chinesische Flagge!

## Peking (Beijing) – „Nördliche Hauptstadt“

Der Name Peking bedeutet auf Chinesisch „Nördliche Hauptstadt“.

In Peking gibt es einen großen Kaiserpalast mit fast 900 verschiedenen Palästen.

Peking hat über 21 Millionen Einwohner und ist eine der größten Städte der Welt.



© BOCOG



Logo der Olympischen Spiele Peking 2008



© Unsplash/zhang kaiyv

Skyline von Peking

# 北京

„Peking“ in chinesischen Schriftzeichen

## Peking (Beijing)



© Unsplash/Ling Tang

Blick auf die Verbotene Stadt Peking



© Beijing 2022

Hochgeschwindigkeitszug

Peking war schon einmal Veranstaltungsort für Olympische Spiele: die Sommerspiele 2008.



© Unsplash/Rafik Wahba

Olympiastadion von Peking

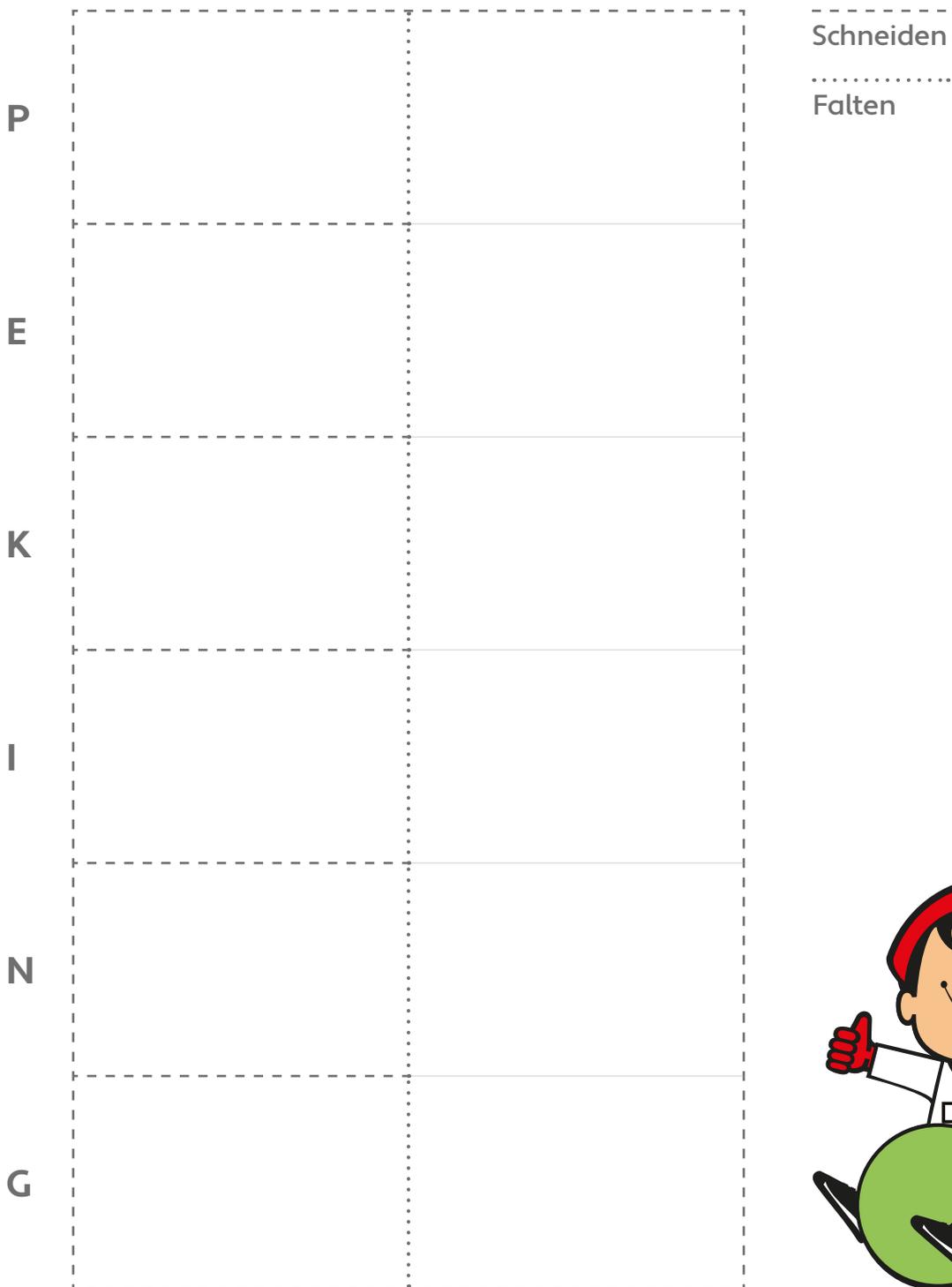
Einige Sportstadien, die für die Sommerspiele 2008 gebaut wurden, werden 2022 wieder genutzt.

Um schnell zu den verschiedenen Wettkampfstätten zu kommen, wurden neue Gleise für sehr schnelle Züge gebaut.



Verbinde jedes Bild mit dem passenden Text.

## Kopiervorlage für das Lapbook: FlipFlap „Peking“



Schneide alle Kärtchen von deinem Arbeitsblatt aus und klebe die beiden zusammengehörigen nebeneinander in das FlipFlap.

Schneide die Querlinien ein und schreibe die Buchstaben P E K I N G außen auf die einzelnen Türchen.

## Die Chinesische Mauer

Bereits vor 2.700 Jahren wurde mit dem Bau der Mauer begonnen, um das Eindringen fremder Völker zu verhindern.

Die „große Mauer“, so wird sie von den Chinesen genannt, ist mit über 6.000 Kilometern die längste Mauer auf der Welt. Sie gilt als das größte Bauwerk der Welt und ist als Schutzsystem einzigartig. Sie zählt zu den „neuen sieben Weltwundern“ der Erde.



### Chinesische-Mauer-Marathon



© iStock Rawpixel

Zeichnung der Chinesischen Mauer

Jedes Jahr findet an der Chinesischen Mauer östlich von Peking der „Great Wall Marathon“ statt – einer der herausforderndsten Läufe der Welt.

Auf den 42,195 Kilometern müssen 1.200 Höhenmeter und 5.164 Treppenstufen bewältigt werden. Die besten Läufer brauchen dazu ungefähr dreieinhalb Stunden.

Hallo, macht ihr mit beim Klassentreppenlauf?



#### **Klassentreppenlauf:**

*Zähle, wie viele Treppenstufen du am Tag auf- und absteigst, zu Hause, in der Schule, in der Freizeit, als Training.*



*Notiere jeden Tag die Anzahl auf einem Plakat im Klassenzimmer. Wer hat als erstes die 5.164 Treppenstufen bezwungen?*

*Rechne aus: Welche Länge ergeben alle Stufen zusammen, wenn eine Treppenstufe 50 Zentimeter tief ist.*

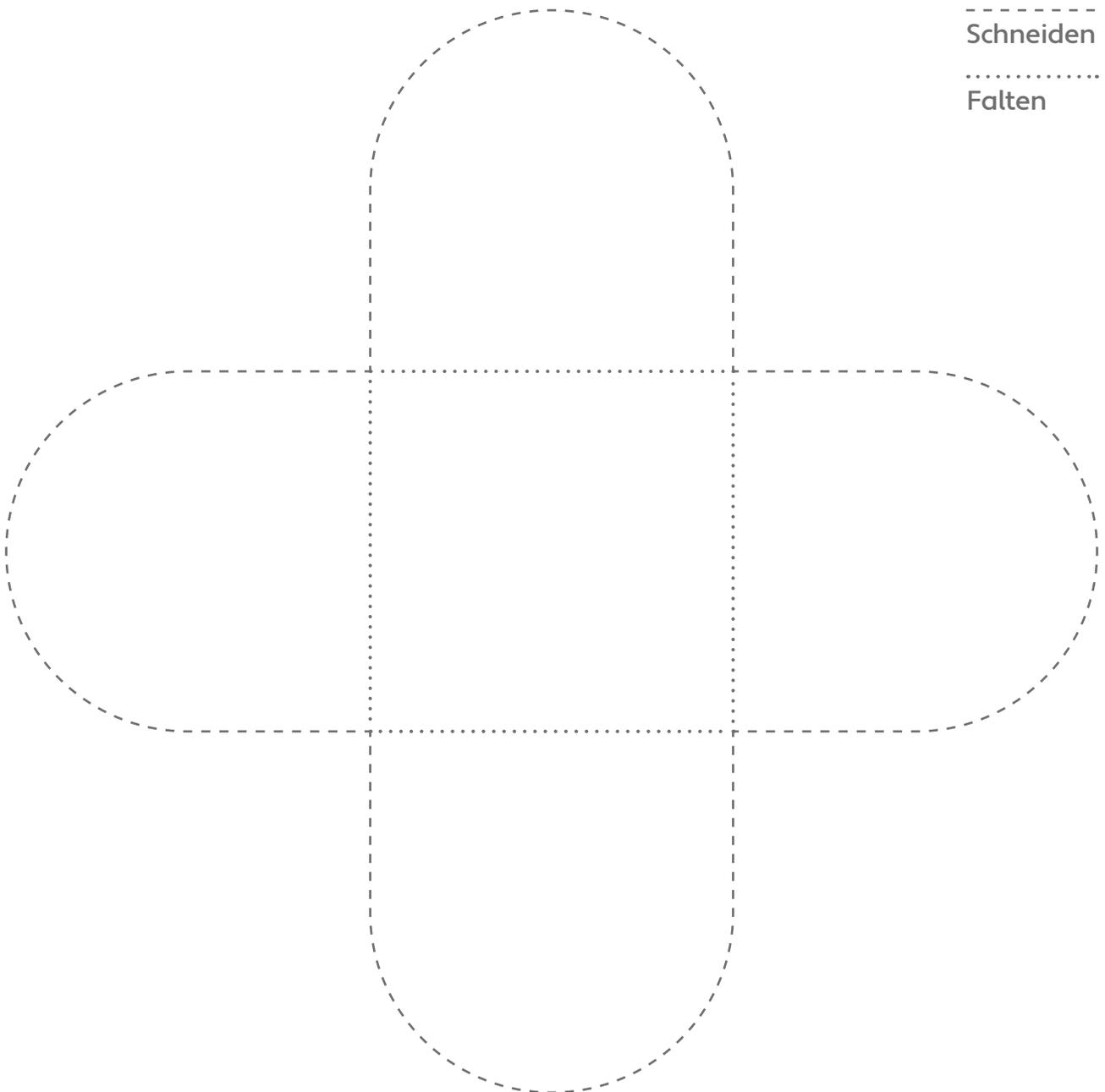
## Kopiervorlage für das Lapbook: Klappkarte „Chinesische Mauer“



### Viereck zum Aufklappen

Schreibe vier Besonderheiten der Chinesischen Mauer auf die Innenseiten der Klappen. In die Mitte malst du ein Bild der Chinesischen Mauer. Auf die Außenseite der obersten Klappe kommt die Überschrift des Arbeitsblattes.

Klebe die Klappkarte in dein Lapbook.



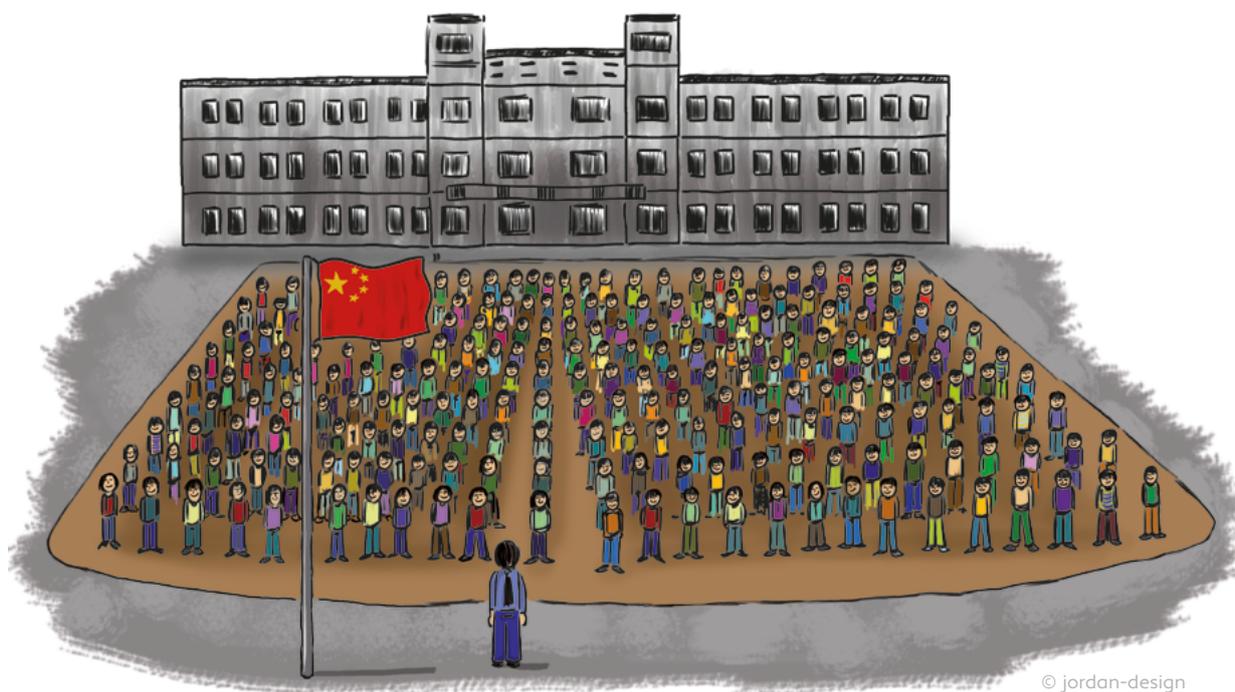
-----  
Schneiden

.....  
Falten

## Ein Schultag in China

Die Kinder in China werden wie in Deutschland mit sechs Jahren eingeschult. Davor waren sie in einem Kindergarten und haben dort bereits Lesen, Rechnen und Schreiben gelernt!

Der Schultag beginnt in China um 7:30 Uhr. Am Anfang treffen sich alle auf dem Schulhof. Dort wird die Flagge gehisst, die Nationalhymne gesungen und zusammen ein kurzes Sportprogramm durchgeführt.



© jordan-design

Morgenritual in chinesischer Schule

Die Schule endet erst am Nachmittag gegen 16 Uhr. Danach gehen viele Kinder weiter zu Förder- und Nachhilfestunden. Am Abend müssen sie noch ihre Hausaufgaben machen.

In China gibt es keine Noten, sondern Punkte. 100 Punkte sind die beste Leistung. Die Kinder in China haben im Sommer ungefähr sieben Wochen Ferien. Allerdings besuchen viele von ihnen auch in den Sommerferien Kurse und lernen dort weiter.



**Lest den Text und sprecht über Unterschiede und Gemeinsamkeiten eines Schultages in China und in Deutschland.**

## Kopiervorlage für das Lapbook: FlipFlap „Peking“

 ... in China	Schultag ...	 ... in Deutschland
	Mit wie viel Jahren werden die Kinder eingeschult?	
	Wann fängt der Unterricht an und wann endet er?	
	Wie startet der Schultag?	
	Wie werden Leistungen bewertet?	
	Lernen die Kinder auch in den Sommerferien?	

-----  
Schneiden.....  
Falten

Vergleicht die beiden Länder und füllt die Tabelle aus.

Faltet dann die Außenseiten nach innen.



## Tangram - ein altes chinesisches Legespiel



Eine Legende besagt, dass ein Mönch seinen Schüler los-schickte, um die Welt mit all ihren wunderbaren Tieren, Pflanzen und Menschen zu erkunden. Dabei sollte der Schüler die Vielfalt der Welt auf eine Keramiktafel malen. Leider fiel ihm die Keramiktafel aus den Händen und zer-sprang in sieben Teile. Er schaffte es nicht, die Teile wieder zusammenzusetzen.

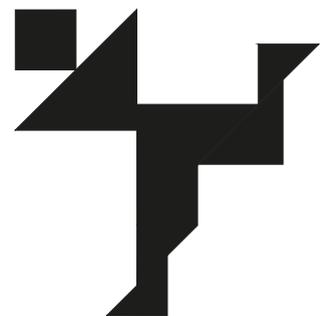
Aber während er es probierte, entstanden unzählige wun-derschöne Figuren. Auf einmal wurde dem Schüler klar, dass er nicht in die weite Welt ziehen musste, um die Vielfalt der Erde zu entdecken, sondern, dass diese auch mit den sieben Teilen entstehen konnte.

Tangram ist ein uraltes chinesisches Legespiel und wurde vermutlich vor über 2.400 Jahren erfunden.



© Gesa Altenburg

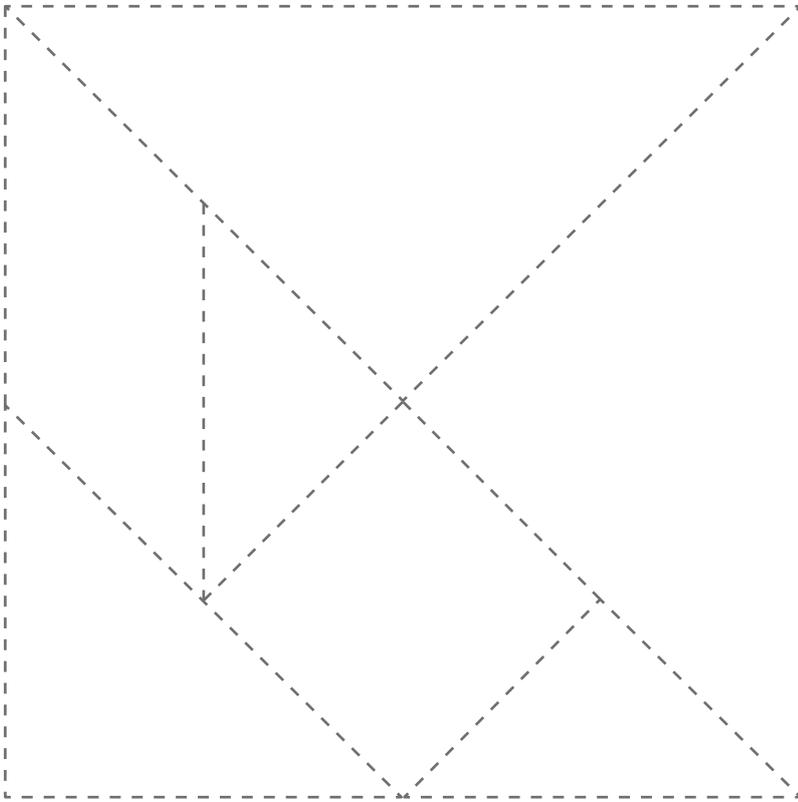
Schüler legt Tangram-Teile zusammen.



**Schneide die sieben Teile des Tangrams aus.**  
Wie heißen diese geometrischen Formen?  
Versuche nun die Schattenbilder „Chinese“  
und „Eisläufer“ mit den Teilen zu legen.

**Wichtig ist, dass du dabei alle sieben Teile verwendest!**

## Kopiervorlage: Tangram

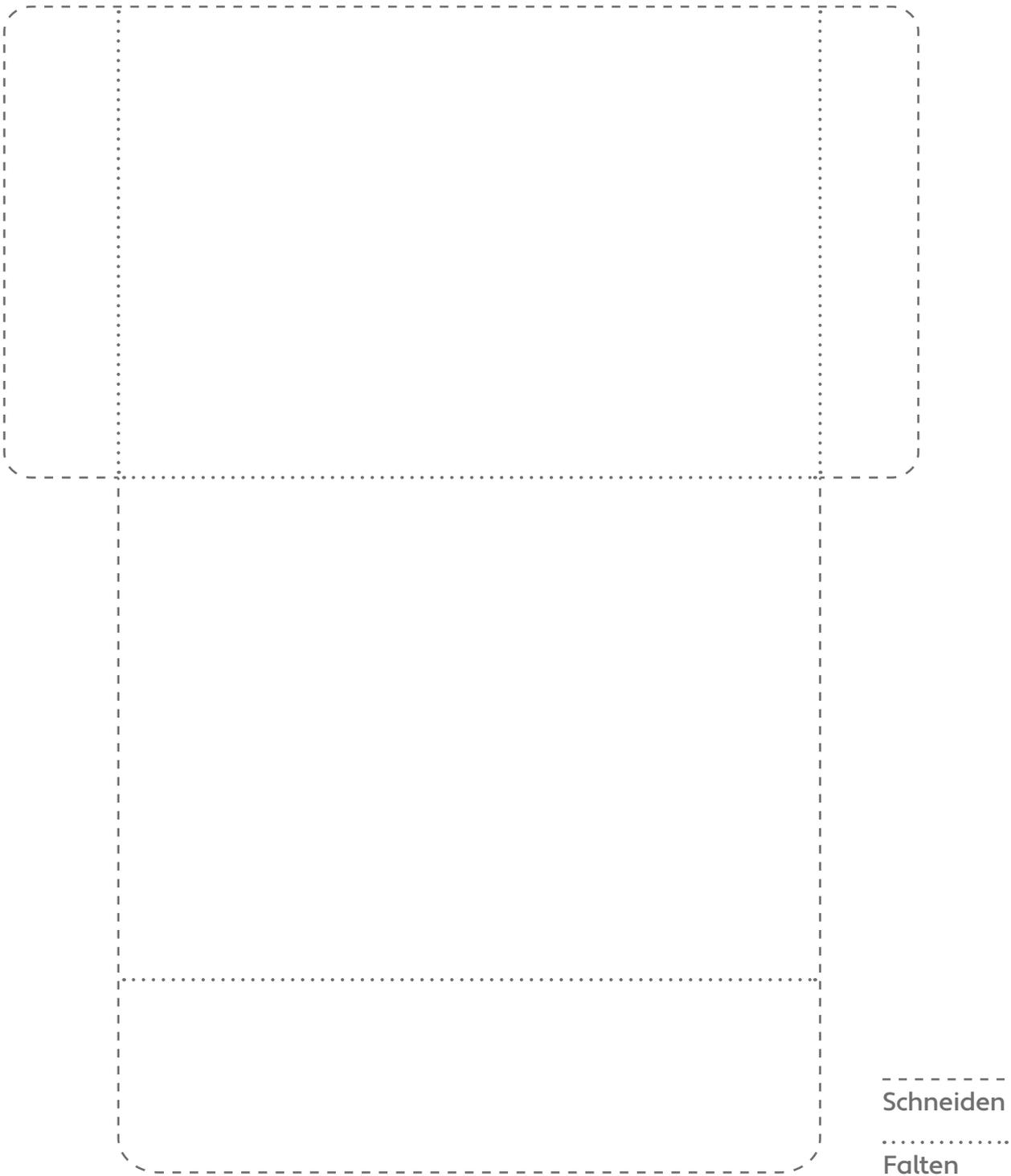


Schneiden



*Male die Tangram-Teile in den sieben Farben aus und schneide sie ordentlich aus.*

## Kopiervorlage für das Lapbook: Papiertasche „Tangram“



*Falte die Papiertasche:  
Nun hast du eine Aufbewahrung  
für deine Tangram-Teile.*

## Pandabären



© Unsplash/Jay Wennington

Pandabär beim Fressen von Bambus

Bei den Pandabären unterscheidet man zwischen zwei Arten. Es gibt den Kleinen Pandabären (rötliches Fell; auch Katzenbär genannt) und den Großen Pandabären. Dieser ist ein Nationalsymbol des Landes China und steht unter Artenschutz.

Der Große Pandabär hat eine auffällige schwarz-weiße Fellfärbung. Die Hinterbeine, die Vorderbeine, die Schultern, die Schnauze, die Ohren und die Augenumrandung sind schwarz, der Rest ist weiß. Pandabären wiegen zwischen 70 und 140 Kilogramm und können bis zu 180 Zentimeter groß werden.

Die wenigen frei lebenden Großen Pandabären findet man nur noch im Südwesten Chinas. In den Bergen dort finden sie Laub- und Nadelwälder mit vielen Bambuspflanzen. Sie fressen fast ausschließlich Bambus (9 bis 20 Kilogramm Bambus täglich!) und sind am Tag bis zu 12 Stunden mit der Futtersuche und dem Fressen beschäftigt.

Pandabären sind vom Aussterben bedroht und stehen deshalb in China schon seit über 80 Jahren unter besonderem Schutz. Ein Pandababy kommt nach einer Tragezeit von drei bis fünf Monaten auf die Welt. Es wiegt am Anfang nur ungefähr 80 bis 200 Gramm (ungefähr so viel wie eine Tafel Schokolade!).



© Unsplash/Kinsey

Bambus



*Lies den Text zu den Pandabären.*

*Wenn du noch mehr über den Großen Pandabär wissen möchtest, dann suche in Büchern und im Internet.*



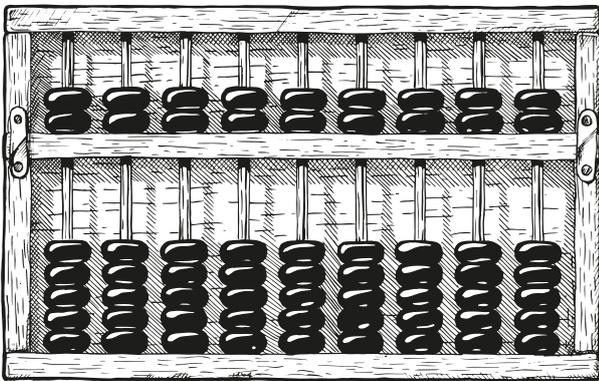
*Male einen Pandabären und schreibe verschiedene Informationen zum Großen Pandabären (Lebensraum, Nahrung, Nachwuchs) in seinen Körper.*



## Erfindungen des alten Chinas

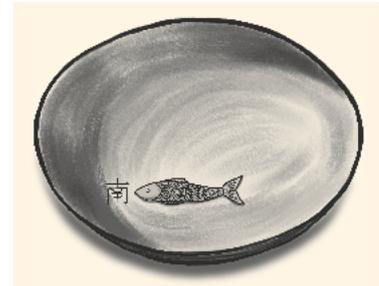
China wird als eine der ältesten Kulturen der Welt bezeichnet. Bereits schon vor Tausenden von Jahren wurden in China viele Erfindungen gemacht, die für uns heute noch von großer Bedeutung sind.

Hallo Kinder, wisst ihr wer die **Nudeln** erfunden hat? Ihr denkt bestimmt es waren die Italiener! Falsch, es waren die Chinesen. Bei Ausgrabungen in China wurde eine **4.000 Jahre** alte Schale gefunden, mit den wohl ältesten Nudeln der Welt.



Abakus

**1.100 Jahre v. Chr.** rechneten die Chinesen schon mit dem **Abakus** und sogar heute gibt es noch Chinesen, die lieber damit rechnen als mit einem modernen Taschenrechner.



Fisch-Kompass

**400 Jahre v. Chr.** gab es in China schon den **Kompass**. In einem Behälter mit Wasser schwamm ein Fisch (Goldfisch) aus Eisenerz, der seine Nase immer nach Süden ausrichtete.

**100 Jahre v. Chr.** wurde aus Baumrinde und später aus Hanffasern **Papier** hergestellt. Und dann dauerte es **700 Jahre**, bis in Peking die erste Zeitung erschien, gedruckt mit einer damals neu erfundenen **Holzdruckerpresse**.



Feuerwerk

**1.000 Jahre n. Chr.** vermischten die Chinesen Salpeter, Holzkohle und Schwefel und stellten daraus **Schießpulver** her. Eigentlich suchten sie nach einem Mittel für Unsterblichkeit, erfanden dabei aber das Feuerwerk.



**Weißt du, was vor oder nach Christus bedeutet?**

**Berechnet gemeinsam, wie alt die einzelnen Erfindungen sind.**

## Kopiervorlage für das Lapbook: Klappheft „Erfindungen“



Schneide die 7 Seiten des Klappheftes aus. Klebe sie nacheinander am oberen Rand zusammen, fange mit Seite 1 als unterste Seite an, sodass zum Schluss Seite 7 oben liegt.

Auf Seite 1 malst du ein Bild der ältesten Erfindung und schreibst die Jahreszahl unter die Linie. Die weiteren Seiten bemalst und beschriftest du entsprechend. Auf Seite 7 schreibst du die Überschrift „Erfindungen“.

1	2	3
6	5	4
7		

-----  
Schneiden

-----  
Kleben

-----  
Jahreszahl

## Chinesische Sage

### Die Legende vom Hirtenjungen Niúláng und dem Webermädchen Zhīnǚ

Vor vielen Jahren lebte ein kluger und fleißiger Kuhhirte in China. Er besaß einen Ochsen und ein kleines Stück Land, auf die er sehr stolz war.

An einem heißen Sommertag flog Zhīnǚ vom Himmel auf die Erde. Sie war die Tochter des Himmelskaisers und da sie sehr geschickt im Weben war, nannte man sie auch das Webermädchen. Sie wollte im See baden, um sich zu erfrischen. Dabei erblickte sie den Kuhhirten, verliebte sich in ihn und heiratete ihn. Die beiden lebten glücklich und zufrieden.

Als dies aber der Himmelskaiser erfuhr, schickte er die Kaiserin Xi Wangmu auf die Erde. Diese entführte das Webermädchen, um es zum Himmel zurückzubringen. Doch der Kuhhirte folgte ihr mit seinem Ochsen, der überirdische Zauberkräfte besaß.



Kuhhirte und seine Frau treffen sich auf der Elstern-Brücke

Als Xi Wangmu bemerkte, dass der Kuhhirte immer näher kam, zog sie eine goldene Haarnadel aus ihrem Zopf und zauberte damit einen unüberwindbaren Himmelsfluss, sodass der Kuhhirte von seiner Frau getrennt war. Bitterlich weinend standen sich die beiden am Ufer gegenüber.

Zwei Elstern, die das sahen, hatten Mitleid mit den Liebenden und krächten so laut, dass Tausende von Elstern angefliegen kamen. Sie rückten eng zusammen und bildeten eine Brücke über den Himmelsfluss, damit das Ehepaar sich auf dieser Brücke treffen konnte.

Über diese große Liebe war Xi Wangmu so gerührt, dass sie dem Ehepaar erlaubte, einmal im Jahr, am siebten Tag des siebten Monats zusammenzukommen.

So entstand das Qixi-Fest, das vergleichbar mit unserem Valentinstag ist und nach dem chinesischen Kalender immer im August gefeiert wird. Nach alten chinesischen Überlieferungen ist aus dem Himmelsfluss die Milchstraße entstanden.



*Male das Bild aus.*

*Überlege dir drei Szenen aus dieser Sage, die für dich wichtig sind. Male von diesen Szenen drei kleine Bilder, erzähle frei dazu oder spiele sie nach.*

## Neujahr in China



Wisst ihr schon, dass ich auch zu den Olympischen Spielen nach Peking fahre? Dann kann ich mit den Chinesen Neujahr feiern.

Hat Trimmy sich da nicht ganz schön geirrt? Die Spiele beginnen doch erst im Februar und da ist Neujahr lange schon vorbei.

Nein, Trimmy hat sich nicht geirrt. Das neue Jahr wird in China gleich zweimal gefeiert. So wie bei uns, beginnt es offiziell am 1. Januar. Aber nach dem alten chinesischen Kalender, dem Mondkalender, beginnt für die Chinesen das neue Jahr immer mit dem zweiten Neumond im Winter.



© Unsplash/Arisa Chattasa

Chinesische Laternen in Rot und Gold

Da sich das chinesische Neujahr nach dem Mond richtet, fällt es nicht jedes Jahr auf denselben Tag. Im Jahr 2022 beginnt das neue chinesische Jahr am 1. Februar und da es 15 Tage lang gefeiert wird, kann Trimmy tatsächlich noch mitfeiern.

Am ersten Tag wird das Frühlingsfest, das wichtigste und größte Fest der Chinesen, gefeiert. Dafür werden die Häuser mit Glückszeichen geschmückt. Alles erstrahlt in den Glücksfarben Rot und Gold.



*Finde heraus, wann die Olympischen Winterspiele in Peking beginnen. Wie viele Tage liegen zwischen dem chinesischen Neujahr und dem Beginn der Olympischen Spiele?*

## Ratte, Tiger, Pferd – chinesische Tierkreiszeichen



© Benedikt Doll

Benedikt Doll (Team Deutschland) präsentiert seine beiden Bronzemedailen

**Benedikt Doll ist ein deutscher Biathlet und hat bei den letzten Olympischen Winterspielen 2018 sogar zwei Bronzemedailen gewonnen. Benedikt begegnet Trimmy und sie unterhalten sich:**

„Hallo Benedikt, ich habe gehört, du möchtest zu den Olympischen Spielen nach Peking fahren. Weißt du denn über die chinesischen Tierkreiszeichen Bescheid? In China fragt man nämlich nicht nach deinem Alter, das ist unhöflich, sondern man fragt nach deinem Tierkreiszeichen. Für jedes Jahr steht ein bestimmtes Tier. Nach zwölf Jahren wiederholen sich die Tierkreiszeichen und damit weiß man das Jahr, in dem du geboren bist.“

„Es gibt aber so viele verschiedene Tiere. Welche Tiere wurden denn für die Tierkreiszeichen ausgewählt?“

„Eine Legende besagt, dass der Kaiser einst ein Wettrennen veranstaltete. Die zwölf Tiere, die als schnellstes über einen Fluss ans andere Ufer schwimmen konnten, sollten die zwölf Tierkreiszeichen sein. Der Büffel war eigentlich der Schnellste, doch die Ratte schwamm auf seinem Rücken mit und sprang mit einem Satz ans Ufer, sodass sie vor dem Büffel ankam und das erste Tierkreiszeichen wurde.“

„Herzlichen Dank, Trimmy. Jetzt verstehe ich das. Bei uns, hier in Deutschland, gibt es die Sternzeichen. Nach dem Monat, in dem man geboren ist, hat man ein bestimmtes Sternzeichen. Ich zum Beispiel bin am 24. März 1990 geboren und mein Sternzeichen ist Widder. Mein chinesisches Tierkreiszeichen richtet sich aber nicht nach dem Monat, sondern nach meinem Geburtsjahr 1990, das bedeutet, ich habe das Tierkreiszeichen Pferd.“



„Ja, genau. Und jedem Tierkreiszeichen werden bestimmte Charaktereigenschaften nachgesagt. Bei dir wäre das: aktiv, kraftvoll, abenteuerlustig. Passen diese Eigenschaften zu dir?“

„Ja, also aktiv und kraftvoll bin ich. Das brauche ich unbedingt auch für meinen Sport. Meine Abenteuerlust lebe ich gerne beim Reisen aus, durch meinen Sport habe ich schon viele Länder bereist. Vielleicht darf ich bei den nächsten Olympischen Spielen in Peking dabei sein und kann dort die unterschiedlichen Bräuche und Sitten kennenlernen.“



Tierkreiszeichen Pferd

© iStock - Leporello-cz



**Suche dein Geburtsjahr in der Tabelle. Welches chinesische Tierkreiszeichen bist du? Passen die Eigenschaften deines Tierkreiszeichens auch zu dir?**

Anfang	Ende	Dein Tier	Eigenschaften
09.01.2006	17.02.2007	Hund	umgänglich, nett, treu
17.02.2007	06.02.2008	Schwein	großzügig, freundlich, mitfühlend
07.02.2008	25.01.2009	Ratte	intelligent, ideenreich, nett
26.01.2009	13.02.2010	Büffel	fleißig, zuverlässig, kraftvoll
14.02.2010	02.02.2011	Tiger	mutig, selbstbewusst, kämpferisch
03.02.2011	22.01.2012	Hase	elegant, freundlich, sensibel
23.01.2012	09.02.2013	Drache	selbstbewusst, intelligent, begeistert
10.02.2013	30.01.2014	Schlange	intelligent, schlau, geheimnisvoll
31.01.2014	18.02.2015	Pferd	aktiv, kraftvoll, abenteuerlustig
19.02.2015	07.02.2016	Schaf/Ziege	empfindsam, hilfsbereit, liebenswürdig
08.02.2016	27.01.2017	Affe	intelligent, neugierig, humorvoll
28.01.2017	15.02.2018	Hahn	fleißig, mutig, stolz

## Kopiervorlage für das Lapbook: Faltdreieck „Tierkreiszeichen“



Schreibe auf das linke Dreieck dein chinesisches Tierkreiszeichen und eine der drei Eigenschaften, die auf dich zutrifft. Male das Tier auf die Rückseite.

Schreibe dein Sternzeichen aus der westlichen Astrologie auf das rechte Dreieck und male es auf die Rückseite.

Mein Sternzeichen

Mein Geburtsdatum:

Mein chinesisches Tierkreiszeichen

-----  
Schneiden  
.....  
Falten

## Chinesische Zahlen

Heutzutage sind in China die arabischen Ziffern allgemein gebräuchlich. Es gibt aber auch ein chinesisches Zahlensystem. Oft zeigen die Chinesen die Zahlen dabei mit den Fingern an, ähnlich wie bei uns, aber nicht mit zwei Händen, sondern nur mit einer Hand.



yī

èr

sān

sì

wǔ

liù

qī

bā

jiǔ

shí



© iStock - taichi\_k

© DOA

Unterschiedliche Darstellungsformen der Ziffern

Die Zahlen 11 bis 19 werden durch Anhängen einer Ziffer an 10 gebildet, z. B. die Zahl 17 ist „zehn – sieben“, also „十 – 七“. Die Zahlen ab 20 werden als Ziffernfolge aufgeschrieben, z. B. die Zahl 24: „zwei – vier“, also „二 – 四“.

Wenn du ein Datum schreibst, musst du die Reihenfolge beachten. In China heißt dies: Jahr, Monat, Tag. Das Datum der Eröffnung der Olympischen Winterspiele Peking wäre: „2022-2-4“, wobei die Jahreszahl auch als Ziffernfolge geschrieben wird, „zwei – null – zwei – zwei“, also „二〇二二“. Die Ziffer 0 heißt im Chinesischen líng und hat auch ein eigenes Handzeichen.

0/líng



© DOA



**Schreibe dein  
Geburtsdatum  
in chinesischen  
Zahlen.**

### Würfelspiel (für 3 und mehr Kinder):

Ein Kind beginnt mit zwei präparierten Würfeln. Die Mitspieler versuchen, möglichst schnell die Zahlen auf den zwei Würfeln zu addieren. Das Kind, das als erstes die Summe der Würfelaugen mit chinesischem Handzeichen angezeigt hat, darf als nächstes würfeln.

Da in China die Zahl acht eine Glückszahl ist, darf bei gewürfelten acht Punkten nochmals gewürfelt werden.

## Traditionelle Glückssymbole

### Geldfrosch

In China ist der Frosch ein Glückssymbol. Manchmal sieht man im Eingangsbereich eines chinesischen Hauses einen fetten Frosch, der auf einem Haufen Münzen sitzt. Dieser Geldfrosch soll das Geld bewachen und dadurch Wohlstand bringen.



© iStock – Daria Andrianova

Zwei Frösche sitzen auf Geldmünzen

### Yin und Yang

Yin und Yang symbolisieren zwei Gegensätze, die sich gegenseitig anziehen. Das eine ist ohne das andere nicht denkbar, erst zusammen sind sie ein Ganzes. Wichtig ist dabei, ein Gleichgewicht zwischen beiden Kräften zu schaffen. Auch manche Lebensmittel bezeichnen die Chinesen als „kalt“ oder „warm“, unabhängig von der tatsächlichen Temperatur des Essens. Wenn Chinesen krank werden, schaut man ganz genau nach, was sie gegessen haben. Zu viel Yang (Fleisch, Fisch) wird durch mehr Yin (Obst, Gemüse) wieder ausgeglichen.



© Wikimedia

Yin und Yang Symbol



Ergänze die Bedeutungen für Yang.

Yin:	Mond	Kälte	Nacht	Winter	Täler
Yang:					

### Chinesischer Knoten

Ein beliebter Glücksanhänger ist der chinesische Knoten. Er steht für ein langes, glückliches Leben, da er aus einem einzigen Stück Faden geknüpft wird. Oft wird er auch als Freundschaftszeichen verschenkt.



Überlege, welche Glückssymbole es bei uns gibt.



Bastle ein „Glücksfrosch-Ecklesezeichen“.



© iStock – exxorian

Chinesische Knoten

## Kopiervorlage für das Lapbook: Faltstreifen „Glückssymbole“



Male die chinesischen Glückssymbole nebeneinander auf einen Streifen Papier, falte ihn zweimal. Die Außenseite beschriftest du mit „Chinesische Glückssymbole“.



-----  
Schneiden

.....  
Falten

## Kopiervorlage für das Lapbook: Frosch-Ecklesezeichen

### Bastelanleitung:

1. Schneide dir aus grünem Bastelpapier ein quadratisches Stück zurecht.
2. Falte einmal die untere Seite zur oberen, öffne sie wieder zum Quadrat.
3. Falte die rechte Seite zur linken und öffne sie wieder.
4. Dreh das Papier so, dass es auf der Spitze steht und schneide das obere kleine Quadrat aus.
5. Falte die kleinen Quadrate jeweils zur Mitte.
6. Falte zuerst das linke Dreieck nach unten über das Quadrat.
7. Bestreiche das linke Dreieck mit etwas Klebstoff. Falte das rechte Dreieck über das linke und drücke es fest.
8. Jetzt kannst du dein Lesezeichen entsprechend der Vorlage verzieren.

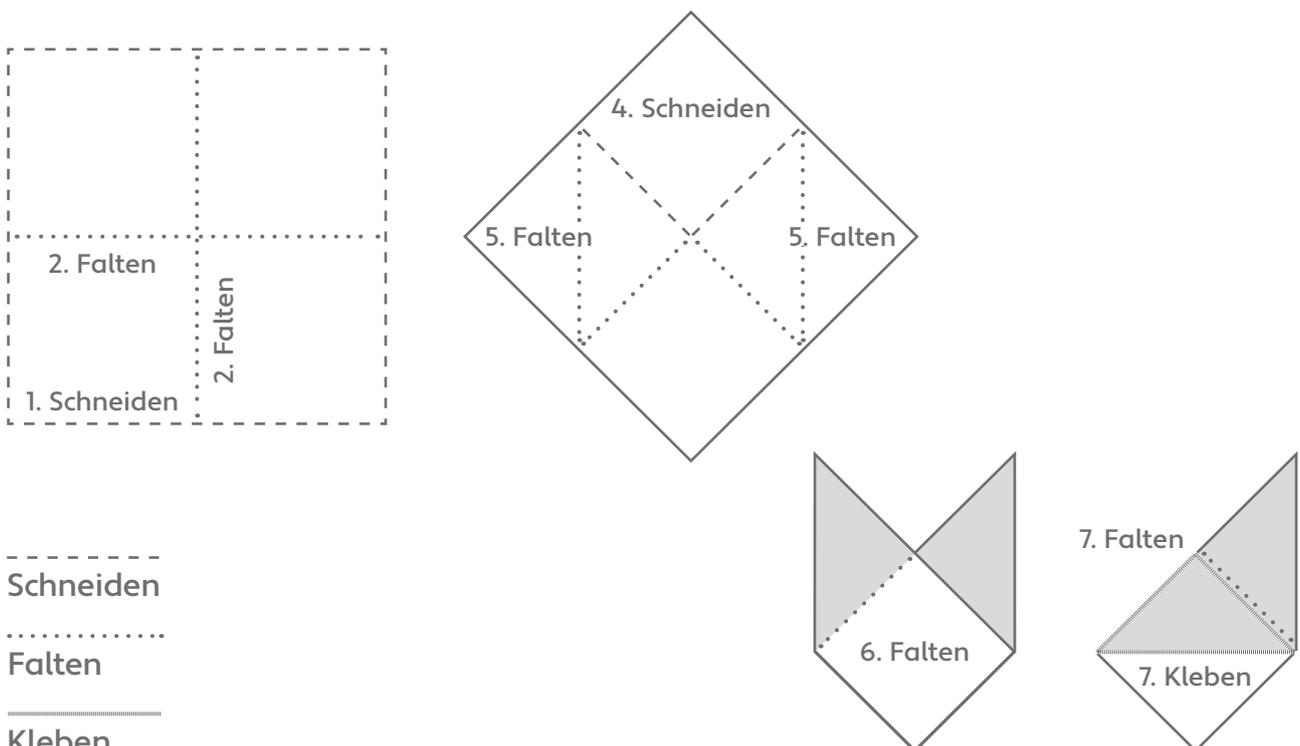


Frosch als Ecklesezeichen



Anwendungsbeispiel Ecklesezeichen

### Skizze:



## So schreibt man in China

Die chinesische Schrift gilt als die älteste Schrift der Welt, die heute noch angewandt wird. Die Wörter werden nicht aus Buchstaben zusammengesetzt, sondern durch ein Symbol ausgedrückt. Wenn du dir ein Bild zu dem Symbol vorstellst, kannst du die Bedeutung leicht erkennen.

Hier einige Beispiele:

木	山	水	火	日	宀
Baum	Berg	Wasser	Feuer	Sonne	Dach
					

© Gisela Weizel

Darstellung chinesischer Schriftsymbole



**Kannst du das Sudoku lösen?**

Male die fehlenden Schriftzeichen in die richtigen Kästchen. In jeder Spalte, jeder Zeile und in jedem Rechteck darf ein Symbol nur einmal vorkommen.

© DOA

Chinesisches Sudoku

# OLYMPISCHE WERTE UND FAIR PLAY

## Aktiv verstehen lernen

### Einführung

Fair Play und olympische Werte sind Begriffe, die die meisten Schüler\*innen bereits gehört haben. Olympische Werte wie beispielsweise Akzeptanz, Toleranz, Respekt oder Teamgeist haben für unseren Alltag eine große Bedeutung.

Im Rahmen der folgenden Arbeitsblätter sollen Werte nicht nur abstrakt behandelt, sondern auch in den Alltag integriert und gelebt werden. Durch diese emotionale Wahrnehmung sowie die Reflexion von Gedanken und Gefühlen sollen Schüler\*innen beim „aktiven Verstehen“ unterstützt werden.

Die Arbeitsblätter dieses Kapitels folgen einer gewissen Progression, es ist jedoch auch möglich, einzelne Arbeitsblätter unabhängig von den anderen zu bearbeiten. Die Altersangaben beziehen sich auf das Mindestalter, alle Arbeitsblätter sind auch für ältere Kinder einsetzbar.

### Angesprochene Werte

Empathie ★ Fair Play ★ Freundschaft ★ Inklusion ★ Leistung ★ Nachhaltigkeit ★  
Regeln einhalten ★ Respekt ★ Teamgeist ★ Toleranz ★ Völkerverständigung

### Auflistung der Arbeitsblätter mit weiteren Informationen

Arbeitsblatt	Titel – Einsatzfach	Anzahl UE	ab Klasse
B1	Werte – was ist das überhaupt? <i>Deutsch, Sachkunde</i>	1 – 2	II
B2	Wertekarten und Spiele <i>Deutsch, Mathematik, Sachkunde</i>	2 – 3	I
B3	Theater, Theater <i>Deutsch, Sachkunde, Musik, Sport</i>	1	II
B4	Werte-Memory <i>Deutsch, Sachkunde, Kunst</i>	1 – 2	II
B5	Werte für mich, für uns und für Sportler*innen <i>Deutsch, Sachkunde, Sport</i>	1	II
B6	Verhalten, Verstöße und Konsequenzen <i>Sachkunde, Sport</i>	1 – 2	I

Zur Verbesserung der Lesbarkeit für die Kinder wurden Personenbezeichnungen auf den Arbeitsblättern in der männlichen Form verwendet – gemeint sind dabei in allen Fällen alle Geschlechter.

## Umsetzungshinweise

### Arbeitsblatt B1 „Werte – was ist das überhaupt“

Als Einführung in den Themenkomplex wird sich, ausgehend von einigen vorgegebenen Werten, ganz allgemein mit dem Wertbegriff beschäftigt. Schüler\*innen können individuelle Vorstellungen und bereits vorhandenes Wissen einbringen, sodass durch den Austausch Perspektiven kennengelernt und Standpunkte erweitert werden können.

Mit der Athletin Julia Taubitz beginnt dieses Kapitel, die deutsche Rennrodlerin definiert den Wert „Disziplin“.



► *Facebook-Profil von Julia Taubitz*

---

### Arbeitsblatt B2 „Wertekarten und Spiele“

Die in diesem Themenkomplex vorgestellten Ideen sollen dabei unterstützen, abstrakte Werte in Vorstellungen von konkreten Handlungen zu überführen und den Schüler\*innen damit die Möglichkeit eines aktiven Verstehens zu geben.

Das Spiel „**Karten tauschen**“ sollte über einen längeren Zeitraum (z. B. einen Tag oder eine Woche) gespielt werden. Der Ansatz fördert das Beobachten und Reflektieren von Situationen im Alltag. Abstrakte Werte werden durch konkrete und erlebte Situationen greifbar und verständlich. Schüler\*innen werden durch Wertschätzung ihrer Mitschüler\*innen bei positiven Handlungen belohnt, wodurch die intrinsische Motivation gestärkt und generell das Klassenklima positiv beeinflusst wird.

Da manche Werte vielleicht öfter getauscht werden als andere, bietet es sich an, zu Beginn eines neuen Tages die Karten neu zu verteilen. In der Reflexion kann danach gefragt werden, welche Werte besonders häufig und welche eher selten getauscht wurden. Was könnten die Gründe dafür sein?



*Kopie „Wertekarten“; Schere*

---

### Arbeitsblatt B3 „Theater, Theater“

Diese Spielform benötigt eine relativ kurze Vorbereitungszeit und ermöglicht es Schüler\*innen, sehr intensiv über einen Wert nachzudenken. Die Aufgabe, den Wert pantomimisch (ohne wörtliche Erklärung) darzustellen, motiviert Schüler\*innen dazu, ihn in seinem Kern zu erfassen und als Handlung wiederzugeben. In der Reflexion kann dann darauf eingegangen werden, dass Werte ihre Bedeutung fast immer in der Interaktion zwischen Menschen haben.

Die ratenden Schüler\*innen versuchen, die Handlung zu erfassen und auf einen bekannten (oder unbekannt) Wert zu übertragen. Handlungen und abstrakte Begriffe werden dabei gedanklich miteinander verknüpft.



*Kopie „Wertekarten“; Schere*

### Arbeitsblatt B4 „Werte-Memory“

Dieser Ansatz bringt die Schüler\*innen dazu, abstrakte Werte in Zeichnungen zu übertragen. Durch das Zuordnen von Begriff zu Zeichnung werden Werte mit Bildern verknüpft, wodurch ein situatives Verständnis der Begriffe entsteht.

Mögliche Zusatzidee: Die Zeichnungen der Kinder können auch auf ein Plakat geklebt werden. So sind die Werte bei den Schüler\*innen auch im Klassenzimmer präsent.

Alternativ kann auch statt der Zeichnung eine Definition des jeweiligen Wertes auf die Memorykarte geschrieben werden.



Schere; Kleber; Pappe

---

### Arbeitsblatt B5 „Werte für mich, für uns und für Sportler\*innen“

Die Aufgabe zielt darauf ab, Werte in verschiedenen Kontexten zu betrachten und ihre Relevanz einzuschätzen. Es ist möglich, gemeinsam mit den Schüler\*innen weitere bzw. andere Werte zu sammeln.

Das Stimmungsbild von der Familie wird vermutlich unterschiedlich ausfallen. Dies kann Ausgangspunkt für eine Reflexion im Klassenplenum sein.

---

### Arbeitsblatt B6 „Verhalten, Verstöße und Konsequenzen“

Werte bzw. daraus abgeleitete Normen unterliegen häufig Regeln. Im Sport werden Regelverletzungen geahndet. In diesem Themenkomplex soll ein Verständnis für das Zusammenwirken von Regel, Fair Play und Ahndung von Verstößen entwickelt werden. Außerdem wird dazu angeregt, sich innerhalb einer Klasse eigene Fair-Play-Regeln zu überlegen.

Anna Seidel, deutsche Shorttrackerin, gibt hierzu ein paar Beispiele aus ihrer Sportart.



► Anna Seidel

### Quellenangaben

- Andrä, C. & Macedonia, M. (2020). *Bewegtes Lernen: Handbuch für Forschung und Praxis* (1. Aufl.). Lehmanns Media.
- Dr. Christian Andrä (o. D.). YouTube. Abgerufen am 13. Juli 2021, von <https://www.youtube.com/channel/UCQ2xVfsIDzZ1NpMgtyR3fTw>
- Ronald Hild – Zeit für Spiele. (o. D.). Ronald Hild. Abgerufen am 13. Juli 2021, von <https://ronaldhild.de/>



Online-Materialien

## Werte – was ist das überhaupt?



© Julia Taubitz

Julia Taubitz (Team Deutschland) hält ein Schild mit dem Begriff „Disziplin“

Bestimmt habt ihr schon mal von Fair Play, Respekt oder Fleiß gehört. Das sind sogenannte Werte. Ganz allgemein sind Werte bestimmte Eigenschaften oder Regeln, nach denen du dich verhältst. Sie helfen dir, jeden Tag Entscheidungen zu treffen. Was genau hinter diesen Werten steckt und welche es überhaupt gibt, könnt ihr auf den nachfolgenden Seiten entdecken.



Trimmy hat gemeinsam mit der deutschen Rennrodlerin Julia Taubitz überlegt, welche Werte ihnen so einfallen und einige zusammengetragen.

Julia Taubitz hat Trimmy auch den Wert „Disziplin“ genannt und beschrieben, was Disziplin für sie bedeutet: „Disziplin ist für mich, wenn ich viel trainiere, um mein Bestes geben zu können.“

Hier sind noch die anderen Werte, die den beiden eingefallen sind.

EHRlichkeit

TOLERANZ

RESPEKT

FREUNDsCHAFT

HÖFLICHKEIT

HILFSBEREITSCHAFT

GERECHTIGKEIT



Welche der aufgeführten Werte kennt ihr? Sind sie euch wichtig – wenn ja, warum und wenn nein, warum nicht?

Bringt die Werte in eine Reihenfolge – den für euch wichtigsten Wert stellt ihr nach ganz oben. Vergleicht untereinander. Habt ihr Gemeinsamkeiten?

Welche weiteren Werte fallen euch noch ein?

## Wertekarten und Spiele

Hier findet ihr einige Karten, die Werte abbilden. Auf die freien Karten könnt ihr Werte schreiben, die euch oder eurer Klasse besonders wichtig sind.

EHRlichkeit

HILFSBEREITSCHAFT

TOLERANZ

FREUNDSCHAFT

RESPEKT

GERECHTIGKEIT

HÖFLICHKEIT

-----  
Schneiden



*Kopiert die Karten und schneidet sie zweimal aus.*

*Es bietet sich an, auf Pappe zu drucken oder den Ausdruck auf eine Pappe zu kleben, bevor ihr ausschneidet.*

*Auf den nächsten Seiten stellt euch Trimmy einige kleine Spiele vor, die ihr mit den Wertekarten spielen könnt.*

## Tauschen der Karten

Jeder Schüler eurer Klasse erhält zu Beginn eine zufällige Wertekarte. Ihr könnt euch auch einen Wert aussuchen, der für euch persönlich besonders wichtig ist.

Beobachtet das Verhalten eurer Mitschüler. Wenn sich jemand so verhält, wie es der Wert auf eurer Karte beschreibt, dürft ihr dem Mitschüler eure Karte geben und erhaltet dafür im Tausch die andere Karte.

### Ein Beispiel:

Du hast die Karte „Hilfsbereitschaft“. In der Pause beobachtest du, wie Sarah Paul hilft, seine Schnürsenkel zu binden, weil Paul damit manchmal noch Probleme hat. Sarah ist hilfsbereit. Du gehst zu ihr und gibst ihr deine Karte. Im Tausch bekommst du Sarahs Karte „Respekt“.



*Spielt das Spiel über einen längeren Zeitraum, z.B. einen Tag oder eine Woche.*

*Wie oft werden Karten getauscht?*

*Gibt es Werte, die besonders häufig getauscht werden?*

*Gibt es Karten, die nur sehr selten getauscht werden?*

## Theater, Theater

Hier arbeitet ihr auch mit den Wertekarten. Wenn ihr mögt, könnt ihr euch neue Werte ausdenken.



*Bildet 2er-Gruppen. Jedes Pärchen zieht verdeckt eine Wertekarte.*

*Überlegt euch, wie man den Wert in einem ganz kurzen Theaterstück darstellen kann, ohne dass jemand dabei spricht (Pantomime).*

*Die anderen Gruppen versuchen, euren Wert zu erraten.*

*Wenn ihr die Schwierigkeit erhöhen möchtet, könnt ihr euch einen Wert ausdenken, der bisher noch nicht auf den Karten steht. Die anderen kennen ihn noch nicht. Weist die Mitspielenden darauf hin, dass der Wert neu ist.*



Junge hilft einem Mädchen beim Aufstehen hoch.

© Jordan-Design



*Ist es euch schwergefallen, Werte als Handlung darzustellen?*

*Konnten die anderen eure Handlungen verstehen und die Werte erraten?*

*Ist euch aufgefallen, dass die meisten Werte etwas mit dem Verhalten von Menschen zueinander zu tun haben?*

## Werte-Memory



Überlegt euch 10 Werte, die etwas mit Sport oder den Olympischen und Paralympischen Spielen zu tun haben (z.B. Fairness, Freundschaft, Ehrgeiz, Toleranz, Respekt ...)

Schreibt diese Werte auf Karten. Fertigt zu jedem Wert eine kleine Zeichnung an, die ebenfalls auf eine Karte passt.

Dreht nun die Karten mit den Werten und den Zeichnungen um, mischt sie und legt sie in einem Raster 5 mal 4 auf den Tisch. Fertig ist euer selbsterstelltes Werte-Memory.



Trimmy hat noch eine weitere Idee. Mit den Werten und euren Zeichnungen könnt ihr auch ein **Werte-Domino** basteln. Wichtig ist dabei, dass der Wert und die zugehörige Zeichnung nicht auf demselben Spielstein stehen.

## Werte für mich, für uns und für Sportler

Trimmy überlegt: „Einige der Werte sind für mich persönlich wichtig, andere besonders für die Sportler und wieder andere für die ganze Familie oder Klasse.“

Schaut euch die Tabelle an. Jeder von euch überlegt, welcher der Werte am wichtigsten für die jeweilige Zielgruppe ist und macht in die Zeile und Spalte ein Häkchen.



Wert	Für mich	Für Sportler	Für die Klasse	Für die Familie
Respekt				
Disziplin				
Ehrlichkeit				
Fairness				
Toleranz				



*Wie sieht das Stimmungsbild in eurer Klasse aus?*

*Was verändert sich, wenn ihr auch Geschwister,  
Eltern und Großeltern fragt?*

## Verhalten, Verstöße und Konsequenzen

Im Sport werden Werte manchmal durch feste Regeln unterstützt. Wenn ein Sportler diese Regeln verletzt, gibt es eine Strafe.

Anna Seidel ist eine deutsche Shorttrackerin und erzählt euch, wie eine Strafe beim Shorttrack aussehen kann.

„Wenn man im Shorttrack eine Regel verletzt, können die Schiedsrichter mithilfe eines Videobeweises eine Strafe verhängen. Das bedeutet, der Sportler darf über diese Distanz nicht mehr weiterlaufen und ist disqualifiziert.“



Anna Seidel (Team Deutschland)



*Überlegt, welche Strafen es in anderen Sportarten gibt.*

*Überlegt, welche Werte verletzt werden.*



Anna Seidel in Aktion beim Shorttrack

„Beim Shorttrack ist das unfaire Überholen/Behindern eines Läufers nicht erlaubt und führt zur Disqualifikation durch die Schiedsrichter. Der gefoulte Sportler kann in die nächste Runde gesetzt werden.“



*Diskutiert, ob ihr in eurer Klasse auch Fair-Play-Regeln aufstellen wollt. Was soll passieren, wenn sich jemand nicht daran hält?*

# PEKING 2022

## Olympische und Paralympische Spiele

### Einführung

Die Olympischen und Paralympischen Winterspiele in Peking 2022 bringen neben vielen neuen Disziplinen auch zwei spannende Maskottchen hervor. Die beiden Maskottchen Bing Dwen Dwen und Shuey Rhon Rhon repräsentieren als Pandabär und traditionelle chinesische Laterne unmittelbar das Gastgeberland China.

In diesem Themenfeld stehen sie, neben den olympischen und paralympischen Disziplinen und einem interessanten Interview mit Eisschnellläuferin Michelle Uhrig, im Mittelpunkt. Neben der klassischen Textarbeit kommen Videos und Podcasts zum Einsatz.

Die Arbeitsblätter des Kapitels können nacheinander oder unabhängig voneinander behandelt werden. Die Altersangaben beziehen sich auf das Mindestalter; alle Kapitel sind auch für ältere Kinder einsetzbar.

### Angesprochene Werte

Empathie ★ Freundschaft ★ Toleranz

### Auflistung der Arbeitsblätter mit weiteren Informationen

Arbeitsblatt	Titel – Einsatzfach	Anzahl UE	ab Klasse
C1	Pandabär und Laterne – die Maskottchen der Spiele <i>Deutsch, Sachkunde</i>	1	I
C2	Maskottchen Bing Dwen Dwen <i>Deutsch, Sachkunde</i>	2	IV
C3	Maskottchen Shuey Rhon Rhon <i>Deutsch, Sachkunde</i>	2	IV
C4	Dominospiel: olympische und paralympische Sportarten <i>Kunst, Sachkunde</i>	1	III
C5	Im Olympischen Dorf mit Michelle Uhrig <i>Deutsch, Sachkunde</i>	2	IV

Zur Verbesserung der Lesbarkeit für die Kinder wurden Personenbezeichnungen auf den Arbeitsblättern in der männlichen Form verwendet – gemeint sind dabei in allen Fällen alle Geschlechter.

## Umsetzungshinweise

### Arbeitsblatt C1 „Pandabär und Laterne – die Maskottchen der Spiele“

In diesem ersten Arbeitsblatt stellen sich die beiden Maskottchen der Olympischen und Paralympischen Spiele vor. Durch die Begrüßung „ní hǎo“ soll das Eis zwischen den Schüler\*innen und den beiden Maskottchen gebrochen werden. Die offiziellen Vorstellungsvideos bieten den Schüler\*innen einen ersten Einblick in das Sportangebot der Olympischen und Paralympischen Spiele 2022 in Peking.



*Technik für die Präsentation der Videos*



- ▶ *Video Bing Dwen Dwen*
- ▶ *Video Shuey Rhon Rhon*
- ▶ *Gemeinsames Video beider Maskottchen*

---

### Arbeitsblatt C2 „Maskottchen Bing Dwen Dwen“

Auf diesem Arbeitsblatt steht das Maskottchen der Olympischen Spiele Bing Dwen Dwen im Mittelpunkt. Anhand einer offiziellen Pressemitteilung des Organisationskomitees erhalten die Schüler\*innen interessante Informationen über das Maskottchen. Hier sollen insbesondere seine positiven und vorbildlichen Charaktereigenschaften herausgefunden werden. Dabei steht die Textarbeit im Vordergrund.

Im zweiten Teil des Arbeitsblatts sollen die herausgefundenen Eigenschaften mit der Darstellung von Bing Dwen Dwen verglichen werden. Im finalen Schritt sind die Eigenschaften zu bewerten und auf die Klasse zu übertragen.



*Technik für die Präsentation der Videos*



- ▶ *Video Bing Dwen Dwen*

---

### Arbeitsblatt C3 „Maskottchen Shuey Rhon Rhon“

Das Maskottchen der Paralympischen Winterspiele wurde in Anlehnung an rote Laternen als chinesische Glücksbringer und Symbol der chinesischen Kultur geschaffen. Auch beim Laternenfest, das am Ende des chinesischen Neujahrsfests gefeiert wird, stehen roten Laternen im Mittelpunkt. Die chinesischen Glücksbringer werden in diesem Material auf dem Arbeitsblatt A13 „Traditionelle Glücksbringer“ näher beleuchtet. Auch das Neujahrsfest wird auf dem Arbeitsblatt A10 „Neujahr in China“ gesondert vorgestellt.

Mit einer einfachen Bastelanleitung können rote Laternen als Schmuck des Klassenzimmers oder zum Ausschmücken der Räume bei der Durchführung einer olympischen Woche oder eines olympischen Tages gebastelt werden.



*Schere; Kleber; rotes Tonpapier in DIN A4; Goldband*



- ▶ *Bastelanleitung als Video*
- ▶ *Bastelanleitung*

### Arbeitsblatt C4 „Dominospiel: olympische und paralympische Sportarten“

Das Dominospiel zu den olympischen und paralympischen Disziplinen soll das Interesse an den Sportarten wecken. Die Mischung aus bekannten und neuen, olympischen und paralympischen Disziplinen zeigt die Vielseitigkeit der Spiele. In diesem Material sind nicht alle 55 Dominosteine abgebildet, das komplette Spiel kann über den unten stehenden Link heruntergeladen werden. Zwei deutsche Athletinnen haben ein kurzes Video gedreht und stellen darin ihre Sportart in Form eines Quiz vor.

- Jacqueline „Jacka“ Lölling ist eine deutsche Skeletonfahrerin und hat 2018 bei den Olympischen Winterspielen in PyeongChang eine Silbermedaille errungen.
- Emma Weiß ist Ski-Freestylerin und hat beste Chancen, bei den Olympischen Spielen in Peking dabei zu sein.

Zusätzlich besteht die Möglichkeit, weitere Sportarten anhand von Steckbriefen der Athlet\*innen Anna-Lena Forster, Felix Loch und Clara Klug aus Kapitel E „Olympische und paralympische Sportpraxis“ kennenzulernen.

#### So spielt man Domino:

Die Spielsteine werden gemischt und folgendermaßen verteilt:

- 2 Spieler: Jeder erhält sieben Steine.
- 3 Spieler: Jeder erhält sieben Steine.
- 4 Spieler: Jeder erhält sechs Steine.



Die restlichen Steine bilden den Vorrat.

Vor Spielbeginn wird der Startstein aus dem Vorrat in die Mitte gelegt. Jetzt versuchen die Spieler\*innen, der Reihe nach ihre Steine mit dem gleichen Piktogramm anzulegen. Dabei darf man auch neue Pfade durch seitliches Anlegen nutzen. Kann jemand nicht anlegen, muss er so lange aus dem Vorrat ziehen, bis er anlegen kann. Wer zuerst alle Spielsteine anlegen konnte, hat gewonnen.

 *Vorlage des Dominospiels; Schere; Technik für die Präsentation der Videos*

-  ▶ *Video von Jacqueline Lölling*                      ▶ *Website von Jacqueline Lölling*
- ▶ *Video von Emma Weiß*                                      ▶ *Website von Emma Weiß*
- ▶ *Dominospiel mit allen 55 Steinen*

### Arbeitsblatt C5 „Im Olympischen Dorf mit Michelle Uhrig“

Warum wurde Michelle Uhrig Eisschnellläuferin und nicht etwa Eiskunstläuferin oder Eishockey-Spielerin? Wie wird Fair Play im Eisschnelllauf gelebt? Was macht das Olympische Dorf aus? Worauf freut sich Michelle am meisten? Was gibt es im Olympischen Dorf zu essen? Diese und viele andere spannende (Kinder-)Fragen beantwortet Michelle Uhrig im Interview. Dabei gibt sie interessantes Insiderwissen preis. Neben dem gekürzten Interview auf dem Arbeitsblatt steht das komplette Interview mit Michelle als MP3-Datei zur Verfügung.

 *Abspielmöglichkeit*

-  ▶ *Michelle Uhrig*
- ▶ *Komplettes Interview*

## Quellenangaben

- *Beijing 2022.* (o. D.-a). YouTube. Abgerufen am 12. Juli 2021, von [https://www.youtube.com/channel/UCpEN5I5p6\\_zjzx0fOjAnw4Q](https://www.youtube.com/channel/UCpEN5I5p6_zjzx0fOjAnw4Q)
- *Beijing 2022.* (o. D.-b). YouTube. Abgerufen am 12. Juli 2021, von [https://www.youtube.com/channel/UCpEN5I5p6\\_zjzx0fOjAnw4Q](https://www.youtube.com/channel/UCpEN5I5p6_zjzx0fOjAnw4Q)
- *Beijing 2022 Unveils Mascots for Olympic and Paralympic Winter Games.* (o. D.). Organisationskomitee der Olympischen und Paralympischen Winterspiele Peking 2022. Abgerufen am 12. Juli 2021, von <https://www.beijing2022.cn/a/20190917/008214.htm>
- *Chinesisches Laternenfest, Brauchtum des Yuanxiao Festes in China.* (o. D.). Chinarundreisen.com. Abgerufen am 12. Juli 2021, von <https://www.chinarundreisen.com/china-info/chinesisches-laternenfest.htm>
- Hegeler, A. (2021, 24. Juni). *Domino Spielanleitung: Regeln einfach erklärt.* FOCUS.de. [https://praxistipps.focus.de/domino-spielanleitung-regeln-einfach-erklart\\_99475](https://praxistipps.focus.de/domino-spielanleitung-regeln-einfach-erklart_99475)
- International Olympic Committee. (o. D.). *Bing Dwen Dwen – Das Maskottchen der Olympischen Winterspiele 2022 in Peking.* IOC. Abgerufen am 12. Juli 2021, von <https://olympics.com/de/beijing-2022/maskottchen>
- International Olympic Committee. (2021, 9. Juli). *Beijing 2022 unveils sports pictograms to welcome the New Year – Olympic News.* IOC. <https://olympics.com/en/news/beijing-2022-unveils-sports-pictograms-to-welcome-the-new-year>



Online-Materialien

# VOLL ABGEFAHREN: BLINDES VERTRAUEN



Anna-Lena Forster und Clara Klug mit Guide Martin Härtl  
starten bei den Paralympischen Winterspielen in Peking.

Worauf wartest du?

Starte deinen eigenen Weg unter:

[www.parasport.de](http://www.parasport.de)

## Pandabär und Laterne – die Maskottchen der Spiele

„Ní hǎo. Das heißt ‚Hallo‘ auf Chinesisch. Ich bin **Bing Dwen Dwen** – das Maskottchen der Olympischen Winterspiele 2022 in Peking. Ich bin ein großer Panda, das Nationaltier von China, und werde weltweit geliebt. Ich habe ein Herz aus Gold und liebe vor allem den Wintersport.“



© Beijing 2022



„Und ich bin **Shuey Rhon Rhon** – eine traditionelle rote chinesische Laterne. Ich bin das Maskottchen der Paralympischen Winterspiele. Ich möchte den Menschen Wärme, Licht und Toleranz bringen.“



© Beijing 2022



*Schau dir die offiziellen Vorstellungsvideos von Bing Dwen Dwen und Shuey Rhon Rhon an. Welche Sportarten kannst du entdecken?*

## Maskottchen Bing Dwen Dwen



### MASKOTTCHEN DER OLYMPISCHEN UND PARALYMPISCHEN WINTERSPIELE ENTHÜLLT

17. Sep 2019, Beijing – Das Organisationskomitee der Olympischen und Paralympischen Winterspiele (BOCOG) hat die offiziellen Maskottchen der Spiele, Bing Dwen Dwen und Shuey Rhon Rhon in einer feierlichen Zeremonie vorgestellt.

Vor vielen geladenen Gästen wurde das offizielle Maskottchen der Olympischen Winterspiele Bing Dwen Dwen, ein fröhlicher Panda, der den Wintersport liebt, enthüllt. Bing (冰) ist das chinesische Wort für Eis und Dwen Dwen ein beliebter Spitzname für Kinder, der für Gesundheit, Niedlichkeit und Treue steht – Eigenschaften, die man auch mit Pandas verbindet.

Das Maskottchen wurde in eine Hülle aus Eis gekleidet, als Symbol für die Reinheit und Stärke – passend zur körperlichen und mentalen Stärke der olympischen Sportler. Auf seiner linken Tatze befindet sich ein kleines Herz, welches für die Gastfreundschaft des Gastgeberlandes steht.

Die dynamischen bunten Linien um Bing Dwen Dwens Kopf stehen für Eis- und Schneebahnen sowie das National Speed Skating Oval, eine der neuen Sportstätten in Beijing. Die bunten Farben sollen außerdem den technischen Fortschritt darstellen. Durch seine Hülle aus Eis erinnert er an einen Astronauten, der die unbegrenzten Möglichkeiten der Olympischen und Paralympischen Winterspiele verkörpert.

Bing Dwen Dwen soll alle Menschen, die an den Olympischen Spielen teilnehmen oder diese auf der ganzen Welt verfolgen, miteinander verbinden und ihnen Freude bereiten.

*Text ist angelehnt an die offizielle Pressemitteilung von Peking 2022*



Lies dir den Zeitungsartikel über Bing Dwen Dwen durch.  
Markiere alle Besonderheiten von Bing Dwen Dwen.  
Diskutiert die Eigenschaften in der Klasse.

Welche Besonderheiten sind euch wichtig?



Übertrage die Tabelle in ein Heft und trage die Vorlieben von Bing Dwen Dwen ein.

Schaue dir nun das offizielle Vorstellungsvideo von Bing Dwen Dwen an. Kannst du seine Vorlieben wiederentdecken?

Charaktereigenschaft	Sequenz im Video
„liebt Wintersport“	Minute 1:15 – Bing Dwen Dwen läuft auf dem Eis



Welche Besonderheiten hat euer Klassenmaskottchen?  
Entdeckst du Gemeinsamkeiten mit Bing Dwen Dwen?  
Wenn deine Klasse kein Maskottchen oder Klassentier hat, erfinde eins.

## Maskottchen Shuey Rhon Rhon

„Mein Name ist Shuey Rhon Rhon und ich bin das Maskottchen der Paralympischen Winter-spiele. Mir ist es wichtig, den Menschen Wärme, Licht und Toleranz zu überbringen. Da ich eine rote Laterne bin, gelingt es mir auch sehr gut.“

Rote Laternen gelten in China als Glücksbringer. Es gibt sogar ein eigenes Laternenfest, das am letzten Tag des chinesischen Neujahrsfestes gefeiert wird. Im ganzen Land sind Straßen und Häuser mit roten Laternen geschmückt. Ähnlich wie bei dem Martinsumzug ziehen Kinder in China mit Laternen durch die Straßen.



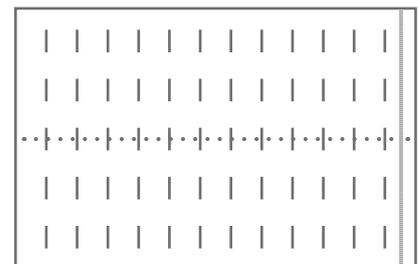
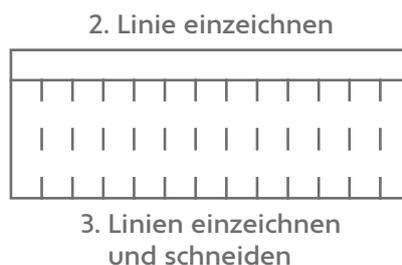
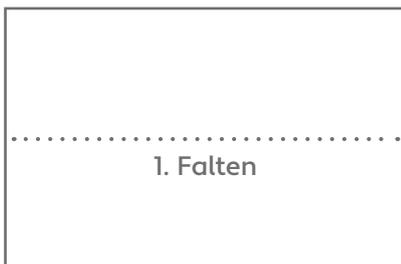
**Bastele deine eigene Laterne.**

### Bastelanleitung:

1. Falte das Papier längs in der Mitte.
2. Zeichne eine Linie, die 2 cm vom oberen Rand entfernt ist.
3. Zeichne von der Linie aus alle 2 cm einen Strich nach unten.
4. Schneide das Papier an den kurzen Strichen bis zur oberen Linie ein.
5. Entfalte jetzt das Papier, klebe die kurzen Seiten aneinander fest.
6. Klebe einen Streifen Geschenkband als Henkel an und verziere deine Laterne, wenn du magst.



Selbstgebastelte rote Laterne



-----  
Schneiden

.....  
Falten

—————  
Kleben

## Dominospiel: olympische und paralympische Sportarten

Bevor es zum Dominospiel geht:



*Kennst du überhaupt alle Sportarten?*

*Zwei deutsche Top-Athletinnen stellen dir kurz ihre Sportart vor. Schau dir dazu die Videos an.*

*Wer errät zuerst die Sportarten von Jacqueline Lölling und Emma Weiß?*



Jacqueline Lölling  
(Team Deutschland)



Emma Weiß  
(Team Deutschland)

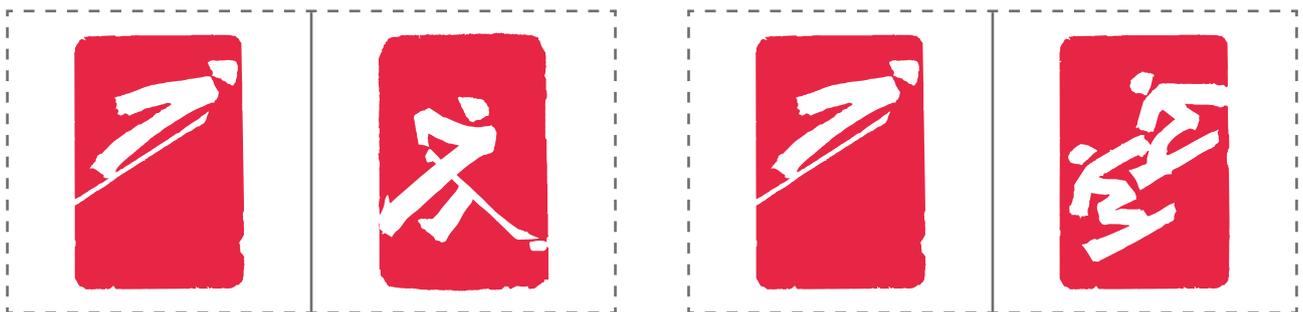
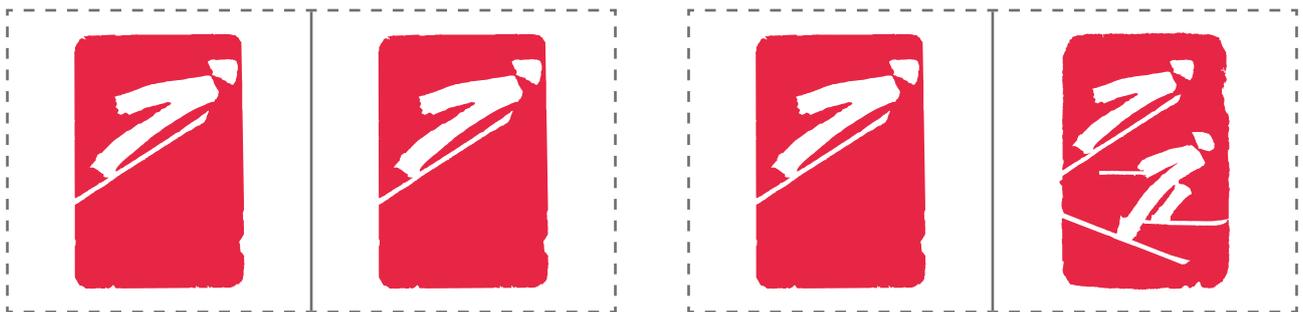
© Jacqueline Lölling/Emma Weiß

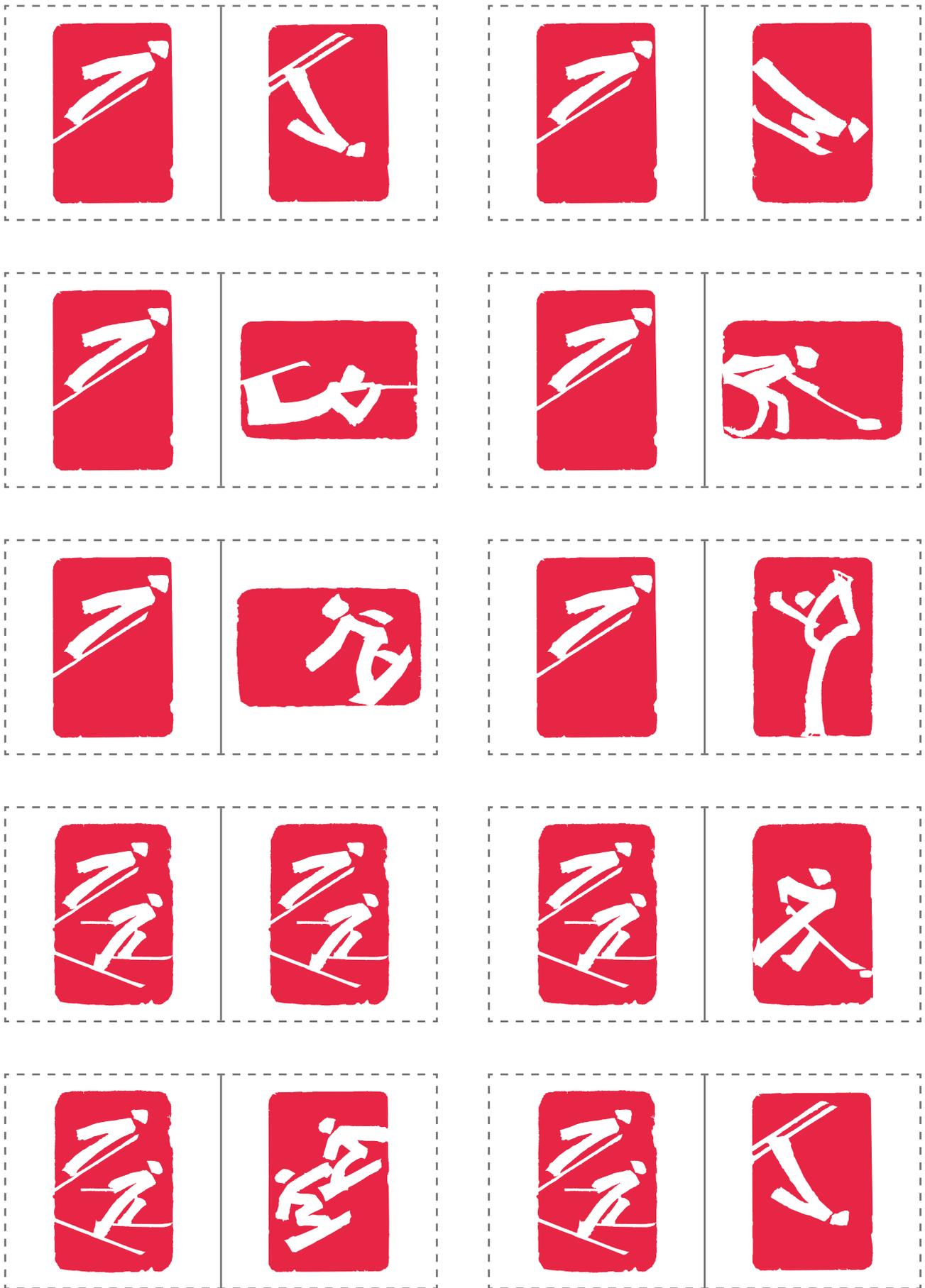
Folgende Sportarten kannst du mit dem Dominospiel kennenlernen:

- ★ Skispringen
- ★ Eishockey
- ★ Freestyle Big Air
- ★ Rollstuhl Curling
- ★ Nordische Kombination
- ★ Snowboard Cross
- ★ Skeleton
- ★ Parasnowboard
- ★ Parabiathlon
- ★ Eiskunstlauf

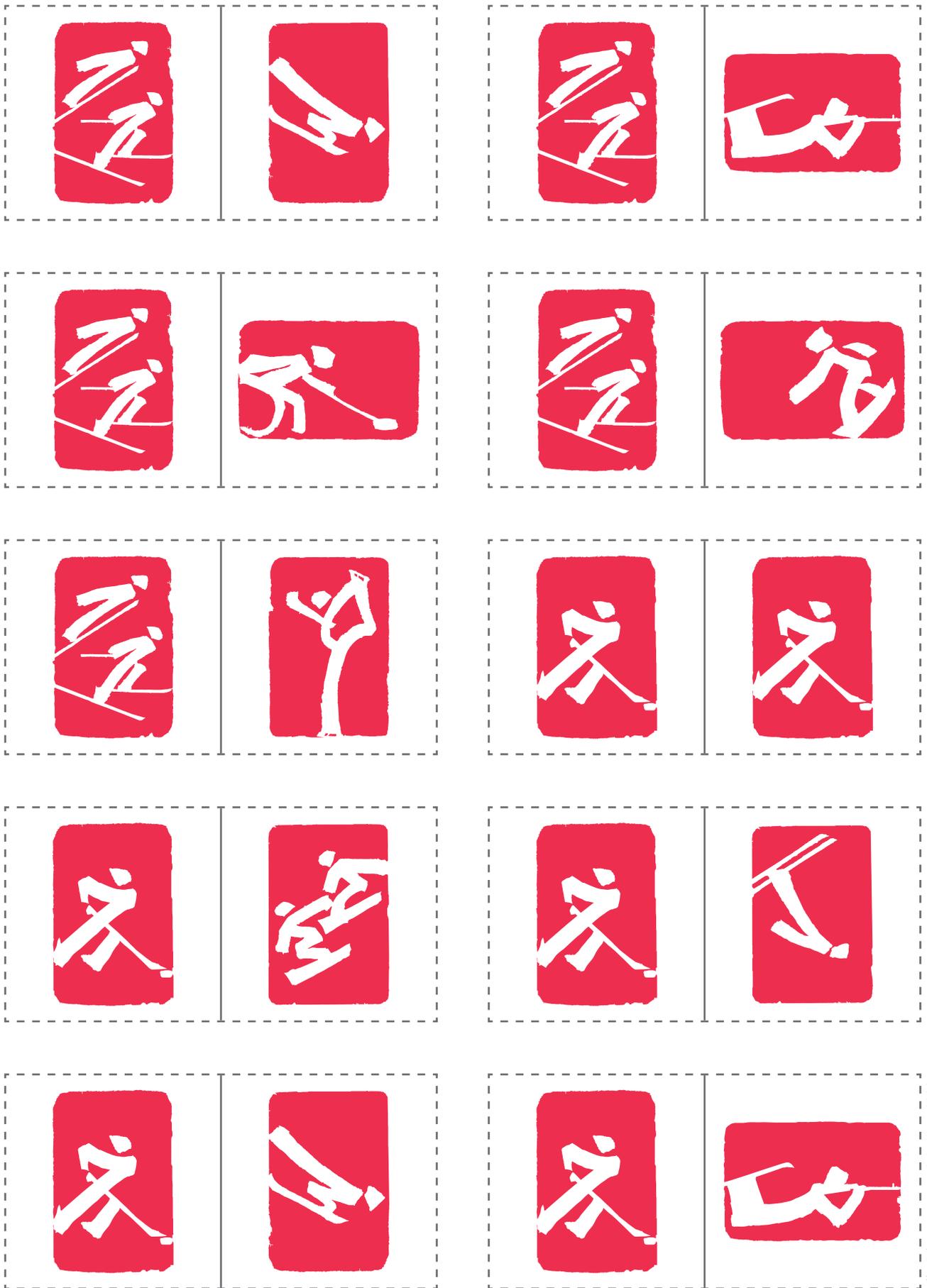


*Schneide das Dominospiel aus und spiele es mit deinem Partner oder deiner Gruppe. Du brauchst pro Gruppe nur ein Dominospiel.*

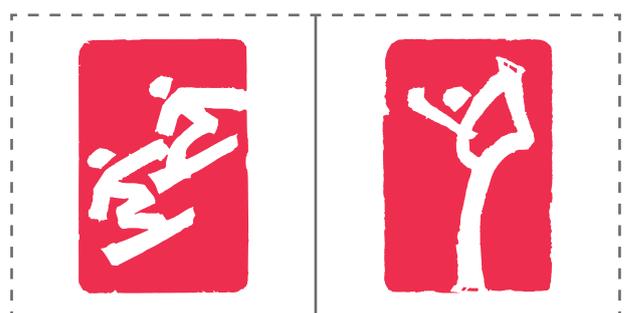
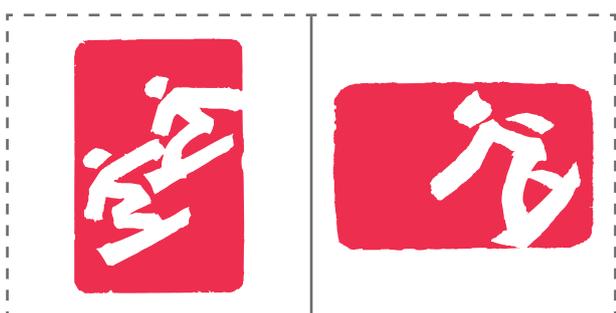
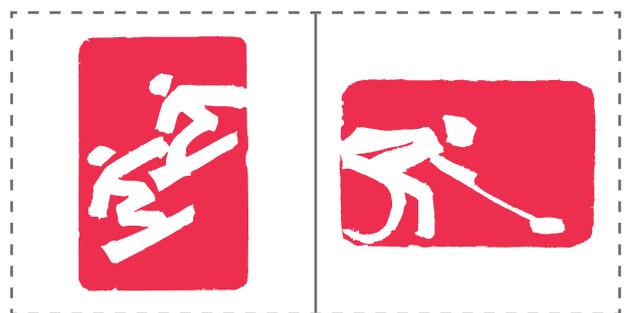
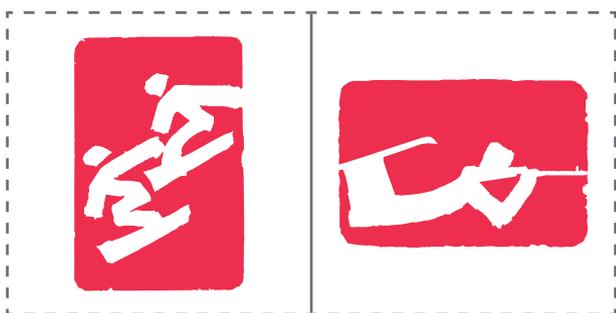
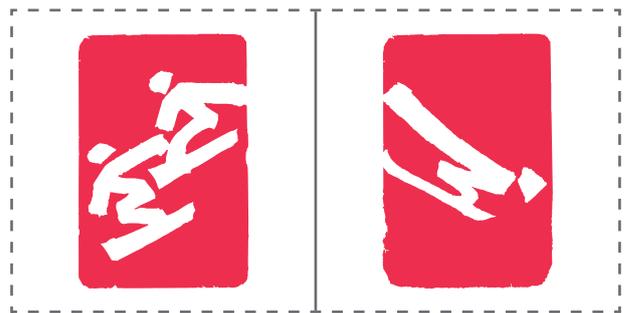
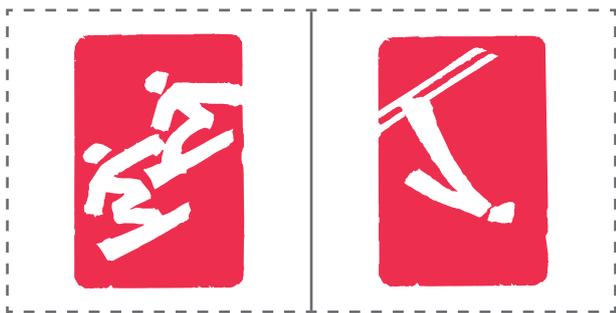
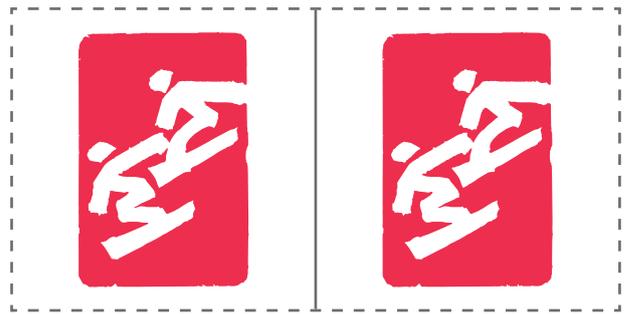
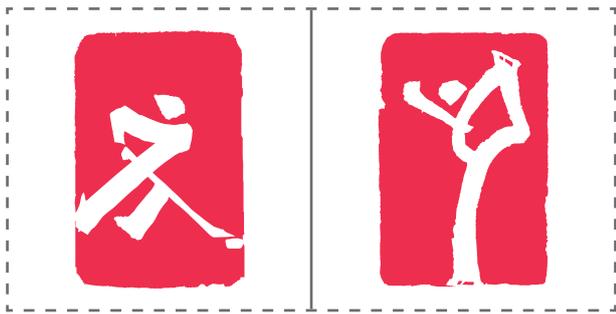
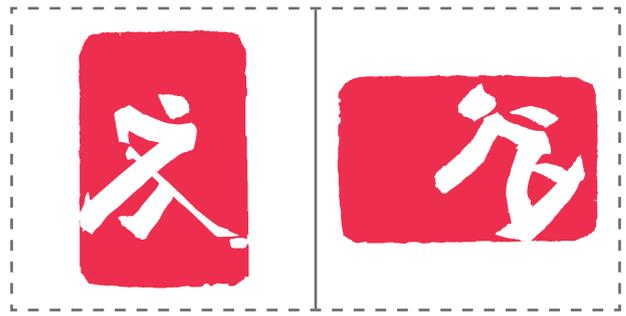
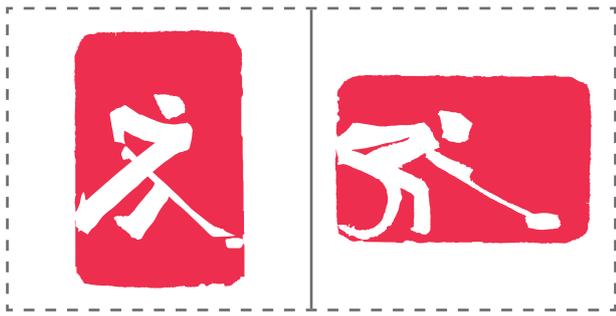




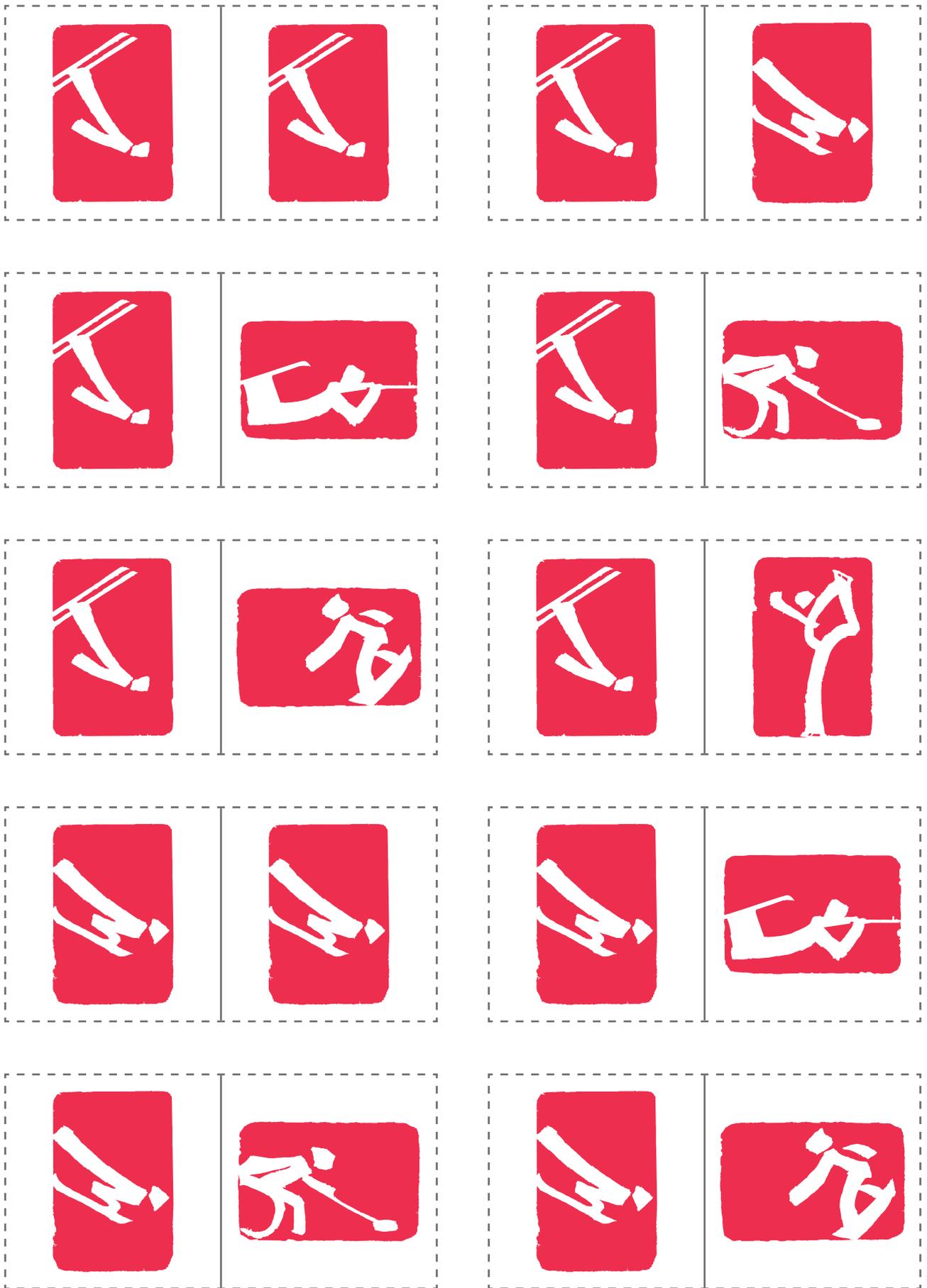
alle Piktogramme: © Beijing 2022



alle Piktogramme: © Beijing 2022



alle Piktogramme: © Beijing 2022



alle Piktogramme: © Beijing 2022



alle Piktogramme: © Beijing 2022

## Im Olympischen Dorf mit Michelle Uhrig



© Michelle Uhrig

Michelle Uhrig (Team Deutschland)

Michelle Uhrig ist eine deutsche Eisschnellläuferin. Schon mit drei Jahren stand Michelle auf dem Eis: Damals begann sie ihre sportliche Karriere mit Eiskunstlaufen und wechselte anschließend zum Eishockey. Doch 2009 hat sie sich für das Eisschnelllaufen entschieden und ist sehr erfolgreich damit.

Michelle nahm 2012 an den Olympischen Jugendspielen in Innsbruck teil und schaffte dann den Sprung zu den Olympischen Winterspielen 2018 in PyeongChang. Neben dem Leistungssport absolvierte sie eine Ausbildung an der Bundespolizeisportschule und ist jetzt Polizeimeisterin bei der Bundespolizei.

*Was genau ist das Olympische Dorf und wer wohnt dort?*

In dem Dorf wohnen alle Sportler und alle Trainer, Physiotherapeuten und Ärzte, alle, die sich um das Team und die Sportler kümmern.

*Bei den Olympischen Spielen in Peking gibt es drei Dörfer. Warum ist das so?*

Bei den Olympischen Spielen 2018 in PyeongChang/Südkorea, an denen ich teilgenommen habe, gab es beispielsweise zwei Dörfer. Eines hieß Coastal Village, das andere Mountain Village. Im Mountain Village waren die Athleten der Sportarten untergebracht,



© Beijing 2022

Illustration des Olympischen Dorfes von Peking 2022

die auf die Berge angewiesen sind, z.B. Ski alpin oder Bob, die brauchen ja eine Bahn, die nach unten geht. Für die Coastal-Village-Sportarten, zu denen auch meine Sportart Eisschnelllauf gehört, benötigt man Eishallen. Die werden nicht in den Bergen gebaut, sondern da, wo es flach ist.

*Ist das für die Sportler nicht komisch, dass sie alle in einem Dorf wohnen?*

Nein, im Gegenteil. Ich finde es richtig toll, dass man auch mal mit Sportlern aus anderen Sportarten in Kontakt kommt. Man trifft dort Athleten von Sportarten, die man normalerweise nicht trifft, wie z.B. Skispringer oder Skifahrer. Das ist einfach ein Gefühl von Teamspirit. Dazu gehört auch, dass alle dieselbe Team-Kleidung tragen.



Deutsches Quartier im Olympischen Dorf von PyeongChang 2018

*Gibt es viel Austausch zwischen den verschiedenen Nationen und entstehen vielleicht sogar Freundschaften?*

Man trifft im Olympischen Dorf auch die Athleten aus anderen Ländern, da entstehen manchmal auch Freundschaften, weil man sich täglich beim Essen in der Mensa sieht und miteinander ins Gespräch kommt. In PyeongChang waren es verschiedene Hochhäuser gewesen, das war wirklich wie ein kleines Dorf aufgebaut. Man traf sich z.B. in einem Gebäude zum Wäschewaschen, weil da die Waschmaschinen standen, oder in einem anderen Gebäude zum Training, weil da der Kraftraum war. Man kommt daher auch immer mit den Athleten der anderen Sportarten in Berührung. Das ist in jedem Fall richtig toll!

*Wie wohnt man im Olympischen Dorf?*

In PyeongChang habe ich quasi in einer WG gelebt mit zwei Shorttrackern und einer anderen Eisschnellläuferin. Wir waren dort also zu viert in einer Wohnung. Es gab drei Zimmer, ein Doppelzimmer und zwei Einzelzimmer. In Innsbruck war das ähnlich. Da haben wir, glaube ich, sogar zu sechst in einer Wohnung gewohnt. Das war richtig toll, denn da war ich mit zwei Skeletonfahrern und zwei Curlingspielern zusammen im Zimmer, was mir sonst ja nie passieren würde.

*Gibt es in der Mensa des Olympischen Dorfs internationale Speisen oder hauptsächlich landestypisches Essen?*

Glücklicherweise gab es auch westliches Essen. Es gab immer Nudeln, Pizza und Reis. Leider wiederholt sich alles irgendwann und nach vier Wochen konnte ich es irgendwann auch nicht mehr sehen. Aber das Essen war trotzdem mega gut.

*Was geschieht mit den Olympischen Dörfern nach den Olympischen Spielen?*

Die Wohnungen dort werden nach den Olympischen Spielen an die Bevölkerung vermietet oder verkauft. In unserer Wohnung in PyeongChang war z.B. die Küche abgeklebt, damit wir sie nicht benutzen und sie neu bleibt.

*Sind die Zimmer im Olympischen Dorf wie in einem schicken Hotel oder eher wie in einer Jugendherberge?*

Viele denken ja, dass die Wohnungen im Dorf total schick eingerichtet sind, aber eigentlich sind die Wohnungen sehr minimalistisch gehalten. Es gibt in den Zimmern ein Bett und einen Schrank, aber das war es dann schon.

*Trainieren die unterschiedlichen Nationen auch gemeinsam?*

Ja, man trifft beim Training immer auch die Sportler der anderen Nationen und dann läuft man auch mit denen ein paar Runden zusammen. In PyeongChang war es sogar so, dass wir auch den Massenstart zusammen trainiert haben. Athleten von kleineren Nationen, die nicht so viele Sportler dabei haben, dürfen sich auch immer den anderen anschließen. Selbst wenn man mit den anderen konkurriert, kann man meist trotzdem zusammen trainieren, denn es kommt am Ende darauf an, was du im Wettkampf zeigst und nicht im Training.



Eingang Quartier Team Deutschland in PyeongChang 2018

© DOA



**Markiere in dem Text alle für dich wichtigen Informationen über das Olympische Dorf.**

**Besprich in der Klasse, was an dem Olympischen Dorf so besonders ist.**

# OLYMPISCHE IDEE UND SYMBOLE

## Rituale spielerisch vermitteln

### Einführung

Das Themenfeld Olympische Idee und Symbole verfolgt das Lernziel, die olympische Erziehungsidee zu vermitteln. Es geht darum, die Symbole (Olympische Ringe, Fackel, Eid) und ihre Bedeutung kennenzulernen. Dabei wird der Wissensvermittlung ein erfahrungsorientierter und spielerischer Ansatz zur Seite gestellt. Dieses Kapitel eignet sich, um die Werte Freundschaft, Fair Play und Toleranz, die sich auch in den olympischen Werten widerspiegeln, in Ritualen spielerisch kennenzulernen.

Die Arbeitsblätter des Kapitels können nacheinander oder unabhängig voneinander behandelt werden. Die Altersangaben beziehen sich auf das Mindestalter; alle Kapitel sind auch für ältere Kinder einsetzbar.

### Angesprochene Werte

Fair Play ★ Freundschaft ★ Leistung ★ Regeln einhalten ★ Respekt ★ Toleranz ★  
Völkerverständigung

### Auflistung der Arbeitsblätter mit weiteren Informationen

Arbeitsblatt	Titel – Einsatzfach	Anzahl UE	ab Klasse
D1	Das Spiel der Ringe <i>Sport, Deutsch, Sachkunde</i>	1 – 2	III
D2	Von den Flaggen der Gastgeber zu den Olympischen Ringen <i>Deutsch, Sachkunde</i>	1 – 2	II

Zur Verbesserung der Lesbarkeit für die Kinder wurden Personenbezeichnungen auf den Arbeitsblättern in der männlichen Form verwendet – gemeint sind dabei in allen Fällen alle Geschlechter.

### Umsetzungshinweise

#### Arbeitsblatt D1 „Das Spiel der Ringe“

Der Olympische Fackellauf wird nachgespielt. Die Schüler\*innen erhalten Informationen über die Bedeutung olympischer Symbole. Die „virtuelle“ Reise mit der Fackel führt an unterschiedliche Orte, die mittels folgender Links herausgefunden werden können. So lernen die Schüler\*innen online Landkarten kennen. Dies können Schüler\*innen mit eigenen Endgeräten durchführen oder die Lehrkraft gibt die Koordinaten stellvertretend ein. An den unterschiedlichen Orten sind Fragen zu beantworten oder Bewegungsaufgaben zu lösen. Die Fragen können mit Hilfe der Texte beantwortet werden – Lösungen zum Arbeitsblatt: A = 4 Jahre und B = 6 Farben (inkl. Grundfarbe „Weiß“).

### Umsetzung (Schifffahrt):

- Die Klasse wird in mehrere Schiffsgruppen (4–5 Kinder) aufgeteilt. Jedes Kind legt seine Hände auf die Schultern des vorderen Kindes. Das letzte Kind ist immer der „Kapitän“ oder die „Kapitänin“ des Schiffes. Nachdem Nebel aufgekommen ist, schließen alle, mit Ausnahme des Kapitäns, die Augen. Mit Hilfe der empfindlichen Kontaktsteuerung navigiert der Kapitän das Schiff vom Heck aus hoffentlich sicher durch das Meer. Der Klassenraum kann je nach erwünschter Schwierigkeit freigeräumt werden.
- Mit beiden Händen auf beide Schultern klopfen: „Volle Kraft voraus!“ – (bzw. „Richtung beibehalten!“)
- Nur auf die rechte Schulter klopfen: „Steuerbord!“ (Rechtskurve)
- Nur auf die linke Schulter klopfen: „Backbord!“ (Linkskurve)
- Mit beiden Händen zweimal hintereinander auf die Schulter klopfen: „Alle Maschinen stopp!“



Internetfähiges Endgerät



- ▶ GPS Geoplaner
- ▶ Google Maps

---

### Arbeitsblatt D2 „Von den Flaggen der Gastgeber zu den Olympischen Ringen“

Die Kinder lernen die Olympischen Spiele als weltumfassendes Sportereignis kennen. Die Schüler\*innen begeben sich „auf eine Reise um die Welt“ und lernen Städte und Länder der Olympischen Winterspiele kennen. Beim Ausmalen von Länderflaggen wollen die Kinder häufig mehr über das jeweilige Land erfahren. Hier gilt es, das Vorwissen der Kinder aufzugreifen und Kinder von ihren Erfahrungen und Erlebnissen aus unterschiedlichen Ländern der Erde berichten zu lassen. Kinder mit Migrationshintergrund können hier auch über ihr Heimatland berichten und Dinge von zu Hause mitbringen (Postkarten, Briefmarken, Münzen, Bilder). Die Schüler\*innen finden zu vielen Ländern der Erde weitere Informationen im Internet. Hier können zum Beispiel Plakate oder eine Flaggenwand gestaltet werden.

Das Arbeitsblatt zu den Flaggen beinhaltet Rechenaufgaben im Zahlenraum bis 20. Für die Erst- und Zweitklässler\*innen entsteht so zusätzlich ein Anreiz, die Flagge nicht nur auszumalen, sondern die entsprechende Farbe durch Ausrechnen herauszufinden. Das Ausmalen kann so auch völlig losgelöst von weiteren Informationen zu den Ländern stattfinden. Es bietet sich an, dass die Kinder die Steckbriefe zu den Gastgeberstädten auf einem Plakat ausgestalten und eigene interessante Aspekte zu den Olympischen Spielen in der jeweiligen Olympiastadt herausfinden. Mit diesem Arbeitsblatt lässt sich der Irrglaube, dass die einzelnen Ringe für einen Kontinent stehen, gut widerlegen. Denn Pierre de Coubertins Intention war es, die Vereinigung der fünf Kontinente und die Zusammenkunft der Athlet\*innen der ganzen Welt darzustellen. Zu seiner Zeit ließen sich die fünf Farben der Ringe in sämtlichen Nationalflaggen der Welt wiederfinden.



Internetfähiges Endgerät



- ▶ Information über die Olympischen Spiele

### Quellenangaben

- Deutsche Olympische Akademie (Hrsg.) (2016). „Olympia ruft: Mach mit!“ Basiswissen Olympische Spiele. Frankfurt/Main



Online-Materialien

## Das Spiel der Ringe

Das Spiel: Begleite Trimmy bei seinem Fackellauf durch unterschiedliche Länder. Stellt ihr euch den Aufgaben und helft ihm die Rätsel zu lösen? Nur so könnt ihr das Schloss zum Schatz öffnen.

**Los geht's bei: 47.4900°N 11.09100°E**

Trimmy ist zum Wintersport ins wunderschöne Garmisch-Partenkirchen gefahren. Toll sieht es hier aus und er fragt sich: „Wieso sind die Olympischen Winterspiele eigentlich nicht hier?“ Und tatsächlich, vor fast 90 Jahren fanden die Spiele hier statt. Das war das einzige Mal, dass Olympische Winterspiele in Deutschland ausgetragen wurden.



*Könnt ihr die deutsche Flagge mit den richtigen Farben ausmalen?*

Olympische Spiele haben eine lange Tradition. Begonnen hat sie vor mehr als 2.500 Jahren in Griechenland. Heute finden die Olympischen Spiele alle vier Jahre in verschiedenen Ländern der Welt statt. Während der Spiele brennt ein helles Feuer im Stadion. Dieses Feuer wird mit einer Fackel angezündet. Auch heute noch beginnt diese Tradition immer in Griechenland, und zwar im antiken Stadion in der kleinen Stadt Olympia.

Doch wie kommt die Fackel bis nach China? Fackelläufer bringen das Feuer von Olympia nach Athen, von dort aus wird es in einer Grubenlampe sicher mit dem Flugzeug in das Gastgeberland der Olympischen und Paralympischen Spiele gebracht. Danach tragen viele Fackelläufer das Olympische Feuer quer durch das Gastgeberland und kündigen damit die Olympischen Spiele an. Die brennende Fackel mit dem Olympischen Feuer wird dabei immer durch einen Läufer in der Hand getragen.



*Wo können wir die Fackel entzünden?*

*Weiter geht es bei 37.63800°N 21.63000°E*



© DOA

Das antike Stadion in Olympia (Griechenland)

„Das ist das antike Olympiastadion. Dort wird die Fackel entzündet“, sagt Trimmy. Doch in welchem Land sind wir?

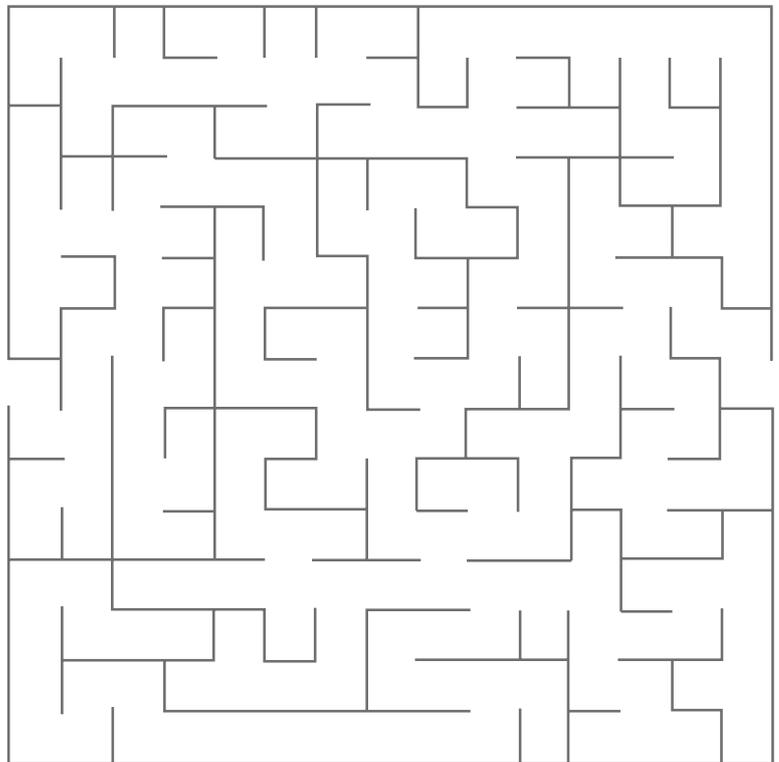
\_\_\_\_\_ land.

Durchläuft das Labyrinth, um die Olympische Fackel anzuzünden. Danach malt ihr die Flagge von Griechenland aus.



© Beijing 2022

Olympische Fackel von Peking 2022



Die Fackel brennt nun. Weiter geht es mit dem Flugzeug ... in welcher Stadt landen wir bei **39.03400°N 125.73000°E**?

\_\_\_\_\_

„Irgendwas stimmt hier nicht“, murmelt Trimmy. Er sieht Sportanlagen, aber keine Sportler. Hier fanden wohl die letzten Olympischen Winterspiele statt. Aber vor wie vielen Jahren?

Antwort: Vor \_\_\_\_\_ Jahren (Lösung A; Tipp: Lest in der Vorgeschichte nach).

Also, weiter geht's. Trimmy reist nun mit dem Schiff.



Ihr bildet eine 4er-Gruppe, stellt euch hintereinander und fasst euch an den Schultern. Nun schließt ihr die Augen.

Das hintere Kind (Kapitän) lässt die Augen offen. Ihr steuert das Schiff durch den Klassenraum und gebt die Kommandos eures Kapitäns weiter: Klopfen auf die rechte Schulter (Rechtskurve), auf die linke Schulter (Linkskurve). Vergesst die Fackel nicht!

Trimmy ist bei **40.52000°N 115.78300°E**:

„Hier sieht es großartig aus. Und so viel Schnee!“ Im Olympischen Dorf sind während der Spiele alle Sportler aus den unterschiedlichen Ländern untergebracht. So kann man sich wunderbar kennenlernen. Trimmy sieht Fahnen mit den Olympischen Ringen. Wie viele Farben seht ihr?



© Beijing 2022

Illustration des Olympischen Dorfes von Yanqing

Antwort: \_\_\_\_\_ Farben (Lösung B).

Die fünf Olympischen Ringe sind miteinander verschlungen. Ein Beispiel dafür, wie die Menschen aus allen Ländern der Welt miteinander verbunden sind. Bildet zu fünft die Olympischen Ringe ab. Ihr könnt euch mit den Armen einhaken oder die Reifen nutzen.

Nun aber schnell ins Olympiastadion, du willst doch nicht die Eröffnungsfeier verpassen!

**Endlich am Ziel 39.99150°N 116.39030°E:** \_\_\_\_\_

Das Olympiastadion von Peking wird auch „Vogelnešt“ genannt. Hier sehen 91.000 Zuschauer bei der Eröffnung, wie das Feuer entzündet wird. Das ist eine große Feier mit tollem Showprogramm.



Zum wievielten Mal werden am 4. Februar 2022 die Olympischen Winterspiele eröffnet?

Lösungszahl:

A = \_\_\_\_\_ - 2 und B = \_\_\_\_\_ - 2

Die Olympischen Winterspiele finden zum \_\_\_\_\_ Mal statt.



© Unsplash/Hong Jiang

Olympiastadion von Peking

## Von den Flaggen der Gastgeber zu den Olympischen Ringen

Die ersten Olympischen Winterspiele fanden vor fast 100 Jahren statt. China ist das 13. Gastgeberland der Olympischen Winterspiele. In manchen Ländern fanden mehrfach Winterspiele statt, in anderen Ländern nur einmal.

Mach dich mit Trimmy auf eine Reise um die Welt und besuche fünf Gastgeberländer.



Hilf Trimmy beim Ausmalen der Länderflaggen. Unter jeder Flagge gibt es Rechenaufgaben, die du zunächst lösen musst, damit du die Flagge richtig anmalen kannst.

Welches Ergebnis dann zur jeweiligen Farbe gehört, findest du im roten Kasten.



Informiere dich anschließend über die Gastgeber der Olympischen und Paralympischen Winterspiele.

Ergänze die fehlenden Stichpunkte. Vergleiche die Steckbriefe.

Welche Unterschiede erkennst du? Beschreibe!

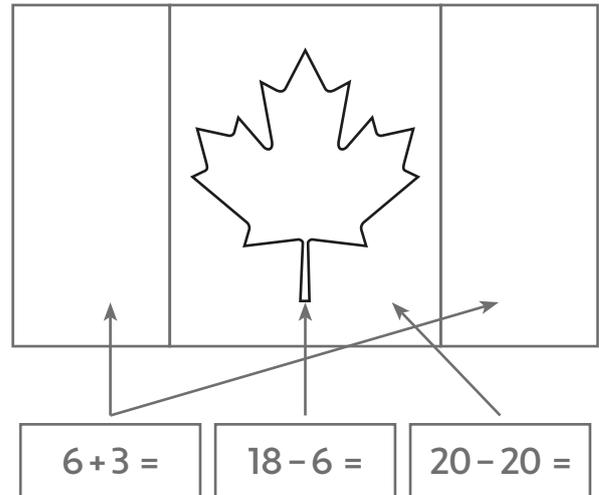
### Steckbrief: Olympische und Paralympische Spiele Turin 2006

Stadt	Turin
Land	
Einwohnerzahl	
Gastgeber im Jahr	2006
Teilnehmerzahl	2.508
Anzahl der Wettbewerbe	84

↑	↑	↑
20 - 3 =	11 - 11 =	7 + 4 =

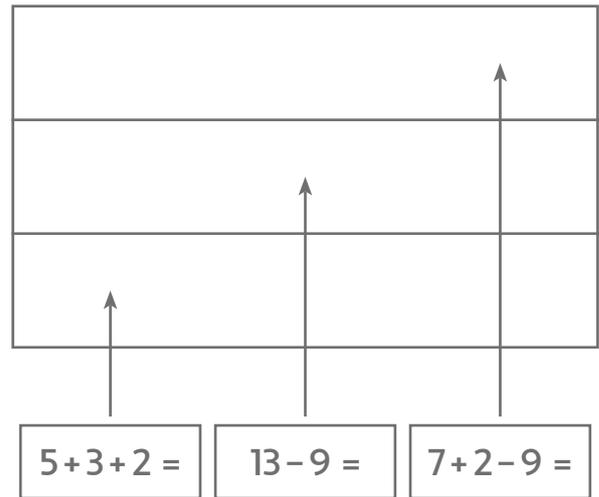
### Steckbrief: Olympische und Paralympische Spiele Vancouver 2010

Stadt	Vancouver
Land	
Einwohnerzahl	
Gastgeber im Jahr	2010
Teilnehmerzahl	2.566
Anzahl der Wettbewerbe	86



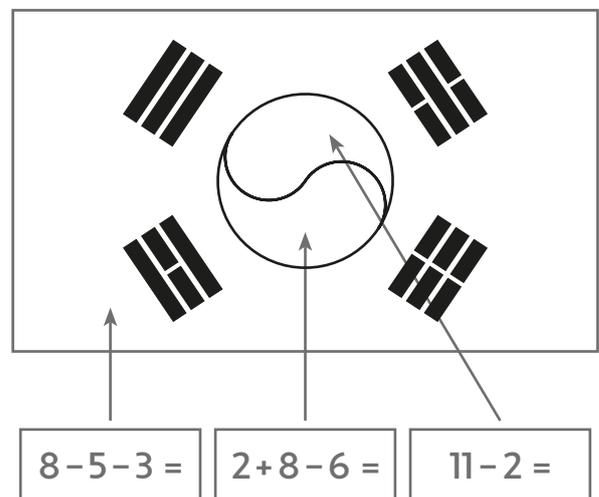
### Steckbrief: Olympische und Paralympische Spiele Sotschi 2014

Stadt	Sotschi
Land	
Einwohnerzahl	
Gastgeber im Jahr	2014
Teilnehmerzahl	2.873
Anzahl der Wettbewerbe	98



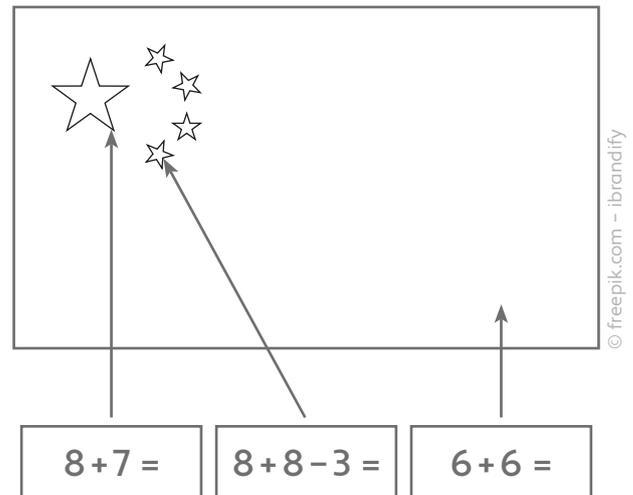
### Steckbrief: Olympische und Paralympische Spiele PyeongChang 2018

Stadt	PyeongChang
Land	
Einwohnerzahl	
Gastgeber im Jahr	2018
Teilnehmerzahl	2.922
Anzahl der Wettbewerbe	102



## Steckbrief: Olympische und Paralympische Spiele Peking 2022

Stadt	Peking
Land	
Einwohnerzahl	
Gastgeber im Jahr	2022
Teilnehmerzahl	ca. 3.000
Anzahl der Wettbewerbe	109



## Rechnen und malen im Zahlenraum bis 20:

Dein Ergebnis ist: 0 – dieser Teil der Flagge ist **WEISS**

Dein Ergebnis ist: 1, 2, 3 oder 4 – male diesen Teil der Flagge **BLAU**

Dein Ergebnis ist: 5, 6, 7 oder 8 – male diesen Teil der Flagge **SCHWARZ**

Dein Ergebnis ist: 9, 10, 11 oder 12 – male diesen Teil der Flagge **ROT**

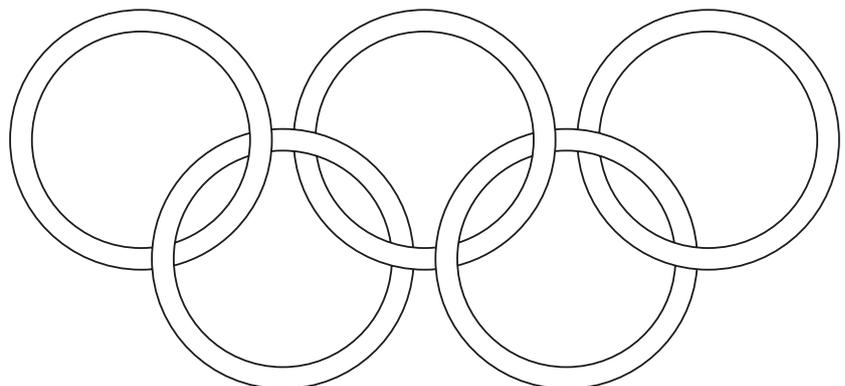
Dein Ergebnis ist: 13, 14, 15 oder 16 – male diesen Teil der Flagge **GELB**

Dein Ergebnis ist: 17, 18, 19 oder 20 – male diesen Teil der Flagge **GRÜN**

Wusstest du eigentlich, dass jede Länderflagge mindestens eine Farbe der Olympischen Ringe enthält? Der Erfinder der Olympischen Spiele, Pierre de Coubertin, hat die Flagge der Olympischen Spiele bewusst so gestaltet, um so die weltweite Völkerverbindung darzustellen.



*Prüfe, ob in den Flaggen auf diesem Arbeitsblatt alle Farben in den Ringen enthalten sind.*



# OLYMPISCHE UND PARALYMPISCHE SPORTPRAXIS

## Sportarten und Ernährung

### Einführung

In diesem Kapitel liegt der Schwerpunkt auf der Sportpraxis. Neben dem spielerischen Kennenlernen diverser olympischer und paralympischer Wintersportarten wird auch die Ernährung in China thematisiert.

Die Arbeitsblätter des Kapitels können nacheinander oder unabhängig voneinander behandelt werden. Die Klassenstufen beziehen sich auf das Mindestalter.

### Angesprochene Werte

Fair Play ★ Freundschaft ★ Inklusion ★ Leistung ★ Regeln einhalten ★ Respekt ★ Teamgeist ★ Toleranz

### Auflistung der Arbeitsblätter mit weiteren Informationen

Arbeitsblatt	Titel – Einsatzfach	Anzahl UE	ab Klasse
E1	Bewegungs-Memory <i>Sachkunde, Sport</i>	2 – 3	I
E2	Fünfkampf <i>Sport</i>	2 – 8	I
E3	Skilanglauf – ohne Schnee – in der Schule <i>Sachkunde, Sport</i>	1 – 2	I
E4	Ernährung nach der Traditionellen Chinesischen Medizin <i>Deutsch, Sachkunde</i>	2 – 3	II

Zur Verbesserung der Lesbarkeit für die Kinder wurden Personenbezeichnungen auf den Arbeitsblättern in der männlichen Form verwendet – gemeint sind dabei in allen Fällen alle Geschlechter.

### Umsetzungshinweise

#### Arbeitsblatt E1 „Bewegungs-Memory“

Das Arbeitsblatt soll einen Einstieg in die verschiedenen olympischen und paralympischen Wintersportarten ermöglichen und den Kindern ein Vorwissen für das anschließende aktive Memoryspiel bieten. Für den zweiten Arbeitsauftrag werden die Steckbriefe benötigt. Die drei Athlet\*innen Anna-Lena Forster, Clara Klug und Felix Loch haben einen Steckbrief für die Schulkinder ausgefüllt. Dort beschreiben sie kurz ihre jeweilige Sportart.

Alternative oder zusätzliche Arbeitsaufträge könnten wie folgt lauten:

- Male die zusammengehörenden Kästchen auf dem Arbeitsblatt in der gleichen Farbe an.
- Überlegt gemeinsam, wie die Bewegungen der Sportarten aussehen könnten und probiert es aus.
- Erstellt selbst Steckbrief-Plakate über weitere Sportarten der olympischen oder paralympischen Wintersportler.
- Erstellt einen Steckbrief über euch und eure Lieblings-Sportart.

Zum besseren Erkennen der Bewegungen der einzelnen Sportarten kann die PowerPoint-Präsentation mit den Piktogrammen herangezogen werden. Ferner können auch weitere Bilder oder Videosequenzen der Sportarten (siehe Weblinks) gezeigt werden.

Das anschließende Bewegungs-Memory kann flexibel angepasst werden, z.B. können sich Schüler\*innen, deren Sportart bereits erraten wurde, hinsetzen. Alternativ kann den Schüler\*innen auch eine weitere Bewegungsaufgabe gegeben werden, solange das Memoryspiel noch läuft.

Als visuelle Entscheidungshilfe könnten die Piktogramme auf Kärtchen gedruckt werden und den Schüler\*innen zur Verfügung gestellt werden.



*Kopie der Steckbriefe*



- ▶ PowerPoint Präsentation „Piktogramme“
- ▶ Anna-Lena Forster
- ▶ Clara Klug
- ▶ Felix Loch
- ▶ Videos olympischer Sportarten
- ▶ Videos paralympischer Sportarten
- ▶ Sportarten-Quiz aus Kapitel C „Peking 2022“
  - Video von Jacqueline Lölling
  - Video von Emma Weiß

---

## Arbeitsblatt E2 „Fünfkampf“

Die Stationen des Fünfkampfs können als Höhepunkt einer olympischen Woche mit vorherigen Trainingseinheiten oder in einzelnen Sportstunden durchgeführt werden.

Da die Kinder ihr volles Potenzial erst nach mehrmaliger Ausführung entfalten können, empfiehlt es sich, die einzelnen Stationen über mehrere Unterrichtseinheiten hinweg zu üben. Der auf den Arbeitsblättern dargestellte Aufbau ist als Vorschlag zu sehen, welcher je nach Klasse und Rahmenbedingungen abgewandelt werden kann.

Der Laufzettel ermöglicht den Vergleich untereinander sowie die Überprüfung der individuellen Leistungssteigerung.



▶ Laufzettel

**Hinweise:**

- *Schießen*: Es sollte sensibel mit dem Terminus umgegangen und je nach Klasse thematisiert werden, dass es sich um eine rein sportliche Ausführung eines Bewegungsablaufes handelt und in keinerlei Hinsicht mit Gewalt in Verbindung steht.
- *Minitrampolin*: Es sind die Richtlinien und Voraussetzungen zur Verwendung von Trampolinen in Schulen zu beachten: 

**1. Disziplin: Zweier-Bob**

*Variation*: vereinfachter Aufbau ohne Slalom oder Tunnel



Rollbretter; 3 kleine Kästen; 2 große Kästen; 1 dünne Turnmatte; 1 Weichbodenmatte; 4 Pylonen; Start-/Zielmarkierung

**2. Disziplin: Biathlon**

*Variation*: Luftpumpe und Korken als Gewehr, Hütchen anstelle von Kegeln oder Hindernisse auf der Laufrunde für höheren Schwierigkeitsgrad, Gleiten mit Teppichfliesen



2 dünne Turnmatten; 2 kleine Kästen; diverse Bälle; 10 Kegel oder Pylonen; Start-/Zielmarkierung

**3. Disziplin: Ski-Freestyle**

*Variation*: Turnbank zum Einspringen vor das Trampolin stellen

*Mögliche Wertung*:

- 1 Punkt: Strecksprung, Füße an den Po;
- 2 Punkte: Hocksprung, Grätschsprung;
- 3 Punkte: halbe Drehung, Rolle vorwärts, Salto ...



1 Minitrampolin; 2 dünne Turnmatten; 1 Weichbodenmatte; Startmarkierung

**4. Disziplin: Para Eishockey/Penaltyschießen**

*Variation*: ein Schläger anstelle von zweien, Abstand der Abschusslinie verkleinern/vergrößern, größere Bälle anstelle von Pucks, Torhüter



1 Rollbrett; 1 kleiner Kasten; 2 Hockeyschläger; 1 Hockeytor; mehrere Pucks; Start-/Abschussmarkierung

**5. Disziplin: Eisschnelllauf**

*Variation*: Gleiten auf einem Fuß oder im Sitzen, Streckenlänge und Hindernisse variieren



2 Pylonen; 2 Teppichfliesen; Start-/Zielmarkierung



► Erklärvideo mit Jens Filbrich „Übungen mit Teppichfliesen“

### Arbeitsblatt E3 „Skilanglauf – ohne Schnee – in der Schule“

Die Unterrichtseinheit bedient das Bewegungsfeld „Fahren, Rollen, Gleiten“. Als Einstieg sollen die Schüler\*innen ihr Wissen zur Sportart Skilanglauf mit einem kleinen Quiz aus Multiple-Choice-Fragen testen. Es gibt jeweils eine richtige Antwort aus vier Auswahlmöglichkeiten. Das Auflösungsvideo von Jens Filbrich kann zur Auswertung genutzt werden.

Im Praxisteil werden verschiedene Aufgaben und Varianten beschrieben, sich mit Teppichfliesen fortzubewegen. Zuerst können sich die Schüler\*innen eigene Bewegungsformen ausdenken und dann ein paar Varianten mit Langlauftechniken üben (siehe Video).

Das abschließende Langlauf-Staffelspiel ist ein kleiner Wettbewerb in 4er-Teams, bei der möglichst gleich starke Teams eingeteilt werden sollen.



*Teppichfliesen (alternativ Teppichreste oder andere gut rutschende Materialien); Hütchen; Technik für das Video*



- ▶ Video Auflösung Langlaufquiz
- ▶ Erklärvideo mit Jens Filbrich „Übungen mit Teppichfliesen“
- ▶ Jens Filbrich

### Arbeitsblatt E4 „Ernährung nach der Traditionellen Chinesischen Medizin“

Die Arbeitsblätter geben einen Einblick in die Ernährung nach der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). Mit Hilfe des Informationstextes können die Kinder einen Lückentext mit Bildern vervollständigen. Alternativ kann das Arbeitsblatt auch zuerst in Partner- oder Gruppenarbeit mit Hilfe des Internets und der 5-Elemente-Tabelle bearbeitet werden. Anschließend kann der Informationstext als Kontrolle zur Verfügung gestellt bzw. vorgelesen werden.

Durch das Arbeitsblatt „Wortgitter“ bietet sich die Möglichkeit für die Schüler\*innen sich mit den einzelnen Begriffen der fünf Elemente zu beschäftigen.

Das Fünf-Elemente-Rezept ermöglicht eine ganzheitliche Beschäftigung mit dem Thema. Hier können die Kinder die verschiedenen Elemente (auf dem Arbeitsblatt entsprechend der Tabelle farbig dargestellt) mit allen Sinnen erfahren und chinesische Frühstückskultur kennenlernen.

Die **5-Elemente-Tabelle** kann zur visuellen Unterstützung während der Bearbeitung des Themas im Klassenzimmer aufgehängt werden und bietet Rede- und Leseanlässe. Zusätzlich steht in den Web-links ein Mandala zur Verfügung.

Darüber hinaus kann zu diesem Thema das Spiel „Feuer, Wasser, Sturm“ in umgewandelter Form als „**Feuer, Wasser, Erde**“ gespielt werden. Alternativ kann es auch zu „Feuer, Wasser, Erde, Holz und Metall“ erweitert werden.

Beispielsweise so:

- **Feuer** → in eine Ecke laufen
- **Wasser** → auf einen Gegenstand hinaufsteigen
- **Erde** → flach auf den Boden legen
- **Metall** → Bewegungen einfrieren („Freeze“)
- **Holz** → auf Zehenspitzen stehen und Arme nach oben strecken

Hierbei können sich die Kinder natürlich auch eigene Bewegungsabläufe zu den jeweiligen Kommandos ausdenken.



Topf zum Kochen; Zutaten des Rezeptes



- ▶ Informationstext
- ▶ Informationstext als MP3-Datei
- ▶ Die 5-Elemente-Tabelle
- ▶ Mandala

Y	Y	A	D	W	N	S	M	J	M	H
B	F	B	N	K	F	I	E	T	Q	O
S	R	R	V	K	E	Q	T	Q	I	L
E	Ü	B	R	Q	U	W	A	O	B	Z
H	H	B	O	D	E	P	L	H	E	I
I	S	I	T	E	R	U	L	X	F	J
B	T	U	H	U	E	M	I	Z	U	S
H	Ü	R	F	E	Y	L	Y	J	L	R
W	C	K	W	A	S	S	E	R	J	P
V	K	S	L	Y	P	X	T	Y	R	I
Q	K	F	E	R	D	E	E	M	H	H

Lösung des Wortgitters

## Quellenangaben

- DGUV (2018). *Trampoline in Kindertageseinrichtungen und Schulen*. Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung. Abgerufen am 12. Juli 2021, von <https://publikationen.dguv.de/widgets/pdf/download/article/21>
- DGUV (2012). *Minitrampolin – mit Leichtigkeit und Sicherheit*. Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung. Abgerufen am 12. Juli 2021, von <https://publikationen.dguv.de/widgets/pdf/download/article/11>
- Reichardt, I. & Fux, C. (2018, 3. August). *Traditionelle Chinesische Medizin: Ernährung*. mylife.de. <https://www.mylife.de/diaeten-abnehmen/tcm-ernaehrung/>



Online-Materialien

## Bewegungs-Memory

Bevor ihr das Bewegungs-Memory selbst spielen dürft, gibt es noch ein paar Aufgaben zu erledigen.

Ski Alpin			Bob
Para Snowboardfahren			Rennrodeln
Sledge Eishockey			Eiskunstlauf
Rollstuhlcurling			Biathlon

© Beijing 2022



Welche Sportarten sind oben als Piktogramm dargestellt?

Verbinde die Sportart mit dem passenden Piktogramm.



Anna-Lena Forster, Felix Loch und Clara Klug erzählen dir in ihrem Steckbrief alles über ihre Sportart.

Lies dir die Steckbriefe durch und überlege jeweils, welches Piktogramm zu der Sportart gehört.



Anna-Lena Forster (Team Deutschland Paralympics) ist deutsche Monoskifahrerin und mehrfache Medaillengewinnerin

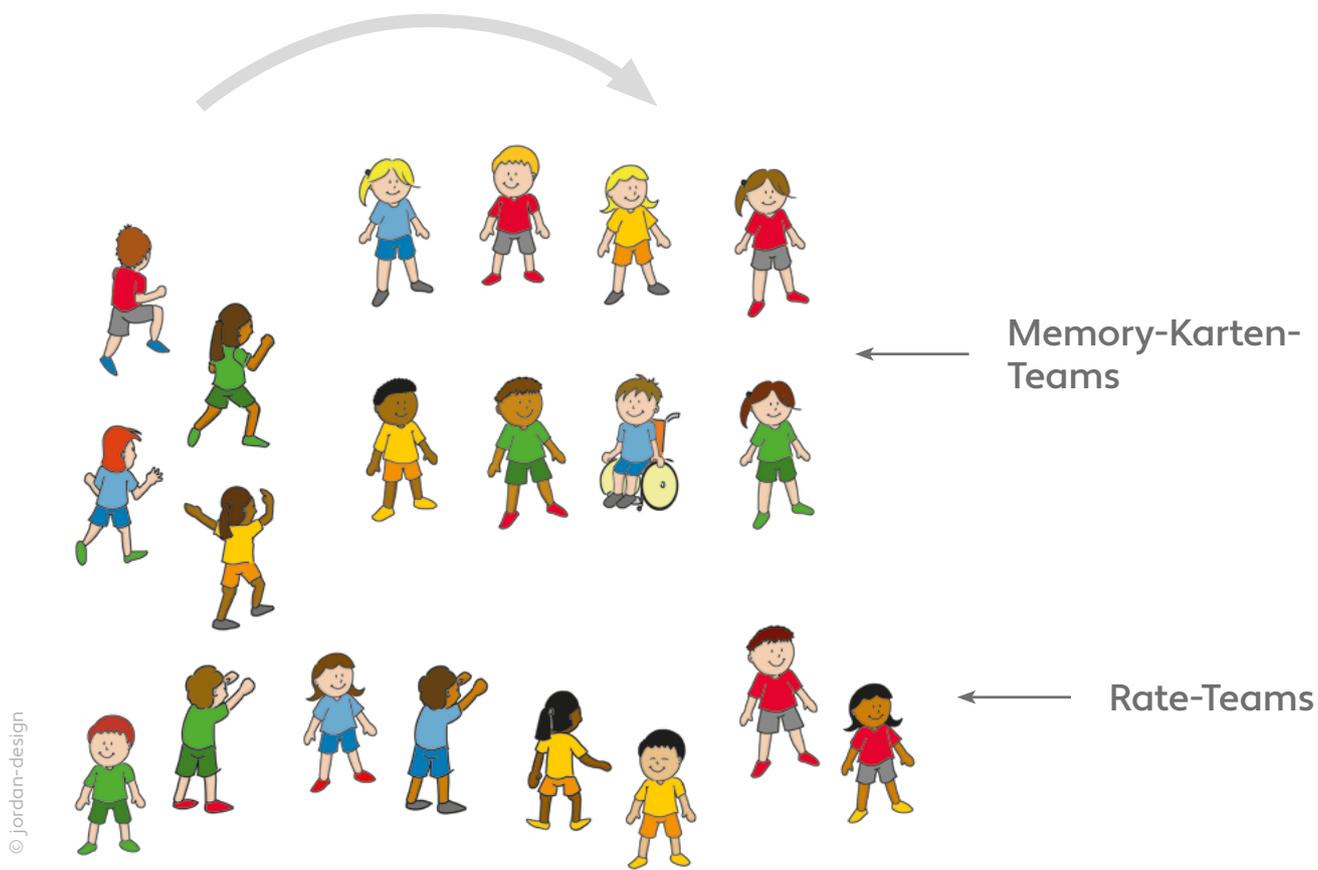


Felix Loch (Team Deutschland) ist deutscher Rennrodler und dreifacher Goldmedaillengewinner



Clara Klug (Team Deutschland Paralympics) ist deutsche Para Biathletin und Bronzemedaillengewinnerin

© Anna-Lena Forster, Felix Loch, Clara Klug



© Jordan-design

Kinder spielen das Bewegungs-Memory



Geht zu zweit zusammen.

**Rate-Teams:** Verbindet euch die Augen und wartet, bis die anderen Kinder bereit sind.

**Memorykarten-Teams:** Einigt euch gemeinsam auf eine Wintersportbewegung. Stellt euch danach gemischt in mehreren Reihen auf. So wie die Kinder auf dem Bild.

**Und los geht's:**

Die Rate-Teams nehmen die Augenbinden ab und dürfen immer zwei Kinder nennen und ihre Bewegung „aufdecken“. Sind es zwei Kinder, die dieselbe Bewegung machen, darf das Team nochmals raten. Ist es kein Pärchen, muss das Rate-Team einmal um alle Kinder herumlaufen und sich erneut anstellen.

Richtige Memory-Pärchen laufen mit den Rate-Teams mit, dürfen ihnen aber nicht helfen.

## Steckbrief von Anna-Lena Forster

**Alter:** 26

**Sportart:** Para Ski Alpin

*Wie alt warst du, als du zum ersten Mal deine Sportart ausgeübt hast?*

Sechs Jahre jung.

*Welche Sportgeräte bzw. welches Equipment benötigst du?*

Ich benötige einen Monoski, welcher aus einem Gestell mit Dämpfungssystem und einer individuell angepassten Sitzschale besteht. Zudem habe ich Krückski in den Händen, die ich zum Ausbalancieren nutze. Der Monoski wird dann noch in eine Bindung eines handelsüblichen Rennski geklickt.

*Beschreibe kurz deine Sportart!*

In meiner Sportart geht es darum, möglichst schnell auf dem richtigen Weg den Berg herunterzufahren. Dabei sitze ich in einem Monoskigerät, unter das ein handelsüblicher Ski geschnallt wird, und um mich zu stabilisieren, habe ich sogenannte Krückskis in der Hand. Eine Kurve kann ich fahren, indem ich mit der Hüfte zu der jeweiligen Seite abknicke.

*Warum macht dir dein Sport so viel Spaß?*

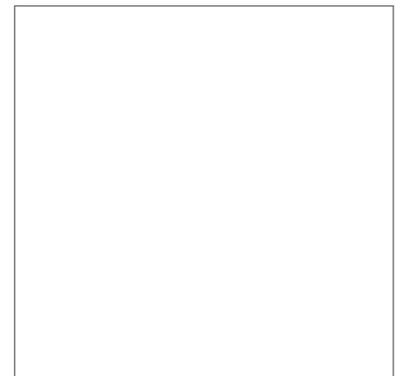
Weil es eine sehr abwechslungsreiche Sportart ist: keine Piste, kein Schnee und kein Lauf sind gleich. Außerdem habe ich in meinem Monoski in den Bergen die gleichen Möglichkeiten, so wie alle Skifahrer ohne eine Behinderung. Ich fühle mich einfach frei mit meinem Monoski in den Bergen.

*Natürlich sind alle olympischen Werte wichtig. Doch wenn du unten in der Tabelle maximal sieben Kreuze vergeben könntest, wie würdest du die sieben Kreuze verteilen?*

Respekt	Freundschaft	Leistung
XXX	XX	XX



*Zeichne das Piktogramm der Sportart in das leere Kästchen.*



Anna-Lena Forster (Team D Paralympics)

© Paul Hoffmann

## Steckbrief von Clara Klug

**Alter:** 27

**Sportart:** Para Biathlon

*Wie alt warst du, als du zum ersten Mal deine Sportart ausgeübt hast?*

Mit acht stand ich das erste Mal auf Langlaufskiern und kurz danach habe ich zum ersten Mal schießen dürfen. In den Leistungssport bin ich aber erst mit 18 Jahren eingestiegen.

*Welche Sportgeräte bzw. welches Equipment benötigst du?*

Langlaufski, Langlaufschuhe, Langlaufstöcke, Rennbekleidung (Rennanzug, Handschuhe, Stirnband), abgedunkelte Laufbrille, Lautsprecher (trägt mein Guide/Begleiter Martin, damit ich ihn besser hören kann), Waffe (wird vom Veranstalter gestellt und ist genormt; ich habe keine eigene Wettkampfwaffe).

*Beschreibe kurz deine Sportart!*

Para Biathlon ist eine Teamsportart. Mein Guide und ich laufen drei oder fünf Runden auf der Loipe. Nach jeder Runde schieße ich mit einem akustischen Schießsystem auf fünf Zielscheiben. Schieße ich einen Fehler, müssen wir beide in die Strafrunde. Am Ende gewinnt das Team, welches am schnellsten läuft und am besten trifft.

*Warum macht dir dein Sport so viel Spaß?*

Para Biathlon kombiniert Kondition, Koordination und Köpfchen. Es ist ein unglaublich tolles Gefühl, auf dem Ski quasi über den Schnee zu schweben, sich völlig zu verausgaben und trotzdem am Schießstand die Nerven zu bewahren.

*Natürlich sind alle olympischen Werte wichtig. Doch wenn du unten in der Tabelle maximal sieben Kreuze vergeben könntest, wie würdest du die sieben Kreuze verteilen?*

Respekt	Freundschaft	Leistung
XXX	X	XXX

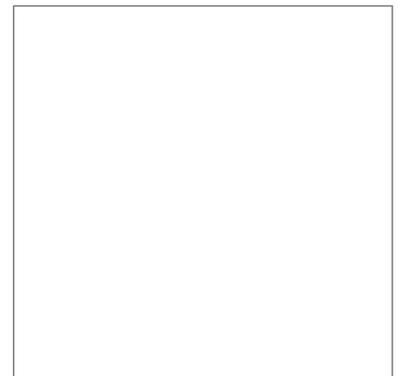


Clara Klug (Team D Paralympics) beim Training

© Martin Härtl



**Zeichne das Piktogramm der Sportart in das leere Kästchen.**



## Steckbrief von Felix Loch

**Alter:** 32

**Sportart:** Rennrodeln

*Wie alt warst du, als du zum ersten Mal deine Sportart ausgeübt hast?*

Zum ersten Mal bin ich mit fünf Jahren auf einem Schlitten gesessen. Mich hat sofort das Rodel-Fieber gepackt und ich wollte unbedingt gleich auf's Eis. Von diesem Tag an wollte ich nichts anderes mehr machen als Rodeln.

*Welche Sportgeräte bzw. welches Equipment benötigst du?*

Zum Rennrodeln brauchen wir einen Schlitten mit Schienen, einen Rennanzug, Helm, Visier, spezielle Rodelschuhe und Handschuhe mit Nägeln dran und vor allem Spaß am Rodeln!

*Beschreibe kurz deine Sportart!*

Rennrodeln ist fast wie normales Schlittenfahren. Es gibt allerdings ein paar Unterschiede: Wir fahren auf einer Kunsteisbahn, also auf einer betonierten Bahn, die schon im Herbst vereist wird und auf der man feste Kurven und Geraden vorgegeben hat. Auch der Schlitten an sich unterscheidet sich vom „normalen“ Holzrodel. Unser Schlitten besteht aus Carbon, einem extrem leichten Kunststoff, und aus Stahlkufen und -schienen. Wir können je nach Bahn und Wetter bis zu 145 km/h schnell fahren!

*Warum macht dir dein Sport so viel Spaß?*

Am meisten liebe ich die Geschwindigkeit und die Fliehkräfte, die während der Fahrt auf mich einwirken. Das ist das Außergewöhnliche an meiner Sportart! Wenn du mit 135 km/h die Bahn runterfährst, dann ist das einfach nur toll und ein super Gefühl.

*Natürlich sind alle olympischen Werte wichtig. Doch wenn du unten in der Tabelle maximal sieben Kreuze vergeben könntest, wie würdest du die sieben Kreuze verteilen?*

Respekt	Freundschaft	Leistung
XXX	XX	XX

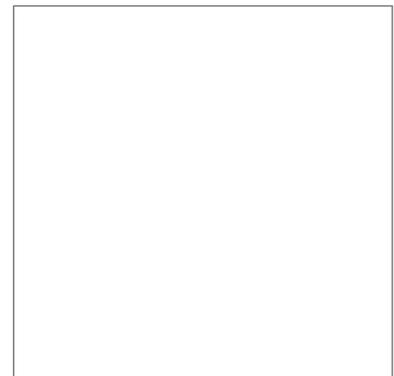


**Zeichne das Piktogramm der Sportart in das leere Kästchen.**



Felix Loch mit seiner kompletten Sportausrüstung

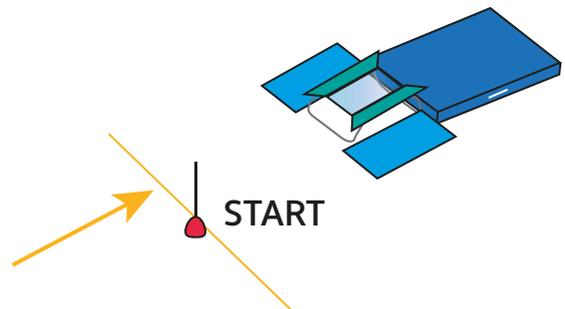
© Felix Loch





## Ski-Freestyle

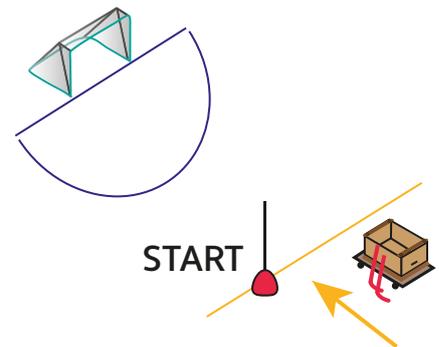
1. Stellt euch in einer Reihe am Start auf.
2. Nehmt Anlauf, springt mit beiden Beinen fest ins Trampolin und probiert verschiedene Sprünge aus.
3. Schreibt eure Punktzahl je nach Sprung auf.



*Stellt euch vor, ihr hättet Ski an den Füßen und würdet von einer riesigen Schanze springen. Welche Sprünge würdet ihr euch zutrauen?*

## Para Eishockey/Penaltyschießen

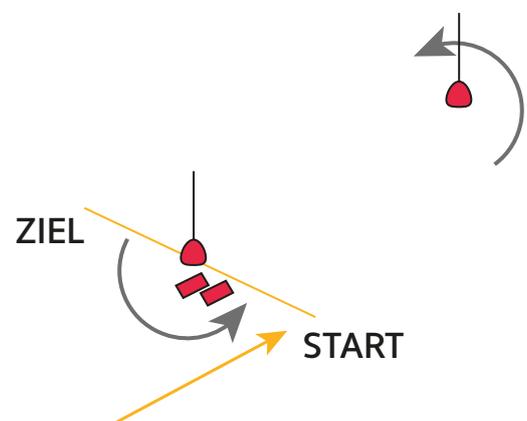
1. Stellt euch in Zweier-Teams am Start auf.
2. Fahrt von der Startlinie aus auf das Tor zu und versucht, den Puck mit dem Schläger ins Tor zu schießen. Der Torschuss muss vor der Linie erfolgen.
3. Jeder sollte einmal anschieben und einmal schießen.



*Beim Para Eishockey sitzt man in einem Schlitten und hat in jeder Hand einen kurzen Schläger, um sich fortzubewegen und zu schießen.*

## Eisschnelllauf

1. Stellt euch in einer Reihe am Start auf.
2. Gleitet mit den Fliesen mehrere Runden um die Markierungen. Probiert dabei verschiedene Variationen aus (vorwärts, seitwärts, rückwärts, mit einer Fliese, ...).
3. Stoppt die Rundenzeit





Zum Download der Anleitung  
Bitte den QR-Code scannen  
und das Passwort: DOA  
eingeben!



**Ronald Hild  
Max Haupt**

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

Athleten-Name: \_\_\_\_\_



**1 Pen Games**

- |  |                                     |   |   |   |                                     |
|--|-------------------------------------|---|---|---|-------------------------------------|
| <input type="radio"/> 1 Biathlon         | <input checked="" type="checkbox"/> |   |   |   |                                     |
| <input type="radio"/> 2 Eiskunstlaufen   |                                     | 1 | 2 | 3 | =                                   |
| <input type="radio"/> 3 Eisschnelllaufen | <input checked="" type="checkbox"/> |   |   |   |                                     |
| <input type="radio"/> 4 Zweier-Bob       |                                     |   |   |   | <input checked="" type="checkbox"/> |
| <input type="radio"/> 5 Skispringen      |                                     | 1 | 2 | 3 | =                                   |
| <input type="radio"/> 6 Parallelsalom    |                                     |   |   |   | <input checked="" type="checkbox"/> |
| <input type="radio"/> 7 Curling          |                                     | 1 | 2 | 3 | =                                   |
| <input type="radio"/> 8 Slalom           |                                     | 1 | 2 | 3 | =                                   |
| <input type="radio"/> 9 Abfahrt          |                                     | 1 | 2 | 3 | =                                   |
| <input type="radio"/> 10 Schneeball      |                                     | 1 | 2 | 3 | =                                   |

Cover-Design & Grafik: Ann-Kathrin Gross  
[www.annescribble.com](http://www.annescribble.com)

ACHTUNG! Für Kinder unter 3 Jahren nicht geeignet. Erstickungsgefahr, da kleine Teile verschluckt oder eingeatmet werden können.

## Skilanglauf – ohne Schnee – in der Schule



Informiere dich über die Sportart Skilanglauf und beantworte anschließend das Quiz. Jens Filbrich verrät dir die Lösung in einem Video.



© Jens Filbrich

Jens Filbrich (Team Deutschland), deutscher Skilangläufer und Silbermedaillengewinner in der Staffel 2006 in Turin

### Langlaufquiz

1. Was versteht man unter der Sportart Skilanglauf?

Ein langer Spaziergang durch den Schnee.	Das Skifahren auf einer Loipe, bei der man nicht nur bergab fährt.
Mit Ski den Berg hinunterfahren und mit dem Lift bergauf.	Es ist ein anderes Wort für Schlittschuhlaufen.

2. Seit wann ist Skilanglauf bei den Olympischen Spielen im Programm?

Seit 1960 für die Männer und seit 2014 für die Frauen.	Seit 1924 für die Männer und seit 1952 für die Frauen.
Seit 2002 in Salt Lake City (USA).	Es ist noch keine olympische Disziplin.

3. Welche zwei Techniken gibt es im Langlauf?

Schneepflug & Paralleltechnik	Auf einem Ski & auf zwei Ski
Klassischer & freier Stil (Skating)	Mit & ohne Stöcke

4. Was für eine Ausrüstung braucht man zum Skilanglaufen?

Langlaufski & Stöcke	Nur Langlaufski
Nur Stöcke	Schneeschuhe & Stöcke

5. Womit werden die Ski behandelt, damit man besser gleitet?

Seife	Wachs
Honig	Wärme

6. Was eignet sich als guter Ersatz für Ski in der Sporthalle?

Springseile	Große Matten
Turnbänke	Teppichfliesen

## Teppichfliesen statt Langlaufski



© Jens Filbrich

Jens Filbrich gleitet auf einer Teppichfliese



*Probiert verschiedene Varianten aus, um euch mit einer Teppichfliese gleitend fortzubewegen. Hierbei können entweder ein Fuß, beide Füße oder das Gesäß auf der Fliese sein.*

*Anschließend versucht euch, anhand verschiedener Ideen mit zwei Teppichfliesen vorwärts, rückwärts oder seitwärts durch den Raum zu bewegen, ihr könnt eurer Kreativität freien Lauf lassen.*

## Langlauf-Staffelspiel

In Gruppen von vier Schülern ist euer Ziel, den Slalom-Parcours auf den Teppichfliesen so schnell wie möglich zu bewältigen. Als Para-Skilanglauf-Variante könnt ihr den Parcours im Sitzen bewältigen, indem ihr euch nur mit den Armen fortbewegt.

In der zweiten Runde wird die Staffel in der Partner-Variante absolviert. Stellt euch neben euren Partner, die inneren Füße werden auf eine gemeinsame Fliese gestellt, die äußeren Füße bekommen eine eigene Fliese. Versucht mit den drei Teppichfliesen gemeinsam, so schnell wie möglich, die Slalomstangen zu umlaufen.



© Jens Filbrich

Jens Filbrich zeigt die Übung des Para-Skilanglaufs: sitzend auf einer Teppichfliese

*Denkt euch weitere Varianten für das Staffelspiel aus, es ist beliebig erweiterbar.*

## Ernährung nach der Traditionellen Chinesischen Medizin

Trimmy hat sich in China ein wenig umgehört. Die Ernährung spielt dort eine große Rolle und orientiert sich stark an der Traditionellen Chinesischen Medizin. Die Traditionelle Chinesische Medizin wird mit den Buchstaben TCM abgekürzt. Trimmy hat erfahren, dass es einige Besonderheiten bei der Auswahl der Lebensmittel, der Zubereitung sowie beim Essen der Speisen gibt.



*Kannst du den Text über die TCM vervollständigen?*

*Höre dir genau an, was es bei einer Ernährung nach der TCM zu beachten gibt. Füge dann die passenden Wörter/Bilder in die Lücken.*

1. In \_\_\_\_\_ ist das Frühstück die erste und wichtigste Mahlzeit am Tag.
2. Die fünf Elemente sind die Grundlage der Ernährung. Das sind \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ und \_\_\_\_\_.  
Jedem Element ist eine Geschmacksrichtung zugeordnet.
3. Eine ausgewogene \_\_\_\_\_ sollte eine Zutat aus jedem Element, also jeder Geschmacksrichtung enthalten.
4. Wichtig bei der Ernährung nach der TCM sind frische \_\_\_\_\_.
5. Man sollte sich außerdem genügend \_\_\_\_\_ zum Essen nehmen und die Mahlzeiten genießen.
6. \_\_\_\_\_ sollte man nicht so viel und vor allem nicht später als 19 Uhr essen.



## Wortgitter



Finde die versteckten Wörter.

1 Feuer

2 Erde

3 Metall

4 Wasser

5 Holz

6 Frühstück

Y	Y	A	D	W	N	S	M	J	M	H
B	F	B	N	K	F	I	E	T	Q	O
S	R	R	V	K	E	Q	T	Q	I	L
E	Ü	B	R	Q	U	W	A	O	B	Z
H	H	B	O	D	E	P	L	H	E	I
I	S	I	T	E	R	U	L	X	F	J
B	T	U	H	U	E	M	I	Z	U	S
H	Ü	R	F	E	Y	L	Y	J	L	R
W	C	K	W	A	S	S	E	R	J	P
V	K	S	L	Y	P	X	T	Y	R	I
Q	K	F	E	R	D	E	E	M	H	H

## Fünf-Elemente-Rezept: Brombeer-Hirse-Brei

Ein guter und leckerer Start in den Morgen mit folgendem Rezept:

Zutaten für 4 Portionen:

2 Tassen	Hirse	2 Prisen	Salz
5 Tassen	Wasser, heiß	1 TL	Zimt
2	Zitronen (Saft)	½ TL	Kardamom
4 EL	Honig	1 TL	Ingwer, gerieben
2 EL	Walnüsse, gerieben	2 Tassen	Brombeeren

1. Die Hirse mit heißem Wasser übergießen und für etwa 15–20 Minuten auf kleiner Stufe köcheln lassen.
2. Den Saft aus zwei Zitronen, den Honig und die Walnüsse hinzufügen. Mit Salz, Zimt, Kardamom und Ingwer würzen.
3. Den Brei weitere 10 Minuten quellen lassen. Etwas Wasser nachschütten, wenn der Brei zu trocken scheint.
4. Den Brei in Schüsseln geben und mit einigen Brombeeren garnieren.
5. Genießen!



Brombeer-Hirse-Brei



*Probiert das Rezept aus!*

*Wie schmeckt euch der Brei?*

# ANGEBOTE FÜR SCHULEN



## Unterrichtsmaterialien „Olympia ruft: Mach mit!“

Die „Olympia ruft: Mach mit!“-Materialien vermitteln Schüler\*innen die Faszination der Olympischen Spiele und der ihnen zugrunde liegenden Werte. Die Materialien sind vielfältig einsetzbar: als Einzelstunde im Fachunterricht, bei fächerübergreifenden Schulprojekten oder im Rahmen einer „olympischen Woche“.

Unter [www.olympia-ruft.de](http://www.olympia-ruft.de) können Sie die Materialien kostenlos downloaden oder als Printversion über den Onlineshop der DOA bestellen.



## Olympic Day

Jedes Jahr beteiligen sich mehr als 140 Länder am Olympic Day. Die Deutsche Olympische Akademie (DOA) feiert den Olympic Day mit einem großen Sportfest rund um das Deutsche Sport & Olympia Museum in Köln.

An mehr als 50 Aktivstationen können die Schüler\*innen unter dem Motto „Move“ (Bewegen), „Learn“ (Lernen) und „Discover“ (Entdecken) Sportarten ausprobieren, sich zu olympischen Themen informieren oder Sportstars treffen.

Weitere Informationen finden Sie unter: [www.olympicday.de](http://www.olympicday.de)



## Lehrerfortbildungen in Olympia/Griechenland

In regelmäßigen Abständen führt die DOA eine Lehrerfortbildung in Griechenland durch. Bei dieser Maßnahme können sich Lehrkräfte mittels Vorträgen, Workshops und dem Besuch der bedeutendsten sporthistorischen Stätten im Bereich der Olympischen Erziehung und Wertevermittlung im und durch Sport weiterbilden.

Unter [www.doa-info.de/veranstaltungen/lehrerfortbildung](http://www.doa-info.de/veranstaltungen/lehrerfortbildung) erhalten Sie mehr Informationen.



## Poster-Serien „Faszination Olympia“

Mit den Ausstellungen „Faszination Olympia: Fünf Ringe – Eine Idee“ und „Olympia auf Schnee und Eis: Faszination Winterspiele“ präsentiert die DOA einen spannenden Überblick über den olympischen Sommer- und Wintersport. Unter dem Titel „Five Rings: The Fascination of the Olympic Idea“ wird die Serie zudem auch in englischer Sprache angeboten.

Unter [www.doa-info.de/publikationen/poster-serien](http://www.doa-info.de/publikationen/poster-serien) können Sie die Poster-Serien bestellen.



Deutsche Olympische Akademie Willi Daume e.V. (DOA)

Otto-Fleck-Schneise 12  
60528 Frankfurt am Main

T +49 69 6700-232  
F +49 69 6700-1232

office@doa-info.de  
www.doa-info.de

 deutscheolympischeakademie  
 DeuOA  
 deutscheolympischeakademie