

Lernen auf Distanz im Sportunterricht der Primar- und Erprobungsstufe

Organisatorische Voraussetzungen:

- Gruppengröße den aktuellen Vorgaben anpassen
- Betreten, Verlassen der Turnhalle und Umkleidevorgang standortbezogen regeln
- Sicherheitsabstand von 1,50 bis 2,00m einhalten
- Bewegungsräume auf dem Schulhof oder im direkten Schulumfeld nutzen
- Kleinmaterialien (z.B. Bälle) nicht wechselseitig benutzen
- Keine Sportspiele mit Körperkontakt anbieten

Stundenthema : Bereich 7 - Spielen in und mit Regelstrukturen

Jahrgangsstufe: Klasse 4 bis 5

Schwerpunkt/Bereich Spielspezifische motorische Fertigkeiten lernen, üben und anwenden

Allgemeine Ballschule zur Erweiterung der sportspielübergreifenden motorischen Fertigkeiten Fangen, Passen und Prellen

Material/Organisation

Zwei gleiche Bälle (Basketball, Volleyball oder Gymnastikball) pro Kind und einen Reifen, Arbeitsblatt und persönliche Stifte; durch Klebeband abgegrenzter Bewegungsraum je SuS, Plakat

**Verlaufsplanung im Detail:
(Arbeitsaufträge etc. im Anhang)**

Unterrichtsphase	Aktivitäten der SuS / Lehrkraft	Organisation
<p>Einstieg</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zielformulierung / Stundenverlauf • Reaktivierung der Regeln im Umgang mit dem Ball • „Warm Up“ 	<ul style="list-style-type: none"> • L. benennt das Ziel der Stunde („Fertigkeiten und Fähigkeiten im Umgang mit dem Ball erweitern“) und erklärt den Verlauf der Stunde • SuS wiederholen bzw. erhalten wichtige Sicherheitsaspekte zum Ball • L. gibt Aufwärmübungen vor 	<ul style="list-style-type: none"> • SuS mit Abstand • Regelplakat (Schmuck abziehen, konzentriert sein, Spannung in den Fingern, ungenutzte Bälle liegen im Reifen am Rand, ...) • Jede(r) SuS im abgegrenzten Bewegungsraum
<p>Arbeitsphase 1</p>	<ul style="list-style-type: none"> • SuS arbeiten im abgegrenzten Bewegungsraum mit den Impulsaufgaben (siehe Anhang) 	<ul style="list-style-type: none"> • Einzelarbeit mit dem Ball • Arbeitsblatt und Stift
<p>Arbeitsphase 2</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Die Kinder stellen ihre Tipps zur Ausführung vor und überlegen gemeinsam, wie Übungen mit dem Ball schwieriger werden können. 	<ul style="list-style-type: none"> • SuS mit Abstand • Lehrkraft notiert Ideen zur Erhöhung der Anforderung auf Plakat (Zeitvorgabe, zwei Bälle, Zusatzaufgaben erledigen,...)
<p>Arbeitsphase 2</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Die Kinder entwickeln zwei bis drei Erweiterungen zu den Grundübungen und halten sie auf dem AB fest. Sie 	<ul style="list-style-type: none"> • Austausch der gefundenen Lösungen unter Beachtung der Distanz

	<p>präsentieren ihre gefundenen Lösungen einem Kind aus dem benachbarten Sektor</p>	
Arbeitsphase 3	<ul style="list-style-type: none"> • SuS erproben die Ideen der MitschülerInnen 	<ul style="list-style-type: none"> • Jede(r) SuS im abgegrenzten Bewegungsraum
Reflexion	<ul style="list-style-type: none"> • SuS geben Rückmeldung zu den erstellten Bewegungsaufgaben 	<ul style="list-style-type: none"> • Austausch unter Beachtung der Distanz
Abschluss	<ul style="list-style-type: none"> • „Schlangendribbling“- SuS dribbeln durch die abgegrenzten Bewegungsräume jeweils um einen Reifen der anderen SuS und legen ihre Bälle im zuvor aufgestellten Ballwagen oder Kasten ab 	<ul style="list-style-type: none"> • Auf Startkommando dribbeln alle SuS mit Abstand durch die Bewegungsräume der anderen SuS

Anhang:

Aufwärmübung:

1. Ballfortbewegung:

Die Kinder laufen in ihrem markierten Bereich. Die Lehrkraft gibt Anweisungen, wie der Ball fortbewegt werden soll: mit der Hand, dem Fuß, Kopf, Knie, Ellbogen... tragen, rollen, dribbeln...

2. Dribbeln 1-2-3:

Die Kinder laufen durcheinander und prellen den Ball. Auf Kommando (verbal oder akustisch) passen sie das Tempo an und bleiben bei einem Pfiff stehen (1 = gehen, 2 = laufen, 3 = jeder so schnell wie er kann mit Ball)

Arbeitsauftrag (Ball-Geschicklichkeit – Arbeitsphase 1):

Führe die Aufgaben zur Ballgeschicklichkeit durch und notiere deinen Rekord in der jeweiligen Spalte.

(Evtl.) Beobachtungsauftrag:

„Achte darauf, wie du den Ball spielst, damit die Übung gelingt!“




Arbeitsauftrag (Ball-Geschicklichkeit – Arbeitsphase 2):

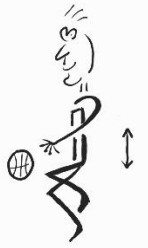


Überlege dir für zwei bis drei Aufgaben eine Möglichkeit zur Steigerung, um die Übung schwieriger zu gestalten und schreibe die Idee nach dem Ausprobieren auf.

Hinweis zu den Bällen:

Bälle und Kleinmaterialien dürfen nicht wechselseitig benutzt werden! Die Lehrkraft muss also selbstständig entscheiden, ob allen Kindern von Beginn an zwei Bälle zur Verfügung stehen oder nur bei Bedarf der zweite Ball jeweils ausgeteilt wird.

Ein großes Problem stellt zudem die Rückgabe verlorener Bälle dar, was bei der Ballschule zwangsläufig geschieht. Wenn tatsächlich Bälle nicht mit dem Fuß zurückgespielt werden dürfen, muss die Lehrkraft ggf. mit Handschuhen verlorene Bälle zurückrollen. Die Kinder dürfen ihren Übungsbereich nicht verlassen.

Aufgabe	Erklärung	Tipps zur Ausführung	Meine Idee zur Steigerung
<p>1. Wandprellen</p>  <p><small>https://www.mobilesport.ch/assets/lbwp-cdn/mobilesport/files/2011/03/Nummer_fuer_Nummer_posten_d11.pdf</small></p>	<p>Prelle einen Ball möglichst oft mit beiden Händen gegen die Wand. Notiere deinen Rekord:</p>		
<p>2. Drehwurm</p>  <p><small>https://www.mobilesport.ch/assets/lbwp-cdn/mobilesport/files/2011/03/Nummer_fuer_Nummer_posten_d11.pdf</small></p>	<p>Wirf den Ball hoch, drehe dich im Kreis und fange den Ball. Notiere deinen Dreh- Rekord:</p>		
<p>3. Schlafdribbling</p>  <p><small>https://de.freepik.com/vektoren-kostenlos/geschlossene-augen-mit-langen-wimpern_778731.htm#page=1&query=geschlossene%20augen&position=0</small></p>	<p>Schließe die Augen und prelle den Ball abwechselnd mit rechts und links. Notiere deinen Rekord:</p>		

Aufgabe	Erklärung	Tipps zur Ausführung	Meine Idee zur Steigerung
<p data-bbox="141 204 383 240">4. Auf und ab</p> 	<p data-bbox="595 204 963 440">Setze dich auf den Boden und stehe auf ohne das Dribbeln zu unterbrechen.</p> <p data-bbox="573 469 981 505">Notiere deinen Rekord:</p>		
<p data-bbox="141 608 465 644">5. Durch die Beine</p>  <p data-bbox="192 954 510 983"><small>https://www.mobilesport.ch/assets/lbwp-cdn/mobilesport/files/2011/03/Nummer_fuer_Nummer_posten_d11.pdf</small></p>	<p data-bbox="577 608 976 844">Stelle dich in Schrittstellung auf und dribbel den Ball durch die Beine hin und her.</p> <p data-bbox="573 873 981 909">Notiere deinen Rekord:</p>		
<p data-bbox="141 1027 454 1064">6. Rückwärtswurf</p>  <p data-bbox="192 1361 510 1390"><small>https://www.mobilesport.ch/assets/lbwp-cdn/mobilesport/files/2011/03/Nummer_fuer_Nummer_posten_d11.pdf</small></p>	<p data-bbox="564 1027 987 1264">Wirf den Ball hinter dem Rücken beidhändig über den Kopf an die Wand und fange ihn.</p> <p data-bbox="573 1292 981 1329">Notiere deinen Rekord:</p>		

Hallenplan:

