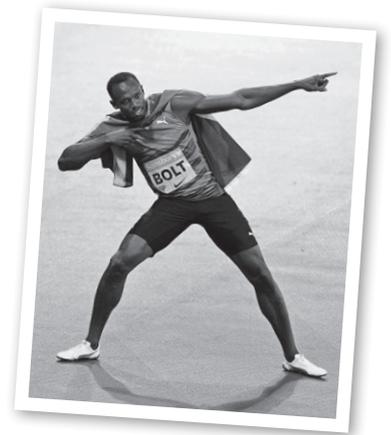




Starbiografie: Usain Bolt – Schwierigkeitsgrad 1

Usain St. Leo Bolt wurde am 21. August 1986 in Jamaika geboren. Der Sprinter lebt heute dort. Schon mit 15 Jahren wurde Usain Weltmeister der Junioren über 200 Meter. Ein Jahr später stellte er seinen ersten Weltrekord auf.



Usain Bolt gewann bei den Olympischen Spielen achtmal Gold und bei Weltmeisterschaften elfmal. Mehrfach war er Welt-Leichtathlet des Jahres. Er bekam einen Orden in Jamaika und viele andere Auszeichnungen. Das Tolle ist: Er hat das alles trotz einer verformten Wirbelsäule geschafft.

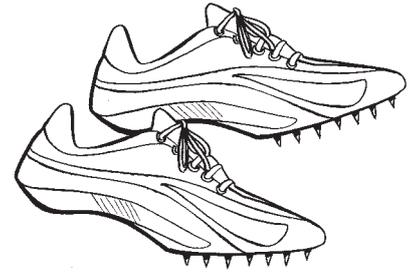
Am schnellsten ist Usain in den Sprints über 100 und 200 Meter und in der 4x100-Meter-Staffel. In allen drei Rennen hält er derzeit den Weltrekord: im Sprint über 100 Meter mit 9,58 Sekunden, über 200 Meter mit 19,19 Sekunden. Er rennt also rund 37 km/h schnell!

Usain Bolt ist mit 1,95 Meter und 95 Kilogramm sehr groß. Seine Starts sind oft langsam. Aber mit seinen langen Beinen kann er Drei-Meter-Schritte machen. Nach dem Rennen gibt es dann witzige Siegerposen: Usain stellt sich seitlich hin und hält die Arme wie jemand, der zum Himmel deutet. Manchmal tanzt der Sprinter auch, läuft Ehrenrunden, macht Liegestütze oder Purzelbäume.

Im August 2017 beendete Usain Bolt seine Sprinter-Laufbahn. Nun möchte er Profi-Fußballer werden. Er hatte Probetrainings bei Borussia Dortmund und in Australien.

Fragen zum Text: Usain Bolts Erfolge

Was hast du im Text über Usain Bolt erfahren?
Beantworte die Fragen in ganzen Sätzen.



a) Wann gewann Usain Bolt seinen ersten Weltmeister-Titel?

b) Wann stellte er den ersten Weltrekord auf?

c) Wo gewann Usain Bolt acht Goldmedaillen?

d) Bei welchen Wettbewerben gewann Usain Bolt elf Goldmedaillen?

e) Welche Weltrekorde hält er?

f) Wie schnell rennt der Sprinter?

g) Welche Auszeichnungen hat Usain Bolt erhalten?

h) Wie sehen Usain Bolts Siegerposen aus?



Kreuzworträtsel: Usain Bolt kreuz und quer

1. Löse das Kreuzworträtsel.



Tip

ä, ö, ü und ß werden als ein Buchstabe (ä, ö, ü und ß) geschrieben.

Waagrecht:

1. Bei diesem Verein will Usain Bolt demnächst trainieren (... Dortmund).
2. Usains Heimat
3. Usain Bolt hat viele Medaillen in dieser Farbe gewonnen.
4. Usains Sportart
5. Usains zweiter Vorname (St. ...)
6. In diesem Alter gewann Usain die erste Weltmeisterschaft.

Senkrecht:

7. Diese Sportart möchte Usain nach seiner Sprinterkarriere als Profi ausüben.
8. Nach dem Rennen macht Usain oft diese witzigen Bewegungen.
9. In diesem Monat ist Usain geboren.
10. Diese Auszeichnung bekam Usain in seiner Heimat.

2. Die Buchstaben in den grauen Kästen ergeben ein Lösungswort.

Lösungswort: W _____

1 2 3 4 5 6 7 8 9



Kreative Aufgabe: Dein Werbeplakat für Sprint-Schuhe

Ohne gute Sportschuhe könnte Usain Bolt keine Rennen gewinnen.

Wie müssen sie aussehen?

Was müssen sie bieten?

1. Gestalte die perfekten Laufschuhe für Sprinter.
2. Erfinde auch einen tollen Namen und einen coolen Werbespruch für deine Schuhe.

