

Erlebnispfad Magglingen

Umsetzungsideen für Schulklassen

Inhalt

1	Allgemeine Informationen zum Magglinger Erlebnispfad	2
2	Mögliche Umsetzungsvarianten mit einer Schulklasse	4
3	Spielformen und Übungen für den Erlebnispfad Magglingen	7
4	Frageblatt (Sekundarstufe I und II).....	16
5	Mögliche Diskussionsthemen (Sekundarstufe I und II)	20
6	Picknick- und Feuerstellen für Gruppen und Klassen	22
7	Schulreisen in Kombination mit dem Magglinger Erlebnispfad	23

1 Allgemeine Informationen zum Magglinger Erlebnispfad

Der Magglinger Erlebnispfad führt Sie quer über das Gelände des Bundesamts für Sport BASPO und vermittelt auf attraktive Art Wissenswertes und Geschichten aus der Welt des Schweizer Sports und der nationalen Sportförderung.

An jedem Posten wird ein sportspezifisches Thema behandelt. Beim Posten 3 (siehe Übersichtskarte S. 3) lernen Sie beispielsweise, dass die Gebäude einst als Mannschaftsunterkunft der Brasilianischen und der Schweizerischen Fussballnationalmannschaften für die Weltmeisterschaft von 1954 gebaut wurden. Oder Sie erfahren beim Posten 4 interessante Befunde aus der sportwissenschaftlichen Forschung – aus Studien, welche nur wenige Meter entfernt des Postenstandorts durchgeführt wurden. Die einzelnen Posteinhalte sind in diesem Dokument nicht abgebildet. Lehrpersonen, die mit ihren Schulklassen einen Ausflug nach Magglingen planen, rekognoszieren den Pfad sinnvollerweise vor dem geplanten Ausflugsdatum.

Vermittelt werden die Informationen durch kurze Texte mit attraktiven Bildern. Begleitend zu den Inhalten auf dem Posten finden Sie weitere interessante Fakten und auch spannende Videos auf der Website: also unbedingt Smartphones mitbringen.

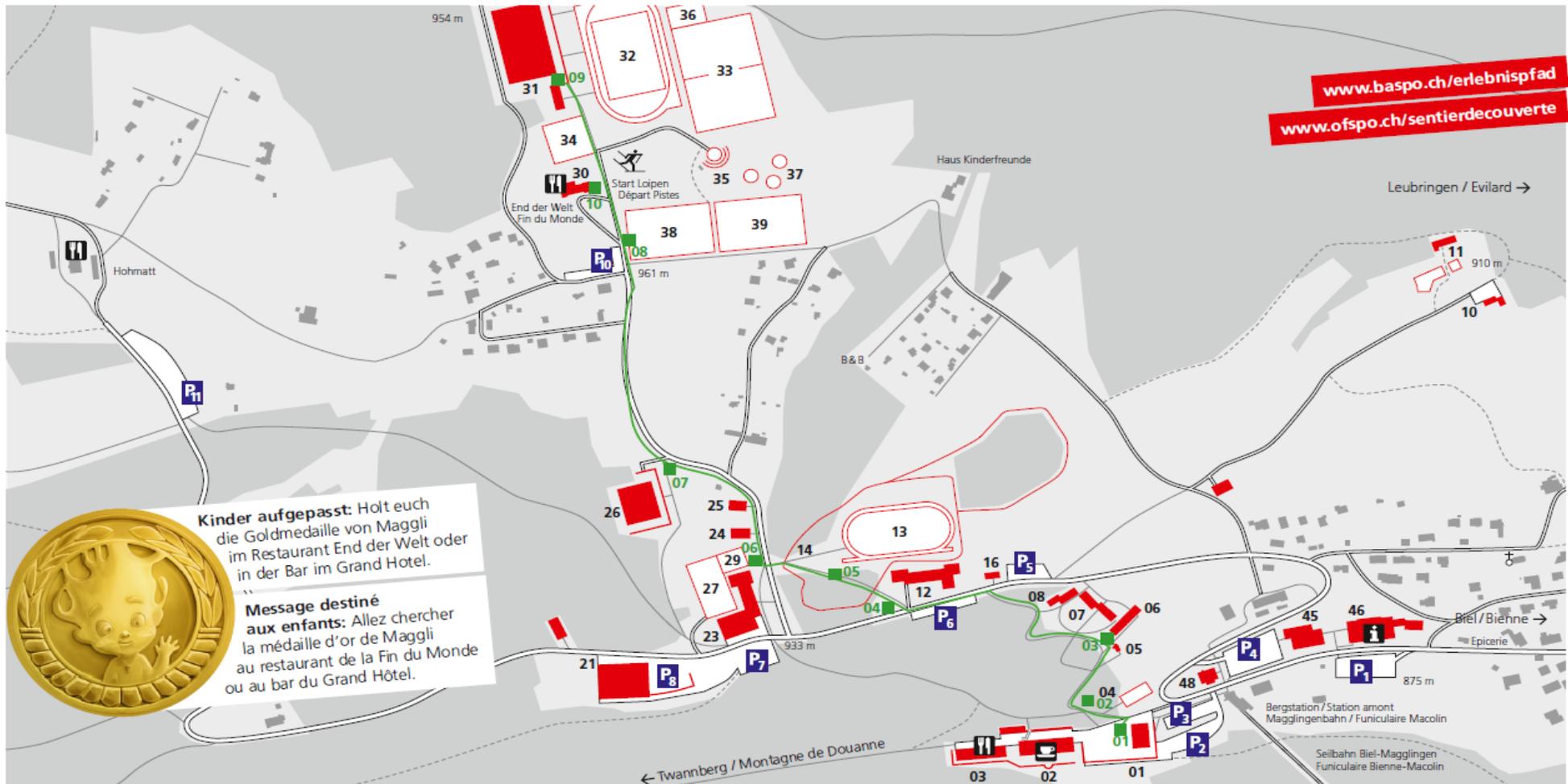
Lassen Sie sich zudem an jedem Posten von abwechslungsreichen Bewegungsaufgaben und sportlichen Rätseln herausfordern. Im Rahmen eines Fotowettbewerbs können Sie zudem einen attraktiven Preis gewinnen.

Übersicht über den Magglinger Erlebnispfad

- 10 Posten (Stelen)
- Strecke: 1.5 km - von der Bergstation der Magglingenbahn (875 m ü. M.) bis zum Restaurant End der Welt (961 m ü. M.). Die reine Gehzeit beträgt circa 30 Minuten.
- Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln: Die Magglingenbahn (ab Bahnhof Biel: Fussweg 10 Minuten oder Bus Linie 11) fährt im 15-Minuten-Takt nach Magglingen. Ein Gratisbus verkehrt zwischen der Bus-Endstation End der Welt» und der Bergstation der Magglingenbahn (nur Mo–Fr).
- Internetzugang für Smartphones: An den entsprechenden Standorten ist der Internetzugang über das öffentliche BASPO-Netz gewährleistet, welches Sie als Besucher gratis nutzen können.

Weitere Informationen: www.baspo.ch/erlebnispfad

Bei Fragen: info@baspo.admin.ch, Tel. 058 467 61 11



Kinder aufgepasst: Holt euch die Goldmedaille von Maggli im Restaurant End der Welt oder in der Bar im Grand Hotel.

Message destiné aux enfants: Allez chercher la médaille d'or de Maggli au restaurant de la Fin du Monde ou au bar du Grand Hôtel.

- | | | | | | |
|---|---|--|---|---|---|
| 01 Hochschule Hauptgebäude
Haute école Bâtiment principal | 07 Bresil
Brésil | 14 Finnenbahn
Piste finlandaise | 26 Jubiläumshalle
Salle du Jubilé | 33 Trainingsplätze 3+4
Terrains d'entraînement 3+4 | 39 Trainingsplatz 2
Terrain d'entraînement 2 |
| 02 Grand Hotel
Grand Hôtel | 08 Schweizerhaus
Maison suisse | 16 Hochschule Lärchenplatz Annex
Annexe Haute école Place des Mélézes | 27 Hartplatz
Place en dur | 34 Tennisplätze End der Welt
Courts de tennis Fin du Monde | 45 JuraHaus
Maison du Jura |
| 03 Bellavista
Bellavista | 10 Bernerhaus
Maison bernoise | 21 Sport-Toto-Halle
Salle du Sport-Toto | 29 Beachvolleyball
Beach volley | 35 Amphitheater
Amphithéâtre | 46 Swiss Olympic House
Swiss Olympic House |
| 04 Tennisplatz Hauptgebäude
Court de tennis Bâtiment principal | 11 Freibad
Piscine en plein air | 23 Alte Sporthalle
Ancienne salle de sport | 30 Restaurant End der Welt
Restaurant Fin du Monde | 36 Beachsportanlage
Sports sur sable | 48 Des Alpes
Des Alpes |
| 05 Kapelle BASPO
Chapelle OFSPO | 12 Hochschule Lärchenplatz
Haute école Place des Mélézes | 24 Kampfsportpavillon
Pavillon des sports de combat | 31 Halle End der Welt
Salle de la Fin du Monde | 37 Golf Übungsanlage
Golf, terrain d'exercice | |
| 06 Schachenmannhaus
Maison Schachenmann | 13 Lärchenplatz
Stade des Mélézes | 25 Nordic Pavillon
Nordic Pavillon | 32 Stadion End der Welt
Stade de la Fin du Monde | 38 Trainingsplatz 1
Terrain d'entraînement 1 | |

2 Mögliche Umsetzungsvarianten mit einer Schulklasse

Für Schulklassen sind verschiedene Umsetzungsformen des Magglinger Erlebnispfads denkbar. Idealerweise wird der Pfad in kleineren Gruppen absolviert. Bei grossen Gruppen ist die Lektüre der Texte erschwert. Es wird mehr Zeit benötigt, da womöglich nicht alle Personen gleichzeitig auf die Stele sehen können.

2.1 Im Plenum:

Der Magglinger Erlebnispfad kann als Klasse im Plenum absolviert werden. Ergänzend zu den Inhalten auf den Posten werden in diesem Dokument weitere schulstufenspezifische Aufgaben vorgeschlagen (siehe. Kap. 3, S. 7) sowie ein Frageblatt angeboten, welches den Schülerinnen und Schülern (SuS) als Zusatzauftrag abgegeben werden kann (siehe Kap. 4, S. 166). Ebenfalls werden posten- bzw. themenspezifische Diskussionsthemen vorgeschlagen (siehe Kap. 5, S. 20).

Vorteile

- Beaufsichtigung der SuS sichergestellt.
- Klasse als Gruppe arbeitet zusammen.

Nachteile

- Die Posteninhalte/Texte können nicht von allen SuS selbst gelesen werden (Platz- und Zeitgründe).
- Lehrperson unterrichtet Non-Stopp / SuS sind nicht selbständig unterwegs.

2.2 In Gruppen (Variante A):

Gruppen à 4 bis 6 SuS starten auf der Terrasse beim Hochschulhauptgebäude (Start des Magglinger Erlebnispfads). Die Gruppen werden mit etwas zeitlichem Abstand (z.B. 5 Minuten) auf den Parcours geschickt.

Beim Anlaufen der einzelnen Posten sind mehrere Varianten denkbar:

- Es wird den SuS selbst überlassen, welche Inhalte sie lesen, ob sie das Rätsel lösen oder wie sie die Bewegungsaufgaben machen.
- Mittels Frageblatt können den SuS Zusatzaufträge aufgegeben werden (Vorschlag Frageblatt Kap. 4, S.16).

Vorteile

- SuS sind selbständig unterwegs.
- Ausreichend Platz für die Lektüre der Texte an den Posten.
- Pfad für Gruppen dieser Grösse konzipiert.

Nachteile

- Beschäftigung der am Start wartenden SuS. Auftrag der am Ziel angekommenen SuS.
- Ev. Stau bei Posten.
- Ohne Auftrag/Frageblatt bleibt unklar, ob die SuS die Inhalte lesen.

2.3 In Gruppen (Variante B):

Gruppen à 4 bis 6 SuS starten an einem beliebigen Ort (z.B. Hartplatz hinter der alten Sporthalle, siehe Nr. 27 auf Übersichtskarte), laufen die Posten in einer bestimmten, vorgegebenen Reihenfolge ab (jede Gruppe anders). Somit wird der Erlebnispfad als Orientierungslauf (evtl. auf Zeit) gestaltet. Die Siegergruppe ist diejenige mit der besten Zeit und die, die meisten richtigen Antworten (Frageblatt Kap. 4, S. 16) gesammelt hat.

Vorteile

- Wettkampfcharakter.
- SuS sind selbständig unterwegs.
- Weniger Stau an Posten.
- Ausreichend Platz für die Lektüre der Texte an den Posten.
- Pfad für Gruppen dieser Grösse konzipiert.

Nachteile

- Posten sind nahe beieinander.
- Beschäftigung der am Start wartenden SuS. Auftrag der am Ziel angekommenen SuS.

2.4 Als Diskussions-Spaziergang / Plauder-Spaziergang / Talk-Walk:

Die Themen werden unterwegs in Kleingruppen diskutiert. Eine Sammlung möglicher Diskussionsthemen ist in Kap. 5 (S. 20) zu finden.

Vorteile

- Die SuS setzen sich in Kleingruppen mit den Themen auseinander.
- Die Zeit zwischen den Posten wird genutzt.

Nachteile

- Keine Mitdiskussion durch Lehrperson.
- Der Talk-Walk wird ständig unterbrochen, da die Posten nahe zusammen positioniert sind und sich die SuS mit den neuen Posten auseinandersetzen.

3 Spielformen und Übungen für den Erlebnispfad Magglingen

Die folgende Tabelle ist als Ideensammlung ergänzend zu den Bewegungsaufgaben auf den Posten des Magglinger Erlebnispfads zu verstehen.

	Vorschulstufe und Primarstufe	Sekundarstufe I	Sekundarstufe II
Posten 1	<p><u>Inselfangen auf Terrasse HHG</u></p> <p>Quelle: Lehrmittel Sporterziehung Band 5 Broschüre 4</p>		
Posten 2	<p><u>Balancieren: Seiltänzerin</u></p> <p>Die Kinder balancieren vorwärts über den Baumstamm. Sie setzen einen Fuss vor den anderen und halten die Arme seitwärts nach aussen als Balancierhilfe, wie ein/e Seiltänzer/in.</p> <p>Variationen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rückwärts balancieren • Seitwärts balancieren • Blind balancieren (mit Partnerhilfe) • Zwei Kinder balancieren vom Ende des Baumstamms zur Mitte. Sie kreuzen sich in der Mitte des Baumstamms, ohne dabei auf den Boden auszuweichen. <p>Tipp: Darauf achten, dass der Sturzraum frei ist.</p> <p>Quelle: (J+S-Kindersport - Praktische Beispiele, S. 13)</p>	<p>Balancieren: Teamaufgabe</p> <p>Bei dieser Aufgabe stellt sich eine Gruppe auf dem Baumstamm. Nun gibt die Lehrperson einen Auftrag. Dieser Auftrag soll auf dem Baumstamm aufgeführt werden, ohne, dass jemand den Boden berührt:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stellt euch der Körpergrösse nach in einer Reihe auf. • Stellt euch nach Geburtsdatum in einer Reihe nach auf (01.01. auf der einen Seite des Baumstamms, 31.12. auf der anderen Seite). • Stellt euch, analog zum Alphabet, nach Anfangsbuchstabe eures Vornamens der Reihe nach auf. <p>Tipp: Darauf achten, dass der Sturzraum frei ist.</p>	<p>Siehe Sekundarstufe I.</p>

<p>Posten 3</p>	<p>Tic-Tac-Toe-Stafette (einfacher)</p> <p>Kleingruppen bilden. Pro Gruppe ein Raster/9-er Feld zur Verfügung stellen, zum Beispiel aus Ästen bauen.</p> <p>Pro Lauf transportiert ein Teammitglied einen Gegenstand und legt ihn in ein Feld. Welches Team hat zuerst die 9 Felder belegt? Umgekehrt: In jedem Feld liegen Gegenstände. Welches Team hat zuerst alle Gegenstände geholt?</p>	<p>Tic-Tac-Toe-Stafette (schwieriger)</p> <p>Ablauf wie in der Beschreibung auf dem Posten. Mitspielende sehen aber die Spielzüge der anderen (Mitspieler und Gegner) nicht.</p>	<p>Siehe Sekundarstufe I.</p>
<p>Posten 4</p>	<p>Wer kann die Position am längsten halten? Seitenwechsel nicht vergessen!</p> <p>Teamwettkampf in Kleingruppen</p> <p>Alle Kinder platzieren sich nebeneinander und nehmen die Stützposition ein. So wird ein Tunnel gebildet. Das hinterste Kind rollt einen Ball zum vordersten Kind und nimmt dann sofort die Stützposition ein. Das vorderste Kind packt den Ball, läuft nach hinten und rollt wiederum den Ball durch den Tunnel.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Welches Team hat am schnellsten eine markierte Strecke zurückgelegt? • Welches Team hat in einer vorgegebenen Zeit am meisten Pässe gespielt? 	<p>Ebenfalls den ventralen und dorsalen Test durchführen (siehe Homepage).</p> <p>Dorsaler und ventraler Test</p> <p>Hinweis: Beim dorsalen Test muss die Örtlichkeit gewechselt werden. Benötigt wird eine grosse Stufe, durch welche eine Beugung in der Hüfte ermöglicht wird (siehe Bild). Eine entsprechende Mauer, die dafür genutzt werden kann, ist in der Nähe zu finden.</p>  <p>Quelle: Bundesamt für Sport BASPO. (2016). Manual Leistungsdiagnostik (S. 61). Magglingen: Bundesamt für Sport BASPO.</p>	<p>Siehe Sekundarstufe I.</p>

Posten 5	<p>Laufen, Springen, Werfen</p> <p>Laufen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wer schafft es auf der Rundbahn eine Runde ohne Pause zu laufen? • Plauderlauf: Die Runde in Zweiergruppen laufen und sich dazu eine Geschichte oder ein sportliches Erlebnis erzählen. <p>Springen (Weitsprunganlage)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wer springt am weitesten? Mit/ohne Anlauf? • Wie viele beidbeinige Sprünge brauchst du, um den Schweizer Rekord im Weitsprung zu erreichen? (Männer: 8.27m von Julien Fivaz / Frauen: 6.84m von Irene Pusterla) <p>Werfen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sucht euch im Wald Tannzapfen und macht die auf dem Posten beschriebene Übung mit den Tannzapfen in Wurf- oder Stosstechnik. • Zielwurf: Wählt euch einen Baum aus und versucht diesen zu treffen. 	<p>Laufen, Springen, Werfen</p> <p>Laufen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Siehe Aufgaben Posten. • Schafft ihr als Gruppe die Laufzeiten der Marathonläufer zu erreichen? • Pendelstafette • Zeitschätzlauf: Eine Rundenzeit schätzen und diese dann auch ohne Uhr erlaufen. • Zeitschätzlauf: Eine Runde wird gelaufen und die Zeit gestoppt. Wer schafft die zweite Runde genau gleich schnell? <p>Springen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wer springt am weitesten? Mit/ohne Anlauf? • Wie viele beidbeinige Sprünge brauchst du, um den Schweizer Rekord im Weitsprung zu erreichen? <p>Werfen/Stossen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Siehe Aufgaben Posten. 	<p>Siehe Sekundarstufe I.</p>
-----------------	--	---	-------------------------------

<p>Posten 6</p>	<p>Kämpfen und Raufen – Weitere Spielideen</p> <p>Der Bodenkampf</p> <p>Achtung Pfütze!</p> <p>Zweikampf in Liegestützposition</p> <p>Weitere Ideen aus dem Kindersport</p>	<p>Kämpfen und Raufen – Weitere Spielideen</p> <p>Ideen aus Monatsthema «Light Contact Boxing» – mit offenen Händen (da keine Handschuhe):</p> <p>Körperteile abklatschen Paarweise. Jedes Paar legt eine Kampffläche fest, die beiden Kämpfenden stellen sich darin voreinander auf und reichen sich die rechte Hand. Mit der linken Hand versuchen sie nun bestimmte Körperteile zu berühren (z.B. linken Oberschenkel, rechte Schulter, Fuss, Rücken, usw.). Pro Berührung gibt es einen Punkt. Sieger ist, wer zuerst drei Punkte erreicht. Wer die Hand loslässt, hat einen Punkt Abzug.</p> <p>Variationen/eigene Ideen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mit der linken Hand halten, mit der rechten treffen. • Andere Ausgangsposition, z.B. im Kniestand • Die einzelnen Stellen werden unterschiedlich hoch gewertet, wer zuerst 10 Punkte hat, gewinnt. Zuerst muss vereinbart werden, welche Stelle wie viele Punkt ergibt. <p>Rückenschieben Rücken an Rücken auf einem begrenzten Feld sitzen. Nach einem Startsignal versuchen beide, den anderen aus dem Feld zu schieben.</p> <p>Variationen/eigene Ideen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Arme sind vor der Brust verschränkt. Gegner darf nur auf einer bestimmten Seite des Feldes hinaus gedrängt werden. • Zwei gleich grosse Kinder schieben sich im Stehen aus dem Spielfeld. Die Arme sind seitlich eingehakt. 	<p>Siehe Sekundarstufe I.</p>
------------------------	--	---	-------------------------------

Posten 6		Für Gruppen Burgball Ein Spielfeld definieren, in der Mitte des Feldes liegt ein Gegenstand (z.B. Ball, o.ä.), zwei Teams bilden. Ein Team versucht nun, den Gegenstand so lange wie möglich im Spielfeld zu halten, während das andere versucht, ihn vom Spielfeld zu drängen. Das verteidigende Team verkeilt sich ineinander, um den Gegenstand optimal zu sichern. Das angreifende Team versucht dagegen anzukämpfen, indem die Verteidiger weg vom Gegenstand, bzw. vom Spielfeld gezogen werden. Wer einmal hinuntergezogen wurde, darf nicht mehr zurück aufs Feld. Ist der Gegenstand einmal aus dem Spielfeld gedrängt, ist das Spiel beendet. Die Teams tauschen die Rollen (Verteidiger/Angreifer). Polonaisefangen Alle SuS bilden eine Polonaise, indem jeder seinem Vordermann an den Schultern oder um die Hüften fasst. Der letzte Spieler der Polonaise steckt sich hinten ein Tuch in den Hosenbund. Der Kopf der Polonaise muss nach dem Startsignal versuchen, den Schwanz (das Tuch) zu fassen. Der Kopf führt also die Polonaise durch das Spielfeld und versucht, eine günstige Gelegenheit für einen Angriff herzustellen. Quelle: Lange, H. & Sinning S. (2009): Kämpfen, Ringen und Raufen im Sportunterricht (2., korr. Aufl.). Wiebelsheim: Limpert.	
-----------------	--	---	--

<p>Posten 7</p>	<p>Kniebeugen Variationen Postenaufgabe</p> <p>Zu zweit In Kniebeugeposition: Einander ein Erlebnis aus den Ferien erzählen.</p> <p>Zu zweit Rücken an Rücken anlehnen. Könnt ihr so in die Kniebeuge und wieder hoch?</p>  <p>Quelle: Monatsthema 03/2016 Partnerakrobatik, mobilesport.ch</p> <p>In der Gruppe Alle in Kniebeugeposition: Jedes Kind sagt der Reihe nach, wer sein Vorbild im Sport ist.</p>	<p>Weitere Formen</p> <p>Kreissitzen Alle Kinder stehen Schulter an Schulter in den Kreis, machen ¼ Drehung nach rechts, rücken noch näher in Richtung Kreismitte. Auf Kommando der Lehrperson setzen sich alle Kinder wie auf einen Stuhl auf die Oberschenkel des hinteren Kindes.</p> <p>Quelle: Monatsthema 03/2017: Partnerakrobatik, mobilesport.ch</p> 	<p>Weitere Formen</p> <p>Tabata Hochintensive Intervall-Trainingsmethode.</p> <p>So funktioniert sie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 20 Sekunden Kniebeugen (oder auch andere (Ganzkörper-)Übung) • 10 Sekunden Pause • insgesamt 8 Mal (Gesamtzeit von 4 Minuten) • Ziel: In jeder der 8 Serien die gleiche Anzahl an Kniebeugen machen <p>Anfänger: 10 Wiederholungen pro Serie Fitte Personen: 20 Wiederholungen pro Serie</p>
<p>Posten 8</p>	<p>Spielformen zu den</p> <p>Commitments von cool and clean</p>	<p>Spielformen zu den</p> <p>Commitments von cool and clean</p> <p>(Zusätzliches Material der Spiele ist vor Ort <u>nicht</u> vorhanden.)</p>	<p>Siehe Sekundarstufe I.</p>

<p>Posten 9</p>	<p>Sportler erraten (mit Zettel/Post-it auf der Stirn)</p> <p>Himmel und Hölle Nachdem die Kinder verschiedene eigene Formen erprobt und einander vorgestellt haben, können folgende Bewegungsaufgaben für alle gestellt werden:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mit beiden Füßen gleichzeitig hüpfen. • Nur Hopserrhüpfen. • Nur auf einem Bein (Bein darf gewechselt, darf nicht gewechselt werden). • Sprünge mit halber Drehung. • In bestimmten Feldern mit gekreuzten Beinen. • Mit seitlichem Ausgang. • Die Regeln können von den Kindern bestimmt werden oder man übernimmt traditionelle Regeln- • Springende Form: Das Kind wirft den Kiesel ins Feld 1, überspringt dieses Feld und macht das Spiel auf einem Bein fertig. Das Kind wirft den Kiesel ins 2. Feld und fährt auf die beschriebene Weise fort. • Schiebende Form: Das Kind wirft den Kiesel ins Feld 1, schiebt den Kiesel ins Feld 2, ins Feld 3 usw. Im Himmel angekommen, wirft das Kind den Kiesel ins Feld Nr. 2. • Eigene Formen entwickeln lassen. <p>Quelle: Lehrmittel Sporterziehung, Band 2, Broschüre 4, S.15</p>	<p>Siehe Vorschulstufe / Primarstufe.</p>	<p>Siehe Vorschulstufe / Primarstufe.</p>
------------------------	---	---	---

<p>Posten 10</p>	<p>Schnur-OL Die Kinder suchen die Posten, indem sie sich der Schnur entlang vom Start zum Ziel fortbewegen.</p> <p>Sichtbar-OL Posten durch Tücher oder Aufgehängte Plastik-Trinkbecher markieren (falls die Kinder noch keine Karte lesen können).</p> <p>Stern-OL Es werden von einem Zentrum aus jeweils ein bis zwei Posten angelaufen. Man kommt immer wieder zurück zum Zentrum (auch möglich auf dem festen Postennetz in Magglingen).</p> <p>Score-OL Von einem Postennetz werden in beliebiger Reihenfolge in einer gewissen Zeit so viel Posten als möglich angelaufen. Je weiter der Posten entfernt ist umso mehr Punkte erhält das Team. Überschreitet man die Zeit, gibt es Minuspunkte.</p> <p>Foto-OL</p> <p>Weitere Übungen auf www.scool.ch.</p>	<p>Postennetz Magglingen (siehe S. 15)</p> <p>Verschiedene OL Bahnen auf dem festen Postennetz absolvieren.</p> <p>Hubmann-Sprint Kürzere OL-Bahn mit Zeitmessung am «End der Welt».</p> <p>Selfie-OL Am Posten mit dem Handy ein Selfie schiessen. Darauf müssen das Postenobjekt und das Team sein.</p>	<p>Siehe Vorschulstufe / Primarstufe.</p>
-------------------------	--	--	--

Orientierungslauf in Magglingen

Für den Orientierungslauf steht in Magglingen ein Postennetz mit 48 Posten zur Verfügung. Alle sind mit einer elektronischen Einheit ausgestattet. Mit einem Chip und einer Gratis-OL-Karte, die leihweise an der BASPO-Réception erhältlich sind, können Sie die Posten quittieren.

Wie benutze ich die fixe OL-Anlage am Bundesamt für Sport?

1. OL-Chip (SI-Card) und gewünschte Karte(n/gratis) an der Réception des Swiss Olympic House (SOH) beziehen. Als Depot muss die Einzelperson oder die Leitungsperson einen Ausweis hinterlegen.
2. Chip an der Löschstation auf der linken Seite des Kastens löschen. Dann Chip in die Öffnung einführen und den Piepston abwarten (ca. 5 Sekunden)
3. Chip an die Starteinheit halten und so die Startzeit auslösen (Piepston!)
4. Die Posten je nach Bahn in der richtigen Reihenfolge anlaufen und jeweils mit dem Chip bestätigen (Piepston!)
5. Beim Zieleinlauf Chip an die Zieleinheit halten – so wird Laufzeit gestoppt
6. Chip an der Printout-Station (im Kasten neben dem Drucker) auslesen (Piepston!)
7. Ausgedruckten Zettel mit Resultaten über die Kante schräg nach unten abreißen.
8. Chip an der Réception des SOH gegen den Ausweis zurückgeben.

Weitere Informationen

Bundesamt für Sport BASPO

Réception

Swiss Olympic House

Hauptstrasse 232

2532 Magglingen

Tel: +41 58 467 61 11

E-Mail: info[at]baspo.admin.ch

Wintersport in Magglingen

Zum Wandern (auch mit Hunden) stehen Winterwanderwege zur Verfügung und für Skilangläufer Langlaufloipen. Das Nationale Sportzentrum in Magglingen dankt für einen sorgfältigen Umgang mit den Einrichtungen und für die Rücksichtnahme – auch gegenüber Natur und Umwelt.

Winterwandern: 2 Routen, total 6 km; Schlitteln: 1 Piste;

Langlauf: (Skating, Klassisch): 5 Loipen, total 15 km, davon 2 km Nachtloipe.

Weitere Informationen: www.baspo.ch > Sport- und Freizeitanlagen für die Öffentlichkeit

Hinweis: In zahlreichen Kantonalen Sportfachstellen steht Leihmaterial zur Verfügung.

Liste der Fachstellen: <https://www.jugendundsport.ch/de/ueber-j-s/kontakt/j-s-aemter-der-kantone.html>

4 Frageblatt (Sekundarstufe I und II)

Die folgende Tabelle enthält einerseits Kontrollfragen (KF). Die korrekte Antwort auf KF ist jeweils im Text des Postens selber zu finden. Zudem gibt es für jeden Posten auch weiterführende Fragen (WF). Hier wird Denkarbeit der SuS gefordert und es gibt viele mögliche korrekte Antworten.

	Frage	Antwort	Fragetyp
Posten 1	Seit wann wird in Magglingen eine Sportlehrerausbildung angeboten?	In Magglingen startete 1950 der erste Ausbildungsgang zum «Sportlehrer im freien Beruf». Absolventen erlangten hier ihre Befähigung zum Sportunterricht in ausserschulischen Bereichen (z. B. in Vereinen, Betrieben und Kurorten).	KF
	Welche Betätigungsfelder bieten sich Bachelor- bzw. Master-Absolventen der EHSM in der Sportwelt?	Berufstrainerin; Sportevent-Manager; Sportökonomin; Verbandsfunktionär; Leistungssportchefin; Bewegungstherapeutin; Sportlehrer / Dozent; wissenschaftliche Mitarbeiterin.	KF
	Was könnten weitere mögliche Berufsfelder sein, die auf dem Posten nicht aufgezählt werden?	--	WF
Posten 2	Welche Akteure spielen im Sportsystem Schweiz mit?	Die öffentliche Hand: Gemeinden, Kantone und Bund privat-rechtlichen Sport: Sportvereine, nationale und regionale Sportverbänden und Swiss Olympic.	KF
	Was ist wichtig für eine erfolgreiche Sportförderung?	Die Zusammenarbeit zwischen der öffentlichen Hand und dem privat-rechtlichen Sport.	KF
	Wie könnte «Ehrenamt» definiert werden?	--	WF
Posten 3	Woher stammt der Name des Gebäudes «Brésil»?	Dieses Gebäude wurde als Unterkunft für die Brasilianische Fussball-Nationalmannschaft für die Fussball-WM 1954 gebaut.	KF
	Die Gebäude von Magglingen gewannen 1948 eine olympische Silbermedaille. Wie kann das sein?	«Architektur» war von 1912 bis 1948 eine olympische Disziplin. Das Projekt «Gesamtanlage Magglingen» gewann 1948 an den Olympischen Spielen in London die Silbermedaille.	KF
	Was könnten Gründe dafür sein, dass die Schweizer Fussballnationalmannschaft heute nicht mehr nach Magglingen reist?	--	WF

Posten 4	Erklären Sie den Relative Age Effekt.	Die relativ Älteren werden aufgrund ihres Alters als vermeintlich leistungsfähiger eingestuft. Aus diesem Grund sind in den Sportkadern oftmals Personen mit Geburtstag im ersten Quartal massiv übervertreten.	KF
	Wie viele Prozent der Schweizer Profitrainer arbeiten Vollzeit?	50%	KF
	Wie viele Leistungsdiagnosen werden jährlich insgesamt in Magglingen durchgeführt?	4500	KF
	Wie könnte «Talent» definiert werden?	--	WF
Posten 5	Nennen Sie drei Mutterdisziplinen der Sportwissenschaft.	Medizin, Biologie (stehen beide explizit im Text) Weitere: Psychologie, Physik (Biomechanik), Wirtschaft, Geschichte	KF
	Wie viele Leute arbeiten an den acht sportwissenschaftlichen Instituten der Schweiz?	Ca. 300	KF
	Was könnte ein starker «Praxis- und Anwendungsbezug» der sportwissenschaftlichen Forschung bedeuten?	--	WF
Posten 6	Wie viel Sport ist für Kinder- und Jugendliche bei welcher Intensität gesund?	Mindestens 1h pro Tag bei mittlerer Intensität (z.B. Radfahren, Inline-Skaten)	KF
	In den Programmen der Schweizer Breitensportförderung gibt es zwei steigende Tendenzen. Welche?	Teilnahmen J+S und Zahl aktive Leitende esa.	KF
	Warum ist Sport gesund? Bzw.: Wann und unter welchen Bedingungen ist Sport gesund?	--	WF

Posten 7	Wie heisst die Person rechts auf dem grossen Bild?	Giulia Steingruber	KF
	Nennen Sie vier positive Wirkungen, die Sport haben kann.	Förderung körperliches Wohlbefinden, psychisches Wohlbefinden, soziales Wohlbefinden, Entwicklung, Präsentationsplattform, nationaler Identitätsstifter, positive Wirkungen in der Wirtschaft (Geld)	KF
	Was könnten Gründe sein, dass es eine Rekrutenschule für Spitzensportler gibt?	--	WF
Posten 8	Gegenüber wem sollen sich Sportler respektvoll verhalten?	Untereinander und gegenüber Natur	KF
	Was genau meint Punkt 4 der Ethik-Charta? Erklären sie diesen in eigenen Worten.	...	KF
	Wie viele Malzeiten werden pro Woche in Magglingen durchschnittlich zubereitet?	4'550.	KF
	Wozu dient eine Ethik-Charta?	--	WF
Posten 9	Was ist ein Megatrend? Nennen Sie ein Beispiel im Sport.	Langfristige Entwicklungen mit globalem Charakter, die prägend für alle Bereiche von Gesellschaft und Wirtschaft sind. Beispiel Sport: Gesundheit, Wissenskultur, Gender Shift, Silver Society	KF
	Was ist mobilesport.ch?	Die Schweizer Onlineplattform mit praxisbezogenen Inhalten zur Unterstützung von Lehrpersonen, Trainerinnen und Trainer sowie Leiterinnen und Leiter in ihrer täglichen Arbeit in Sportunterricht und Training.	KF
	Welche vier Sportarten sind in der Schweiz am beliebtesten?	Wandern, Radfahren, Schwimmen und Skifahren	KF
	Wie müsste eine Definition von Sport aussehen, damit Schach als Sport gilt?	--	WF

Posten 10	Von welcher Idee handelt die kurze Geschichte?	Gründung einer nationalen Sportinstitution (Bundesamt für Sport).	KF
	Was genau meint «schwindende Wehrtauglichkeit»? Was hat das mit Sport zu tun?	Junge Männer erfüllen die Anforderungen des Militärdienstes nicht. Oftmals sind diese körperlicher Art («Fitness»). Wenn Fitness der Jugend schlechter wird, kann dem mit obligatorischem Sport entgegen gewirkt werden.	KF
	Was könnten Gründe dafür sein, dass der Sport politisch mit dem Militär und dem Bevölkerungsschutz in einem Departement vereint wurde? (VBS - Eidgenössisches Departement für Verteidigung, Bevölkerungsschutz und Sport)	--	WF

5 Mögliche Diskussionsthemen (Sekundarstufe I und II)

	Thema	Literaturhinweise / Ideen
Posten 1	Was bedeutet die «Versportlichung der Gesellschaft»? Was könnten Ursachen dafür sein?	
Posten 2	Wie funktioniert der Athletenweg in den Sportarten im Schweizer Sportsystem? Wählt eine Sportart und überlegt euch, welches Umfeld vorhanden sein muss, damit optimale Leistungen (z.B. Goldmedaille an olympischen Spielen) möglich sind. Warum ist das Ehrenamt für eine Gesellschaft wichtig?	FTEM (Sport- & Athletenentwicklung)
Posten 3	Wenn ihr eine neue Sportart an den Olympischen Spielen vorschlagen könntet, welche wäre das? Und weshalb? Anknüpfen an Kindergeschichte: Was trainiert ihr gerne? Was weniger?	
Posten 4	Wie müssten aus eurer Sicht Selektionskriterien im Spitzensport z.B. für ein Nationalkader aussehen? Welche Bereiche müssten darin mit einbezogen werden? Was würdet ihr der Person empfehlen, die wie im Beispiel des «Manual Leistungsdiagnostik» (S. 62) ein Missverhältnis zwischen den getesteten Muskelketten aufweist?	Manual Talentidentifikation und -selektion Swiss Olympic: <ul style="list-style-type: none"> • Beispiel Snowboard • Beispiel Schwimmen Manual Leistungsdiagnostik
Posten 5	Warum ist es für die Sportwissenschaft wichtig, sich von den Mutterwissenschaften zu lösen? Was könnten Gründe sein, dass im Kugelstossen für Frauen und Männer immer noch ein Schweizer Rekord aus den 80er Jahren gültig ist?	Selbständige Wissenschaft zum Phänomen Sport → Interdisziplinarität!

Posten 6	<p>Erfüllst du selber die Empfehlungen bezüglich tägliche Bewegung? Wie sieht es in deiner Familie aus?</p> <p>Wo liegen die Schwierigkeiten diese zu erfüllen?</p>	
Posten 7	<p>Was genau könnte sich hinter dem Begriff «soziales Wohlbefinden» verbergen?</p> <p>Wie viel Arbeit erbringst du während einer Kniebeuge? Was könnte möglicherweise deine grösste mögliche physikalische Leistung sein?</p> <p>Braucht es viel Energie um ein Toast zu tosten? Ist diese Leistung gross?</p>	<p>Sich in einer Gruppe (z.B. Schulklasse) oder generell in der Gesellschaft wohl fühlen. Z.B. durch Einbindung oder Einfluss (sich gebraucht fühlen). Homepage zum Pfad (www.baspo.ch/p7).</p> <p>Homepage zum Pfad (www.baspo.ch/p7).</p>
Posten 8	<p>Was verstehst du unter Ethik im Sport?</p> <p>Was ist dir persönlich am wichtigsten?</p> <p>Was könnte Korruption im Sport sein? Wie könnte man diese verhindern?</p>	<p>Ethik – Charta</p>
Posten 9	<p>Was sind mögliche weitere Megatrends? Inwiefern könnten sich diese auf den Sport auswirken?</p>	<p>Dossier Megatrends (Zukunftsinstitut)</p>
Posten 10	<p>Was sind mögliche Gründe für ein Schwinden der Wehrtauglichkeit junger Männer um 1870? Welche könnten es heute sein?</p>	<p>Früher: steigende Mobilität z.B. durch Eisenbahn Heute: «digital natives» → Gamen, Cyber-Sport etc.</p>

6 Picknick- und Feuerstellen für Gruppen und Klassen

Maggingen

<https://www.youtube.com/watch?v=9NtEf0Yxq5Y>

<https://www.youtube.com/watch?v=nV1amrfA0I8>

[https://www.outdooractive.com/de/grillplatz/neuenburg-jura-berner-jura/grillstelle-end-der-welt--](https://www.outdooractive.com/de/grillplatz/neuenburg-jura-berner-jura/grillstelle-end-der-welt--maggingen/8699910/)

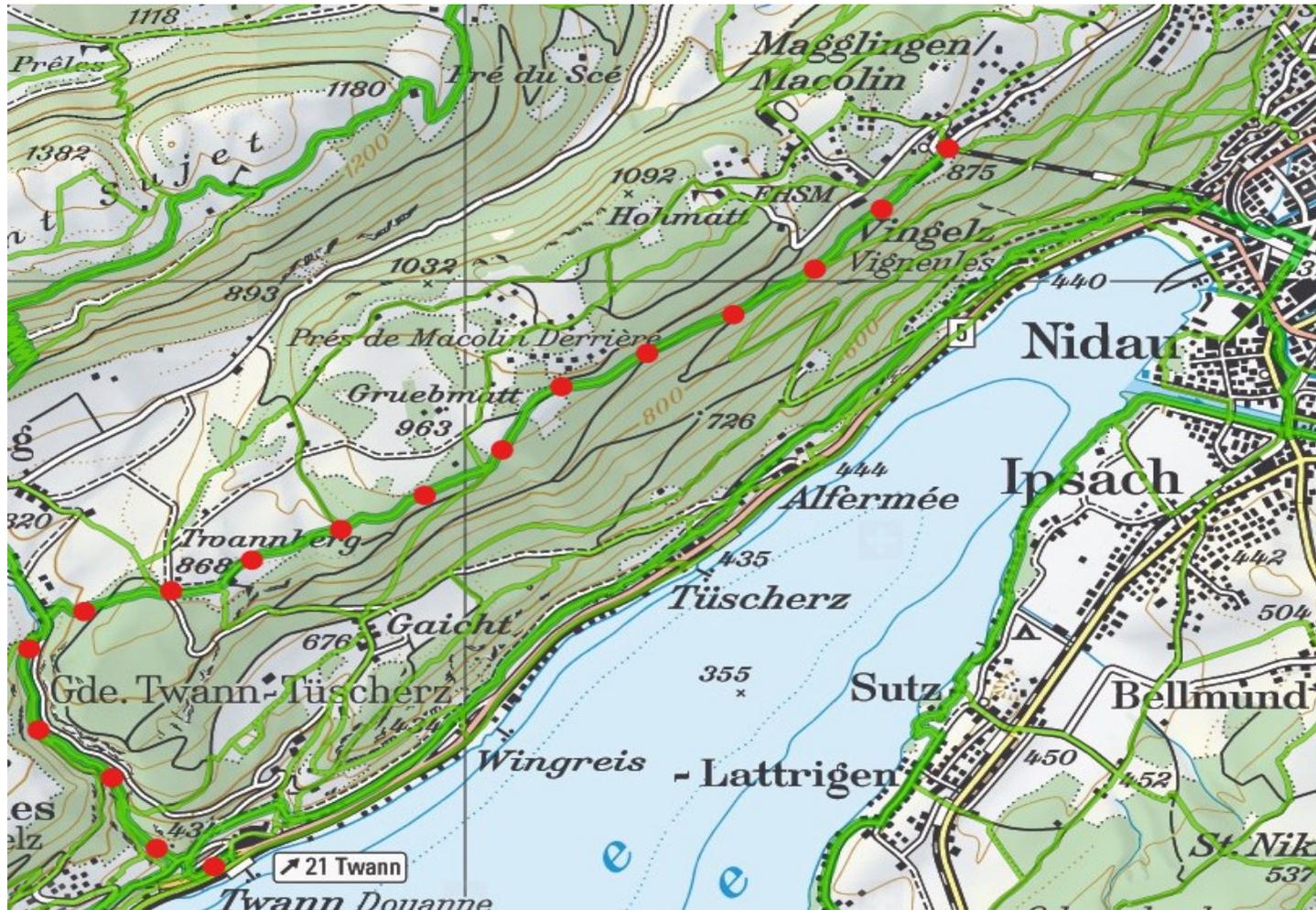
[maggingen/8699910/ https://www.outdooractive.com/de/grillplatz/neuenburg-jura-berner-jura/grillstelle-hohmatt--](https://www.outdooractive.com/de/grillplatz/neuenburg-jura-berner-jura/grillstelle-hohmatt--maggingen/8699912/)

[maggingen/8699912/](https://www.outdooractive.com/de/grillplatz/neuenburg-jura-berner-jura/grillstelle-hohmatt--maggingen/8699912/)

7 Schulreisen in Kombination mit dem Magglinger Erlebnispfad

a. Twannbachschlucht

ca. 12km



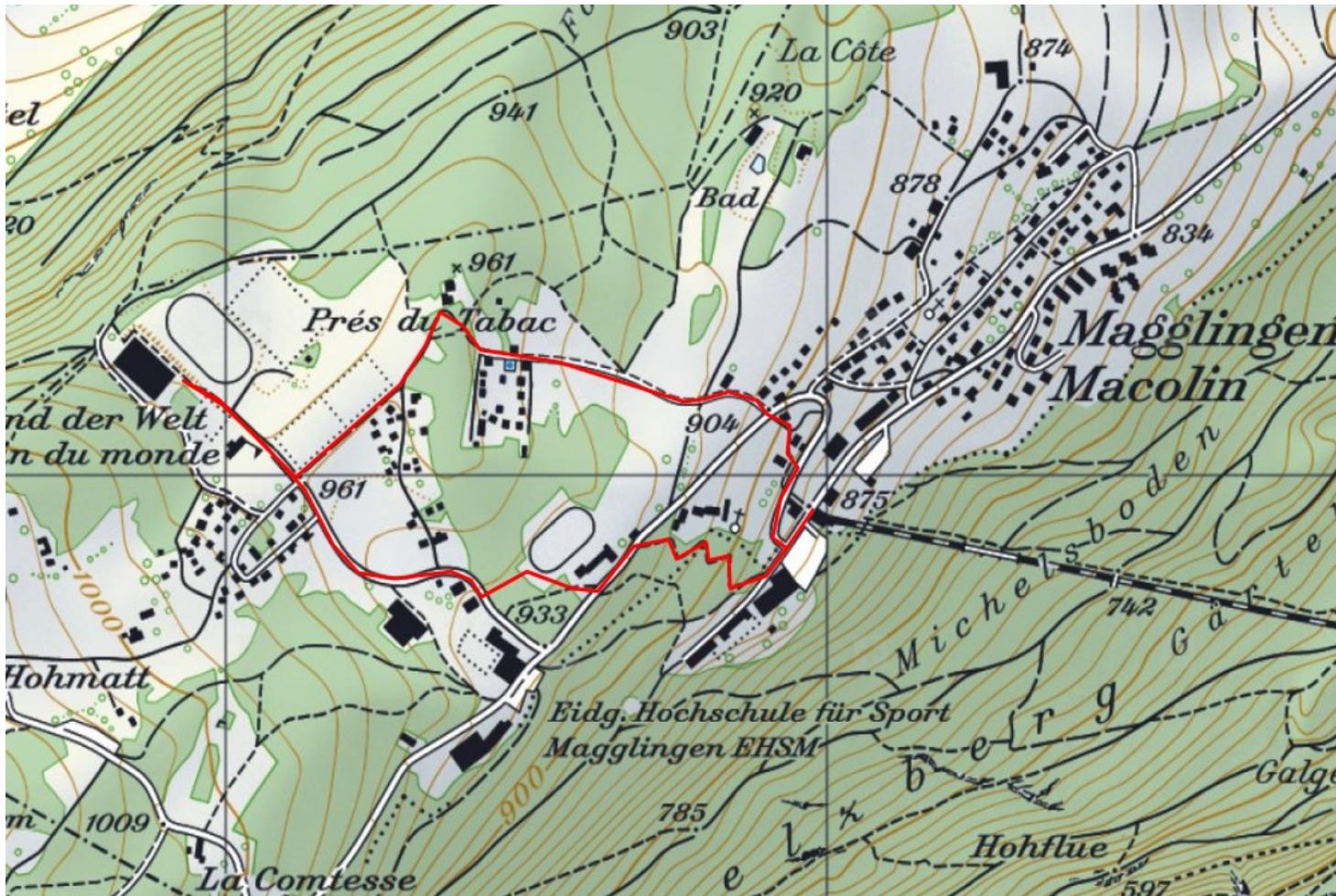
<https://www.mamilade.ch/schweizer-mittelland/biel-bienne/ausflugstipps/wanderungen/wanderung-durch-die-twannbachschlucht>

<http://www.wanderungen.ch/de/touren/wanderungen/mittelland/Magglingen-Twannbachschlucht-Twann.html?tour=22>

http://www.wandersite.ch/Tageswanderung/767_Nordwestschweiz.html

b. Magglinger Runde

ca. 3km



c. Nach Orvin

ca. 6km

