

# „Olympischer Fun-Achtkampf“:

## Lustige Wettbewerbe für Schule und Verein

Wie bringt man olympisches Wettkampfflair in die Schule? Wie motiviert man junge Menschen zur Teilnahme an sportlichen Bewerben? Gelingen kann dies, wenn dabei nicht unbedingt das Erbringen sportlicher Höchstleistungen im Vordergrund steht. Beim „Olympischen Fun-Achtkampf“ sind nämlich vor allem Geschicklichkeit, Teamwork und Konzentration gefragt. Und als einzig erlaubtes Dopingmittel dient der Spaß. All das beschreibt dieser Beitrag.

Von Andreas Krenner

Immer wieder stellt sich die Frage, was man zum Schuljahresende machen könnte. Als Alternative zu Wandertag, Exkursion oder Klassenfahrt werden auch Kreativworkshops und Sportwettkämpfe organisiert. Beim unten beschriebenen sportlichen Event der etwas anderen Art können alle Kinder und Jugendlichen einer Schule teilnehmen - ungeachtet ihrer körperlichen Leistungsfähigkeit. Nachdem bei den Bewerben Spaß und Gemeinschaft im Vordergrund stehen, kann am Ende des Tages jeder auf dem Siegespodest stehen!

In dem Artikel werden der Ablauf, der zeitliche Aufwand und die Organisation eines lustigen olympischen Achtkampfes behandelt. Außerdem sind die für die Durchführung notwendigen Materialien ebenso angeführt wie eine genaue Beschreibung der nicht zu schwierigen Bewerbe.

### Organisation und zeitliche Maßnahmen

Vor der erstmaligen Realisierung der „Olympischen Spiele“ in der Schule, im Verein oder in der Gemeinde ist es ratsam, ein Organisationsteam mit einer verantwortlichen Person an der Spitze zu bilden. Ihre Aufgabe ist es, einige Zeit vorher einen geeigneten Ort (am besten Freigelände) auszusuchen, der groß genug und übersichtlich ist. Am besten wäre die Gestaltung in Form einer Art Rundkurs, dem die Teilnehmer im Lauf der Veranstaltung folgen müssen. Nach der Vorplanung wird empfohlen, alle Bewerbe vorweg mit einer kleinen

Schülergruppe zu testen. Anschließend kann man noch Dinge optimieren und eigene Bewertungssysteme entwerfen. Beispiele dafür finden sich in den Stationsbeschreibungen.

In der Woche vor dem Event sollte das Organisationskomitee der Kollegenschaft die notwendigen Informationen geben und in alle Klassen gehen, um ausführlich über den Ablauf und die einzelnen Bewerbe zu berichten.

Gibt es acht Stationen, werden insgesamt acht Gruppen gebildet. Eine große Anmeldeleiste wird im Schulhaus ausgehängt. Bis zum Nennungsschluss, etwa zwei Tage vorher, schreiben sich die Schüler in freiwillig wählbaren Zweier-Teams in eine der acht Gruppen ein. Alternativ erledigen das die Klassenlehrkräfte oder die Teams werden zusammengelost. Aus einzeln verbleibenden Kindern und Jugendlichen werden weitere Zweier-Teams gebildet oder man setzt sie als Helfer bei den Stationen ein.

Sollte es z. B. 80 Mitwirkende geben, sind in jeder der acht Gruppen insgesamt fünf Zweier-Teams, also zehn Personen, die während der Veranstaltung von Station zu Station wandern. Bei 96 Teilnehmern wären es sechs Zweier-Teams pro Gruppe, usw. Je mehr Mitwirkende, desto mehr Zeit muss natürlich auch veranschlagt werden. Eine andere Möglichkeit wäre es, mehr Bewerbe anzubieten.

Am Tag der Olympischen Spiele transportieren die Organisatoren die Materialien vor Ort, die acht Stationsbetreuer (evtl. mit Helfern) bauen die jeweilige Station



auf und bleiben dort die ganze Zeit. Für eine bessere Orientierung wird jede Station gut sichtbar nummeriert.

Die Schülerteams brauchen an diesem Tag nur ein einigermaßen sportliches Outfit und einen kleinen Rucksack mit Vesper und Getränk. Beim Start erhalten sie die sogenannten Laufkarten, auf die sie ihre Namen aufschreiben und neben den einzelnen Stationen ihre erzielten Ergebnisse vermerken können. Sie dienen lediglich zur Kontrolle und zum Vergleich mit den anderen Teams in der Gruppe. Man könnte aber auf diese auch gänzlich verzichten, da die Stationsbetreuer die Resultate ohnehin in eine Gesamtliste eintragen, die für die Auswertung gebraucht wird.

Die anderen Lehrkräfte finden sich pünktlich mit allen Teilnehmern im Wettbewerbsgelände ein und zeigen den Gruppen ihre jeweilige Startstation. Die Zweier-Teams warten immer so lange, bis alle in ihrer Gruppe ihren Bewerb absolviert haben und werden danach gemeinsam von der für die Station verantwortlichen Lehrkraft zur nächsten geschickt (von 1 nach 2, von 2 nach 3, etc.). Die Reihenfolge muss dabei unbedingt eingehalten werden!

Die Verweildauer pro Station ist mit etwa 15-20 Minuten bemessen. Diese Zeit beinhaltet das Absolvieren des Bewerbs sowie das Zuschauen bei den anderen Teams in der Gruppe.

Beispiel: Das erste Team jeder Gruppe fängt um 8:20 Uhr bei der zugeteilten Startstation an. Der Beginn der nächsten Stationen ist dann um 8:40, 9:00 und 9:20. Nach vier Bewerben gibt es für alle eine Pause von 9:40 bis 10:00. Anschließend sind die restlichen vier Stationen an der Reihe. Um 11:20, also nach drei Stunden, sind die Olympischen Spiele zu Ende.

Im Anschluss werden die Ergebnisse in einem Gesamtwertungsblatt (z. B. in Excel) errechnet und evtl. kann noch am gleichen Tag die Siegerehrung stattfinden. Um Zeit zu gewinnen, kann die Hälfte der Ergebnisse schon während der Pause eingetragen werden.

Für die gesamten Olympischen Spiele kann man fünf Unterrichtseinheiten veranschlagen.

Bei jeder Station sollten folgende Dinge aufliegen:

- ein genauer Zeitplan
- eine Gesamtübersicht über alle Stationen und den Weg zur nächsten
- ein Infoblatt zur Erklärung der Durchführung und die Wertung
- ein Wertungszettel für die Station

## Beschreibung der einzelnen Bewerbe

### Station 1: Schubkarrenrennen

**Material:** Schubkarre, Stoppuhr oder Handy, einfache Hindernisse (z. B.: fünf Markierungshüte, Bank...)

- Es wird ein nicht zu schwieriger Parcours aufgebaut, der möglichst schnell absolviert werden muss. Idealerweise handelt es sich dabei um eine genau abgesteckte Runde.

Man kann z. B. einen Slalom mit einigen Markierungshüten aufbauen und zusätzlich muss ein Hindernis umrundet werden. Weitere Ideen nach Wahl und Gelände.

- Vorher sollte durch eine Probefahrt die Zeit ermittelt werden, die ein schnelles Team dafür etwa brauchen wird (z. B. 30 Sekunden = maximale Punkteanzahl).
- Ein Teilnehmer (TN) schiebt den anderen Partner, der in der Schubkarre sitzt, durch den Parcours. Anmerkung: Nur bei diesem Bewerb wird nicht gewechselt (Gewichtsfrage!), bei allen anderen schon!
- Die Zeit wird notiert und entsprechend einer Liste (s. Wertungsbeispiel) in Punkte umgerechnet. Jedes Umwerfen eines Hindernisses bedeutet fünf Sekunden Strafzeit.
- Die Punkte werden wie bei allen weiteren Stationen auf der Laufkarte des Teams und dem Wertungsblatt der Station eingetragen.

**Wertungsbeispiel:** 60 und mehr Sekunden = 0 Punkte; 57-59 Sek. = 1 Punkt, 54-56 Sek. = 2 Punkte...; 30 Sek. und weniger = 20 Punkte (=Maximum)

### Station 2:

#### Gummistiefel-Weitwurf mit dem Fuß

**Material:** 3 Paar Gummistiefel (unterschiedlicher Größe), Maßband, 12 Markierungshüte

- Von der Startlinie werden auf einer geraden Strecke zehn Markierungshütchen in einem Abstand von je zwei Metern aufgestellt. Somit ist die Weite leicht abzuschätzen.
- Jeder Teilnehmer sucht sich einen Gummistiefel aus. Am besten hat man drei Paar in unterschiedlicher Größe zur Verfügung.
- „Geworfen“ wird von der Startlinie mit einem Fuß, egal ob mit dem linken oder rechten. Die Teilnehmer schlüpfen nicht zu tief in den Gummistiefel hinein, so dass er leicht vom Fuß rutschen kann. Nun versuchen sie, ihn in weitem Bogen möglichst weit nach vorn zu werfen (Abb. 1). Jeder TN hat zwei Versuche, wovon der bessere notiert wird.

- Es wird der Punkt gemessen, wo der Stiefel aufkommt! Das Weiterrutschen wird nicht mehr mitgerechnet. Danach ist der Partner an der Reihe und die Weiten beider TN werden zusammengezählt.
- Die Punkte werden auf der Laufkarte des Teams und auf dem gesamten Wertungsblatt der Station eingetragen.

**Wertung:** 1 Meter = 1 Punkt, 10 Meter = 10 Punkte, 20 Meter = Maximum  
 Bsp.: TN A erreicht 10m, TN B 7m. In Summe ergibt das 17 Meter = 17 Punkte.

### Station 3: Gummistiefel-Zielwurf mit der Hand

**Material:** Gartenbank od. Klapptisch, 3 einzelne Gummistiefel, 3 kleine Markierungshüte

- Eine Gartenbank, Tisch o. Ä. wird möglichst eben aufgestellt. Dann wird ein Abstand von 4-5 Metern gemessen und eine Abwurflinie definiert (Markierungshüte, Kreidestrich, etc.).

Die Kunst bei diesem Bewerb ist, einen Gummistiefel mit der Hand Richtung Bank zu werfen, sodass er nicht hinunterfällt (Abb. 2).

- Jeder TN hat zwei Probewürfe. Im Wettbewerb selbst haben alle TN drei Würfe.
- Bleibt der Stiefel auf Bank oder Tisch liegen, gibt es drei Punkte, kommt er sogar zum Stehen, sind es fünf Punkte.
- Der Partner steht dabei neben der Bank. Sollte ein Gummistiefel auf der Bank zum Liegen oder Stehen kommen, nimmt ihn der Partner herunter, damit er beim nächsten Wurf nicht behindert. Nach den drei Würfen ist das andere Teammitglied an der Reihe.
- Die Punkte werden zusammengezählt und auf der Laufkarte des Teams und dem Wertungsblatt der Station eingetragen.

### Station 4: Crocket

**Material:** Crocketspiel

- Es wird ein nicht zu schwieriger Crocket-Parcours aufgebaut, der mit möglichst wenigen Schlägen absolviert werden muss.
- Bei den Schlägen wechseln sich die TN eines Teams immer ab, einmal ist TN 1 an der Reihe, dann TN 2,



usw.

- Die Anzahl der Schläge wird notiert und entsprechend der Liste unten in Punkte umgerechnet.
- Anschließend werden sie auf der Laufkarte des Teams und dem Wertungsblatt der Station eingetragen.

**Wertungsbeispiel:** Unter 7 Schlägen = 20 Punkte (= max.), 7 Schläge = 19 Pkt., 25 Schläge = 1 Punkt

### Station 5: Ringe werfen

**Material:** 5 Stäbe, 5 Wurfringe, 3 kleine Markierungshüte

- Vor Spielbeginn werden fünf Holz- oder Plastikstäbe in die Wiese gesteckt. Dann misst man einen Abstand von etwa drei Metern und definiert eine Abwurflinie (Markierungshüte, etc.).
- Nun versuchen die Spieler, ihre fünf Ringe so geschickt zu werfen, dass sie über einen der Stäbe fallen (Abb. 3). Jeder TN hat dabei zwei Versuche, also zwei Durchgänge, wobei der bessere notiert wird.
- Jeder Ring, der über einen der äußeren Stäbe fällt, zählt drei Punkte, der in der Mitte zählt fünf Punkte. Dann ist der Partner an der Reihe.
- Die Punkte beider TN werden zusammengezählt und



auf der Laufkarte des Teams und dem Wertungsblatt der Station eingetragen.

### Station 6:

#### Sackhüpfen – Gleichmäßigkeitswettbewerb

**Material:** 3, 4 große Jutesäcke oder solche aus reißfestem Kunststoff, Absperrband, Stoppuhr (Handy)

- Es wird eine Rundstrecke von ca. 30 Metern vorgegeben. Die Startlinie ist zugleich die Ziellinie.
- Jedes Paar erhält einen Sack. Zuerst ist TN A an der Reihe (Abb. 4). Die gestoppte Zeit wird notiert. TN B kommt dran und auch seine Zeit wird vermerkt.
- Je weniger der Zeitunterschied beträgt, desto mehr Punkte gibt es. Hier ist natürlich streng darauf zu achten, dass die Schüler keine Handys oder Uhren als Hilfsmittel verwenden.
- Die Umrechnung von Zeit auf Punkte erfolgt wie im Wertungsbeispiel.
- Sie werden auf der Laufkarte des Teams und dem Wertungsblatt der Station eingetragen.

#### Wertungsbeispiel:

Abweichung von über 10 Sekunden = 0 Punkte  
 10 Sekunden = 2 Punkte, 9 Sek. = 4 Punkte  
 1 Sek. = 20 Punkte



### Station 7: Dosenschießen

**Material:** 10 Dosen, 3 Tennisbälle, (Klapp)Tisch, ein Stück Kreide, 3 kleine Markierungshüte

- Zehn Konservendosen werden in Form einer Pyramide auf einen Tisch aufgetürmt. Um zu gewährleisten, dass die Abstände bei der unteren Reihe gleich bleiben, sollte man die unteren vier Dosen auf dem Tisch mit Kreide umranden.
- Dann misst man ca. 5 Meter weg und platziert dort drei Markierungshüte (o. Ä.), die als Begrenzung- und Abwurfline dienen.
- Nun erhält jeder TN drei Tennisbälle und versucht mit drei Würfen alle Dosen umzuwerfen (Abb. 5). Anschließend ist der Partner an der Reihe. Auch er wirft auf die für ihn neu aufgebaute Dosenpyramide.

Jede abgeschossene Dose bringt einen Punkt. Sie werden zusammengezählt und auf der Laufkarte des Teams und dem Wertungsblatt der Station eingetragen. Die maximale Punkteanzahl ist 20. Jedes Team stellt die Dosen für das nächste Team auf.

### Station 8: „Memory“ - Dinge merken

**Material:** kleiner Tisch und 20 verschiedene Dinge; je ein Zettel pro Team

- Die Stationsbetreuung bereitet 20 Gegenstände vor, die im Wald, in der Badetasche, am Strand, etc. zu

finden sind. Einige Beispiele: Flasche, Sonnenbrille, Buch, Feder, Uhr, Sonnencreme, Handy, Obst, Muschel, Stein, Kugelschreiber, ein Stück Holz, Zapfen, Spielsachen, etc.

- Diese werden am Boden oder auf einem Tisch aufgelegt und mit einem Tuch oder einem Karton abgedeckt. Dann dürfen die Mitspieler eines Teams für etwa 60 Sekunden hinschauen und müssen sich möglichst alle Dinge merken (Abb. 6).



- Alle anderen Teams halten sich in einiger Entfernung auf, sodass sie keine Sicht auf den Tisch und die Gegenstände haben. Um Zeit zu sparen, könnten in der „Aufdeckphase“ jeweils zwei Teams gleichzeitig rund um den Tisch stehen.
- Anschließend wird wieder abgedeckt und das jeweilige Team schreibt nun möglichst viele Dinge, die es sich gemerkt hat, leise auf einen bereit gestellten Zettel. Das Zeitlimit dafür beträgt etwa ein bis eineinhalb Minuten.
- Anschließend erfolgt die gemeinsame Auswertung mit dem Stationsbetreuer. Bei zwei Teams können diese ihre Zettel zum Vergleichen und Auszählen austauschen. Für jedes richtig gemerkte Ding gibt es einen Punkt, maximal also 20.

Fotos: Autor

#### Literatur:

Krenner A. (2016). Die große Spielesammlung für draußen: 155 Ideen für Schule und Jugendarbeit. Mülheim: Verlag an der Ruhr.

Krenner, A. (2014). Die große Spielesammlung für Schule und Jugendarbeit: 300 Ideen für große und kleine Gruppen. Mülheim: Verlag an der Ruhr.



**Andreas Krenner, MA**, ist ein erfahrener Lehrer in Litschau (Niederösterreich), wo er Geographie/Wirtschaftskunde, Englisch und Sport unterrichtet. Seit Jahren teilt er seine Praxiskenntnisse als Referent für die Pädagogischen Hochschulen in diversen Workshops und Seminaren.