

# PLOGGING

## Plastik sammeln und joggen verbinden



### 1. Aufwärmen

Dreht zum Aufwärmen statt in der Halle oder auf dem Sportplatz, eine Runde in der Nähe eurer Sportstätte.

Achtet darauf, ob und wie viel Plastik bzw. Müll im Allgemeinen auf der Strecke und den Wegrändern zu sehen ist.

Gegebenenfalls dürft ihr den Müll auch aufheben und zum nächsten Mülleimer bringen.



### 2. Diskussion und Reflektion im Dehnkreis

Sprecht anschließend im Dehnkreis über eure ersten Eindrücke:

1. Konntest du viel Müll sehen, während du aufmerksam darauf geachtet hast?
2. Wer aus eurer Klasse konnte den meisten Müll entdecken?
3. Bei welchem Müll-Stück hat es dich am meisten überrascht, dieses auf dem Weg zu finden?
4. Hat sich nach diesem Experiment deine Sichtweise auf Müll und die Umwelt (-verschmutzung) verändert?
5. Was kannst du machen, um Müll zu reduzieren?  
- in deinem Alltag und im Sport (z.B. gebrauchtes Fahrrad)

Lass dich von den Ideen deiner Mitschüler\*innen inspirieren und setze dir eine Challenge für die nächste Woche.

**i** „Klima bewegt!“ hat ebenfalls Unterrichtsmaterialien zum Plogging entwickelt. Diese weiterführenden Ideen, sowie weitere Übungen für eine spielerische Vermittlung von BNE im Sportunterricht findest du unter:

<https://www.sg.tum.de/sportdidaktik/praxismaterialien/klima-bewegt/>.