



www.hopsihopper.at

5 / 2020 Nr. 3

HOPSI HOPPER aktuell

Liebe Leserin, lieber Leser!

Liebe PädagogInnen, Eltern, Großeltern, Kinder!

ASKÖ. Sport in seiner Vielfalt. Das ist die Leitlinie unseres Sportdachverbandes. Vielfalt gibt es auch in dieser Ausgabe. Von der Tonprobe eines Froschkonzerts, dem Schupferl-Gedicht zum Vorlesen, einem Hopsi Hopper-Hampelmann bis zum kleinen Apfel, den Hopsi Hopper so gerne isst. Hopsi Hopper denkt und fühlt bewegt und ganzheitlich. Gesund aktiv – Aktiv gesund. Bleiben wir im Gleichgewicht!

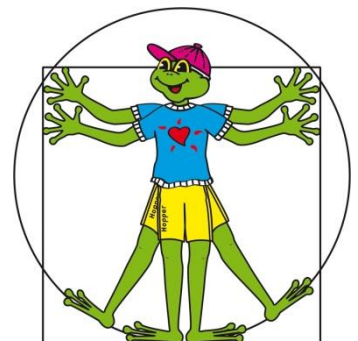
Bewegungsanregungen finden Sie auf den kommenden Seiten und unter:

www.hopsihopper.at (z.B. Bewegungsvideos von Robert Podiwinsky)

www.gesundheitssport-online.at

Inhalt der dritten Ausgabe von Hopsi Hopper aktuell

- Seite 2-8: Spielend lernen. Bewegen, Lesen, Rechnen, Rätsel lösen.
Für jeden Tag in der Woche gibt es ein Hopsi Hopper Blatt.
- Seite 9: Konzentrationsübungen mit Tennisbällen



Mit HERZlichen Grüßen und Zuversicht. Daumen hoch!

Dein ASKÖ Fit-Frosch Hopsi Hopper

E-Mail: hopsi.hopper@askoe.at

www.hopsihopper.at

unterstützt von






Frosch-Rätsel

Hopsi Hopper liebt das Wasser, Schilf und Bäume.
 Denn Frösche kommen aus dem Wasser, klettern
 aber auch auf Schilf und Bäume. Nicht alle.
 Aber wie man sieht hat sich dieser kleine Kerl, auf
 einen Schilfhalm 20 cm über dem Wasser,
 „festgeschnallt“.
 Er gehört zu den Europäischen Laubfröschen.
 Kannst Du Dich erinnern?
 Wie hält er sich fest?
 Was hat der Frosch was wir nicht haben?
 Frage Deine Eltern dazu.



Fragen:

Ein 8 cm großes Exemplar wurde in der vorigen
 Ausgabe von „Hopsi Hopper aktuell“ beschrieben.
 Schau genau. Vergleiche mit dem Schilfhalm.
 Wie groß ist der kleine Laubfrosch auf dem Bild?

E	r		i	s	t			c	m
---	---	--	---	---	---	--	---	---	---

Einer der Lieblingsübungen von Hopsi Hopper sind
 Hampelmannsprünge. Er lädt seine Freunde dazu ein.

Probiere auch Du die Übung mit Deinen Eltern, Freunden
 oder in der Klasse mit Deinem Lehrer / Deiner Lehrerin.

Gelingt es Euch gemeinsam zur gleichen Zeit über
 dem Kopf mit den Händen zu klatschen?
 Zähle laut mit, um den richtigen Rhythmus zu finden.



Grundstufe 1 + 2: © ASKÖ Bundesorganisation Autor: Günther Schagerl Mai 2020



Bausteine für die Gesundheit!

Damit wir uns wirklich wohl fühlen sind viele „Gesundheitsbausteine“ wichtig. Hopsi Hopper hat sie hier aufgeschrieben. Dabei sind Buchstaben aus den Kästchen herausgesprungen. Setze die richtigen Buchstaben ein.

G e s n d e U m w e l

L i e e

F a m l i e

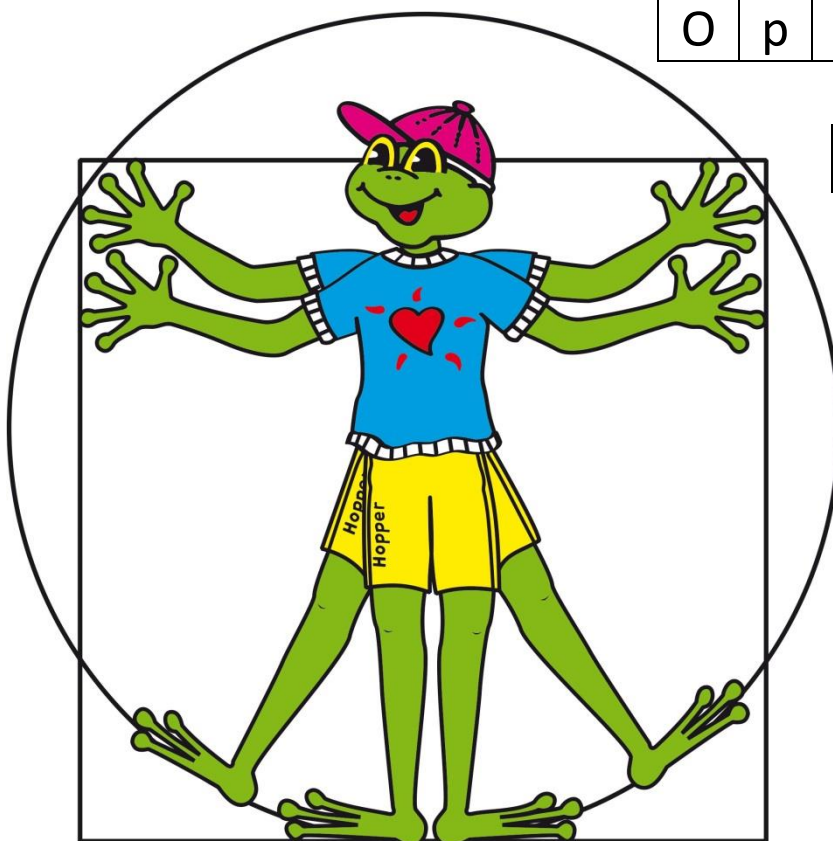
F r e n d e

B e e g u n g

E r n h r u n g

O p t i i s m u s

F a i r e s s



Bewegungsaufgabe:

Hampelmannsprünge
in der Anzahl
der fehlenden Buchstaben.
Zähle dabei laut mit.

S i c h e r e i t

E n t s p a n u g

Z e t h a b e



Bewegtes Vorlesen

Gedacht sind diese Reime zum Vorlesen und gemeinsamen Ausprobieren dieser Sportart.

Schupferl - 1

Hopsi Hopper zieht am Schupferl,
und das Ding macht jetzt ein Hupferl.
Ganz genau, es sprang zum Ziel,
ohne dass es runterfiel.
Der Sportfreund nun am Schupferl zieht,
das Ding zurück den Bogen fliegt.
Das Hin und Her, das Auf und Ab,
bringt beide Spieler leicht auf Trab.

Noch zu klären ist jetzt wichtig,
welch Ding im Schupferl hupft so richtig?
Ein Stoff-Sackerl ganz voll mit Mais,
es kann gefüllt sein auch mit Reis.
Ein Knüller aus Papier ist gut,
wenn er geschupft die Reise tut,
Ein Ball ist schwierig, rollt schnell weg,
erfüllt nur schlecht den Schupferlzweck.

Das Schupferl ist ganz leicht zu spielen,
allein, zu zweit, zu dritt, zu vielen.
Die Möglichkeiten wie man schupft,
sind häufiger, wie mancher hupft.
Man kann auch neu erfinden Spiele,
der Varianten gibt es viele.
Mit dem Schupferl Spiele machen,
bringt auf alle Fälle Lachen.

Erhältlich ist das Hopsi Hopper Schupferl samt Spielideen
unter www.hopsihopper.at





Schau genau-Rätsel

Hopsi Hopper ist zumindest einmal täglich Obst. Er liebt Äpfel, vor allem die roten

kleinen
Äpfel, in
die man
so gut hineinbeißen kann.
Sie lachen ihn richtig an.
Und er lacht zurück.
Sie schmecken gut und haben
Vitamine. Wir brauchen sie, um
gesund zu bleiben!



Aufgabe:

Male die Vorlage mit den richtigen Farben aus.

Schau genau.
Das Ausmalbild ist anders.

Wie viele Unterschiede findest Du?

Frage: Äpfel gehören zum Obst.
Was bringen Sie dem Körper?

Ergänze die richtigen Buchstaben für das Lösungswort.

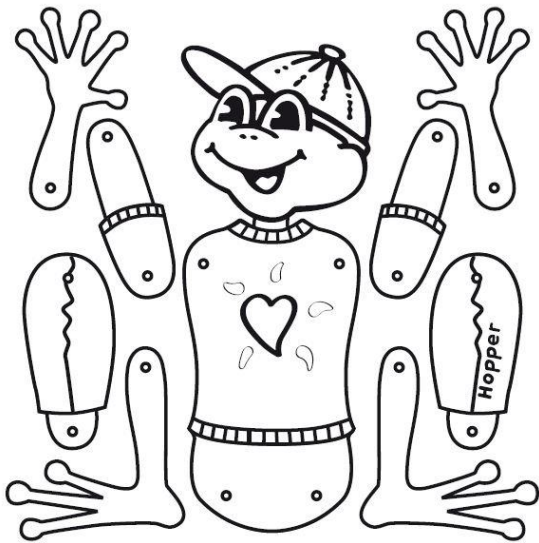
V		t	a		i		e
---	--	---	---	--	---	--	---

Lösung:
Es sind 5 Unterschiede



Bewegtes Basteln

Hopsi Hopper trainiert Hampelmann-Sprünge besonders gern zum Aufwärmen.
 Und so machst Du Dir Deinen Hopsi Hopper, der Arme und Beine bewegen kann.
 Auf der nächsten Seite findest Du die Vorlage zum Ausschneiden.



Male die Teile an. Klebe sie auf einen Karton.



Schneide die Teile aus.



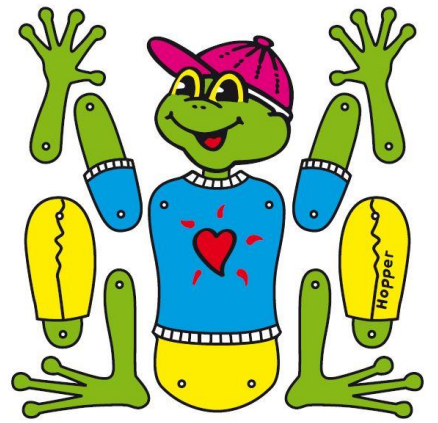
Mache Löcher wo die Kreise sind.



Lege die Teile übereinander und stecke Splinte durch. Fertig ist er.

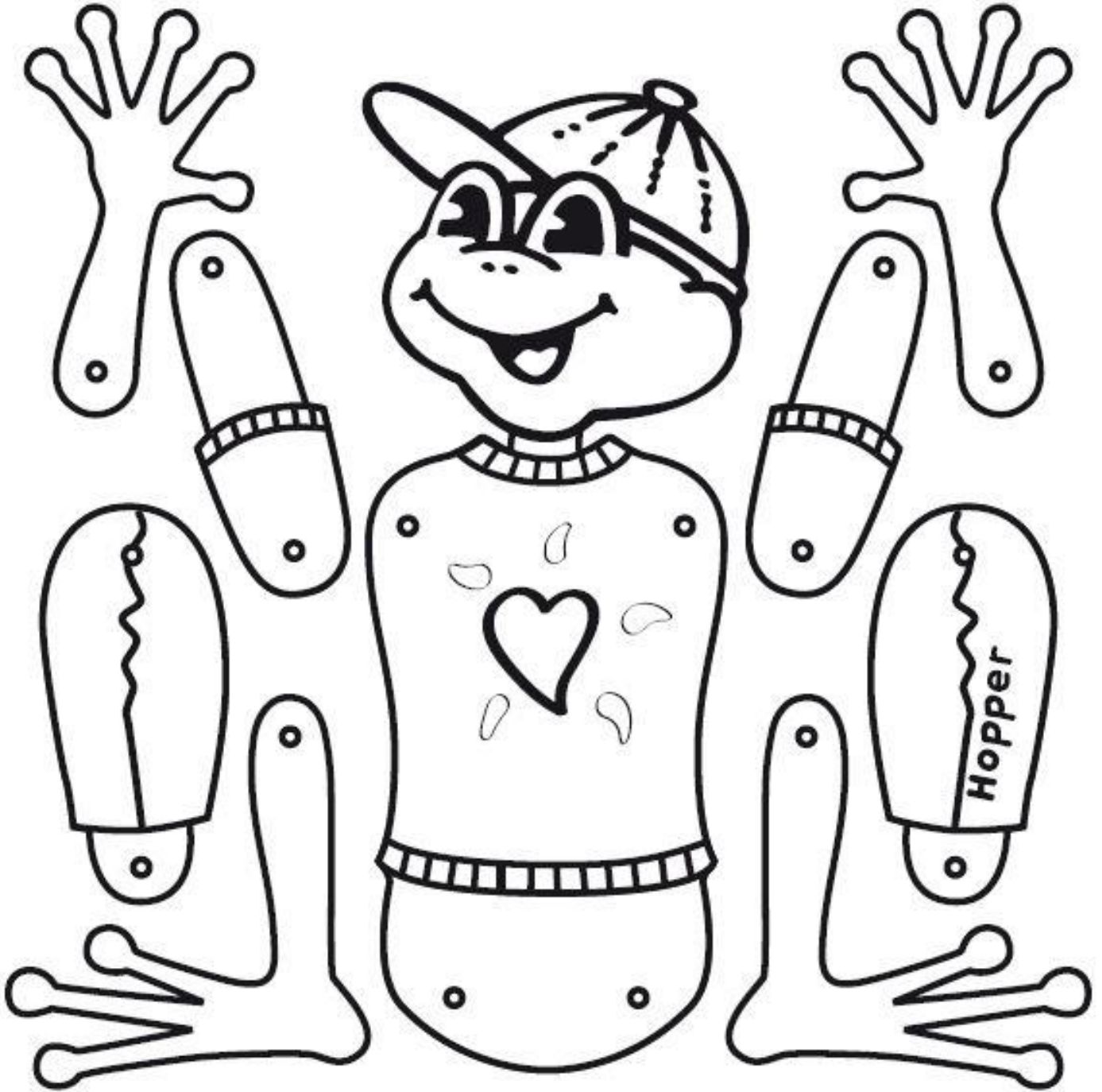


Frage: Wurde auf dem letzten Bild Hopsi Hopper richtig zusammgebaut?



Bastelvorlage

Zum Anmalen, Aufkleben und Ausschneiden!





Frösche quaken miteinander

Hast Du schon einmal ein echtes Frosch-Konzert gehört?

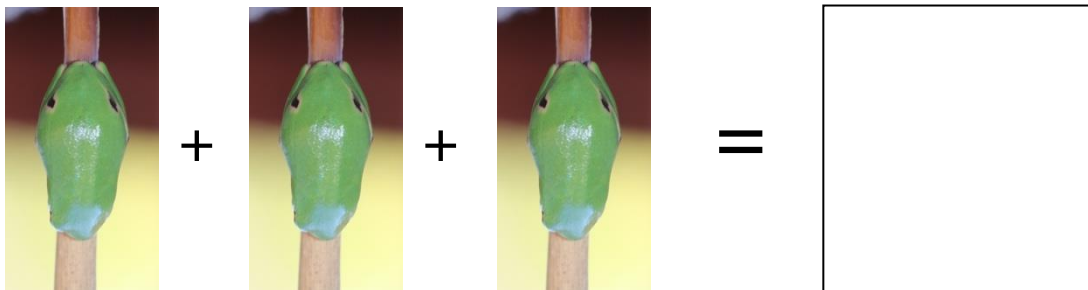
Unter www.hopsihopper.at für den Kindergarten ist das Quaken zu hören. Das Konzert fand statt an einem Tag im Mai abends im Teich nach einem warmen Regen.



Aufgabe:

Du siehst den Rücken eines Europäischen Laubfrosches.

Wie viele Frosch-Rücken siehst Du? Kannst Du die Zahl in das Kästchen schreiben?



Wie hüpfet ein Frosch? Probiere es einmal!

Die folgenden Übungen können neben dem Turnsaal auch in den Klassenzimmern durchgeführt werden. Sollte es mal vorkommen, dass die Kinder unkonzentriert und müde sind, empfehle ich diese Übungen auch während einer laufenden Unterrichtsstunde 5 Minuten zu üben. Bei den Übungen werden beide Gehirnhälften aktiviert, es wird volle Konzentration verlangt, abschweifende Gedanken finden bei der Umsetzung keinen Platz. Damit holt man die Kinder wieder zurück „ins Hier und Jetzt“.

Viel Spaß beim Üben und hoffentlich bis bald, Edi Renner

Koordinationsübungen mit Tennisbällen

Jedes Kind nimmt sich in jede Hand einen Tennisball und versucht folgende Übungen:

Übungen mit Bällen hochwerfen:

- Abwechselnd einen TB hochwerfen und wieder fangen links/rechts
- Detto beide Bälle gleichzeitig
- Gleichzeitig beide Bälle über Kreuz hochwerfen und wieder fangen
- Gleichzeitig beide Bälle gerade hochwerfen – Arme überkreuzen und Bälle wieder fangen

Übungen mit Bällen gegen Boden werfen:

- Abwechselnd einen TB zum Boden werfen und wieder fangen links/rechts
- Detto beide Bälle gleichzeitig
- Gleichzeitig beide Bälle über Kreuz gegen Boden werfen und wieder fangen
- Gleichzeitig beide Bälle „gerade“ gegen Boden werfen – Hände kreuzen und wieder fangen

Kombination aus hochwerfen und wieder fangen:

- Gleichzeitig: Eine Hand wirft den Ball nach oben, die andere prellt den Ball gegen Boden – wieder fangen - Seitenwechsel



IMPRESSUM:

ASKÖ Landesverband Salzburg
 Parscherstraße 4
 5023 Salzburg
www.askoe-salzburg.at
 ZVR: 471582503