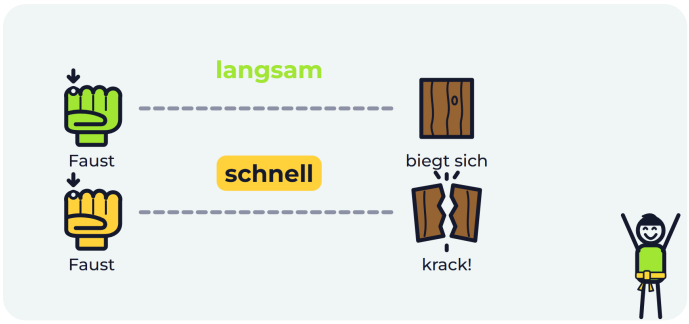
SCHULPULS

SPORT · NEUGIER · 1 · STAUNEN

Wie zerbricht man ein Brett beim Taekwondo?

Langsam oder schnell?



Krack!



Wusstest du?

> 30 km/h

schnell kann eine geübte Faust sein – wie ein Auto in der Stadt.

4

Geheimnisse: Tempo, Mitte treffen, Fasern nutzen, fest halten.

hinten

reißt das Brett zuerst – dort wird das Holz am stärksten gedehnt.

So geht's

1. **Die Helfer halten das Brett fest.**
2. **Die Fasern des Holzes liegen richtig.**
3. **Die Faust trifft blitzschnell die Mitte.**
4. **Man zielt ein Stück hinter das Brett.**

Tempo schlägt Muskeln.

Kurz gesagt

- Tempo ist wichtiger als Muskeln.
- Die Mitte treffen, mit den Knöcheln.
- Holz bricht entlang der Fasern.
- Nur mit Trainer üben – nie allein!

Wie zerbricht man ein Brett beim Taekwondo?

Name: _____

1 Probier es aus: Was macht Papier, wenn du langsam drückst – und wenn du schnell schnippst?

SICHER IST SICHER Ganz ungefährlich: Du schnippst nur gegen Papier. Schnipp nie gegen Gesichter, und probier das nie mit Brettern oder anderen harten Sachen.

DU BRAUCHST

- 1 Blatt Papier
- deine Hand

SO GEHT'S

1. **Halte das Blatt an einer oberen Ecke fest, es hängt frei herunter.**
2. **Drück mit einem Finger ganz langsam gegen die Mitte.**
3. **Schau: Was macht das Blatt?**
4. **Jetzt schnipp mit dem Finger schnell gegen die Mitte.**

Was passiert beim langsamen Drücken, was beim schnellen Schnippen – und warum?

2 Schätz mal! Kreuz an, was du glaubst.

Was ist beim Bruchtest am wichtigsten?

- ☐ dicke Muskeln
- ☐ Tempo
- ☐ ein lauter Schrei

Wo reißt das Brett zuerst?

- ☐ auf der Rückseite
- ☐ vorn, wo die Faust trifft
- ☐ an den Ecken

Wohin zielt man beim Bruchtest?

- ☐ auf den Rand
- ☐ auf die Hände der Helfer
- ☐ ein Stück hinter das Brett

Wie zerbricht man ein Brett beim Taekwondo?

3 Mythos oder wahr? Kreuz an.

	STIMMT	STIMMT NICHT
Nur wer riesige Muskeln hat, kann ein Brett zerbrechen.	☐	☐
Holz bricht leichter entlang seiner Fasern.	☐	☐
Die Helfer dürfen das Brett locker halten.	☐	☐
Kinder üben oft mit Brettern aus Kunststoff.	☐	☐
Den Bruchtest kann man zu Hause allein üben.	☐	☐

Zum Ausschneiden

Hier ausschneiden – an der gestrichelten Linie

Bruchtest



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

Beim Bruchtest zählt Tempo mehr als Kraft: Das Brett reißt zuerst auf der Rückseite.

Sport · SP117 schulpuls.com/sp117

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 zerbricht man ein Brett beim Taekwondo?

ZUM NACHSCHAUEN

Beim Papier-Versuch zählt, was du selbst gesehen hast. Bei den Schätzfragen steht dabei, warum.

1 Probier es aus: Was macht Papier, wenn du langsam drückst – und wenn du schnell schnippst?

Was passiert beim langsamen Drücken, was beim schnellen Schnippen – und warum?

Beim langsamen Drücken weicht das Blatt einfach aus. Beim schnellen Schnippen hat es keine Zeit dazu: Es knallt, knickt oder bekommt sogar einen Riss. Genau so ist es beim Brett – Tempo macht den Unterschied.

2 Schätz mal! Kreuz an, was du glaubst.

Was ist beim Bruchtest am wichtigsten?

- [ ] dicke Muskeln
- [x] Tempo
- [ ] ein lauter Schrei

Tempo – ein schneller Stoß lässt dem Brett keine Zeit zum Ausweichen.

Wo reißt das Brett zuerst?

- [x] auf der Rückseite
- [ ] vorn, wo die Faust trifft
- [ ] an den Ecken

Hinten: Dort wird das Holz beim Durchbiegen am stärksten auseinandergezogen.

Wohin zielt man beim Bruchtest?

- [ ] auf den Rand
- [ ] auf die Hände der Helfer
- [x] ein Stück hinter das Brett

Dahinter – so bremst die Faust nicht schon an der Oberfläche ab.

Wie zerbricht man ein Brett beim Taekwondo?

3 Mythos oder wahr? Kreuz an.

	STIMMT	STIMMT NICHT
Nur wer riesige Muskeln hat, kann ein Brett zerbrechen.	☐	☒
Holz bricht leichter entlang seiner Fasern.	☒	☐
Die Helfer dürfen das Brett locker halten.	☐	☒
Kinder üben oft mit Brettern aus Kunststoff.	☒	☐
Den Bruchtest kann man zu Hause allein üben.	☐	☒