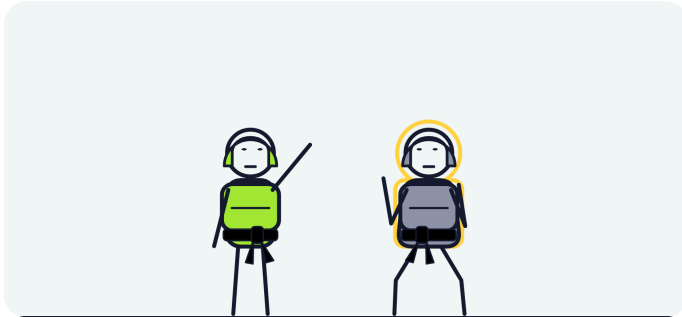


Wie funktioniert Taekwondo?

Wo es Punkte gibt



Gedreht an den Kopf



Wusstest du?

5

Punkte bringt ein gedrehter Tritt an den Kopf – so viel wie kein anderer Treffer.

2 min

dauert eine Runde. Wer zwei Runden gewinnt, gewinnt den Kampf.

2000

war Taekwondo zum ersten Mal richtig bei Olympischen Spielen dabei.

So geht's

- 1 Verbeugen: Respekt vor dem anderen.
- 2 Treffer an die Weste oder an den Kopf.
- 3 Tritte zählen mehr als Fauststöße.
- 4 Wer mehr Punkte hat, gewinnt die Runde.

Faust an den Kopf und Tritte unter den Gürtel sind verboten.

Wie funktioniert Taekwondo?

Name: _____

1 Zielen mit dem Fuß: Triffst du den Zettel?

SICHER IST SICHER

Nur langsam antippen, nie treten: Das Kissen liegt weich, und um dich herum ist genug Platz – ohne Ecken und Kanten.

DU BRAUCHST

- 1 Kissen
- 1 Zettel
- ein Sofa oder Bett

SO GEHT'S

- 1 Leg das Kissen aufs Sofa und den Zettel darauf.
- 2 Stell dich einen kleinen Schritt davor.
- 3 Tipp den Zettel ganz langsam mit dem Fuß an.
- 4 Probier es mit dem anderen Fuß – und zähl, wie oft du triffst, ohne umzukippen.

Mit welchem Fuß triffst du besser – und warum ist ein Tritt schwerer als ein Fauststoß?

2 Schätz mal! Kreuz an, was stimmt.

Wie viele Punkte bringt ein Tritt an den Kopf?

☐ 1☐ 2☐ 3

Wie viele Punkte bringt die Faust an den Kopf?

☐ keinen, verboten☐ 1☐ 3

Wie lange dauert eine Runde?

☐ 30 Sekunden☐ 2 Minuten☐ 10 Minuten

Wie funktioniert Taekwondo?

3 Du bist Schiri: Punkt oder Pfiff?

	PFIFF!	PUNKT!
Lina trifft mit einem Tritt die Weste.	☐	☐
Ben tritt seinem Gegner gegen das Bein.	☐	☐
Mia trifft mit der Faust die Weste.	☐	☐
Tom hält seinen Gegner am Arm fest.	☐	☐
Jonas schlägt mit der Faust an den Kopf.	☐	☐

Zum Ausschneiden

Hier ausschneiden – an der gestrichelten Linie

Taekwondo



SPIELER JE TEAM	1
SPIELZEIT	6 min
FELDLÄNGE	8 m
BALLGEWICHT	0 g

Kein Ball, dafür eine Weste, die mitzählt:
Sensoren melden, ob ein Tritt fest genug war.

Sport · SP114 schulpuls.com/sp114

SPORT-QUARTETT

Zu jedem Video aus der Welt Sport gibt es eine Karte. Schneide sie aus und sammle alle – zusammen ergeben sie ein Quartett.

So spielt ihr: Mischt die Karten und teilt sie aus. Wer dran ist, liest einen Wert von seiner obersten Karte vor. Der höhere Wert gewinnt, und wer gewinnt, bekommt alle Karten der Runde.

Wie funktioniert Taekwondo?

ZUM NACHSCHAUEN

Beim Zielen zählen deine eigenen Treffer. Bei den Schätzfragen steht dabei, warum.

1 Zielen mit dem Fuß: Triffst du den Zettel?

Mit welchem Fuß triffst du besser – und warum ist ein Tritt schwerer als ein Fauststoß?

Die meisten treffen mit einem Fuß besser, genau wie beim Schreiben mit einer Hand. Ein Tritt ist schwerer als ein Fauststoß: Du stehst dabei auf einem Bein und musst das Gleichgewicht halten. Darum bringt ein Tritt im Taekwondo mehr Punkte.

2 Schätz mal! Kreuz an, was stimmt.

Wie viele Punkte bringt ein Tritt an den Kopf?

☐

1

☐

2

☒

3

Drei Punkte – mit einer Drehung sogar fünf.

Wie viele Punkte bringt die Faust an den Kopf?

☒

keinen, verboten

☐

1

☐

3

Mit der Faust an den Kopf ist verboten – dafür gibt es eine Strafe.

Wie lange dauert eine Runde?

☐

30 Sekunden

☒

2 Minuten

☐

10 Minuten

Zwei Minuten, so lang wie zweimal Zähneputzen.

Wie funktioniert Taekwondo?

3 Du bist Schiri: Punkt oder Pfiff?

	PIFF!	PUNKT!
Lina trifft mit einem Tritt die Weste.	☐	☒
Ben tritt seinem Gegner gegen das Bein.	☒	☐
Mia trifft mit der Faust die Weste.	☐	☒
Tom hält seinen Gegner am Arm fest.	☒	☐
Jonas schlägt mit der Faust an den Kopf.	☒	☐