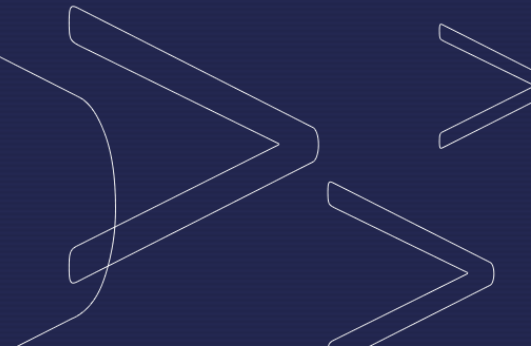
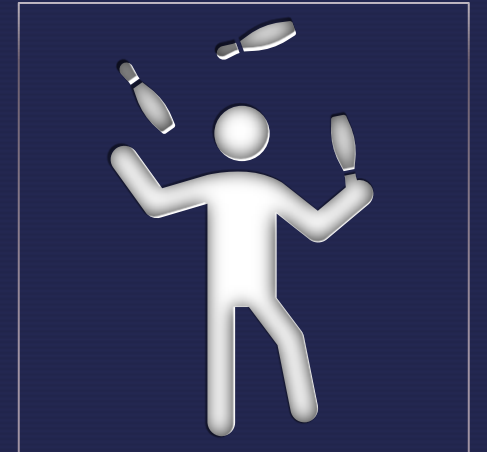


# Sport

Das Fach **Sport** der  
Otto-Pankok-Schule  
stellt sich vor



## ► Herzlich Willkommen beim digitalen Tag der offenen Tür

Das Fach Sport hatte es dieses Jahr nicht leicht. Durch Corona konntet ihr und auch unsere Schülerinnen und Schüler gegebenenfalls euren gewohnten Sport nicht mehr ausüben. Wir, die Fachschaft Sport, möchten euch aus diesem Grund einen kleinen Einblick geben, was trotzdem im Distanzunterricht alles möglich gewesen ist.

- Herzlich Willkommen beim digitalen Tag der offenen Tür

Wenn ihr möchtet, bieten wir euch eine sportliche Herausforderung, die auch ihr ganz einfach zu Hause bewältigen könnt. Hast du Lust? Dann schau dir die Ergebnisse unser Schülerinnen und Schüler an und probiere dich im Anschluss selbst aus.

# Bastelanleitung für Jonglierbälle

*Was brauchst du zum Jonglieren?*

Material:

- Pro Ball: ca. 90 - 100g Reis, Hirse oder Sand, zwei Luftballons, ein Stück Frischhaltefolie, eine Schere



# 1. Schritt

- Schneide von beiden Luftballons den Teil, in den die Luft hineingeblasen wird, etwas ab. Die Öffnung sollte allerdings nicht zu groß sein.



## 2. Schritt

- Lege den Reis oder Sand o.ä. auf die Folie und drehe ihn in die Folie ein, so dass diese geschlossen bleibt. Dieses Foliensäckchen sollte gut in der Hand liegen. Ansonsten kannst du ggf. die Menge des Inhaltes verändern.



## 3. Schritt

- Stülpe nun einen Ballon über das Reissäckchen, so dass die Öffnung des Säckchens abgedeckt ist. Dieses kann etwas schwierig sein. Am besten steckst du beide Zeigefinger und beide Ringfinger in die Öffnung des Ballons und ziehst die Öffnung auseinander.



## 4. Schritt

- Nimm nun den zweiten Ballon und ziehe ihn über den ersten, so dass die Öffnung des ersten Ballons verdeckt ist. Zur Sicherheit kannst du auch einen dritten Ballon verwenden. Drücke den Ballon nun zu einem möglichst runden Jonglierball.







Und hier die Ergebnisse  
der Schülerinnen und  
Schüler der Klasse 8...

