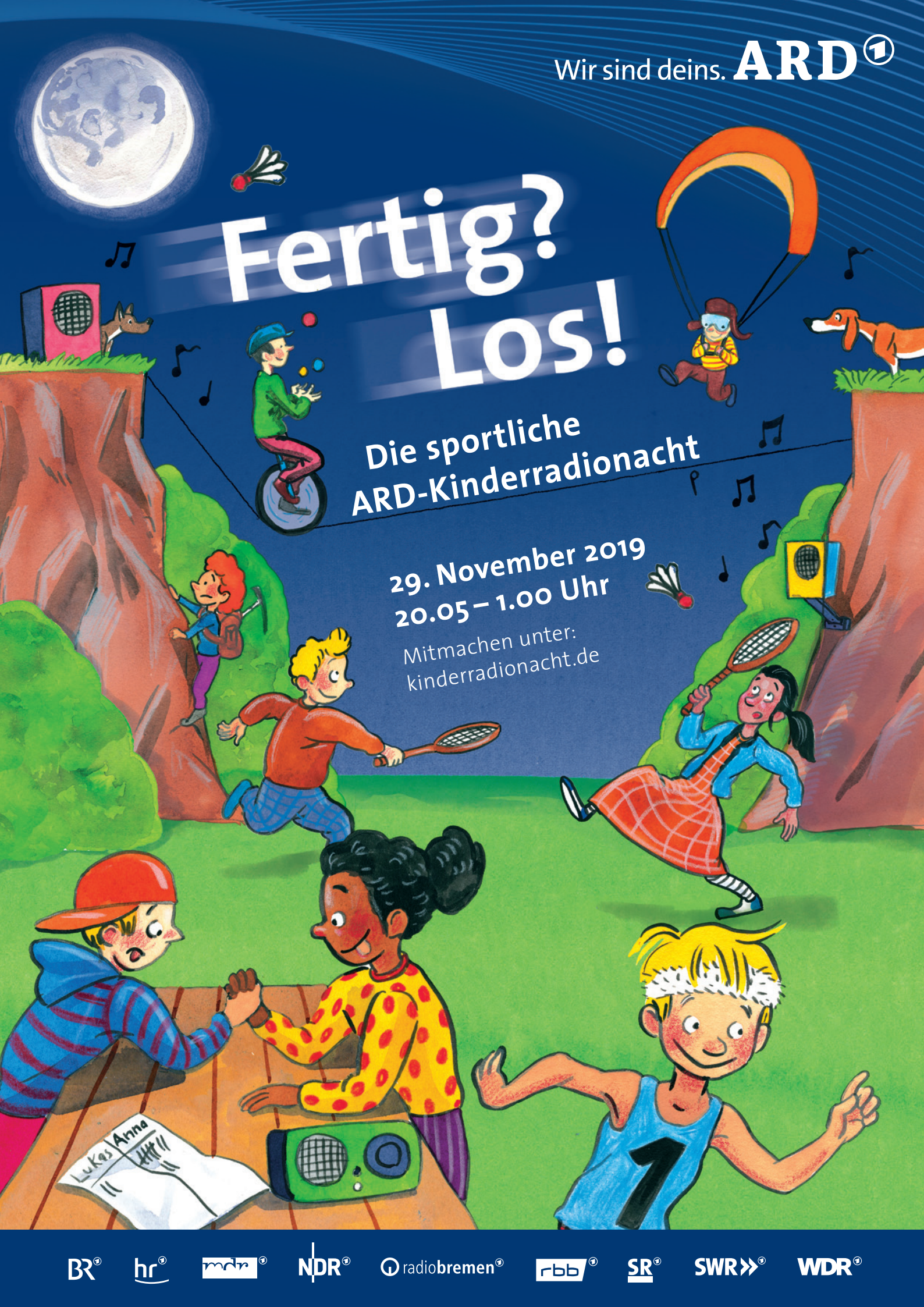

Wir sind deins. ARD
Fertig?
Los!
Die sportliche
ARD-Kinderradionacht
29. November 2019
20.05 – 1.00 Uhr
Mitmachen unter:
kinderradionacht.de
Lukas
Anna
BR
hr
mdr
NDR
radiobremen
rbb
SR
SWR
WDR

Liebe Sportlerinnen und Bewegungskünstler,

seid ihr bereit? Am 29. November 2019 fällt um 20.05 Uhr der Startschuss für: Fertig? Los! – Die sportliche ARD-Kinderradionacht.

Zum 13. Mal senden die neun Landesrundfunkanstalten der ARD ihr gemeinsames Programm für euch – fünf Stunden lang könnt ihr wieder hautnah bei Reportagen, spannenden Hörspielen und lustig-vergnüglichen Geschichten dabei sein.

Dieses Jahr ist ganz viel Bewegung angesagt. Das exklusiv für den Abend geschriebene Kinderradionachthörspiel von Lena Hach nimmt euch mit zu einem Wettkampf in die Schwimmhalle, gleich in mehreren Geschichten geht es um Fußball und nach Mitternacht lässt Thilo Reffert die unterschiedlichen Sichtweisen von vier Staffelläufern beim Schulsportfest zu einer Geschichte verschmelzen. Natürlich ist auch Opa Schlüter trotz seines hohen Alters wieder am Start für die Kinderradionacht-Comedy.

Das Vorbereitungsteam aus den Kinderradionachtredaktionen der ARD hat fleißig trainiert und euch ein Heft voller Ideen für eure Hörnächte in Schulen, Büchereien, Jugendtreffs, Vereinen und Kinderzimmern zusammengestellt – mit Bastelanregungen, Spielen und Rezepten fürs Buffet. Während ihr also gemütlich unseren Geschichten lauscht, könnt ihr nebenbei Medaillen vorbereiten und Spielfeldtorten naschen. Schickt uns doch ein paar sportliche Schnappschüsse für unsere Internetseite kinderradionacht.de oder seid live per Telefon oder online im Gästebuch dabei!

Jetzt heißt es: Rein ins Trikot und Turnschuhe an! Wir freuen uns, euch als Einzelstarter oder Mannschaft am Start begrüßen zu dürfen. Denn eines ist sicher: Aufbleiben lohnt sich!

Ulrich Wilhelm
Vorsitzender der ARD

Inhaltsverzeichnis

Wer spielt mit? – Die Radionacht planen
3 Austragungsorte: Die neun Rundfunkanstalten der ARD
4 Auf die Plätze, fertig, los! Power-Check für die Nacht
5 Spielplan – Das Programm
9 Vorfreude-Wettbewerb „Die verrückte Sportart“
10 „Fang mich doch!" Der Kinderradionachtsong von „Deine Freunde“

Gut trainiert, ist halb gewonnen – Die Hörparty vorbereiten
12 Ohrlympisches Training
13 Achtung, Aufnahme! Das Klassenzimmer als Hörspielstudio
14 In der Hörkabine – Deko- und Verkleidungstipps für eure Wachbleibeparty

Happen schnappen – Rezepte für den Muskelaufbau
15 Ein Blech für alle Bälle, Schwimmbecken für Wasserball
16 Rettungsringe, Fitness-Barren
17 Energy-Drink, Schaschlik für Kraftprotze
18 Süße Brotwürfel, Hufeisen für den Ritt durch die Nacht
19 Olympischer Pasta Pott, Möhren-Speer und Gurken-Frisbee mit Dip

Für Denksportler – Rätsel und Sprachspiele
20 Mein Sport ist ..., Wortkette, Sportarten-Tabu
21 Aus dem Tritt geraten, Wer kommt aufs Siegertreppchen?, Torjäger-Sportwette
22 Drudeln in Team-Rudeln, Sport-Worte im Netz
23 Spo-Doku – Trainingscamp für Denk-Profis

Werkeln wie die Weltmeister – Malen und Gestalten
24 Im Goldrausch
25 Für Stadion-Ohrwürmer: Megafon zum Anfeuern, Rassel für die richtige Wettkampfstimmung
26 Sieger-Pokal für jeden, Tischfußball zu zweit
27 Jonglierbälle, Indiaca für euer Geschicklichkeitstraining
28 Wurfspiel – Wer trifft den lachenden Spieler?, Purzelnde Akrobaten

Im Leistungszentrum – Forschen und Experimentieren
29 (K)ein Drahtseilakt, Eure starke Seite – rechts oder links?
30 Erbsen-Power

Immer in Bewegung – Sport und Spiel im Schulhaus
31 Parcours nicht nur für Sportskanonen, Quatsch-Olympiade
32 Trikottausch, Schrubberhockey, Torwand-schießen, Slalomvariationen, Kommando
33 An die Ringe! Macht mit bei der Tier-Olympiade
34 Kidditch, Total verdreht!

Service
35 Hör-, Lese- und Spieletipps
39 Kinderradio-Programme der ARD
48 Lösungen und Impressum

Wer spielt mit? – Die Radionacht planen

Austragungsorte: Die neun Rundfunkanstalten der ARD

Die Radio-Frequenzen im Internet:

BR: www.bayern2.de (www.br.de/frequenz)

hr: hr2.de (Suche: Frequenzen)

mdr: www.mdr.de/tweens + www.mdr.de/radio/frequenzen

NDR: www.ndr.de (Suche: Frequenzen)

RB: www.radiobremen.de/frequenzen108.html

rbb: https://www.rbb888.de/tipps-service/wir-ueber-uns.html

SR: www.sr1.de (Suche: Frequenzen)

SWR: www.swr.de (Suche: Frequenzen)

WDR: www.wdr5.de und www.kiraka.de (Suche: Frequenzen)

„Fertig? Los!“ wird zeitgleich in ganz Deutschland ausgestrahlt. Einfach dein Bundesland und deinen Sender suchen, einschalten und loshören.

Auf die Plätze, fertig, los!
Power-Check für die Nacht

Stellt vorab am Radio euren ARD-Sender ein, die Frequenzen findet ihr auf Seite 3. Schafft einen gemütlichen Hör-Raum, in dem ihr zusammen Radio hören könnt. Ideen und Anregungen, womit ihr den Raum zur nächtlichen Sportarena umrüsten könnt, findet ihr ab Seite 12. Druckt das »sportliche« Programm am besten mehrmals aus und hängt es im Hörraum und an anderen Sport- und Spielstätten aus. Den aktuellen Stand findet ihr rechtzeitig vor der Sendung auf www.kinderradionacht.de.

Die ARD-Kinderradionacht soll für euch alle ein Vergnügen und kein Zuhör-Marathon werden. Sucht deshalb bestimmte Geschichten und Beiträge aus, zu denen ihr euch am Radio trefft. Und damit ihr genug Muskelkraft für alle Rekorde habt, findet ihr leckere Rezepte für Fitness-Barren, Vitamin-Speere und einen echten Power-Cocktail auf den Seiten 15-18.

Für Pausen zum Toben, Basteln und Spielen ist es prima, wenn ein weiterer Raum zur Verfügung steht. Tipps, was ihr dort alles machen könnt, findet ihr ab Seite 24. Außerdem haben wir ab Seite 20-23 knifflige Denksportaufgaben vorbereitet.

Mona entwickelt sich in Sachen Kinderradionacht zur Marathon-Läuferin. Schon letztes Jahr war sie für euch im Kinderradionachtstudio am Start und hat die fünf Stunden mit Leichtigkeit und ohne Pausen moderiert. In diesem Jahr zieht sie dafür ihre Sportschuhe an.

Mit Sportgeist im Studio:
Eure Trainerin Mona Ameziane

Sesselpupser oder Sportskanone, was bist du für ein Typ?
Wahrscheinlich so eine Art Mischung aus beidem! Ich habe schon immer sehr viel und gerne Sport gemacht und liebe das Gefühl, mich so richtig auszupowern. Es kommt aber auch immer mal wieder vor, dass ich die Laufschuhe in die Ecke schmeiße, mir eine Tafel Schokolade aus der Küche hole und eine Runde Sesselpupsen einlege. Das ist mindestens ein genauso gutes Gefühl!

Wenn du für einen Tag in den Trainingsanzug eines anderen Sportlers schlüpfen könntest, wofür würdest du dich entscheiden?
Dann würde ich gerne mal mit einem richtig guten Stabhochspringer tauschen. Jedes Mal, wenn ich diesen Sport im Fernsehen sehe, bin ich fasziniert und geschockt zugleich. Wie fühlt sich das wohl an, wenn man aus eigener Kraft Meter hoch durch die Luft fliegt? Was ist der Trick dabei? Und warum hält dieser Stab das aus, ohne zu brechen? Also: wenn ihr schon mal Stabhochsprung ausprobiert habt, dann meldet euch unbedingt während der Kinderradionacht bei mir. Ich hätte da ein paar Fragen ;-)

Euer Kontakt ins

Kinderradionacht-Sportstudio
Kostenlose Telefonnummer:
0800-220 5555
post@kinderradionacht.de

Übrigens: Wenn eure Eltern oder andere Erwachsene, die mit euch die Kinderradionacht hören, Fotos von euren Radionacht-Erlebnissen an uns schicken, erklären sie und auch ihr euch damit einverstanden, dass wir diese auf kinderradionacht.de veröffentlichen.

ARD

Spielplan – Das Programm

Anpfiff: 20:05 Uhr

1. Radiostunde

20.10 Uhr
Comedy: Fit, fitter – Opa Schlüter
von Ramona Schukraft und Henning Schmidtke
Teil 1 von 4
BR, ca. 3 Min.

Opa Schlüter ist Deutschlands ältester Fun-Sportler. Er stellt euch die verrücktesten Fun-Sportarten vor, die ihr noch nicht kanntet. Natürlich geht das nicht immer glatt, aber darin liegt ja der Spaß! Fun-sportlich sein kann jeder.

20.20 Uhr
Vorsicht, Piranhas!
Teil 1 von 4
Radionacht-Hörspiel von Lena Hach
rbb/hr, ca. 6 Min.

Kopfüber ins Wasser
Training der Wasserratten: Linus, Aylin und Juri kraulen, was das Zeug hält. Die Stimmung könnte nicht besser sein, wenn da nicht die Piranhas wären, die im gleichen Schwimmbad trainieren. Beim Wettkampf, der demnächst ansteht, werden die beiden Teams sogar gegeneinander antreten. Dabei geht es um nichts weniger als den Pokal.

20.35 Uhr
Präsentation der Gewinner des Vorfreude-Wettbewerbs
NDR, ca. 7 Min.

Viele Kinder haben sich eine verrückte Sportart ausgedacht, die es verdient hat, ganz groß herauszukommen. Die drei besten Ideen werden hier klangvoll präsentiert. Alle Infos zum Wettbewerb auf Seite 9.

20.50 Uhr
Sport-Checker – Skispringen
Reportage von Sebastian Trepper
WDR, ca. 5 Min.

Der Kinderradionacht-Reporter Sebastian checkt besonders waghalsige Sportarten: hoch, steil und schnell … Als er oben auf der Skisprungschanze steht, klopft sein Herz gewaltig! 3, 2, 1 … los. Aaahhh!

20.55 Uhr
Lola Lopez – Die Weltmeisterschaft
von Renus Berbig, gelesen von Stefan Merki
BR, ca. 3 Min.

Jeden Tag treffen sich Valentin und seine Freunde zum Fußball spielen. Eines Tages taucht Lola Lopez, ein Mädchen aus Mexiko, auf, das nicht nur besonders gut Fußball spielen kann, sondern auch viele unerwartete Dinge macht. Zum Beispiel ihre komisch-umständliche Art, sich allen vorzustellen und jeden Spieler wie vor einem Länderspiel zu begrüßen.

2. Radiostunde

21.00 Uhr
Comedy: Fit, fitter – Opa Schlüter
von Ramona Schukraft und Henning Schmidtke
Teil 2 von 4
BR, ca. 3 Min.

Opa Schlüter ist Deutschlands ältester Fun-Sportler. Er stellt euch die verrücktesten Fun-Sportarten vor, die ihr noch nicht kanntet. Natürlich geht das nicht immer glatt, aber darin liegt ja der Spaß! Fun-sportlich sein kann jeder.

Spielplan – Das Programm

21.05 Uhr
Quidditch – nur für sportliche Zauberschüler?
mdr, ca. 5 Min.

Hüter, Treiber, Sucher und Jäger – das sind die Quidditch-Teammitglieder im Spiel um den goldenen Schnatz, einen kleinen Ball mit Flügeln, aus Harry-Potters Zauberwelt. 20 Jahre nach Erscheinen des ersten Bandes hat dieser nicht ganz ungefährliche Sport den Sprung in die Wirklichkeit geschafft. Gespielt wird allerdings nicht hoch in der Luft sondern auf dem Feld. Um herauszufinden, wie dieses besondere Spiel funktioniert, hat Tina Murzik-Kaufmann die Leipziger Looping Lux besucht.

21.15 Uhr
Vorsicht, Piranhas!
Radionacht-Hörspiel von Lena Hach
Teil 2 von 4
rbb/hr, ca. 6 Min.

Mit harten Bandagen und unfairen Mitteln
Die Wasserratten und die Piranhas trainieren noch härter als sonst, denn den goldenen Pokal wollen sich beide Teams holen. Unglücklicherweise wird Juri verletzt und auch das Handy der Wasserratten-Trainerin verschwindet plötzlich spurlos. Ob da wohl die Piranhas ihre Flossen im Spiel haben? Die frisch gegründeten Wasserratten-Detektive sind sich sicher: Das finden wir raus!

21.35 Uhr
Die wilde Tilda und der Sturm in der Turnhalle
von Karen Matting, gelesen von Katharina Thalbach
rbb, WDR, NDR, ca. 8 Min.

Eine Neue kommt in die Igelklasse: Tilda Heiter ist ihr Name. Und wirklich wird es mit ihr ganz schön heiter! Beim Sportunterricht gibt sie mit Gummistiefelweitwurf und Purzelbaumschlagen mächtig an und bringt sogar die Turnhalle zum Wackeln.

21.50 Uhr
Kinderreporter unterwegs: Cheerleading
RB, ca. 5 Min.

Besuch beim Training einer bei uns noch relativ unbekannten Sportart: Die Mädchen und Jungen der Cheerleader-Mannschaft der Bremen Firebirds geben Antworten auf Fragen, was an ihrer Sportart das Besondere ist, was ihnen daran so gut gefällt und wie wichtig ihr Auftritt bei Football-Spielen ist.

3. Radiostunde

22.00 Uhr
Mink
von Bernhard Schulz, gelesen von Samuel Weiss
BR, ca. 7 Min.

Mäuserich Mink lebt nicht nur im Stadion, er wird auch von den Fans durchgefüttert. Sollte jedoch der Verein das aktuelle Spiel verlieren, drohen Abstieg und Schließung des Stadions. Trickreich kann Mink das Spiel beeinflussen, indem er den gegnerischen Torwart so irritiert, dass er zwei gegnerische Bälle passieren lässt. Aber ob das reicht, um den Abstieg zu verhindern?

22.10 Uhr
Comedy: Fit, fitter – Opa Schlüter
von Ramona Schukraft und Henning Schmidtke
Teil 3 von 4
BR, ca. 3 Min.

Opa Schlüter ist Deutschlands ältester Fun-Sportler. Er stellt euch die verrücktesten Fun-Sportarten vor, die ihr noch nicht kanntet. Natürlich geht das nicht immer glatt, aber darin liegt ja der Spaß! Fun-sportlich sein kann jeder.

Spielplan – Das Programm

22.20 Uhr
Vorsicht, Piranhas!
Radionacht-Hörspiel von Lena Hach
Teil 3 von 4
rbb/hr, ca. 6 Min.

Heiße Spur, kalte Füße
Als Detektive sind die Wasserratten gar nicht schlecht – und sie bekommen Hilfe aus unerwarteter Richtung. Nur: Jetzt müssen echte Beweise her, denn eine heiße Spur allein reicht nicht. Allerdings darf dabei auch keiner kalte Füße bekommen.

22.30 Uhr
Der Eislaufprinz aus Berlin
Reportage von Doreen Herbe
rbb, ca. 4 Min.

Arthur Mai ist gerade mal 14 Jahre alt, aber schon eines der Berliner Top-Talente im Eiskunstlaufen. 39 Pokale und 17 Medaillen glänzen in seinem Kinderzimmer. Wie er Training, Wettkämpfe und Schule unter einen Hut bringt, wie seine sportlichen Ziele aussehen und welcher Sprung am meisten weh tut, wenn man hinfällt – das hat er unserer Reporterin erzählt, die ihn einen Tag lang begleitet hat.

22.50 Uhr
Lola Lopez – Ballett
von Renus Berbig, gelesen von Stefan Merki
BR, ca. 3 Min.

Jeden Tag treffen sich Valentin und seine Freunde zum Fußball spielen. Mit dabei ist Lola Lopez, ein Mädchen aus Mexiko, das nicht nur besonders gut Fußball spielen kann, sondern auch viele unerwartete Dinge macht. Diesmal entwickelt sich aus dem Spiel ein richtiges Fußball-Ballett.

4. Radiostunde

23.00 Uhr
Vorsicht, Piranhas!
Radionacht-Hörspiel von Lena Hach
Teil 4 von 4
rbb/hr, ca. 6 Min.

Wer hat die Flossen vorn?
Der Tag der Entscheidung ist gekommen. Piranhas, Wasserratten, der Bademeister und viele Gäste bevölkern die Schwimmhalle. Alle machen sich auf den Startblöcken bereit. Auf die Plätze, fertig, los! Mit weiten Sprüngen schießen die Kontrahenten ins Wasser und liefern sich ein spannendes Kopf-an-Kopf-Rennen. Doch was passiert da plötzlich ...?

23.15 Uhr
Comedy: Fit, fitter – Opa Schlüter
von Ramona Schukraft und Henning Schmidtke
Teil 4 von 4
BR, ca. 3 Min.

Opa Schlüter ist Deutschlands ältester Fun-Sportler. Er stellt euch die verrücktesten Fun-Sportarten vor, die ihr noch nicht kanntet. Natürlich geht das nicht immer glatt, aber darin liegt ja der Spaß! Fun-sportlich sein kann jeder.

23.25 Uhr
Sport-Checker – Bobfahren
Reportage von Sebastian Trepper
WDR, ca. 5 Min.

Unser Kinderradionacht-Reporter Sebastian liebt Sport und ist neugierig auf besonders waghalsige Sportarten. Mutig zwängt er sich in einen engen Bob und schon geht's abwärts, mit einem Affenzahn die Eisbahn hinunter. 3, 2, 1 ... los. Aaahhh!

Spielplan – Das Programm

5. Radiostunde

0.00 Uhr
4 mal 50 Meter: Eine Staffel-Geschichte
von Thilo Reffert
SWR/mdr, ca. 25 Min.

Staffellauf der vierten Klassen beim Schulsportfest. An den Start gehen: Anna, die schon beim Aufstehen von ihrem Triumph träumt. Samson, der ebenfalls ehrgeizig ist, aber auch den Erfolg des Klassenteams im Auge hat. Die schnelle Inci, der das Sportfest egal ist, sie hätte stattdessen lieber interessanten Unterricht. Und schließlich Faris, klein und unsportlich, der kurzfristig und nur notgedrungen als Schlussläufer einspringt. Alle vier erleben den Wettkampf auf ihre eigene Weise und erzählen davon. Das bleibt bis zum Ende spannend, auch wenn Anna gleich am Anfang den Start versiebt …

00.35 Uhr
Comedy – Eure Lieblingsfolge von „Fit, fitter – Opa Schlüter“
von Ramona Schukraft und Henning Schmidtke
BR, ca. 3 Min.

Auf www.kinderradionacht.de könnt ihr aus den vier gesendeten Folgen euren Favoriten auswählen. Die Folge mit den meisten Stimmen wird wiederholt.

1.00 Uhr
Abpfiff der sportlichen ARD-Kinderradionacht „Fertig? Los!“
… aber keine Angst: Nach dem Spiel ist vor dem Spiel. Freut euch auf die nächste ARD-Kinderradionacht am letzten Freitag im November 2020.

Mensch gegen Tier: Wer kommt weiter?

Als jüngste Weltumseglerin legte die 16-jährige Laura Dekker in einem Jahr 27.000 Seemeilen (ca. 50.000 Kilometer) allein auf ihrem Segelboot zurück. Das ist eine sportliche Leistung! Aber nix gegen die einer in Finnland geborenen Rauchschwalbe. Die Strecke ihrer langen Reise bis an die Südspitze Afrikas ist immerhin 10.000 Kilometer lang. Da Schwalben im Durchschnitt 300 km pro Tag zurücklegen, war sie somit ca. 33 Tage unterwegs. Das ist zwar schneller als Laura – aber das Mädchen hat eine weitere Strecke zurückgelegt als die Schwalbe. Unentschieden für Mensch und Tier!

Vorfreude-Wettbewerb „Die verrückte Sportart“

für alle zwischen 7 und 13 Jahren

gestartet von den ARD-Kinderradioredaktionen zusammen mit der Kinderzeitschrift GEOlino

Wusstest du, dass Sackhüpfen und Tauziehen einmal olympische Sportarten waren? Es gab sogar Medaillen beim Wettbewerb der Tabak-Weitspucker. Boähh!

Fällt dir eine Sportart oder ein Wettspiel ein, wofür es unbedingt eine Weltmeisterschaft geben soll? Bei dieser WM ist alles erlaubt – außer Langeweile! Denk dir eine Sportart aus, die es verdient hat, ganz groß herauszukommen. Fantasie ist Trumpf. Es darf etwas Ungewöhnliches, Verrücktes, Lustiges sein.

Deine Aufgabe:

A Wie heißt deine Sportart/dein Wettspiel?
B Beschreibe kurz, was die Sportler/-innen oder Wettspieler/-innen tun müssen, um ganz vorn dabei zu sein. Es kann dabei um Tempo gehen. Um Kraft. Oder um besonders originelle Einfälle.
C (wenn du Lust hast) Male ein Bild, das den Wettbewerb zeigt.

Die Texte dürfen nicht länger sein als 10 Zeilen (Handschrift auf DIN-A4-Blatt), in der E-Mail maximal 5 Zeilen. Nicht vergessen: deinen Namen, dein Alter und deine Adresse.
Bei Einsendungen von Schulklassen: Bitte bei jeder Idee den Namen des Schülers/der Schülerin dazuschreiben.
Mitmachen können alle zwischen 7 und 13 Jahren.
Einsendeschluss: 25. Oktober 2019.
Die Jury bewertet allein die Ideen. Wer ein Bild mitschickt, nimmt an einer Extraverlosung teil.

Das kannst du gewinnen:

Die drei Hauptgewinner/-innen reisen nach Hamburg und erleben, wie ihre Ideen im Studio umgesetzt werden. Die Interviews mit ihnen werden deutschlandweit in der ARD-Kinderradionacht am 29. November 2019 gesendet. Außerdem gibt es viele weitere Preise: Hörspiel-CDs, „GEOlino-Extra“-Hefte, Spiele, Bücher.

Die Adresse für deine Idee:
NDR
ARD-Kinderradionacht
Wettbewerb
20149 Hamburg

oder an **mikado@ndr.de**
Betreff: ARD-Kinderradionacht Wettbewerb

Persönliche Daten werden nur für den Wettbewerb verwendet, nicht weitergegeben und im Anschluss gelöscht.

Den Radioaufruf zum Wettbewerb kannst du anhören auf www.kinderradionacht.de. Hier findest du auch alle weiteren Infos rund um die Kinderradionacht. Diesen Wettbewerb starten die ARD-Kinderradioredaktionen gemeinsam mit der Kinderzeitschrift GEOlino, die im Septemberheft (9/2019) zum Mitmachen aufruft.

ARD

Fang mich doch

Kinderradionachtsong von „Deine Freunde“

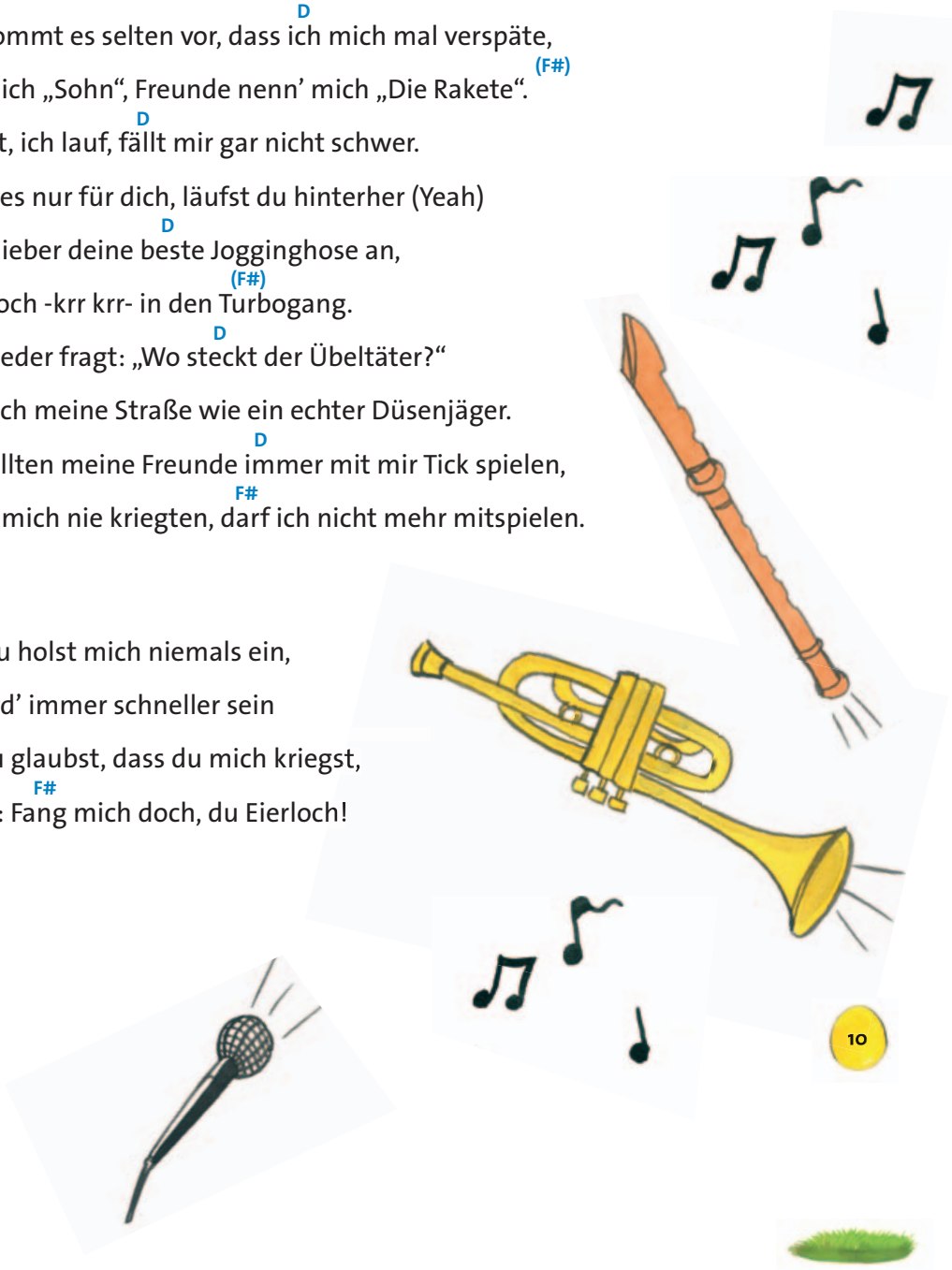
Text und Musik: Florian Sump,
Lukas Nimscheck, Markus Pauli
(DJ exel. Pauly)

1. Strophe

Hm D
Manche sind schnell, ich bin schneller,
E
in zwei Sekunden vom Dachboden in den Keller,
Hm D
danach ins Treppenhaus, durch die Tür und nach draußen,
E (F#)
einmal Luft hol’n und direkt weiterlaufen.
Hm D
Der Donner ist egal, ich bin schnell wie der Blitz
E
und komm’ immer irgendwo u‘m eine Ecke geflitzt.
Hm D
Deswegen kommt es selten vor, dass ich mich mal verspäte,
E (F#)
Vati nennt mich „Sohn“, Freunde nenn’ mich „Die Rakete“.
Hm D
Ich rede nicht, ich lauf, fällt mir gar nicht schwer.
E
Schwer wird es nur für dich, läufst du hinterher (Yeah)
Hm D
Zieh dir mal lieber deine beste Jogginghose an,
E (F#)
ich schalte hoch -krr krr- in den Turbogang.
Hm D
Bis sich hier jeder fragt: „Wo steckt der Übeltäter?“
E
Ich zisch’ durch meine Straße wie ein echter Düsenjäger.
Hm D
Ja, früher wollten meine Freunde immer mit mir Tick spielen,
E F#
aber weil sie mich nie kriegten, darf ich nicht mehr mitspielen.

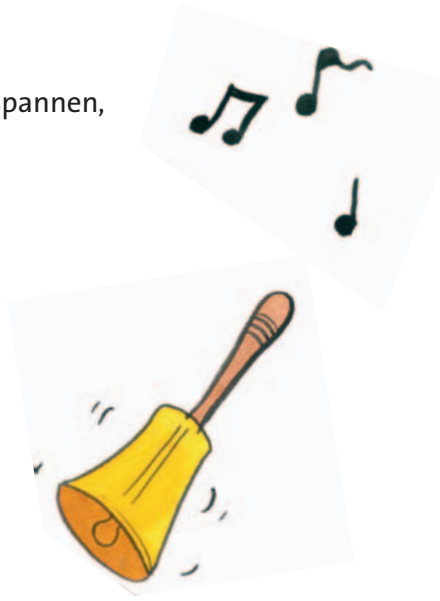
Refrain

Hm
Nein, nein, du holst mich niemals ein,
E
denn ich werd’ immer schneller sein
Hm
und wenn du glaubst, dass du mich kriegst,
E F#
dann sag ich: Fang mich doch, du Eierloch!



2. Strophe

Hm D
Ich mein' es ernst, doch ihr denkt, hier kommt ein neuer Witz,
E
ich bin so verdammt schnell, ich glaub', ich brauch'n Schleudersitz.
Hm D
Weil meine Kraft in den Beinen ewig weiter reicht,
E (F#)
hol' ich Jeden ein, zack, puff, babyeierleicht.
Hm D
Guck mal hier, meine Schuhe sind am rauchen,
E
deshalb kriegen sie nachts auch die Ruhe, die sie brauchen
Hm D
und auch am nächsten Morgen woll'n sie immer noch entspannen,
E (F#)
doch sie wissen, wie ich bin und sie müssen wieder ran.
Hm D
Denn dann lauf' ich weiter so, als wäre nix gewesen,
E
du bist schon am Husten, aber ich bin schon am pesen
Hm D
und ich brauch' keine Pausen, mach' mal keine Faxen,
E (F#)
Joggen ist für Anfänger, ich will lieber stratzen.
Hm D
Bald werd' ich verhaftet, auch wenn mir das keiner glaubt,
E
weil ich schneller bin, als die Polizei erlaubt.
Hm D
Ob das wirklich sein muss? Na klar, warum nicht?!
E (F#)
Ein alter Mann ist kein D-Zug, aber ich!



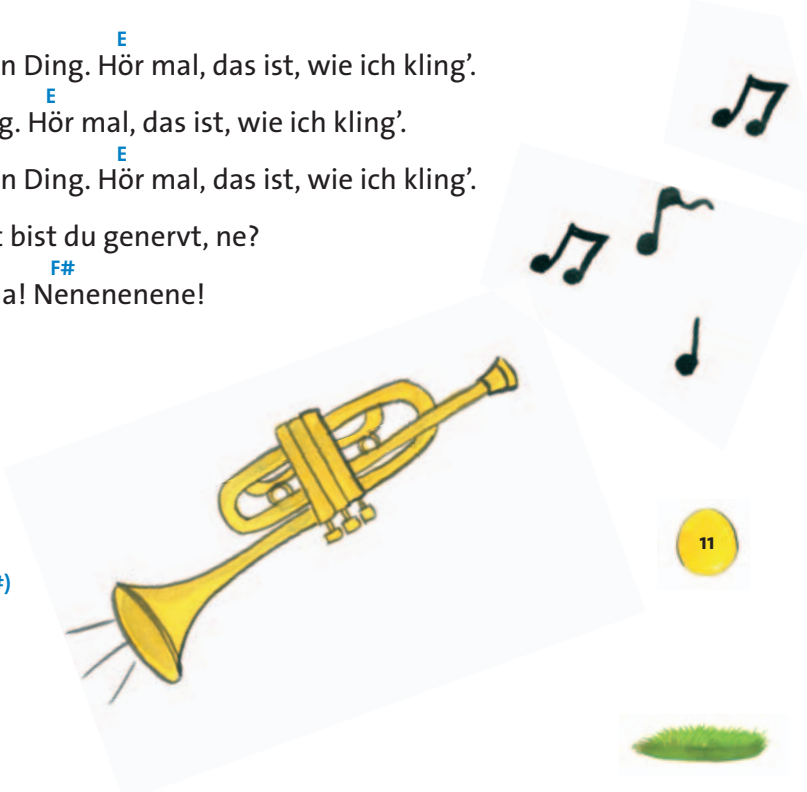
Bridge

Hm D E
Schneller laufen! Für mich kein Ding. Hör mal, das ist, wie ich kling'.
Hm D E
Überholen! Für mich kein Ding. Hör mal, das ist, wie ich kling'.
Hm D E
Sich verkrümeln! Für mich kein Ding. Hör mal, das ist, wie ich kling'.
Hm D
Und das regt dich auf, ja, jetzt bist du genervt, ne?
E F#
Doch du kriegst mich nicht! Ha! Nenenenene!

2x Refrain

Outro

Hm
Fang mich doch, du Eierloch!
E
Fang mich doch, du Eierloc!
Hm
Fang mich doch, du Eierloch!
E (F#)
Fang mich doch, du Eierloch!



Gut trainiert, ist halb gewonnen – Die Hörparty vorbereiten

Ohrlympisches Training

Klatsch, Plopp, Jubel – Welche Sportart hört ihr hier?

Sport kann man nicht nur sehen, sondern auch hören: das Auftitschen eines Tennisballs, der Sprung ins Wasser, der Torjubel im Stadion. Nehmt mit dem Smartphone charakteristische Geräusche von Sportarten auf und lasst eure Mithörer raten: Um welche Sportart handelt es sich? Findet sie in Sporthallen, Schwimmbädern oder draußen statt?

Mit dem Ohr am Ball: Als Sportreporter live dabei

Sportereignisse werden oft live im Radio übertragen. Dann ist ein Kommentator beim Fußballspiel, Eishockey oder Wettrennen vor Ort und beschreibt den Hörern, was er sieht. Das macht er mit viel Spannung in der Stimme, damit man das Gefühl hat, mittendrin im Geschehen zu sein. Probiert es selbst aus, z. B. beim Spiel eurer Schulmannschaft. So könnt ihr üben, wie man eine Spiel- oder Wettkampfsituation spannend kommentiert: Eine/r zieht einen Zettel aus einem Hut, auf dem eine konkrete Sportsituation abgebildet ist (Zeichnung, Foto aus der Zeitung) und beschreibt diese, z. B.:

- Ein Fußballer rutscht vor dem Elfmeterpunkt aus.
- Beim Reitturnier bleibt ein Pferd vor einem Hindernis stehen.
- Ein Skispringer fliegt zum Schanzenrekord.

Tipp: Ihr könnt auch verrückte Sportarten auf die Zettel schreiben: Haustierhuckepackrennen, Handyweitwurf, Seepferdchenkür. Eure Ideen sind auch beim Vorfreudewettbewerb gefragt (S. 9).

Tipps zum Fragenstellen

Der Befragte soll möglichst viel erzählen und nicht nur mit »ja«, »nein« oder »weiß nicht« antworten. Das klappt am besten, wenn die Fragesätze mit einem W-Wort beginnen: wer, wie, was, wann, warum, wo?

Im Interview

„Wie wichtig war dieser Sieg?“ Auf so eine Reporterfrage kann man keine sinnvolle Antwort erwarten, denn natürlich ist jeder Sieg wichtig. Macht es besser und überlegt euch vorher passende Fragen für euer Sport-Interview, z. B.:

- Wie finde ich eine Sportart, die zu mir passt (an den Vorsitzenden vom Sportverein)?
- Wie haben Sie es geschafft, in letzter Sekunde noch zu gewinnen (an einen Sieger)?
- Wer oder was tröstet Sie (an einen Verlierer)?
- Wie schaffen Sie es, unsportlichen Kindern Mut zu machen (an den Sportlehrer)?
- Wie funktioniert das (an den Erfinder einer neuen Sportart)?

„So seh’n Sieger aus – schalalalala …“

Klatschen, trommeln, pfeifen – beim Sport geht es auch auf den Zuschauerrängen hoch her: Für jede Sportart gibt es spezielle Schlachtrufe und jeder Verein hat seine Fangesänge. Überlegt euch einen eigenen Schlachtruf für eure Klasse und studiert ihn ein, z. B. zum Wachbleiben nach Mitternacht oder zum Anfeuern eurer Mannschaft bei Sport und Spiel (ab S. 31).

Achtung, Aufnahme!

Gestaltet ein Sport-Hörspiel und nehmt es auf. Denkt euch dazu Szenen zum Sprechen und Spielen aus. Die folgenden Schritte helfen euch dabei:

- Findet eine Grundidee, z. B.: Die Ponys fürs Reitturnier sind weg; der Stadionsprecher ist erkältet; Streit in der Umkleidekabine ...
- Überlegt, wo die Handlung spielt und wie es da klingt, z. B.: Wiehern im Reitstall, Tohuwabohu in der Turnhalle, Bauchklatscher im Schwimmbad
- Verteilt die Aufgaben: Wer übernimmt welche Rolle im Hörspiel? Wer ist für die Geräusche zuständig? Wer bedient die Technik?
- Bringt Dinge mit, mit denen ihr Geräusche machen könnt, z. B.: Trillerpfeife, Stoppuhr, Tüten, Schüssel, Gläser, Kleingeld, Stöcke.
- Probt die Geräusche und überlegt euch, welcher Klang zu welcher Situation passt.
- Nehmt Fangesänge, anfeuerndes Klatschen, überraschtes „Oh!“ und enttäuschtes „Ah!“ auf.

Auf diese Weise macht ihr ...	dieses Geräusch
Stöcke aneinanderschlagen	Hockeyschläger
in einen mit Wasser gefüllten Eimer sprechen	Lautsprecherdurchsage
kleines Sandsäckchen o. Ä. in einen Wassereimer klatschen lassen	Sprung ins Wasser
Hand rhythmisch in einer mit Wasser gefüllten Schüssel bewegen	schwimmen
zwei Frühstücksbrettchen oder Löffel im Wasser bewegen	rudern
Luftballon mit Wasser benetzen und mit Finger mit leichtem Druck rüberfahren	über nassen Rasen rennen
Rassel, Megaphon (Basteltipps auf S. 25)	Stimmung im Stadion
Kokosnussschalen aneinanderschlagen	Pferdegetrappel
mit Hosenbeinen oder Geschirrhandtuch flattern	segeln
mit einem zusammengerollten Blatt Papier über den Tisch gleiten	Schlittschuh

Schickt uns eure Sport-Hörspiele und wir stellen sie auf kinderradionacht.de
Bitte beachtet: Aus urheberrechtlichen Gründen können nur von euch selbst verfasste Texte (keine Vorlagen aus Büchern o. Ä.) ohne Musik veröffentlicht werden. Mit der Einreichung eurer Hörspiele gebt ihr das Einverständnis zur Veröffentlichung im Internet.

Ein paar Geräusche zum Thema Sport stellen wir zum kostenlosen Download auf www.kinderradionacht.de zur Verfügung. Die könnt ihr auch für euer Geräuschrätsel verwenden.

In der Hörkabine – Deko- und Verkleidungstipps für eure Wachbleibeparty

Vereinsheim, Turnhalle oder Trainerkabine – das sind Orte, an denen Sportgeschichte geschrieben wird! Verwandelt Klassen- und Kinderzimmer in gemütliche Hörkabinen und stellt dort einen neuen Hörrekord beim Marathonlauschen auf.

Dekorieren

- Hängt das Kinderradionachtplakat und das Programm von S. 5 bis 8 so auf, dass ihr es gut sehen könnt. Das ist euer Stadion-Spielplan.
- Baut eine gemütliche Höhle zum Hören aus Decken und Kissen. Mit Taschenlampen könnt ihr wie Scheinwerfer ins Stadion und auf den Spielplan leuchten.
- Macht euer Kinder- oder Klassenzimmer zur Sportstätte, indem ihr Pokalgirlanden bastelt und kleine Sportgeräte wie Springseile, Fußbälle, Federbälle, Tennisbälle, Taucher- oder Skibrillen mitbringt.
- Verschiedenfarbige Luftballons, die ihr mit dicken Eddingstiften bemalt, dienen hervorragend als Bällepool: So wird aus einem orangefarbenen Ballon mit schwarzen Linien ein Basketball, weiß auf gelb ein Tennisball, schwarz auf weiß ein Fußball.
- Baut euch aus Stühlen und Hockern ein Siegerpodest und hängt eure selbstgebastelten Goldmedaillen um (S. 24).
- Wenn ihr Fanartikel von Fußballvereinen habt oder Deko von der letzten Fußball-WM übriggeblieben ist, dann schmückt euch und den Raum damit.
- Erstellt eine Sieger-Galerie von eurer Klasse. Dazu bringt jedes Kind ein Foto von sich mit seinem Lieblingssportgerät oder seiner Sportkleidung mit. Klebt das Bild auf ein A4-Blatt und schreibt darunter, worin ihr Profi seid. Ihr könnt es noch mit gebastelten Medaillen verzieren. Wenn ihr eine Sofort-Bild-Kamera habt, könnt ihr euch auch auf das Siegerpodest stellen und Fotos in Siegerpose machen.
- Füllt Sport-Trinkflaschen mit eurem Lieblingssaft und stellt sie mit ans Sportler-Buffet zum Energietanken.
- Mit grünen Servietten auf dem Büffet habt ihr gleich einen prima Rasenplatz.

Verkleiden

- Was wäre ein Sportler ohne Trikot? Bedruckt oder bemalt ein altes T-Shirt mit eurer Start- oder Spielernummer. Dazu könnt ihr noch das Logo eures persönlichen Sportvereins gestalten. Vergesst auch euren Namen nicht! Stoffmalstifte eignen sich dafür am besten. Zieht dazu Sporthosen und Turnschuhe an.
- Ihr könnt auch das Trikot eures Vereins, eure Reithose, Taucherflossen oder andere Sportklamotten anziehen. Oder ihr verkleidet euch als Schiedsrichter mit Trillerpfeife und gelben und roten Karten.
- Alte Flauschsocken, die ein Loch am großen Zeh haben, lassen sich noch prima als Schweißbänder verwenden. Einfach den elastischen Bund abschneiden und übers Handgelenk ziehen.
- Und wenn ihr Aktionen draußen plant, z. B. auf dem Schulhof, dann: Fan-Schal nicht vergessen!

Happen schnappen – Rezepte für den Muskelaufbau

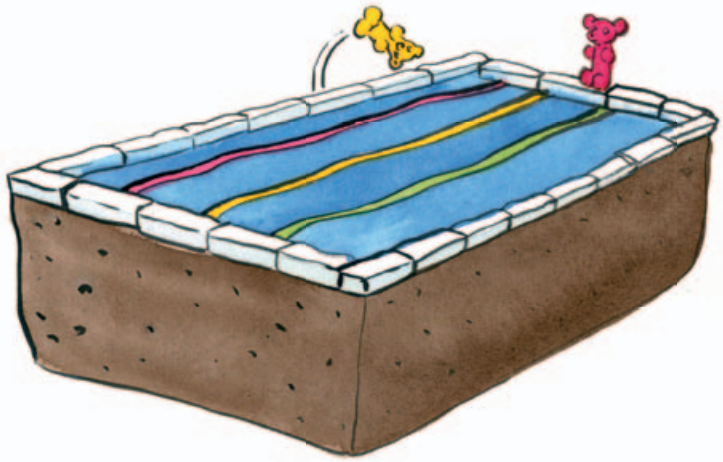
Ein Blech für alle Bälle

Egal, welcher Sporttyp ihr seid, wir haben den richtigen Kuchen für euch!

Ihr braucht dazu:
- 360 g Zucker
- 6 Eier
- 360 g zimmerwarme Butter
- 360 g Mehl
- 4 Teelöffel Backpulver
- abgeriebene Schale und Saft von zwei Bio-Zitronen

So wird's gemacht:
Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen und das Blech mit Backpapier auslegen. Eier in eine Schüssel geben und mit dem Zucker einige Minuten schaumig schlagen. In einer anderen Schüssel Mehl und Backpulver vermischen und abwechselnd mit der Butter unter die Eier rühren. Dann die abgeriebene Zitronenschale und den Saft dazugeben und unterheben. Zum Schluss den Teig gleichmäßig auf das Blech verteilen und auf der zweiten Schiene von unten ca. 30 Minuten backen. Nachdem der Kuchen abgekühlt ist, kann er ein sportliches Aussehen verliehen bekommen. Hier ein paar Ideen:

Mit grünem Fondant oder gefärbtem Marzipan wird der Kuchen zum **Fußballfeld**. Mit rotem Zuckerzeug verwandelt er sich in einen **Tennisplatz** oder eine Laufbahn – die Markierungen werden mit weißer Zuckerschrift gezeichnet. Als Sportler eignen sich Gummibärchen. Ihr könnt den Kuchen auch mit weißem Fondant bedecken und schwarze Fondant-Quadrate so anordnen, dass daraus ein **Schachbrett** für Denksport entsteht. Mit etwas mehr Aufwand wird aus dem Blechkuchen ein ganzes Schwimmbecken.



Schwimmbecken für Wasserball

Ihr braucht dazu:
- 250 g Puderzucker
- 3 bis 4 Esslöffel Wasser
- blaue Lebensmittelfarbe
- Gummibärchen
- essbare Gummischnüre
- Marshmallows

So wird's gemacht:
Für das blaue Wasser aus Zuckerguss den Puderzucker in eine Schüssel geben und nach und nach das Wasser dazugießen. Mit einer Gabel oder einem Schneebesen verrühren, bis eine glatte weiße Masse entsteht, die sich gut streichen lässt. Dann mehrere Tropfen blaue Lebensmittelfarbe untermischen, bis ihr mit der Poolfarbe zufrieden seid. Kuchen mit der Glasur bestreichen und gleich dekorieren, bevor sie zu trocken ist. Als Beckenrand Marshmallows halbieren und um den Kuchen kleben. Für die Schwimmbahnen Gummischnüre in regelmäßigen Abständen auf den Kuchen legen. Die Gummibärchen sind die Schwimmer. Hier könnt ihr euch überlegen, was sie gerade machen: rückenschwimmen, vom 1-Meter-Brett springen oder vielleicht die anderen vom Beckenrand aus beobachten. Zum Kleben eignet sich auch etwas Zuckerguss.

Happen schnappen – Rezepte für den Muskelaufbau

Rettungsringe

Ihr braucht dazu:
- 200 g Mehl und Mehl für die Arbeitsfläche
- 90 g Zucker
- 1 Ei
- 1 Tüte Vanillezucker
- 1 Messerspitze Backpulver
- 1 Prise Salz
- 200 g kalte Butter
- Frischhaltefolie
- ein kleines und ein ca. 2 cm größeres Glas oder runde Ausstecher
- Zuckerguss in Rot und Weiß

So wird's gemacht:
Mehl, Zucker, Vanillezucker, Backpulver und Salz in einer hohen Schüssel vermischen, dann das Ei dazugeben. Butter in kleine Würfel schneiden und auf der Mischung verteilen. Alles zu Brösel verarbeiten, die Brösel auf die Arbeitsfläche häufen und mit den Händen rasch zu einem Teig verkneten. Aufgepasst: Den Teig nicht zu lange kneten, sonst werden die Rettungsringe brüchig und krümelig. Den Teig zu einer Kugel formen und in Frischhaltefolie verpackt mindestens eine Stunde kühl stellen. Teig in 3-4 Portionen teilen. Ein wenig Mehl auf die Arbeitsfläche streuen, die Portionen darauflegen und 2-3 mm dick ausrollen. Mit dem großen Glas Kreise ausstechen. Dann das kleinere Glas so in den großen Kreis setzen, dass Rettungsringe entstehen. Den innersten Kreis und den überschüssigen Teig entfernen und wieder ausrollen bis alles verarbeitet ist. Rettungsringe auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und im vorgeheizten Backofen (180 Grad Ober-/Unterhitze) 10-15 Min. auf der mittleren Schiene backen, bis die Ränder goldbraun sind. Auf einem Gitter gut abkühlen lassen. Mit rotem und weißem Zuckerguss wie einen Rettungsring dekorieren.

Fitness-Barren

Ihr braucht dazu:
- 100 g kernige Haferflocken
- 70 g Nüsse oder Kerne (z. B. Mandeln, Kokosflocken, Sonnenblumenkerne, Erd- oder Haselnüsse)
- 80 g ungeschwefelte Trockenfrüchte (z. B. Datteln, Cranberrys, Aprikosen, Sultaninen, Mango oder Papaya)
- 60 g Kokosöl
- 80 g Honig
- zur Verfeinerung gepuffter Amarant, Mohn, Zimt oder ungesüßtes Kakaopulver

So wird's gemacht:
Haferflocken, Nüsse und Trockenfrüchte klein hacken und in einer Schüssel vermischen. Für den Geschmack Amarant, eine Prise Mohn, Zimt oder Kakaopulver hinzufügen. Dann Kokosöl und Honig in einem Topf erwärmen, bis sich beides vollständig aufgelöst hat. Die Mischung zu den anderen Zutaten in die Schüssel geben und alles gut vermengen. Backofen auf 170 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen, die zähe Masse ca. 2 cm dick darauf verstreichen und das Ganze etwa 20 Minuten backen.
Wenn es abgekühlt ist, mit einem scharfen Messer in Riegel schneiden. Die Müsliriegel halten sich einige Tage im Kühlschrank oder können auch eingefroren werden.

Happen schnappen – Rezepte für den Muskelaufbau

Energy-Drink

Ihr braucht dazu:
- 1 Karotte
- 1 Apfel
- ½ Banane
- 1-2 Orangen
- Entsafter oder Mixer

So wird's gemacht:
Die Banane schälen, Karotte und Apfel waschen und alles in grobe Stücke schneiden. Die Orangen auspressen, Apfel und Karotte entsaften und die Säfte mit der Banane in einen Mixer geben. Alles ein paar Sekunden lang kräftig durchmixen lassen.

Tipp 1: Wenn ihr einen Teelöffel geschmacksneutrales Öl (z. B. Sonnenblumen- oder Rapsöl) hinzugebt, kann der Körper die Vitamine besser aufnehmen.
Tipp 2: Wenn ihr euch den Multivitamin-Energy-Drink aus fertigen Säften mischen wollt, dann achtet darauf, Saft ohne Zuckerzusatz zu verwenden.

Schaschlik für Kraftprotze

Ihr braucht dazu:
- 2 Scheiben Vollkornbrot
- Frischkäse
- 100 g Käse in Scheiben
- 1 halbe Salatgurke
- 1 dicke Karotte
- einige Kirschtomaten
- 1/2 rote und 1/2 gelbe Paprika
- Holzspieße

So wird's gemacht:
Zuerst Quadrate (ca. 4x4 cm) aus den Broten schneiden und mit Frischkäse bestreichen. Den Käse in gleich große Quadrate schneiden. Gurke und Karotte waschen, schälen und in 1/2 cm dicke Scheiben schneiden. Dann Paprika waschen, vierteln und in möglichst quadratische Stücke schneiden. Die Tomaten waschen und halbieren. Alle Zutaten abwechselnd auf die Holzspieße stecken.

Mensch gegen Tier: Wer springt weiter?

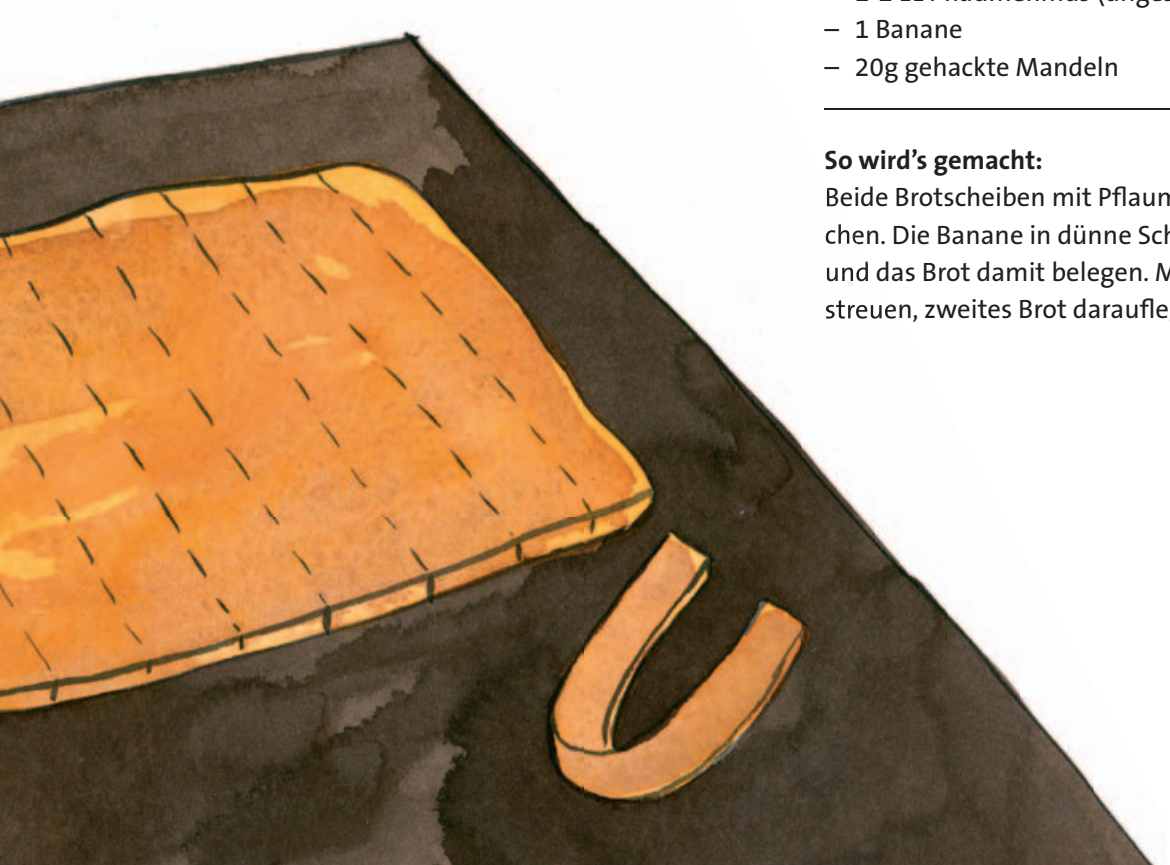
Dank seiner hochelastischen Muskelbänder hüpft das Känguru wie auf Sprungfedern durch das australische Outback. Rekordhalter ist das Graue Riesenkänguru, das gut 13 Meter schafft. Die besten menschlichen Weitspringer liegen mit fast neun Metern knapp dahinter. Aber nur mit Anlauf. Aus dem Stand schaffte der US-amerikanische Footballspieler Byron Jones 3,73 Meter. Der Pokal geht ans Beuteltier!

Happen schnappen – Rezepte für den Muskelaufbau

Hufeisen für den Ritt durch die Nacht

Ihr braucht dazu:
- Blätterteig (aus dem Tiefkühlregal)
- 1 Ei
- Pizzagewürz oder andere Gewürze
- 1 Packung geriebener Käse

So wird's gemacht:
Blätterteig ausrollen und entlang der kurzen Seite in Streifen schneiden. Die Streifen nehmen und zu einem Hufeisen formen (s. Abb.). Dann mit der Gabel kleine Löcher in den Teig stechen. Das Ei aufschlagen, in einer Schüssel verrühren und auf die Hufeisen streichen. Mit Pizzagewürz und Käse nach Geschmack bestreuen. Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Hufeisen für etwa 10 Minuten backen, bis sie hellbraun sind.



Mensch gegen Tier: Wer springt höher?

Der kubanische Hochsprungweltmeister Javier Sotomayor springt 2,45 Meter hoch. Darüber kann der fünf Millimeter kleine Floh nur müde lächeln. Er hüpft bis zu 30 Zentimeter in die Höhe, also 60 mal so hoch wie er groß ist. Unter den anderen Hochsprung-Profis im Tierreich ist der Delfin mit sieben Metern der Rekordhalter unter den Meeressäugern, gefolgt vom Puma an Land, der sechs Meter schafft. Gold, Silber und Bronze für das Tierreich!

Süße Brotwürfel

Ihr braucht dazu:
- 2 Scheiben Roggenbrot
- 1-2 EL Pflaumenmus (ungesüßt)
- 1 Banane
- 20g gehackte Mandeln

So wird's gemacht:
Beide Brotscheiben mit Pflaumenmus bestreichen. Die Banane in dünne Scheiben schneiden und das Brot damit belegen. Mandeln darüber streuen, zweites Brot darauflegen und vierteln.

Happen schnappen – Rezepte für den Muskelaufbau

Olympischer Pasta Pott

Ihr braucht dazu:
- 500 g Nudeln
- 300 g Kirschtomaten
- 1 Salatgurke oder Zucchini
- 1 kleine Dose Mais
- 100 g Fleischwurst gewürfelt
- 100 g Butterkäse gewürfelt
- Essig und Öl
- Salz und Pfeffer

So wird's gemacht:
Nudeln nach Packungsanweisung kochen, in einem Sieb abgießen und in einer Schüssel mit Essig und Öl vermengen. Tomaten waschen und halbieren. Gurke/Zucchini waschen und in kleine Würfel schneiden bzw. raspeln. Alle Zutaten nach dem Motto „Dabei sein ist alles" mit den olympischen Ringnudeln vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Möhren-Speer und Gurken-Frisbee mit Dip

Ihr braucht dazu:
- einige Möhren
- 1 Salatgurke
- 140 g Joghurt
- evtl. 1 Knoblauchzehe
- 2 EL Olivenöl
- 2 EL Parmesan
- Salz, Pfeffer, Dill oder andere Kräuter

So wird's gemacht:
Möhren schälen und längs aufschneiden, sodass Speere entstehen. Die Speere in ein Glas geben. Gurke entweder schälen oder gut abwaschen und in Scheiben schneiden. Die Gurken-Frisbees auf einem Teller anrichten. Alle übrigen Zutaten für den Dip in einer Schüssel vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Mensch gegen Tier: Wer taucht länger?

Weltrekordhalter Stéphane Mifsud aus Frankreich hält es mit nur einem Atemzug etwa elfeinhalb Minuten unter Wasser aus. Der Cuvier-Schnabelwal taucht ohne Luft zu holen knapp zweieinhalb Stunden durch die Ozeane. Das ist etwa zwölf Mal länger. Rekordhalter ist der Meeressäuger!

Für Denksportler – Rätsel und Sprachspiele

Mein Sport ist ...

Mit drei bis sechs Spielern macht dieses Rätselspiel am meisten Spaß! Legt selbstklebende Zettel (Post-it) und Stifte bereit. Jeder denkt sich eine Sportart aus: Beachball, Bouldern oder Bumerang-Werfen – je ausgefallener, desto besser. Schreibt sie auf einen Zettel und klebt ihn einem Mitspieler auf die Stirn. Wenn alle mit Sportarten versorgt sind, fängt der Erste an, mithilfe von Fragen die Sportart auf seiner Stirn zu erraten, z. B.: Ist es ein Mannschaftssport? Braucht man dafür einen bestimmten Ort? Benötigt man eine spezielle Ausrüstung? Ihr dürft immer nur mit „Ja“ oder „Nein“ antworten. Ist die Antwort „Ja“, darf man weiter fragen. Bei „Nein“, ist der Nächste dran. Wer seine Sportart als Erster errät, gewinnt!

Wortkette

Es gibt unglaublich viele Sportarten. Wie viele kennt ihr? Stellt euch im Kreis auf. Einer beginnt mit einer Sportart. Reihum wird die Wortkette mit Sportarten fortgeführt, die immer mit dem letzten Buchstaben des vorherigen Wortes beginnen: Schwimme**n** → **N**etzball → **L**eichtathletik → **K**arate → **E**ishockey → **Y**oga ...

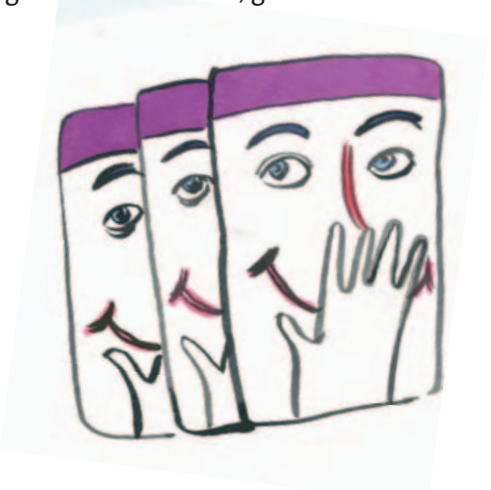
Sportarten-Tabu

Ihr braucht dazu:
- Stift
- Papier
- Sanduhr oder Handy-Timer
- 6 bis 10 Mitspieler

So funktioniert‘s:
Ein Mitspieler erklärt seiner Mannschaft eine Sportart, dabei sind jedoch fünf beschreibende Begriffe nicht erlaubt, also tabu. Natürlich dürft ihr die Begriffe auch nicht pantomimisch darstellen. Beispiele:

Fußball: Fuß und Ball sind automatisch gesperrt, weil sie Wortteile sind. Tabu sind außerdem z. B.: Tor – Bundesliga – Weltmeister – Trikot – Sport.
Handball: Hand und Ball sind automatisch gesperrt, folgende Begriffe können tabu sein: Halle – Sport – Tor – Torwart – Kreisläufer.

Sucht euch Sportarten aus und gestaltet eigene Tabu-Karten, auf denen ihr die Sportart sowie fünf gesperrte Begriffe notiert. Nehmt eine Sanduhr oder stellt den Timer im Handy auf eine Minute. Bildet zwei Mannschaften. Jeweils einer umschreibt seinem Team die Sportart. Die Kimder der anderen Mannschaft haben die Ohren scharf gespitzt und blicken mit Argusaugen auf die Karte mit den verbotenen Begriffen. Sobald einer davon benutzt wird, rufen sie „Stopp!“ und die andere Mannschaft ist dran. Errät das eigene Team das Wort, gibt es einen Punkt.



Für Denksportler – Rätsel und Sprachspiele

Knobeln ist Höchstleistung fürs Oberstübchen. Macht mit beim Aufwärmtraining für schlaue Köpfe!

Aus dem Tritt geraten

Von A wie Akrobatik bis Z wie Zehnkampf – dazwischen liegen unzählige Sportarten. Überlege, welche Sportart hier jeweils aus der Reihe tanzt, und markiere sie.

Für Denksport-Amateure:
Klettern • Turnen • Eiskunstlauf • Tennis • Weitsprung • Bobfahren
Für Denksport-Profis:
Fechten • Judo • Tauziehen • Yoga • Rugby • Golf

Wer kommt aufs Siegertreppchen?

Endlich ist er da, der ersehnte Wettkampftag. Anna hat lange für den 400-Meterlauf trainiert und träumt von einem Platz auf dem Siegertreppchen. Der Startschuss fällt. Sieben Läufer sprinten los – nur Anna hat Startschwierigkeiten! Aber sie gibt alles. Nach und nach lässt sie einen Mitläufer nach dem anderen hinter sich. Kurz vor der Zielgeraden zieht sie an Aaron vorbei, der bis dahin auf Platz drei lief. Und mit letzter Puste überholt sie auch noch Aylin. Knapp vor ihr wirft Anna sich über die Ziellinie.
Welche Medaille hat Anna gewonnen?
Kreise die richtige Zahl auf dem Podest ein.

Tipp: Spiel das Wettrennen mit bunten Fruchtgummis nach.

Torjäger-Sportwette

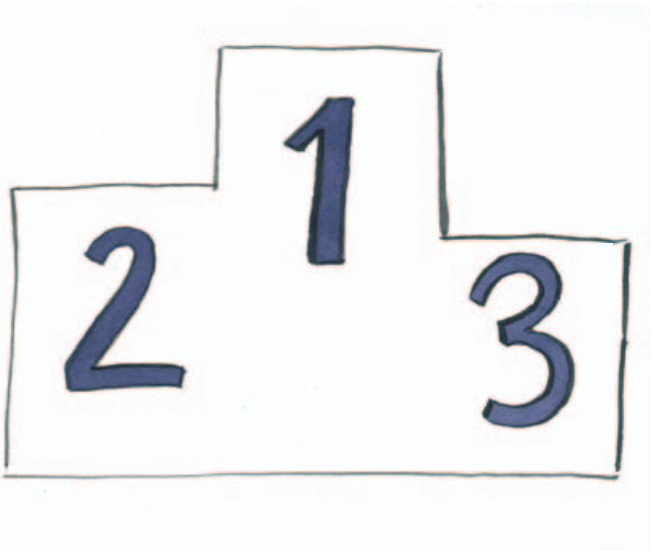
Sami und Sina wetten beim Herbst-Hockey-Turnier auf die Anzahl der gefallenen Tore. Sami schätzt 19 Tore, Sina tippt auf 15. Doch oje! Beim Zusammenzählen sind die Spielstände durcheinander geraten. Kein Ergebnis stimmt! Hilf den beiden: Wie viele Bälle gingen ins Tor? Und wer ist mit seinem Tipp näher am richtigen Ergebnis – Sami oder Sina? Lege bei jedem Spielergebnis ein Streichholz um, damit das Ergebnis stimmt. Es dürfen keine Streichhölzer halbiert oder entfernt werden.

Tipp: Brich erst die Köpfe von den Streichhölzern ab, bevor du die Aufgabe löst.

Spiel 1

Spiel 2

Spiel 3

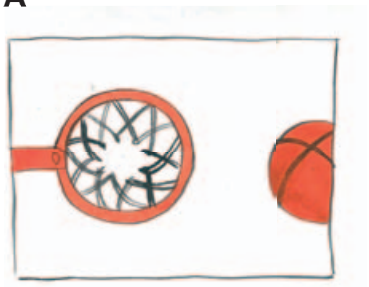


Die Lösung findet ihr auf Seite 48

Für Denksportler – Rätsel und Sprachspiele

Drudeln in Team-Rudeln

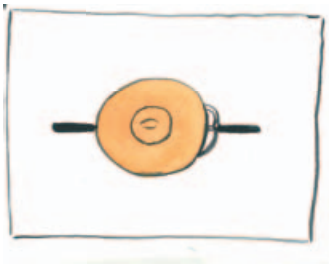
A



B

C

D



Überlege: Um welche Sportarten handelt es sich hier?

Tipp: Bei manchen Zeichnungen sind Um-die-Ecke-Denker gefragt!

Sport-Worte im Netz

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

Unter Wasser oder im Schnee, im Team oder einzeln, mit Köpfchen oder Muskelkraft: Finde im Wortgitter neun Sportarten und zwei schmerzhafte Begleiterscheinungen. Startschuss und los!

Tipp: Es sind vier Wörter von oben nach unten, vier von links nach rechts, eins diagonal.

Die Lösung findet ihr auf Seite 48

Für Denksportler – Rätsel und Sprachspiele

Spo-Doku – Trainingscamp für Denk-Profis

Heimspiel für kluge Köpfe! Ergänze die Sportgeräte so, dass jedes Sportgerät in jeder Zeile (waagrecht), in jeder Spalte (senkrecht) und in jedem dick umrandeten 6er-Block nur einmal vorkommt.

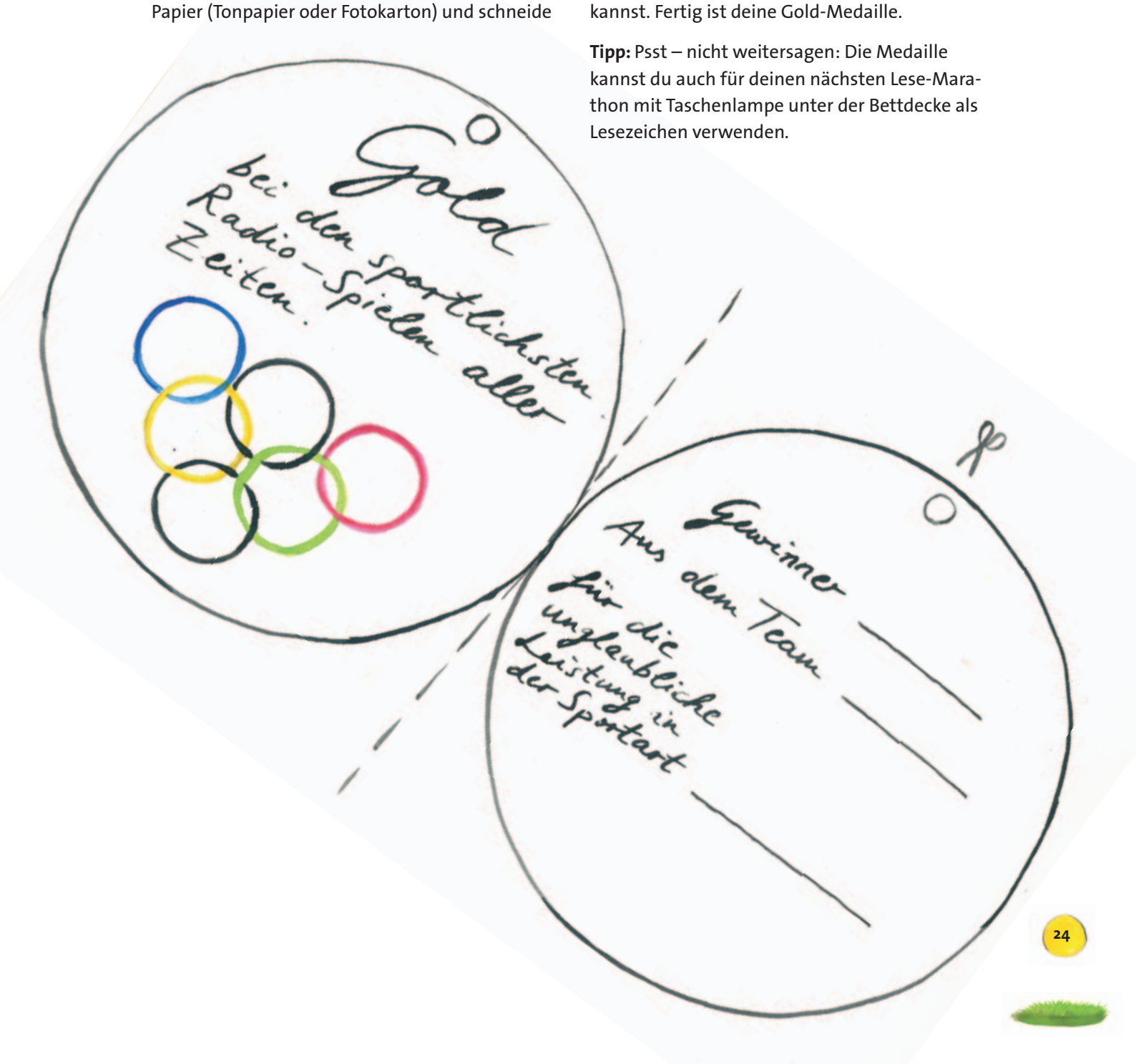
Die Lösung findet ihr auf Seite 48

Werkeln wie die Weltmeister – Malen und Gestalten

Im Goldrausch

Glückwunsch, du hast Gold bei den Radio-Spielen 2019 geholt! Damit hast du dir eine Medaille verdient. Male ihre beiden Seiten golden an. Die sechs Ringe kannst du zusätzlich bunt umranden. Klebe die Medaille dann auf ein festeres Papier (Tonpapier oder Fotokarton) und schneide sie entlang der Außenlinie aus. Falte sie an der Mittellinie und klebe die Innenseiten zusammen. Stanze dann mit einem Locher oben ein Loch hinein und ziehe ein Band hindurch. Verknote es so, dass du es dir bequem um den Hals hängen kannst. Fertig ist deine Gold-Medaille.

Tipp: Psst – nicht weitersagen: Die Medaille kannst du auch für deinen nächsten Lese-Marathon mit Taschenlampe unter der Bettdecke als Lesezeichen verwenden.

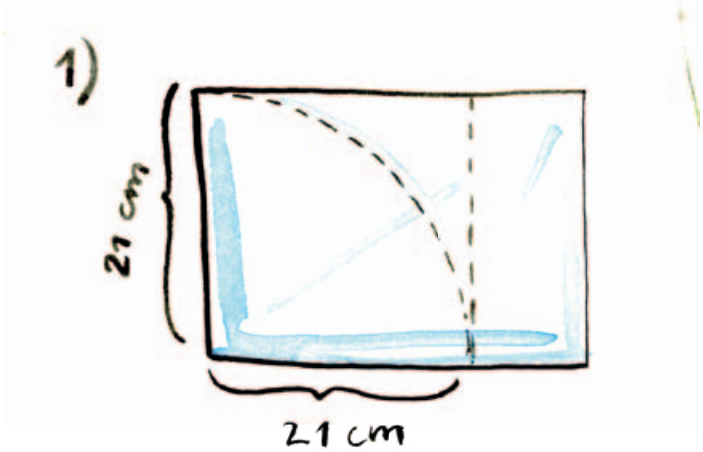


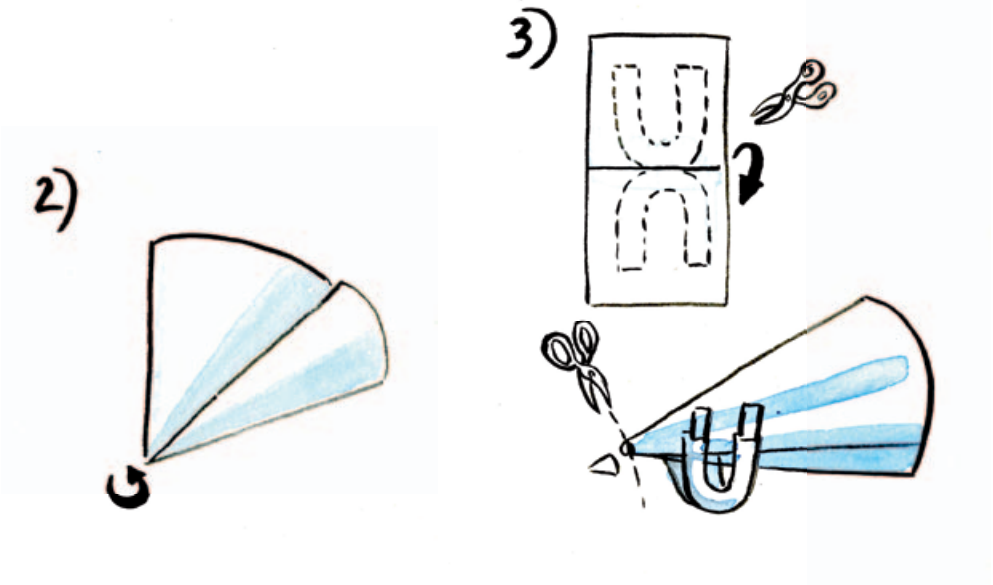
Werkeln wie die Weltmeister – Malen und Gestalten

Rassel für die richtige Wettkampfstimmung

Ihr braucht dazu:
- kleine leere Plastikflaschen mit Deckel
- Reis, Linsen oder kleine Steine zum Befüllen
- breites Klebeband in verschiedenen Farben

So wird's gemacht:
Als erstes reinigt ihr die Flasche gründlich. Dann füllt ihr sie mit Reis, kleinen Steinen oder Linsen. Den Deckel wieder festschrauben und fest verkleben, indem ihr mit Klebeband ein Kreuz bildet. Umwickelt danach die gesamte Flasche mit dem breiten Klebeband. Klebt zum Schluss einzelne Streifen einer anderen Farbe auf bestimmte Stellen der Flasche. Jetzt könnt ihr losrasseln!





Für Stadion-Ohrwürmer: Megafon zum Anfeuern

Ihr braucht dazu:
- einen Bogen biegsamer Pappe
- Schere
- beidseitiges Klebeband
- Farbe zum Bemalen

So wird's gemacht:
Schneidet aus dem Pappbogen zuerst ein Quadrat aus (21 x 21 cm) und dieses dann wie abgebildet auf einer Seite halbkreisförmig zu. Rollt die Pappe zu einer Tüte und klebt die überlappenden Seiten mit Klebeband fest. Die entstandene Spitze unten so abschneiden, dass man gut durchsprechen kann. Für den Henkel nun den Rest der Pappe in der Mitte falten, auf eine Hälfte ein U zeichnen und ausschneiden. Dann werden beide Henkel-Hälften so zusammengeklebt, dass die oberen Spitzen ca. 2 cm frei bleiben. Diese Spitzen werden umgeknickt, eine nach vorn und eine nach hinten und dann mit Klebeband an der Flüstertüte befestigt. Fertig zum Anfeuern eurer Lieblingsmannschaft!

Tipp: Wenn ihr eure Flüstertüte bunt anmalen oder gestalten wollt, ist es leichter, dies vor dem Zusammenkleben zu tun.

Werkeln wie die Weltmeister – Malen und Gestalten

Sieger-Pokal für jeden

Ihr braucht dazu:
- Glas in eurer Lieblingsform
- Glasfarbe
- dickes Kartonstück
- Küchenschwamm
- breites Kreppklebeband
- Cutter (nur mithilfe eines Erwachsenen benutzen!)
- Schneideunterlage
- Pinsel
- Bleistift

So wird's gemacht:
Das Glas gründlich ausspülen und abtrocknen. Klebt dann einen Streifen Klebeband auf eine Schneideunterlage und zeichnet mit Bleistift Sportmotive (z. B. Tischtennisschläger, Torwarthandschuh, Trillerpfeife). Schneidet diese dann mit einem Cutter aus und klebt sie auf das Glas. Achtet darauf, dass das Klebeband gut klebt. Gebt jetzt die Glasfarbe auf den Karton und tupft mithilfe des Schwamms die Farbe auf das Glas. Es ist nicht schlimm, wenn Farbe auf das Klebeband kommt. Nachdem alles getrocknet ist, entfernt ihr die Klebeschablonen. Die Farbe muss nun im Backofen haltbar gemacht werden. Wie das geht, steht auf der Farbtube.

Tipp: Gestaltet euren Sieger-Pokal so, dass ihr ihn auf eurer Hörparty immer wiedererkennt.

Puste-Tischfußball

Ihr braucht dazu:
- Papier
- Stifte
- Schere
- zwei Strohhalme
- Wattebausch

So funktionierts:
Nehmt ein grünes Blatt (oder bemalt ein weißes Blatt grün) und malt ein Fußballfeld mit Mittelkreis und Strafraum auf, Elfmeterpunkt nicht vergessen! Als Tore schneidet ihr daumengroße Löcher ins Blatt. Knetet die Watte zu einem kleinen Ball und versucht, ihn mit dem Strohhalm ins gegnerische Loch zu pusten. Der andere Spieler versucht, das zu verhindern, natürlich auch durch Pusten. Trainierte Lungen sind hier klar im Vorteil – im Sturm sowie in der Verteidigung!

Werkeln wie die Weltmeister – Malen und Gestalten

Jonglierbälle

Ihr braucht dazu:
- Frischhaltefolie
- 270 g Milchreis
- 9 Luftballons, am besten in verschiedenen Farben
- Schere
- Küchenwaage

So wird's gemacht:
Beim Jonglieren sollten alle Bälle gleich schwer sein. Teilt deswegen den Reis in drei möglichst gleiche Portionen mit jeweils ungefähr 90 Gramm. Gebt jede Portion auf ein großes Stück Frischhaltefolie und formt sie zu einer Kugel. Schneidet die Luftballons hinter dem Mundstück ab. Zieht eine der Ballonhüllen über die Reiskugel. Die zweite Hülle zieht ihr so über die Kugel, dass sie die Öffnung verschließt. Jetzt müssen die Bälle noch etwas in Form gebracht werden – und dann kann die Jonglage starten.

So wird's gespielt:
Man braucht insgesamt drei Bälle in Rot, Gelb und Grün, wobei aber nur mit zweien geworfen wird. Der Vorteil ist, dass man es sich gleich angewöhnt, zwei Bälle in einer Hand zu halten. Der gelbe Ball wird mit dem kleinen Finger und dem Ringfinger festgehalten. Die anderen Finger nehmen den roten. Den grünen Ball könnt ihr so halten, wie ihr mögt. Dann werft ihr den roten Ball nach links. Hat er den höchsten Punkt des Bogens erreicht, wird der Grüne hindurchgeworfen. Am Schluss der Bewegung kehrt ihr in die Ausgangsstellung zurück.

Tipp: Ihr habt mehr Erfolg, wenn ihr täglich eine Viertelstunde übt, statt unregelmäßig zwei Stunden am Stück.

Indiaca für euer Geschicklichkeitstraining

Ihr braucht dazu:
- 1 Luftballon
- ca. 1 Tasse Sand
- kleinen Trichter
- Stoffquadrat, ca. 20x20 cm
- 1 Haushaltsgummi
- Stoff- oder Geschenkbänder, Bastelfedern

So wird's gemacht:
Luftballon mithilfe des Trichters mit Sand befüllen und zuknoten. Auf das Stoffquadrat legen und die Stoffenden mit dem Gummi zubinden. Zusätzlich die Bänder darumbinden und mit Bastelfedern verzieren.

So wird's gespielt:
Einigt euch, ob ihr nur mit den Händen oder den Füßen spielen wollt. Werft oder kickt die Indiaca über ein Netz oder eine Schnur zu euren Gegenspielern, die die Indiaca zu euch zurückspielen. Sie darf dabei nicht den Boden berühren.

Werkeln wie die Weltmeister – Malen und Gestalten

Wurfspiel – Wer trifft den lachenden Spieler?

Ihr braucht dazu:
- 3 Pappröllen (z. B. von Küchenpapier)
- Buntpapier, Tonkarton
- 1 Kartondeckel (30x40 cm)
- Klebstoff
- Schere
- Zirkel
- Farben und Pinsel, Filz- und Bleistifte

So wird's gemacht:
Als erstes werden aus den Pappröllen drei Figuren gebastelt. Dazu beklebt ihr die Pappröllen mit Buntpapier: oben einen rosa Streifen für die Gesichter, darunter einen breiteren, andersfarbigen Streifen für die Trikots. Jedes Trikot bekommt eine Nummer: 1, 2 und 3. Jetzt könnt ihr allen drei Figuren Gesichter malen – die Figur mit der höchsten Zahl (3) bekommt ein lachendes Gesicht. Bevor ihr die Figuren in den Kartondeckel klebt – der lachende Spieler kommt in die Mitte – könnt ihr ihn noch in den Farben eurer Lieblingsmannschaft bemalen. Zum Schluss werden die Ringe zum Werfen gebastelt. Zeichnet mit dem Zirkel erst einen großen Kreis, dann darin einen kleineren Kreis und schneidet den Ring aus. Achtet darauf, dass der Ring auf eure Figuren passen muss. Fertigt auf die gleiche Weise einen zweiten Ring an.

So wird's gespielt:
Zielt mit den Ringen auf die Figuren. Jeder hat nur 2 Versuche, um den mittleren Spieler zu treffen. Wenn ein Ring über eine Figur fällt, gibt es Punkte – wie viele, hängt von der Zahl auf dem Trikot ab!

Purzelnde Akrobaten

Ihr braucht dazu:
- 1 Pappröhrchen mit ca. 2 cm Durchmesser und ca. 4 cm Länge für den Kopf
- ein Stück Pappe
- 1 Murmel oder Stein
- festes Klebeband
- Heißklebepistole (nur mit einem Erwachsenen benutzen!)

So wird's gemacht:
Klebt eine Seite des Röhrchens mit dem Klebeband zu. Dann die Murmel hineingeben. Damit sie nicht am Klebeband festklebt, platziert vorher ein Stück Papier über der Öffnung.

Macht das Gleiche auf der anderen Seite. Zeichnet auf eine Pappe den Körper des Akrobaten und schneidet ihn aus. Mithilfe dieser Schablone schneidet ihr den Körper des Akrobaten aus dem Stoff aus und befestigt darauf mit der Heißklebepistole das Röhrchen als Kopf. Jetzt könnt ihr dem Akrobaten ein Gesicht malen und ihn verzieren.

So wird's gespielt:
Setzt den Akrobaten oben auf eine schiefe Ebene, z. B. ein großes Brett, dann lässt ihn die Schwerkraft Purzelbäume schlagen. Welcher Akrobat ist am schnellsten unten?

Im Leistungszentrum: Forschen und experimentieren

(K)ein Drahtseilakt

Warum fällt eine Turnerin nur sehr selten vom Schwebebalken? Antwort: Weil sie weiß, was ein Schwerpunkt ist und wie sie ihn beim Balancieren einsetzen kann. Ihr wollt das auch können, damit ihr auf der Slackline nicht das Gleichgewicht verliert? Dann braucht ihr nur eine Regel beachten: Die Körpermitte ist unser Schwerpunkt und muss immer über dem Seil sein. Wenn wir nach rechts oder links schwanken, müssen wir das wieder ausgleichen. Das geht am besten mit ausgebreiteten Armen oder mit Hilfe einer langen Stange – denn so geht etwas Gewicht vom Körper weg.

Dieses Prinzip könnt ihr auch im folgenden Experiment mit einer leeren Milchflasche und einem Regenschirm mit gebogenem Griff nachstellen:

Steckt den gebogenen Griff des Schirms in die Flasche und stellt dann die Flasche auf die ausgestreckten Zeige- und Mittelfinger. Die Flasche steht nun schräg auf den Fingern und trotzdem fällt sie nicht!

Warum das so ist?

Der Schwerpunkt der Flasche – also der Punkt, wo das gesamte Gewicht zusammenfällt – ist eigentlich der Flaschenbauch. Weil aber die Flasche und der Schirm einen neuen Körper bilden, liegt der Schwerpunkt jetzt außerhalb der Flasche, und zwar etwas unterhalb von dem Punkt, an dem ihr die Flasche haltet. Und da die Flasche nicht durch eure Finger rutschen kann, steht sie auch schräg stabil.

Eure starke Seite – rechts oder links?

Mit diesem Experiment könnt ihr herausfinden, welche eure starke Seite ist – rechts oder links. Vielleicht seid ihr sogar beidhändig, d. h., dass ihr Dinge mit beiden Händen gleich gut und schnell machen könnt. Probiert es zu zweit aus:

Nehmt ein kariertes Blatt Papier. Einer nimmt einen Stift in die rechte Hand und versucht, in 10 Sekunden so viele Punkte wie möglich in die Kästchen untereinander zu setzen. Der andere stoppt die Zeit. Wiederholt das Gleiche mit einer neuen Kästchenspalte und der linken Hand. Dann ist der andere dran. Vergleicht die Ergebnisse.

Mit der bevorzugten Hand wirst du sicherlich weiter kommen, aber vielleicht überrascht es dich, wie gut du deine schwächere Hand gebrauchen kannst. Wenn du mit beiden Händen gleich weit kommst, bist du wahrscheinlich Beidhänder.

Im Leistungszentrum: Forschen und experimentieren

Erbsen-Power

Wusstet ihr, dass Erbsen wahre Muskelprotze sind? Probiert es selbst aus.

Ihr braucht dazu:

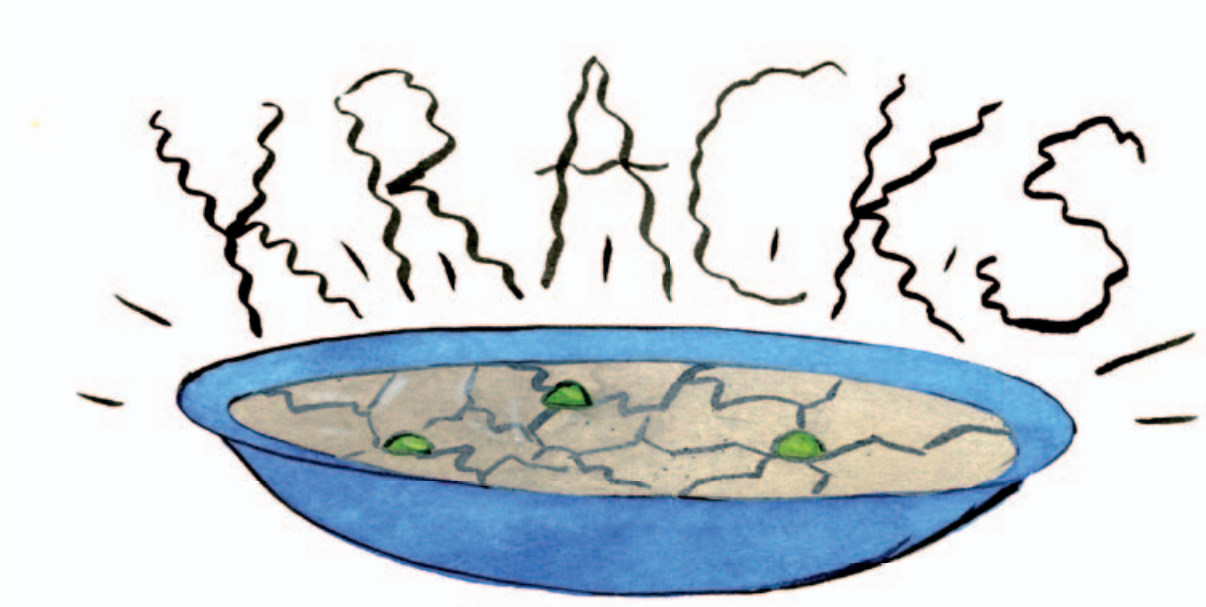
- eine Tüte Gips
- eine Hand voll Erbsen (ungekocht, nicht aus der Dose)
- eine flache Plastikschale oder -schüssel
- Wasser
- einen Bleistift

So wird's gemacht:
Füllt den Gips in die Schale und rührt ihn mit Wasser an. Streicht den Gips glatt und verteilt dann Erbsen darauf. Diese drückt ihr mit dem Bleistift nach unten, sodass sie ganz im Gips verschwinden. Lasst den Gips in der Schale hart werden und über Nacht stehen. Am nächsten Tag werdet ihr ein kleines Wunder erleben: Wie nach einem Mini-Erdbeben hat der Gips Risse bekommen und wölbt sich an manchen Stellen nach oben.

Warum das so ist?
Die trockenen Erbsen saugen das Wasser aus dem Gips auf. Dadurch werden sie dicker und sprengen wie wahre Muskelprotze Risse in den Gips.

Mensch gegen Tier: Wer läuft schneller?

Mit über 100 Stundenkilometern flitzt der Gepard durch die Savanne. Der jamaikanische Olympiasieger Usain Bolt sprintete bei seinem Weltrekord im 100-Meter-Lauf mit 37,57 Stundenkilometern ins Ziel. Auf der Flucht vor einem Gepard hätte er keine Chance. Punkt für die Wildkatze!



Immer in Bewegung – Sport und Spiel im Schulhaus

Leistungssportler trainieren das ganze Jahr über. Aber auf einen Wettkampf bereiten sie sich in speziellen Trainingslagern noch intensiver vor. Damit die Freude am Sport nicht auf der Strecke bleibt, dürfen sich die Sportler dort oft mit anderen Dingen beschäftigen. So spielen Fußballer auch mal Tischtennis und Skiläufer kegeln. Damit auch ihr richtig Spaß an Bewegung habt, gibt es hier viele Tipps für euer Radionachttraining.

Parcours nicht nur für Sportskanonen

Ziel: Eine Hindernis-Strecke auf dem kürzesten und effektivsten Weg überwinden. Doch es geht nicht um Einzelkämpfer, sondern das ganze Team ist gefragt. Das bedeutet, dass ihr euch gegenseitig helft. Jede Mannschaft kann dazu die Parcoursstrecke zunächst testen und gemeinsam herausfinden, wie die Hindernisse überwunden werden können. Erst später lasst ihr die Zeit stoppen und seht, welches Team gemeinsam am schnellsten ist. Der Parcours kann aus verschiedenen Hindernissen bestehen: diverse Sportgeräte, Netz aus gespannten Wollfäden, Stofftunnel, Labyrinth aus Bänken oder mit Kreidestrichen gemalt.

Quatsch-Olympiade

Laufen, Rudern, Weitsprung – all das sind olympische Disziplinen. Aber was haltet ihr von folgendem **Fünfkampf:**

- **Teebeutelweitwurf:** Ein bereits benutzter Teebeutel wird ggf. noch einmal ins Wasser getaucht und ausgedrückt. Dann nimmt man das Teebeutel-Schild zwischen die Zähne, stellt sich parallel zu einem Zollstock/Maßband, schwingt den Kopf hin und her und lässt den Teebeutel fliegen.

- **Hula-Hoop:** Wer schafft es, den Hula-Hoop-Reifen mit Hüftkreisen am längsten in Bewegung zu halten? Probiert auch andere Körperteile aus, z. B. Arm, oberhalb des Knöchels, in der Kniebeuge.

- **Papierkorbbasketball:** Sammelt übriggebliebene Papierschnipsel eurer Bastelarbeiten (ab S. 24) und rollt sie zu Kügelchen zusammen. Stellt den Papierkorb erhöht auf, z. B. auf einen Stuhl, der auf einem Tisch steht. Legt eine Wurflinie fest und versucht von dort, mit sechs Papierkügelchen in den Korb zu treffen. Tretet zu zweit gegeneinander an. Der Verlierer muss die verschossen Kügelchen für das nächste Paar aufheben.

- **Zeitungsspringen:** Jeder Spieler bekommt zehn Zeitungsblätter. Von einer Startlinie aus wird eins der Blätter nach vorn geworfen. Dann muss man auf das gelandete Blatt Papier springen, ohne dabei den Boden zu berühren. Auf dem Blatt angekommen, wird das nächste geworfen usw. Wer nach dem Werfen aller zehn Blätter am weitesten gekommen ist, hat gewonnen.

- **Trockenschwimmen:** Legt euch mit dem Bauch auf ein Skateboard und versucht, nur mit Schwimmbewegungen in der Luft vorwärts zu kommen. Füße und Arme dürfen nicht den Boden berühren. Wechselt dabei die Technik, krault durch die Luft oder benutzt kräftiges Brustschwimmen. Die Zeit wird gestoppt. Wer als Schnellster die Ziellinie erreicht, der gewinnt.

Immer in Bewegung – Sport und Spiel im Schulhaus

Trikottausch

Bei manchen Sportarten wird eine Menge Zeit für das Anlegen der Kleidung und Ausrüstung gebraucht. Probiert es selbst in einer Klamottenstaffel aus! Sammelt in zwei Körben oder Kartons Sportkleidung und Zubehör, z. B. Skistiefel, Badekappe, Handschuhe, Fahrradhelm. Dann kann das Spiel beginnen: Stellt euch in zwei Gruppen in Reihen hintereinander auf. Nach dem Anpfiff legen die jeweils ersten Spieler zuerst die ganze Ausrüstung aus ihrem Korb an und laufen dann eine vorgegebene Strecke und zurück. Sind sie wieder bei ihrer Gruppe angekommen, ziehen sie die Klamotten in Windeseile aus und übergeben an den Nächsten. So geht es weiter, bis alle Spieler einmal gelaufen sind. Die schnellere Mannschaft gewinnt.

Schrubberhockey

Tretet in zwei Mannschaften gegeneinander an. Legt fest, wo im Raum ein Tor markiert wird und dort stellt sich ein Spieler bereit. Jetzt schnappt sich jeder Feld-Spieler einer Mannschaft einen Schrubber oder einen Besen, mit dem er einen kleinen Ball ins Tor befördern will. Die anderen Spieler versuchen, den Ball abzuluchsen. Achtung: Wie beim echten Hockey ist Körperkontakt tabu! Der Ball darf nur den Schrubber berühren. Einzig der Torwart kann den Ball mit dem Körper abwehren.

Torwandschießen

Drei unten, drei oben – das schaffen oft nicht mal die besten Fußballer. Wer ist in eurer Klasse am geschicktesten? Als Torwand könnt ihr ein ausrangiertes Bettlaken oder Tischtuch nehmen. Schneidet unten rechts und oben links ein fußballgroßes Loch hinein und spannt das Tuch in der Turnhalle, Aula oder im Flur auf. Achtet aber darauf, dass keine Fenster in der Nähe sind. Dann geht es los. Jeder hat sechs Schuss! Überlegt euch einen kleinen Preis für den Torwandschützenkönig und die Torwandschützenkönigin.

Slalomvariationen

Slalom kennt jeder. Versucht es doch mal mit diesen Varianten: rückwärts oder mit verbundenen Augen, mit einem Gegenstand (Zeitung, Luftballon, Ball) zwischen den Knien, der nicht herunterfallen darf, mit Inlinern, mit Taucherflossen (es gehen auch Pappkartons), mit zwei Besenstielen, auf denen ein Ball liegt ...

Kommando

Im Sport kommt es oft auf schnelle Reaktionen an. Bei diesem Spiel ist das für die Spieler und den Spielleiter gleich wichtig. Zuerst einigt ihr euch auf Kommandos mit den dazugehörenden Aufgaben und probt diese ein paar Mal durch, z. B.:

- Kommando Fuß: auf der Stelle trippeln
- Kommando Bauch: Hände auf den Bauch legen
- Kommando Hand: Arme hoch in die Luft strecken
- Kommando Knie: in leichter Hocke Hände auf die Knie legen

Dann stellt sich der Spielleiter frontal zu den Mitspielern und gibt die Kommandos. Die Spieler laufen währenddessen durch den Raum. Aber Achtung: Immer wenn das Wort „Kommando!“ nicht vorweg genannt wird, darf die dazugehörige Aufgabe nicht ausgeführt werden und die Mitspieler müssen in der vorherigen Stellung verharren bzw. weiterlaufen. Auch der Spielleiter führt das Kommando aus und darf dabei mit Absicht Fehler machen, um die Mitspieler zu verwirren. Jeder, der einen Fehler macht, wechselt auf die Seite des Spielleiters und darf nun auch falsche Sachen machen, die Kommandos kommen aber nur vom Spielleiter. Schafft er es, alle Kinder auf seine Seite zu bekommen?

Immer in Bewegung – Sport und Spiel im Schulhaus

An die Ringe! Macht mit bei der Tier-Olympiade

Veranstaltet eure ganz eigene tierisch-lustige Olympiade. Dazu braucht ihr nichts weiter als einen Raum und zwei Schnüre für die Start- und Ziellinien. Für jede tierisch-olympische Disziplin, die ihr absolviert, könnt ihr euch einen Stempel in die 6 Ringe eurer Goldmedaille (S. 24) geben lassen. Los geht‘s:

- **Springen wie ein Frosch:** Der Ochsenfrosch ist der beste Springer unter den Fröschen. Er schafft es mit einem Satz zwei Meter weit. Wer ist von euch der beste Frosch-Hüpfer? Jeweils fünf Frösche gehen gehockt an den Start. „Auf die Plätze, quak und los!“ Jeder Frosch springt aus der Hocke, soweit er kann, geht wieder in die Hocke, springt erneut. Wer am schnellsten im Ziel ist, hat die erste Frosch-Runde gewonnen. Hüpft so lange gegeneinander, bis der Frosch-Sprung-Meister feststeht.

- **Stehen wie ein Flamingo:** Flamingos stehen gern auf einem Bein, besonders wenn sie schlafen. Macht es wie sie. Zählt: „Auf das Einbein, fertig, los!“ und stellt euch alle gleichzeitig auf das rechte Bein. Wer am längsten durchhält, ohne das linke Bein abzusetzen, ist Flamingo-König. Ein Tipp: Probiert in Runde zwei doch mal aus, wie es ist, wenn ihr auf dem linken Bein steht.

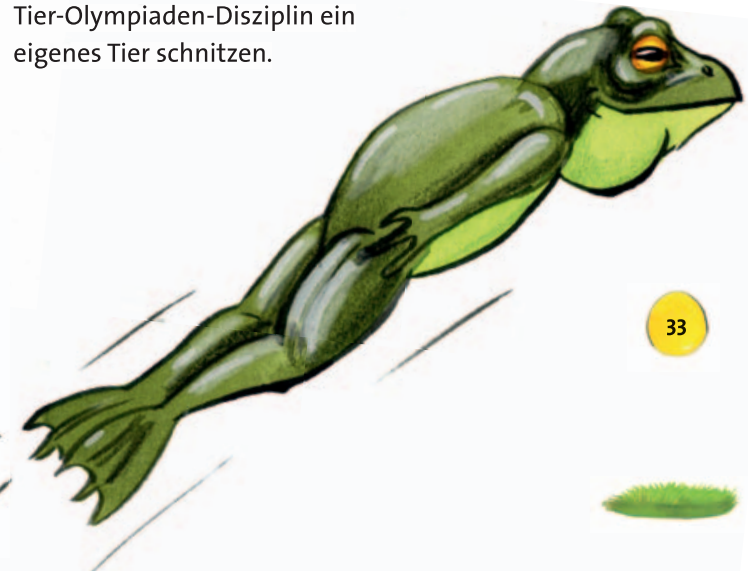
- **Singen wie die Amseln:** Amseln sind reinste Musik-Genies. Ihre Lieder trällern sie in allen Tönen. Bei dieser Disziplin geht es nicht um einen Wettkampf, hier zählt das schönste, gemeinsame Konzert. Pfeift ein Lied, auf das ihr euch vorher geeinigt habt und trillert es so schön wie die Amseln im Frühling.

- **Kreischen wie die Affen:** Große Aufregung im Dschungel. Die Affen haben eine neue Futterstelle mit köstlichsten Früchten entdeckt. Vor Freude kreischen und hüpfen sie wie Flummis durch den Wald. Feiert die Entdeckung mit ihnen, kreischt und springt wild umher.

- **Robben wie die Robben:** Träge liegen die Robben am Strand und sonnen sich. Plötzlich taucht im Wasser ein Wal auf. Wählt einen Wal aus und legt euch alle auf den Bauch. Bei „Auf die Fische, fertig, los!“ fängt der Wal an, los zu robben. Rette sich, wer kann! Aber nur robbend auf dem Boden.

- **Rennen wie die Krebse:** Krebse laufen nicht wie wir Menschen nach vorne, sondern seitwärts. Probiert es auch einmal aus. Nehmt euch wie beim Frosch-Hüpfen wieder eine Start- und Ziellinie. Fünf Krebse sammeln sich am Start, stellen sich dort seitlich auf, gehen in die Knie und dann heißt es: „Auf die Krebse, fertig, los!“ Seitwärts geht es jetzt so schnell wie möglich Richtung Ziel – aber Achtung: dabei immer die Knie gebeugt lassen.

Tipp: Gestaltet mit Kartoffeln eigene Stempel. Nehmt dazu eines der Tierbeispiele und schnitzt sie in die offene Seite einer aufgeschnittenen Kartoffel. Falls ihr noch zu jung seid, um alleine mit einem Messer umzugehen, lasst euch von einem Erwachsenen helfen. Wer schon richtig gut schnitzen kann, kann sich auch für jede Tier-Olympiaden-Disziplin ein eigenes Tier schnitzen.



ARD

Immer in Bewegung – Sport und Spiel im Schulhaus

Kidditch

Wir können zwar nicht fliegen, aber trotzdem Harry Potters Lieblingsspiel Quidditch in einer abgewandelte Form spielen: das Kidditch.

Kidditch ist ein Torspiel mit einfachen Grundregeln. Dabei treten zwei Teams gegeneinander an. Es gibt verschiedene Bälle und ihr könnt drei Varianten spielen, die unterschiedlich schwer sind:

1. Quaffelspiel: Ziel ist es, den Quaffel (ein Volleyball oder Handball, bei dem man etwas Luft rausgelassen hat) in den gegnerischen Torring (z. B. ein Hula-Hoop-Reifen) zu bringen. Pro Team gibt es mehrere Jäger, die Tore erzielen, und einen Hüter, der den eigenen Torring beschützt. Jäger und Hüter können den Quaffel tragen, werfen oder einmal kicken. Es ist sogar erlaubt, den Ball aus den Händen des anderen Teams zu stehlen. Einzige Bedingung: Alle Spieler müssen einen Besenstiel zwischen den Beinen festhalten, so als würden sie darauf fliegen. Anpfiff ist auf der Mittellinie des Spielfeldes.

2. Klatscherspiel: Hierbei wird das normale Quaffelspiel um drei Klatscher (3 rote Schaumbälle) ergänzt. Pro Team werden zwei Treiber festgelegt und mit maximal einem Klatscher ausgestattet. Die Treiber müssen mit den Klatschern die Gegenspieler abwerfen. Schaffen sie es, muss der abgeworfene Spieler den Quaffel fallen lassen, vom Besen steigen, zum eigenen Torring laufen und diesen berühren. Erst dann darf er weiterspielen.

3. Schnatzspiel: In dieser Variante kommt der Schnatz zum Einsatz. Der Schnatz ist ein Tennisball, der in einem Strumpf steckt und hinten im Hosenbund des Schnatzläufers festgemacht wird. Der Schnatzläufer ist kein Spieler eines Teams, er hat auch keinen Besen. Nicht nur er wird in dieser Spielvariante eingeführt, sondern auch pro Team ein Sucher. Er ist ausschließlich dafür zuständig, den Schnatz zu klauen. Der Schnatzläufer versucht, das zu verhindern, indem er die Sucher mit den Armen wegdrückt oder vom Besen zieht. Die Sucher können ebenfalls durch Klatscher abgeworfen werden. Der Schnatzfang beendet das Spiel.

Mensch gegen Tier: Wer taucht tiefer?

Der Fisch Brotula galatheae fristet 8.000 Meter unter der Wasseroberfläche sein Dasein – mit einem Druck, der 800-mal so groß ist wie der an Land. Menschliche Taucher können bis zu 450 Meter in die Tiefen der Ozeane vordringen. Allerdings nur in speziellen Druckanzügen. Der Pokal geht an den Fisch!

Total verdreht!

So trainiert ihr eure Beweglichkeit: Auf ein altes Bettlaken werden mit Textilfarbe jeweils fünf Kreise in einer Farbe in einer Reihe aufgemalt – wie beim Spiel "Twister" (S. 38). Trocknen lassen und in der Zwischenzeit auf farbige Karteikärtchen Hände und Füße malen. Der erste Spieler zieht blind eine Karte und muss auf den entsprechend farbigen Kreis Hand oder Fuß setzen. Dann ist der zweite Spieler dran, dann wieder der erste. Bald entstehen die unmöglichsten Verrenkungen und die Zuschauer trainieren auch etwas – ihre Lachmuskeln.

Hör-, Lese- und Spieletipps

CDs:

Was ist Was. Fit durch Sport und Ernährung

Wann wurden Spielregeln für Mannschaftssportarten aufgestellt? Wer hat das Mountainbiking erfunden und woher kommt Inlineskating? Nicht nur auf Sportfragen gibt es eine Antwort, auch zum Thema Essen: Was sollen wir essen, damit die Körperfunktionen gut laufen? Was sind Kohlenhydrate, Eiweiße, Vitamine? Und wozu brauchen wir sie?

Hörspiel, Tessloff Verlag, ab 6, ca. 50 min.

Teufelskicker: Moritz macht das Spiel!

Moritz ist der beste Stürmer seines Hamburger Fußball-Vereins. Als sich seine Eltern unerwartet trennen, zieht Moritz mit seiner Mutter zum Großvater aufs Land. Für Moritz sind die ersten Wochen in der neuen Heimat nicht gerade einfach. Doch sein Leben findet eine aufregende Wende, als er den Spielern von Blau-Gelb begegnet – den Teufelskickern ...

Hörspielserie, Europa (Sony Music), ab 6, Folge 1 von 68, ca. 51 min.

Maja Nielsen
Fußballhelden. Der Weg zur Weltmeisterschaft

In ihrem Feature nimmt Maja Nielsen Klein und Groß mit zu den Anfängen des runden Leders: ans Ende des 19. Jahrhunderts, als Lehrer Konrad Koch das Fußballspiel in Deutschland einführt, und zur Weltmeisterschaft von 1954, bei der das deutsche Team das Wunder von Bern feiert. Nachwuchsspieler erfahren auch alles über den Weg zum Fußballprofi.

Feature, JUMBO, ab 6, 79 min.

Bücher:

Ocke Bandixen
Wunderstürmer – Hilfe, ich habe einen Fußballstar gekauft

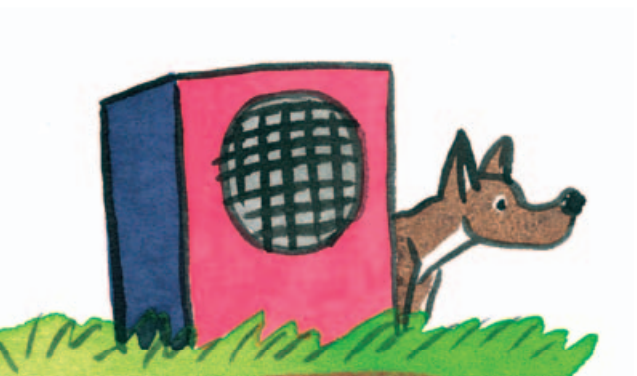
Tim liebt Fußball. Noch lieber aber zockt er Ball im Netz auf seinem Handy. Um eine starke Mannschaft zusammen zu bekommen, kauft er einen virtuellen Fußballstar nach dem anderen – bis plötzlich ein echter vor seiner Haustür steht! Wie kann das sein? Tims Freunde sind begeistert, schließlich kann ihr Team Profi-Unterstützung gerade wirklich gut gebrauchen!

Loewe, ab 9

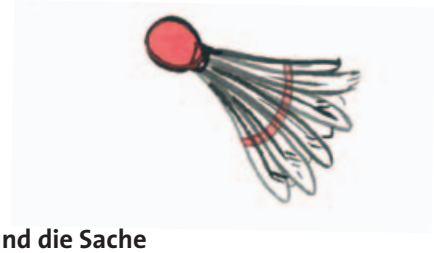
Jan Birck
Storm oder die Erfindung des Fußballs / Storm und die Fußballgötter

Band 1: Ist Fußballspielen zufällig entstanden? Nein! Es wurde erfunden von einem kleinen Jungen namens Storm, und zwar vor über 1000 Jahren in dem Wikingerdorf Reydarfjordurthoft – durch Zufall!
Band 2: Storm muss sich, um ein echter Wikinger zu werden, einer anspruchsvollen Prüfung unterziehen und Kraft, Mut und Geschicklichkeit beweisen. Hilfe bekommt er dabei von echten Fußballgöttern!

Carlsen, ab 6



Hör-, Lese- und Spieletipps



Kirsten Boie
King-Kong, das Fußballschwein

Jan-Arne ist aufgeregt: Seine Fußballmannschaft wurde ausgelost, um bei einem Bundesligaspiel zusammen mit seiner Lieblingsmannschaft ins Stadion einzulaufen. Klar, dass auch King-Kong das Spiel nicht verpassen darf. Heimlich schmuggelt Jan-Arne sein Meerschweinchen ins Stadion. Natürlich bringt King-Kong alles durcheinander, entpuppt sich aber auch als echtes Glücksschwein.

Oetinger, ab 8

Meredeth Costain
Ellas Welt – Ballett oder Flickflack

Ella liebt Ballett! Zusammen mit ihrer besten Freundin Zoé besucht sie zweimal in der Woche den Unterricht von Madame Fry. Als aber Penny Parker auf dem Schulhof mit ihren neuen Turnkünsten angibt und Zoé mit dem Ballett aufhört, ist Ella am Boden zerstört. Sie will auch Flickflack und Radschlagen können, aber kann sie Ballett einfach so aufgeben?

Boje Verlag, ab 8

Die drei ??? Kids: Basketball-Fieber

Warum treffen die besten Spieler bei dem coolen Basketballturnier plötzlich keinen Korb mehr? Um den Fall genauer zu untersuchen, müssen „Die drei ??? Kids“ selbst aufs Spielfeld.

KOSMOS, ab 6

Sammy Drechsel
Elf Freunde müsst ihr sein. Ein Fußballroman für die Jugend

Heini Kamke kriegt die Krise: Er will unbedingt Fußballmeister der Volksschulen werden, doch seine Mannschaft ist nichts als ein streitsüchtiger, chaotischer Haufen. Ist da wirklich nichts mehr zu machen? Ob Heini und seine Jungs vielleicht doch noch eine Chance haben, erzählt der legendäre Sportreporter Sammy Drechsel so spannend wie ein Endspiel.

Thienemann-Esslinger Verlag, ab 10

Hannes Klug
Ich, Xi Lao Peng und die Sache mit meinem Bruder

Ricky ist 11 Jahre und liebt Kung-Fu. Dumm nur, dass er niemanden zum Trainieren hat, außer seinen Phantasiefreund Xi Lao Peng. Überhaupt hat es Ricky gerade nicht leicht: Sein großer Bruder Micha nervt tierisch, Rickys Eltern haben in ihrer Tischlerei richtig Stress, und sein bester Freund Simon will immer bloß Vögel beobachten. Doch alles ändert sich, als die coole Alex nach Herzfeld zieht ...

Rowohlt, ab 10

Meyer / Lehmann / Schulze
Die wilden Schulzwerge – Das Sportfest

Als Frau Schrock das Sportfest für die Klasse 1c ankündigt, freut Richard sich schon auf den Siegerpokal. Andere Kinder sind nicht so begeistert. Deshalb denken sich Anton, Selin und ihre Freunde etwas Besonderes aus.

Klett Kinderbuch, ab 6

J. K. Rowling
Quidditch im Wandel der Zeiten

Gefunden in der Schulbibliothek von Hogwarts: In diesem Buch erfährt man nicht nur alle Regeln rund um den beliebten Sport aus „Harry Potter“, sondern auch wie die Sportart entstanden ist und wie sie sich weltweit verbreitete.

Carlsen Verlag, ab 10

Frauke Scheunemann, Anke Szillat
Bulli & Lina: Ein Pony verliebt sich

Abwechselnd wird aus der Perspektive von Lina, die Angst vor Pferden hat, und dem eingebildeten Turnierpony Bulli erzählt. Bulli mag keine Mädchen mehr, erst als er Lina trifft, schlägt sein Ponyherz höher und er versucht mit allen ponymöglichen Mitteln, auf sich aufmerksam zu machen.

Loewe, Band 1, ab 8

Hör-, Lese- und Spieletipps

Christoph Scheuring
Absolute Gewinner

Als er mit ein paar Jungen und einem Mädchen zu einem Basketballteam zusammengewürfelt wird, fühlt sich der dreizehnjährige Luca endlich nicht mehr als Außenseiter. Gemeinsam wollen sie ein bundesweites Turnier gewinnen, ein ziemlich hoch gestecktes Ziel, wenn man bedenkt, dass sie alle nicht im Verein spielen. Aber sie haben einen genialen Trainer, der weiß, wie er das Beste aus jedem Spieler herausholt. Als dieser Trainer plötzlich verschwindet, müssen Luca und sein Team nicht nur ein Match gewinnen, sondern auch einen Kriminalfall lösen.

Magellan, ab 12

Christian Tielmann
Max und die überirdischen Kicker

Max hat es satt: Immer verliert die 3a beim Fußball gegen die 4b. Auf dem Sportfest soll alles anders werden. Doch auch der beste Trainer nützt nichts, wenn sich die ganze Mannschaft streitet. Aber Max findet das richtige Maskottchen, mit dessen Hilfe die 3a wieder zusammenrückt und vielleicht sogar gewinnen wird!

Carlsen Verlag, ab 7

Ingrid O. Volden
Unendlich mal unendlich mal mehr

Petra liebt gerade Zahlen, denn die lassen sich teilen, ohne sie kaputtzumachen. Sie mag Fußball, ihren Kumpel Chris und ihre beste Freundin Melika. Was sie gar nicht mag, ist Wasser. Doch dann lernt sie Thomas kennen, den Propellerjungen aus dem Schwimmbad. Ihm zuliebe wagt sie sich sogar mit dem Kopf unter Wasser – und plötzlich ergibt alles einen Sinn.

Thienemann-Esslinger Verlag, ab 10

Martina Wildner
Königin des Sprungturms

Karla und Nadja verbindet eine sehr besondere Freundschaft. Beide trainieren im Leistungszentrum fürs Turmspringen. Das ist hart, aber auch beglückend. Doch plötzlich gelingt Karla – der Königin des Sprungturms – nichts mehr. Nun ist Nadja der Star, und ihre Freundschaft gerät ins Wanken.

Gulliver, ab 11

Sachbücher:

Sabrina Chevannes
Schach für Kinder

Was sind Bauern, Türme und Springer und wie setze ich meinen Gegner in nur vier Zügen matt? Das durchgehend illustrierte Buch gibt Erklärungen zu den Figuren und wie sie sich bewegen, einfache Spielvarianten und spezielle Tricks, die klassische Manöver aufzeigen. Und für besonders eifrige Spieler gibt es sogar ein paar spannende Schachaufgaben zum Knobeln.

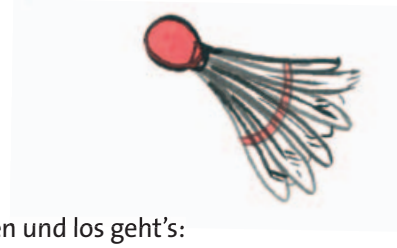
Anaconda Verlag, ab 7

Angela Maak und Katrin Barth
Deutsch mit dem ganzen Körper
Mathe mit dem ganzen Körper

Jeweils 50 kleine Spiele und Übungen für Klassenraum, Flur oder Turnhalle, die Bewegung in die Bereiche Lesen, Schreiben, Sprechen, Zuhören sowie Geometrie und Rechnen bringen. Die Kinder hüpfen, laufen, schleichen und tanzen sich durch den Deutsch- und Mathematikunterricht. Durch die Bewegung bleibt das Gelernte länger im Gedächtnis haften.

Verlag an der Ruhr, ab 6

Hör-, Lese- und Spieletipps



Arnd Zeigler
Zeiglers wunderbares Fußballbuch

In seinem ersten Kinderbuch erklärt der bekannte TV-Fußballexperte Arnd Zeigler witzig, sympathisch und mit viel Ballgefühl die 50 wichtigsten Begriffe rund um den Fußball: Wie verläuft die Flugbahn der „Bananenflanke“? Was ist das Gefährliche am „Gefährlichen Spiel“? Und warum sagt man eigentlich „Auf Schalke“?

Klett Kinderbuch, ab 7

Spiele:

Anno Domini Sport

In diesem Kartenspiel dreht sich alles um sportliche Ereignisse aus aller Welt und in welchem Jahr diese passiert sind. Jeder Spieler will seine Karten loswerden und muss sie in der richtigen zeitlichen Reihenfolge ablegen. Aber wer weiß denn schon, ob die Stoppuhr erfunden wurde bevor oder nachdem das Tabak-Weitspucken olympische Disziplin wurde. Nur gut, wenn in diesem Schätzspiel die Mitspieler genauso ahnungslos sind wie man selbst.

Abacusspiele, für 2 bis 8 Spieler, ab 10

Cool Runnings

Eiskaltes Wettlaufrennen mit echten Eiswürfeln. In einem kleinen Schälchen aus Plastik zieht jeder Läufer seinen Eiswürfel übers Spielbrett und will das Ziel erreichen, bevor das Eis geschmolzen ist. Dabei greifen die Mitläufer ständig an – mit einer Prise Salz, einem Wasserbad oder heißem Atem. Wer deshalb schmilzt, ist aus dem Rennen.

Ravensburger Verlag, für 2 bis 4 Spieler, ab 8

Indoor Curling

Spielschachtel auf, Bahn ausrollen und los geht’s: Wie beim echten Eisstockschießen auf der Eisbahn versuchen die Teams ihre Steine an den Mittelpunkt des Zielkreises zu spielen – und zwar näher als die gegnerische Mannschaft. Dazu schubsen sie ihre Spielsteine über die 1,20 Meter lange Spielfläche. Wer dabei mit Geschick und Glück die Gegner rauskickt, holt die meisten Punkte.

Kosmos, für 2-8 Spieler, ab 8

Jens Schumacher
VERRÜCKTE LÜCKEN – Total stürmische Fußballgeschichten

Witziges Wortspiel, bei dem die Spieler den Verlauf der 25 stürmischen Fußballgeschichten selbst bestimmen. Egal, ob Stürmer im Abseits, Tor-Abstauber oder Elfmeter unter die Latte, hier landen selbst Fußball-Anfänger einen Volltreffer! Einfach die Lücken ausfüllen, vorlesen und ablachen.

Loewe, ab 9

Twister

Das bekannte Verrenkungsspiel mit Verknotungsgefahr in neuem Design. Die Drehscheibe gibt wie gewohnt die Position auf der Matte vor. Aber Achtung, zwei neue Elemente auf der Drehscheibe sorgen für einen noch größeren Verknotungsspaß! Der Spieler, der mit den Händen oder Füßen den Kontakt zur Matte verliert, scheidet aus.

Hasbro, ab 6

radioMikro
das Magazin für Kinder

Montag bis Samstag um 18.30 Uhr und an Sonn- und Feiertagen um 7.05 Uhr auf Bayern 2

radioMikro-Reporter entdecken für euch die Welt: Sie berichten von Atlantiküberquerungen auf einem Segelschiff, suchen nach Wildbienen oder machen sich Gedanken über gruselige Monster.

Und immer wieder seid ihr dran – stellt dienstags eure Fragen in der **Anrufsendung,** wenn es um fliegende Streifenwagen, Zeltschulen oder eure Lieblingsbücher geht. Oder spielt donnerstags bei den **Rätselsendungen** mit. Die kostenlose Telefonnummer ins Studio ist: **0800 246 246 7.**

Freitags hört ihr **klaro – Nachrichten für Kinder,** samstags geht es viel um Musik, ihr sagt eure Meinung im Megafon und wir sind für euch an ganz besonderen Orten unterwegs. Und sonntags klärt das **Lachlabor** verrückte Fragen, bevor das **Sonntagshuhn** alle aus dem Bett gackert.

Für die langen **Geschichten** und **Hörspiele** lohnt es sich an den Feiertagen früh aufzustehen. Das kurze **Betthupferl** gibt's dagegen jeden Abend als krönenden Abschluss von radioMikro um 18.53 Uhr.

Alle Sendungen sind sieben Tage lang auf **br.de/kinder** abrufbar und ausgewählte Geschichten finden sich auch im BR-Podcast.

www.bayern2.de

BR BAYERN 2

Grenzenlos hören.

ARD

Wenn deine Eltern am Sonntagmorgen noch schlafen, ist „Zebra Vier“ schon hellwach. Unsere Moderatorinnen und Moderatoren stellen sich ganz früh für dich den Wecker, um pünktlich um 8.05 Uhr fit und gut gelaunt zu sein. Jeden Sonntag senden wir drei Stunden Programm nur für Kinder. Und wenn deine Eltern heimlich mithören, ist das auch okay.

Wir erforschen die Welt und holen die spannendsten Experten in unsere Sendung. Wir lassen aber auch Kinder zu Wort kommen. Dafür haben wir extra ein Kinderreporter-Team. Dazu gehören 16 Mädchen und Jungs, die jede Woche für „Zebra Vier“ unterwegs sind. Sie dürfen all das ausprobieren, was sonst nur Erwachsene dürfen. Sie besuchen Orte, die für Kinder besonders spannend sind. Sie testen Kinofilme, Theaterstücke, aber auch die neuesten Bücher und Computerspiele. Und sie treffen echte Stars, die du sonst nur aus dem Fernsehen oder von YouTube kennst. Das und vieles mehr hörst du sonntags in „Zebra Vier.“

Na, auf den Geschmack gekommen?

Dann hör‘ doch mal rein! Du kannst uns übrigens nicht nur in Bremen und Bremerhaven hören. Nein, weltweit ist das möglich über unseren Livestream auf **bremenvier.de**

©shutterstock_Dasha D

hr2 kultur

Radio für Kinder in hr2-kultur

Lauschinsel und Zauberflöte

Hörspiele und Geschichten, Klangrätsel, Buchtipps und das Kinderfunkkolleg: Lauschinsel, samstags, 14.04–15.00 Uhr. Sowie Klassik für Kinder und abenteuerliche Geschichten: Zauberflöte, sonn- und feiertags, 8.04–9.00 Uhr und in der App.

hr2-kultur. Bleiben Sie neugierig!

MDR TWEENS

WIR FUNKEN DAZWISCHEN

MDR TWEENS ist das Radio für euch Kids!

Ihr könnt uns über den MDR TWEENS Web-Stream oder in Mitteldeutschland über DAB+ hören.

Von Montag bis Freitag zwischen 16 und 18 Uhr läuft bei uns eine Livesendung mit Moderator Chris.

Natürlich gibt es bei uns auch eure Lieblingslieder, coole Spezialsendungen, interessante Nachrichten und Interviews!

Am Wochenende hört ihr Figarinos Fahrradladen und in der MDR TWEENS Hörspielstunde gibt's ein tolles Hörspiel auf die Ohren.

INSTAGRAM
instagram.com/mdrtweens (ab 13 Jahren)

TELEFON
0800 6886642

POST
MDR TWEENS
Gerberstraße 2
06108 Halle (Saale)

EMAIL
tweens@mdr.de

Die Kinderradionacht hörst du auch auf MDR Kultur: mdr.de/radio/frequenzen

www.mdr.de/tweens

TWEENS

Beim NDR: MIKADO – Radio für Kinder

Wann? Jeden Sonntag und an Feiertagen. Fast zwei Stunden Programm!
8:05 – 9:00 Uhr MIKADO am Morgen auf NDR Info
Jessica und Tim präsentieren Reportagen, Gespräche, Comedy.
14:05 – 15:00 Uhr MIKADO auf NDR Info
Hörspiele und Lesungen: Krimis, Fantasy, Abenteuer

Aktuelle Tipps:

Am Morgen: „Rätselhaft – Die Sendung mit dem Hund" (27.10. | 24.11. | 29.12. um 08:05 Uhr)
Grübeln, Knobeln, Buzzern! Acht Raterunden gibt es. Schulkinder treten gegen ihre eigene Lehrerin an (manchmal traut sich auch ein Lehrer). Es geht um Tiergeräusche, Begriffe-Raten, gemeine Schätzfragen. Beim Kurzkrimi „Tatörtchen" fragen wir: „Wie hat sich der Täter verraten?" Jede/r kann beim Hören auch zu Hause mitspielen: „Hätte ich's gewusst?"
Am Schluss gibt es die **Masterfrage** für alle Kinder, die am Radio zuhören. Zu gewinnen: Eine Reise zum NDR nach Hamburg mit Teilnahme an der nächsten Sendung!
Tipp für Langschläfer: Ihr könnt die Sendungen jederzeit Online nachhören: www.ndr.de/mikado

…und im Hörspiel: Drei Lamas und ein Dachs in höchster Not! (17.11. | 14:05 Uhr)
„Dan und Stan und das fast ungeplante Abenteuer" von A. L. Kennedy
Alarm in Schottland: Dan, der Dachs, wird vom fiesen Farmer McGloone gefangen. Er will aus ihm Dachspastete machen. Und was ist mit den drei Lamas los, die entnervt auf einer vom Regen durchweichten Wiese herumstehen? Sie sehnen sich nach Peru zurück. Mit einem fiesen Trick hatte McGloone sie nach Schottland gelockt.
Schon nach den ersten Minuten dieser aberwitzig-schwarzhumorigen Story, fleht man die Rettung der tierischen Helden herbei. Und manchmal hilft das Wünschen ja.
Dieses Hörspiel gibt's auch auf CD (Verlag Headroom)

Schon was von unserem genialen Mikado-Podcast-Angebot gehört? Intergalaktisch gut sind die Weltraum-Hörspiele „SRS Impala – Per Hyperjump ins Sonnensystem". Kostenlos im Netz!

»SWR2 SPIELRAUM ... ist dein Radio!

SWR2 SPIELRAUM – Das Hörspiel

An allen Feiertagen gibt's in SWR2 von 14.05 bis 15.00 Uhr ein großes Kinderhörspiel! Neben Kinderbuchklassikern und Bestsellern bringen wir auch Originalstücke, die extra fürs Radio gemacht wurden. Dieses Hör-Kino richtet sich natürlich auch an die ganze Familie. Und an Menschen jeden Alters, die sich gern erzählen lassen, die mit Kindern zu tun haben oder das Kind in sich selbst entdecken möchten.

Sendezeiten

SWR2 SPIELRAUM – HÖRSPIEL
an allen Feiertagen
von 14.05 bis 15.00 Uhr

SWR2 SPIELRAUM online

SWR2 SPIELRAUM gibt es nicht nur im Radio, sondern auch im Internet:
www.kindernetz.de/spielraum
www.SWR.de/swr2/spielraum

Dort könnt ihr Hörspiele anhören und herunterladen.

SWR2 SPIELRAUM vor Ort

Wir sind unterwegs zu Schulklassen mit der Spielraum-Tour. Wir machen mit bei der ARD-Kinderradionacht, sind dabei beim ARD-Kinderhörspieltag, arbeiten zusammen mit Ohrenspitzer und dem Medien Kompetenz Forum Südwest.

SWR2 SPIELRAUM Schule im Studio

Ihr wollt euer eigenes Stück schreiben und es mit professionellem Team im SWR Hörspiel-Studio entwickeln, hautnah bei der Entstehung dabei sein und natürlich auch selber sprechen? Dann bewerbt Euch mit eurer Schulklasse für einen Termin! Wir freuen uns auf Euch!
Mail: spielraum@swr.de

SWR2 SPIELRAUM Hörspielbaukasten

Mit dem SWR Hörspiel-Baukasten.
Aus Musiken, Geräuschen und den Stimmen der Schauspieler selber ein Hörspiel montieren, schneiden und inszenieren?
Das könnt ihr hier: http://www.planet-schule.de/hoerspielbaukasten

OHRENBÄR

RADIOGESCHICHTEN FÜR KLEINE LEUTE

OHRENBÄR SENDUNG

Die zehnminütigen Radiogeschichten für kleine Leute sind mal alltäglich, mal fantastisch, nachdenklich oder lustig. Alle Geschichten werden von Autoren original für Kinder zwischen 4 und 8 Jahren geschrieben und von bekannten Schauspielern gelesen. Auf rbb 88.8 kommt Ohrenbär persönlich zu Wort. Vor der Geschichte trottet er aus seiner Höhle und bekommt Besuch von der kecken Krähe, die mit ihm mal reimt, mal Witze macht oder freche Sprüche klopft.

OHRENBÄR JEDEN ABEND

19:05 bis 19:15 Uhr auf rbb 88.8
18:45 bis 18:55 Uhr im WDR KiRaKa
19:50 bis 20:00 Uhr auf NDR Info

Jederzeit kostenlos als Podcast auf www.ohrenbaer.de und in der ARD-App.

Zum kostenpflichtigen Download u. a. bei Audible und auf CD beim Jumbo Verlag. Aktuell: „OHRENBÄR – Fantastische Geschichten".

OHRENBÄR UNTERWEGS

- Lesungen und Bühnenfeste
- Workshops zur kreativen Medienerziehung in Bibliotheken
- Schreibwettbewerb für Grundschulklassen: nächster Aufruf Frühjahr 2020

OHRENBÄR KONTAKT

Rundfunk Berlin-Brandenburg
rbb 88.8 / Redaktion OHRENBÄR
Masurenallee 8-14
14057 Berlin
E-Mail: ohrenbaer@rbb-online.de
www.ohrenbaer.de

OHRENBÄR FREQUENZEN

Übersicht für rbb 88.8, WDR KiRaKa und NDR Info unter www.ohrenbaer.de

Eine Gemeinschaftssendung des rbb mit WDR und NDR

rbb 88.8

SR 1

SR 1 DOMINO

Sendezeit
Jeden Sonntag zwischen 6.00 und 10.00 Uhr auf SR 1

SR 1 DOMINO ist die sonntägliche Sendung (nicht nur) für Kinder. Herzstück sind die zweisprachigen ***»Nachrichten für dich«***. Sie klappen die wichtigsten Ereignisse der Woche in verständlicher Sprache nach – und das auch auf Französisch. Da werden auch so manche Eltern neugierig, ob aus ihrem Französischunterricht in der Schule denn noch etwas hängengeblieben ist ...

Und über was redet ihr sonst noch so? Jede Woche schicken wir unsere Reporter in saarländische Schulklassen, um herauszufinden, wie die DOMINO-Hörer fühlen und denken. Seid ihr Vegetarier oder esst ihr auch Fleisch? Glaubt ihr, dass Glücksbringer wirklich Glück bringen? Und wer fährt besser Auto – Mama oder Papa? Wir gehen den wirklich wichtigen Fragen des Alltags nach!

Im ***»Buchtipp für dich«*** präsentiert SR 1 DOMINO spannende und witzige Bücher für Kinder und Jugendliche. Zu gewinnen gibt es unsere Buchtipps dann im DOMINO Quiz. Zwischendurch erklärt ***»Professor DOMINO«*** Kurioses und Alltägliches. Warum ist es verboten, im Gleichschritt über eine Brücke zu gehen? Haben Eisbären wirklich schwarze Haut unter ihrem weißen Fell? Und warum wachsen Bananen eigentlich immer krumm? Fragen, die Kinder faszinieren, aber auf die auch Erwachsene nicht immer eine Antwort wissen. Das macht SR 1 DOMINO zu seiner Sendung für Kinder – aber nicht nur!

Internet
www.sr1.de

Kontakt
Telefon: 0681 6022321
Email: domino@sr1.de

Frequenzen

Göttelborn	88,0
Bliestal	92,3
Moseltal	91,9
Merzig	89,3
Mettlach	98,6
Saarbrücken	98,2

KiRaKa
Dein Kinderradiokanal
WDR

Entdecke, was du hören willst!

KiRaKa ist der Kinderradiokanal des Westdeutschen Rundfunks und die interaktive Plattform für Kinder zwischen sieben und zwölf Jahren: leidenschaftlich, bereichernd, ehrlich.

- **Rund um die Uhr im Digitalradio und im Internet**
  DAB+ in Nordrhein-Westfalen, im Saarland und in Bremen
- **Täglich** von 19.05 bis 20.00 Uhr auch in WDR 5
- **Samstag** 19.05 bis 20.00 Uhr Hörspiel
  Wiederholung Sonntag 14.05 bis 15.00 Uhr
  Sonntag 19.05 bis 20.00 Uhr Radiogeschichte
  Digitalradio, Internet und WDR 5
- **Bärenbude**: Täglich 18.30 Uhr bis 19.00 Uhr im Digitalradio und Internet
  Bärenbude-Wecker: Sonntag 7.05 bis 8.00 Uhr auch in WDR 5

KiRaKa.de

Lösungen

Seite 21

Aus dem Rhythmus geraten

Für Denksport-Amateure: **Tennis** – das ist die einzige Sportart, bei der man einen Ball braucht.
Für Denksportprofis: **Yoga** – alle anderen sind oder waren olympische Sportarten.

Wer kommt aufs Siegertreppchen?

Anna bekommt die Silbermedaille! Den ersten Läufer hat sie nicht mehr überholen können.

Torjäger-Wette

17 Tore wurden geschossen.

Spiel 1: 3+3=6

Spiel 2: 7+2=9

Spiel 3: 1+ 1=2

Seite 22

Drudeln

A: Basketball (Ball fliegt in Korb)
B: Golf (Golfloch von oben)
C: Tennis (Damendoppel)
D: mit viel Fantasie: Radfahrer mit breitem Hut

Sport-Worte im Netz

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

Seite 23

Spo-doku

Impressum

Hrsg.
ARD-Hörfunk,
August 2019

V.i.S.d.P.
Andreas Blendin (WDR)
Gudrun Hartmann (hr)
Stefanie Hatz (hr)
Inga Nobel (BR)
Dr. Birgit Patzelt (rbb)

Mitarbeit
Katharina Mahrenholtz (NDR)
Sabine Salzmann (rbb)

Gestaltung
MichaelisDESIGN

Illustration
Leonhard Erlbruch

Foto auf Seite 4:
Annika Fußwinkel (WDR)