



www.hopsihopper.at

6 / 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!

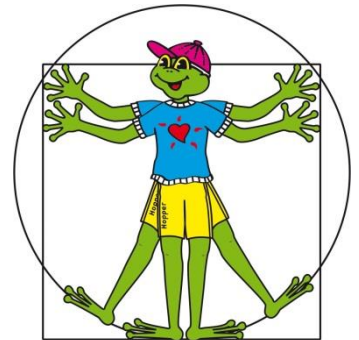
Bewegungsanregungen finden Sie auf den kommenden Seiten und unter:

[www.hopsihopper.at](http://www.hopsihopper.at) (z.B. Bewegungsvideos von Robert Podiwinsky)

[www.gesundheitssport-online.at](http://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.
- Ab Seite 9: Infos zur Bewegungsinitiative Kinder gesund bewegen.  
Aktuelle Infos vom ASKÖ-Landesverband und seiner Vereine.



Mit HERZlichen Grüßen und Zuversicht. Daumen hoch!

**Dein ASKÖ Fit-Frosch Hopsi Hopper**

E-Mail: [hopsi.hopper@askoe.at](mailto:hopsi.hopper@askoe.at)

[www.hopsihopper.at](http://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

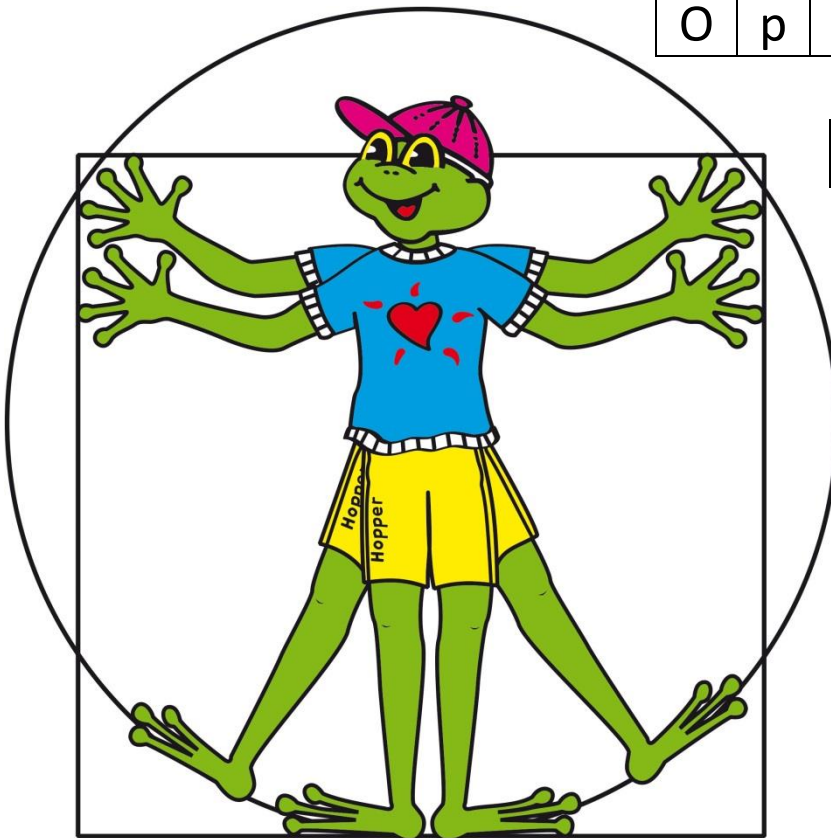
F r e     n d e

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.

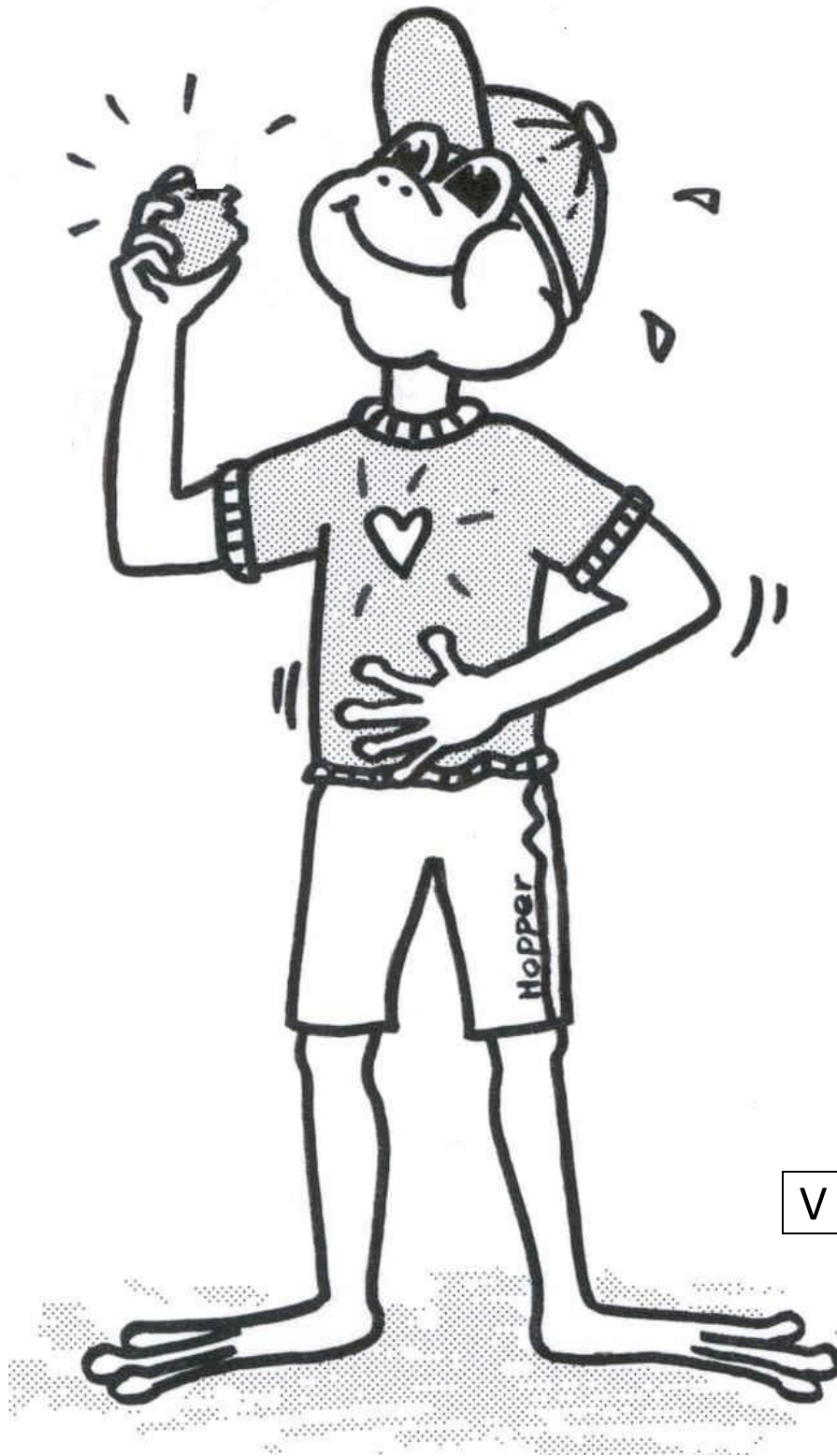
Das Schupferl ist ganz leicht zu spielen,  
allein, zu zweit, zu dritt, zu vielen.  
Die Möglichkeiten wie man schupft,  
sind häufiger, wie mancher hupft.  
Man kann auch neu erfinden Spiele,  
der Varianten gibt es viele.  
Mit dem Schupferl Spiele machen,  
bringt auf alle Fälle Lachen.

Erhältlich ist das Hopsi Hopper Schupferl samt Spielideen  
unter [www.hopsihopper.at](http://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.

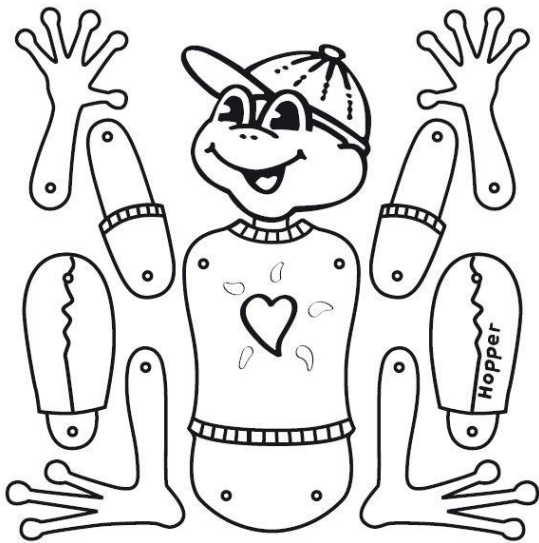
V		t	a		i	e
---	--	---	---	--	---	---

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.

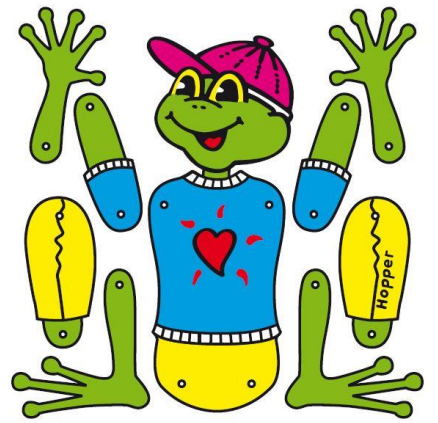
Schneide die Teile aus.



Mache Löcher wo die Kreise sind.

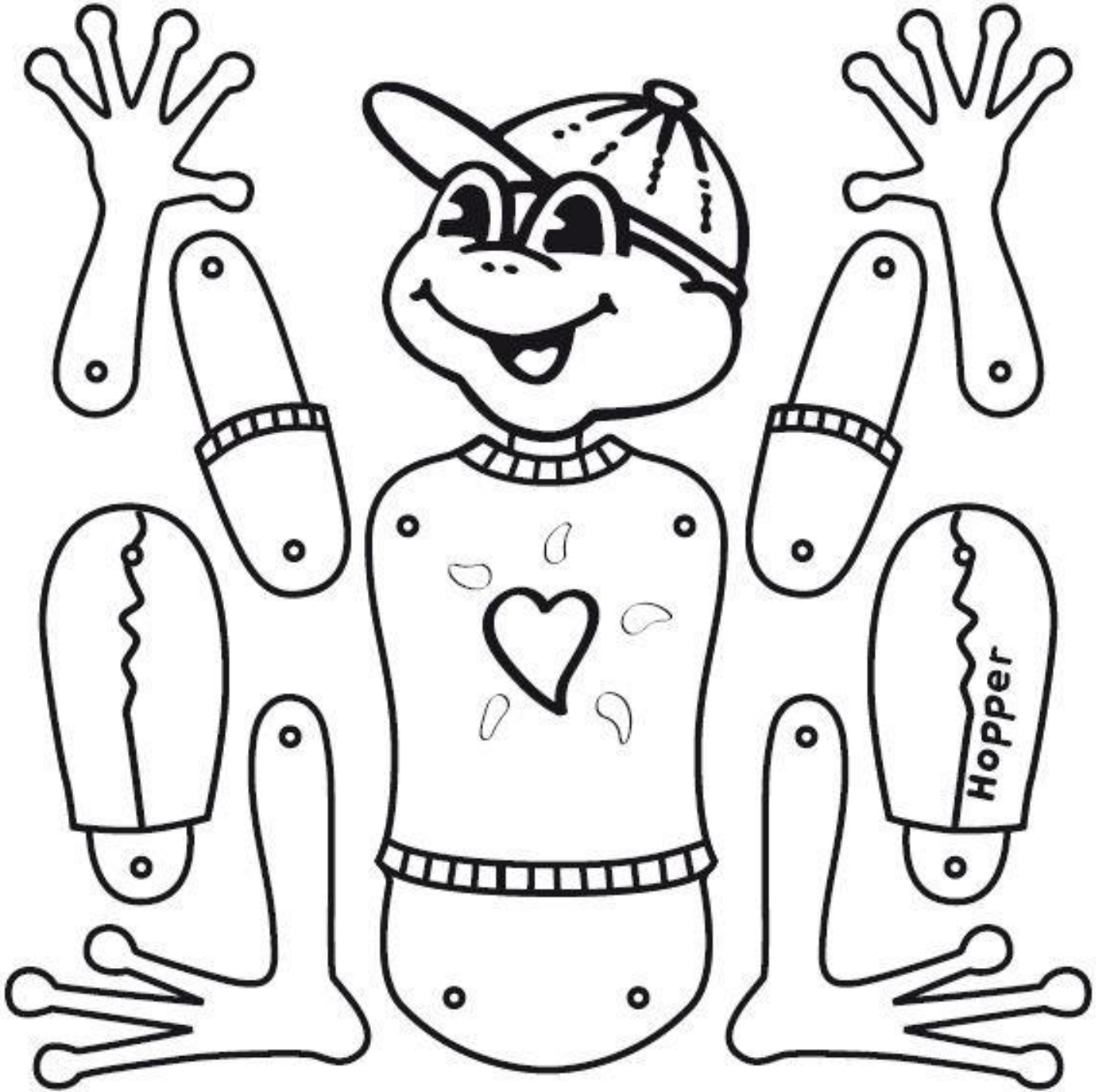
Lege die Teile übereinander und stecke Splinte durch. Fertig ist er.

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



## Bastelvorlage

Zum Anmalen, Aufkleben und Ausschneiden!





## Frösche quaken miteinander

Hast Du schon einmal  
ein echtes Frosch-Konzert  
gehört?

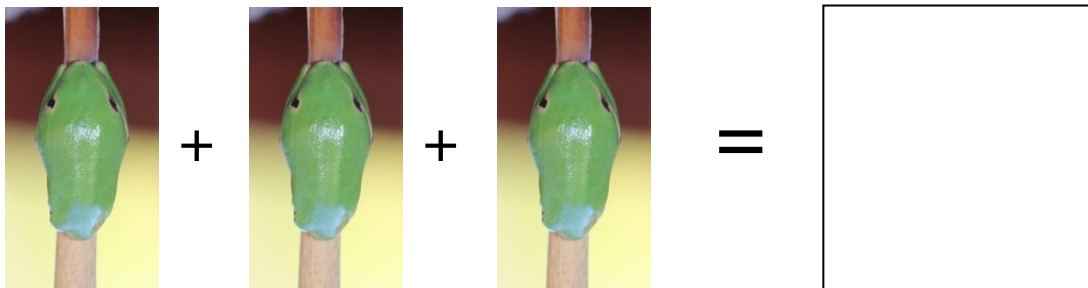
Unter  
[www.hopsihopper.at](http://www.hopsihopper.at)  
für den Kindergarten  
ist das Quaken zu hören.  
Das Konzert fand statt  
an einem Tag im Mai  
abends im Teich  
nach einem warmen Regen.



### 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?



# Eine kleine Bewegungspause für Zwischendurch

## Hopsi Hopper und der Knietanz

Hopsi Hopper geht am Stand und seine Arme schwingen wechselseitig mit. Der vordere Arm berührt mit den Handflächen die Innenseite des gegenüberliegenden Knies, der freie Arm wird nach hinten geschwungen, nach ca. elf Schritten wird ohne Bewegungsunterbrechung in eine gleichseitige Bewegungsausführung gewechselt und die Hand berührt die Außenseite des Knies. Nach ca. elf Schritten wird erneut die Wechselseitigkeit durchgeführt.

Für Fortgeschrittene empfiehlt es sich die Schrittzahl pro Wechsel zu verringern

**Variante 1:** der freie Arm wird nach oben geführt

**Variante 2:** der freie Arm wird nach oben geführt und berührt mit der Handfläche den Hinterkopf



### Impressum:

ASKÖ Landesverband Kärnten  
Roseneggerstraße 19  
9020 Klagenfurt  
[www.askoe-kaernten.at](http://www.askoe-kaernten.at)  
ZVR: 396560430