



# Fußball

Fußball ist eine Sportart, bei der zwei Mannschaften mit einem Ball spielen. Es ist eine der beliebtesten Sportarten der Welt. Ursprünglich kommt das Fußballspiel aus England.

Es gibt Vereine, deren Mannschaften gegeneinander spielen. Alle vier Jahre findet eine Weltmeisterschaft statt, bei der Teams aus verschiedenen Ländern antreten.

Die eine Mannschaft versucht mehr Tore zu schießen als die andere. Jede Mannschaft hat elf Spieler, einer davon ist Torwart. Ein Spiel dauert normalerweise 90 Minuten lang, das sind zwei Halbzeiten mit je 45 Minuten.

Neben den Spielern hat der Schiedsrichter eine wichtige Rolle. Er entscheidet, ob ein Tor zählt oder nicht. Wenn jemand unfair spielt, kann er das Spiel unterbrechen.

Gespielt wird der Ball mit dem ganzen Körper, nur nicht mit den Armen und Händen.



# Handball

Handball ist eine Sportart, die im Jahr 1917 erfunden wurde. Man nannte sie damals „Torball“. Im Feld sind zwei Mannschaften mit je sieben Spielern, einer davon ist der Torwart. Die Auswechselspieler sitzen auf der Bank außerhalb des Spielfeldes und warten bis sie mit einem anderen Spieler wechseln können. Man kann so oft wechseln wie man will.

Ziel ist es, möglichst viele Bälle innerhalb eines Spiels in das gegnerische Tor zu werfen. Ein Spiel dauert 60 Minuten, das sind zwei Halbzeiten mit je 30 Minuten. Wenn Kinder spielen, ist das Spiel kürzer.

Das Spielfeld ist 40 m lang und 20 m breit. Die Tore befinden sich in der Mitte der schmalen Seite. Davor liegt der Torraum, der die Form eines Halbkreises hat. Die Feldspieler dürfen den Torraum nicht betreten.

Wenn sich jemand nicht an die Regeln hält, kann er wie beim Fußball eine gelbe Karte bekommen. Manchmal wird jemand für zwei Minuten vom Platz gestellt oder er erhält eine rote Karte, so dass er gar nicht mehr mitspielen darf. Hin und wieder gibt es auch einen 7m-Wurf, ähnlich dem Elfmeter beim Fußball.



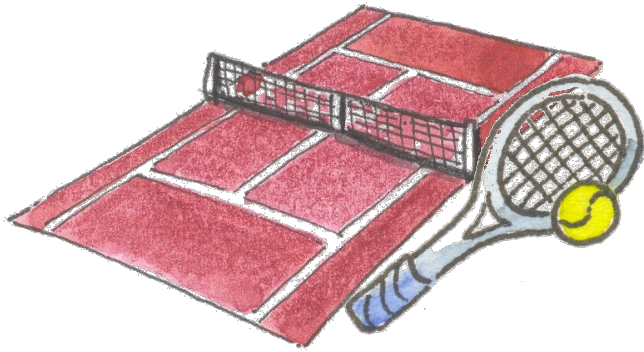
# Basketball

Basketball ist ein Ballspiel, das in Mannschaften gespielt wird. Erfunden wurde es etwa um 1890 in den USA. Es geht darum einen Ball in einen Ring aus Eisen (den sogenannten Korb) zu werfen. Je weiter man dabei vom Ring entfernt steht, desto mehr Punkte bekommt man. Wer am Ende mehr Punkte hat, der gewinnt.

Ganz früher wurde der Ball tatsächlich in einen Korb geworfen, heute hängt der Eisenring an einem Brett, das ein Stück weit von der Wand entfernt sein muss. Jede Mannschaft hat auf ihrer Seite des Feldes einen Korb, den sie beschützen muss.

Eine Mannschaft hat 5 Spieler. Je nachdem, ob man Basketball als Hobby oder als Beruf spielt, gibt es verschiedene Regeln. Besonders ist, dass man sich den Ball nicht einfach nehmen und losrennen darf. Man muss ihn stets auf dem Boden auftupfen lassen (prellen) oder einem Mitspieler zuwerfen.

Man spielt viermal zehn Minuten. Die Spieler müssen also nicht so lange aushalten wie Fußballspieler, sondern können mit aller Energie spielen. Das macht Basketball schnell und spannend.



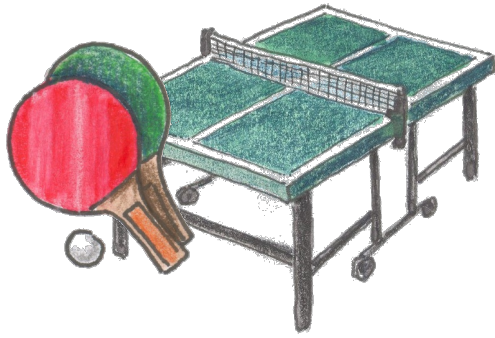
# Tennis

Tennis ist ein Ballspiel, das von zwei oder vier Spielern gespielt wird. Erfunden wurde ein ähnliches Spiel schon in Frankreich im Mittelalter. Damals spielte man es noch mit der Hand oder einem Handschuh. Schläger wurden erst ab dem Jahr 1495 erwähnt.

Ein Tennisplatz hat zwei Hälften, die durch ein Netz getrennt sind. Ein Spieler muss den Ball über das Netz in die andere Hälfte schlagen. Dort steht der andere Spieler, der den Ball wieder zurück in die andere Hälfte schlägt. Der Platz hat einen Boden aus Gras, Sand, Ton oder Kunststoff.

Man nennt Tennis einen „weißen“ Sport. Das liegt nicht nur daran, dass die Spieler oft weiße Kleidung anhaben. Gemeint ist, dass es eher etwas für reiche Leute ist, die sich viel Platz für ein Spiel für nur zwei Leute leisten können. Heute gibt es öffentliche Tennisclubs, wo man sich einen Platz für eine gewisse Zeit mieten kann.

Die besten Tennisspieler der Welt sind Profis, die wenn sie gut genug sind, viel Geld mit dem Sport verdienen können. Sie treten in Turnieren gegen einander an. Große Turniere nennt man Grand Slam.



# Tischtennis

Tischtennis ist eine Sportart mit Bällen. Man kann sie im Einzel spielen, dann tritt ein Spieler gegen einen anderen an. Im Doppel spielen zwei gegen zwei. Zum Spielen braucht man eine Tischtennisplatte, die mit einem Netz in zwei Hälften geteilt wird, zwei kleine Holzschläger und einen Plastikball.

Der Spieler macht Punkte, indem er den Ball so auf die andere Tischhälfte schlägt, dass ihn der Gegner nicht mehr zurückspielen kann. Wenn man einen Fehler macht, bekommt der Gegner einen Punkt. Der Spieler, der zuerst 11 Punkte hat, gewinnt den Satz. Je nach Art des Spiels werden zwei, drei, vier oder mehr Sätze gespielt, bis ein Sieger feststeht.

Jeder Ballwechsel beginnt mit einem Aufschlag. Dabei wirft der Aufschlagende den Ball in die Höhe und schlägt ihn so, dass er die eigene Tischhälfte einmal berührt und über das Netz auf die gegnerische Tischhälfte geschlagen wird. Beim Rückschlag muss der Ball direkt auf die gegnerische Hälfte getroffen werden.

Besonders beliebt ist Tischtennis in Asien, vor allem in Korea und China.



# Badminton

Badminton ist eine Sportart, bei der man einen Ball mit Schlägern, ähnlich wie beim Tennis, spielt. Der Ball ist aus Plastik. Damit er besser fliegt, hat er einen Kranz aus Federn. Der Ball darf den Boden nicht berühren und muss über ein Netz geschlagen werden.

Schon vor 3000 Jahren spielte man so etwas ähnliches in China. Damals hatte man einen Ball aus Kork mit darin steckenden Hühnerfedern. Der Ball wurde jedoch mit den Füßen gespielt, nicht mit Schlägern.

Viele Menschen denken bei Badminton auch an Federball. Federball ist aber ein Spaß in der Freizeit. Man schlägt den Ball hin und her. Badminton hat mehr Regeln und wird als Sport im Wettkampf gespielt.

Beim Badminton spielt ein einzelner Spieler gegen einen anderen. Man kann es aber auch in Paaren spielen. Ein Netz teilt das Spielfeld in zwei Hälften. Man schlägt den Ball über das Netz und hofft, dass der Ball beim Gegner auf den Boden kommt oder dass er ihn nicht über das Netz zurückspielen kann. So macht man einen Punkt. Schlägt man den Ball ins Netz oder außerhalb des Spielfeldes, bekommt immer der Gegner einen Punkt.





# Leichtathletik

Leichtathletik nennt man verschiedene Sportarten, bei denen man läuft, springt oder wirft. Sie werden meistens im Sommer und im Freien ausgeübt, es gibt aber auch Wettkämpfe in der Halle.

Leichtathletik ist eine der ältesten Sportarten, die man kennt. Schon im Altertum gab es bei den Olympischen Spielen Wettläufe, Speer- und Diskuswurf.

Die verschiedenen Sportarten in der Leichtathletik nennt man auch Disziplinen. Sie werden in 4 Gruppen eingeteilt: Lauf, Sprung, Wurf oder Mehrkampf.

Die Laufdisziplinen unterscheiden sich je nach Länge und Geschwindigkeit (zwischen 100 m und 10000m). Der längste Lauf ist der Marathon mit etwa 42 km Länge.

Springen kann man sowohl in die Weite (Weitsprung, Dreisprung), als auch in die Höhe (Hochsprung, Stabhochsprung).

Geworfen wird mit Speer, Diskus, Kugel und Hammer.

Ein Mehrkämpfer absolviert mehrere Bewerbe an einem Tag.



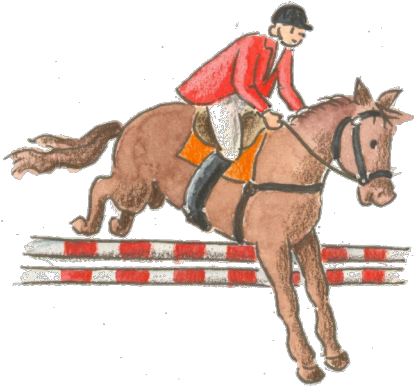
# Schwimmen

Beim Schwimmsport gibt es verschiedene Arten, wie man sich im Wasser fortbewegen kann. Man kann Rückenschwimmen oder Brustschwimmen. Die schnellste Art und Weise, wie man sich im Wasser fortbewegen kann, ist das Kraulen, das man im Schwimmsport Freistil nennt.

Bei einem Wettbewerb steht man auf einem Startblock und baut in einer gebeugten Position Konzentration auf und hält den Atem an, während man auf das Startsignal wartet. Dann stößt man sich mit den Beinen kräftig ab und taucht mit gestrecktem Körper ins Wasser ein. Nachdem man wieder aufgetaucht ist, beginnt das Schwimmen in der geforderten Technik.

Wettbewerbe finden in Schwimmbecken statt, die normalerweise 50 m lang sind. Wenn man längere Distanzen schwimmt, muss man immer wieder am Beckenrand umdrehen, bis man lange genug geschwommen ist. Es gibt Wettbewerbe über 50m, 100m, 200m, 400m, 800m und 1500m.





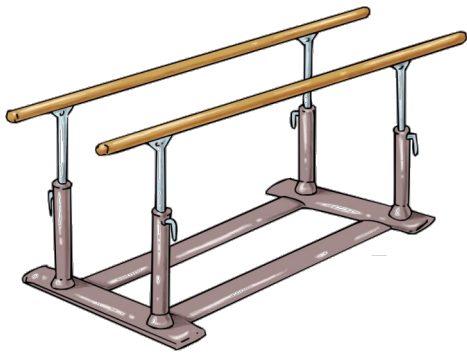
# Reiten

Beim Reitsport braucht es neben einem guten Reiter immer auch ein gut ausgebildetes Pferd, das den Reiter gut kennt und auf ihn reagiert. Gemeinsam können sie viele verschiedene Wettbewerbe bestreiten: Ritten durchs Gelände, Dressur und Springreiten.

Bei Ritten durchs Gelände brauchen Pferd und Reiter viel Ausdauer und Mut, da sie in möglichst kurzer Zeit eine schwierige Strecke bewältigen müssen.

Bei der Dressur muss das Pferd auf Kommando genau das machen, was der Reiter von ihm verlangt. Dabei helfen Schenkeldruck, Gewichtsverlagerung oder Zügelführung. Das Pferd wechselt dadurch Gangart und Richtung, und es sieht so aus, als würde es tanzen.

Beim Springreiten überspringt der Reiter mit dem Pferd verschiedene Hindernisse: einen Wassergraben, eine Mauer oder ein Gatter. Besonders wichtig dabei ist der so genannte „leichte Sitz“: Beim Absprung hebt sich der Reiter oder die Reiterin aus dem Sattel, beugt sich weit nach vorne und verlagert damit das Gewicht in Sprungrichtung.



# Turnen

Als Turnen versteht man im professionellen Sport verschiedene Richtungen. Die Sportarten reichen vom Kunstturnen mit Geräten oder dem Bodenturnen über die rhythmische Sportgymnastik bis zum Trampolinspringen.

Beim Kunstturnen werden verschiedene Geräte und Disziplinen bestritten wie das Bodenturnen, bei dem unterschiedliche Übungen kunstvoll aneinandergereiht werden wie Salto, Liegestütz und viele mehr. Andere Geräte sind das Seitpferd, das Reck, der Barren, der Schwebebalken oder die Ringe.

Das Springen mit dem Trampolin ist im Garten von den Kindern sehr beliebt, es ist aber auch eine hochprofessionelle Sportart, bei der kunstvolle Figuren und vorbestimmte Abfolgen gezeigt und dann benotet werden.

Bei der rhythmischen Sportgymnastik werden Übungen zu Musik gezeigt, die auch mit Geräten wie Ball, Reifen, Keulen und Bändern kunstvoll ergänzt werden.

AltersgemäÙe Sachtexte sinnverstehend lesen



# Fußball

1. Woher stammt das Fußballspiel?
2. Wie oft findet die Weltmeisterschaft statt?
3. Wie viele Spieler hat eine Mannschaft?
4. Wie lange dauert ein Fußballspiel?
5. Wer ist neben den Spielern noch wichtig?

[www.fraumohrsrasselbande.at](http://www.fraumohrsrasselbande.at)

AltersgemäÙe Sachtexte sinnverstehend lesen



# Handball

1. Wann wurde Handball erfunden?
2. Wie viele Spieler hat eine Mannschaft auf dem Feld?
3. Wie lange dauert ein Spiel?
4. Was passiert, wenn jemand unfair spielt?

[www.fraumohrsrasselbande.at](http://www.fraumohrsrasselbande.at)

AltersgemäÙe Sachtexte sinnverstehend lesen

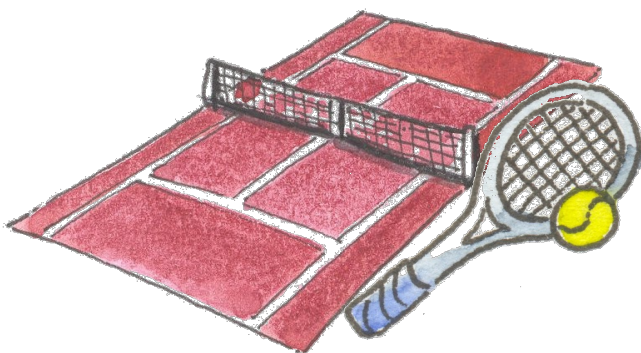


# Basketball

1. Wann und wo wurde Basketball erfunden?
2. Wie wird Basketball gespielt?
3. Wie viele Spieler hat eine Mannschaft?
4. Wie lange dauert ein Spiel?
5. Warum ist Basketball so schnell und spannend?

[www.fraumohrsrasselbande.at](http://www.fraumohrsrasselbande.at)

AltersgemäÙe Sachtexte sinnverstehend lesen

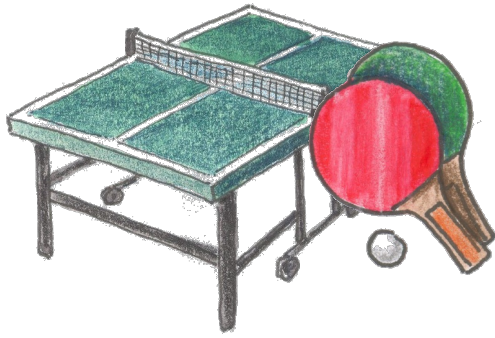


# Tennis

1. Wie viele Spieler braucht man für ein Tennismatch?
2. Woraus besteht der Boden eines Tennisplatzes?
3. Warum nannte man Tennis einen weißen Sport?
4. Was ist ein Grand Slam?

[www.fraumohrsrasselbande.at](http://www.fraumohrsrasselbande.at)

AltersgemäÙe Sachtexte sinnverstehend lesen



# Tischtennis

1. Was braucht man für ein Tischtennispiel?
2. Wie macht man Punkte?
3. Auf viele Punkte geht ein Satz?
4. Wo ist Tischtennis besonders beliebt?

[www.fraumohrsrasselbande.at](http://www.fraumohrsrasselbande.at)

AltersgemäÙe Sachtexte sinnverstehend lesen



# Badminton

1. Warum nennt man das Spiel oft auch Federball?
2. Seit wann gibt es das Spiel?
3. Wie macht man einen Punkt?
4. Wie viele Spieler spielen ein Match?

[www.fraumohrsrasselbande.at](http://www.fraumohrsrasselbande.at)

Altersgemäße Sachtexte sinnverstehend lesen



# Leichtathletik

1. In welcher Jahreszeit wird am meisten Leichtathletik gemacht?
2. Seit wann gibt es Wettbewerbe in Leichtathletik?
3. Welche vier Gruppen von Bewerben gibt es?
4. Wie lange ist der längste Laufbewerb?

[www.fraumohrsrasselbande.at](http://www.fraumohrsrasselbande.at)

Altersgemäße Sachtexte sinnverstehend lesen



# Schwimmen

1. Welche verschiedenen Schwimmmarten gibt es?
2. Welches ist die schnellste Art zu schwimmen?
3. Wie startet man?
4. Wie lang ist ein Schwimmbecken?
5. Wie viele Längen muss man für 1500m schwimmen?

[www.fraumohrsrasselbande.at](http://www.fraumohrsrasselbande.at)



Altersgemäße Sachtexte sinnverstehend lesen

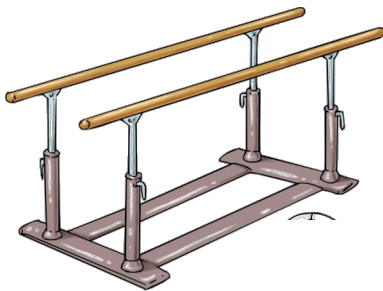


# Reiten

1. Was braucht es für den Reitsport?
2. Welche verschiedenen Wettbewerbe gibt es?
3. Was macht man bei der Dressur?
4. Was macht man beim Springreiten?
5. Was brauchen Reiter und Pferd für Ritte durchs Gelände?

[www.fraumohrsrasselbande.at](http://www.fraumohrsrasselbande.at)

Altersgemäße Sachtexte sinnverstehend lesen



# Turnen

1. Welche verschiedene Arten von Turnen gibt es?
2. Mit welchen Geräten turnt man beim Kunstturnen?
3. Was macht man beim Trampolinspringen?
4. Was macht man bei der rhythmischen Sportgymnastik?

[www.fraumohrsrasselbande.at](http://www.fraumohrsrasselbande.at)