

Titel:	Plogging
Motorische Eigenschaft:	Ausdauer
Klassenstufe:	ab 3. Klasse
Material:	5 oder mehr Müllzangen (alternativ Gummihandschuhe), Mülltüten
Zeitbedarf:	Einzelstunde
Raumbedarf:	Outdoor, schulnah
Hinweise:	Auch mit Maske und ohne Sportkleidung durchführbar

Beschreibung und Organisation:

- ✓ „Plogging“ steht für „**P**lastik“ und „**J**ogging“ und verbindet Bewegung im Freien mit „Dreck-weg“- bzw. „Müll-Sammel“-Aktionen.
- ✓ Schüler werden in Kleingruppen geteilt und jede Gruppe erhält eine Müllzange oder Handschuhe und Müllsack.
- ✓ Aufgabe ist es im vom Lehrer freigegebenen Schulumfeld oder Schulhof (alternativ Stadtpark, Flusssufer etc.) innerhalb der Zeitvorgabe möglichst viel Plastikmüll oder allg. Müll einzusammeln, ähnlich einem Sternlauf oder Orientierungslauf.
- ✓ Die Gruppe mit dem größten „Müllfang“ gewinnt.
- ✓ Hohe Motivation durch Wettkampfcharakter in Kombination mit gutem Zweck führt meist zu hohem Bewegungsumfang aller Gruppen
- ✓ Wichtig: Eingeteilte Gruppen müssen **IMMER** zusammenbleiben.