

## 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 9 - Thema „Duell-Time“**

**Jahrgangsstufe: Klasse 4-6**

#### **Schwerpunkt/Bereich:**

In Kampfsituationen die Gegnerin bzw. den Gegner als Partner(in) achten und Chancengleichheit herstellen

#### **Material/Organisation:**

Siehe Stationsbeschreibung



<b>Arbeitsphase 2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SuS präsentieren ihre gefundenen Lösungen/ ihre Einschätzung zu den Duellen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Austausch der gefundenen Lösungen/Einschätzungen unter Beachtung der Distanz</li> </ul>
<b>Arbeitsphase 3</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SuS entwickeln mit Partner(in) eigene Duell-Situationen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SuS zu zweit im abgegrenzten Bewegungsraum</li> <li>• Arbeitsblatt</li> </ul>
<b>Präsentationsphase</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SuS präsentieren die entwickelten Duelle</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation mit Abstand im abgegrenzten Bereich</li> </ul>
<b>Abschluss</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Spiel „Feuer, Wasser, Blitz“</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ganze Halle unter Beachtung der Abstandsregel</li> </ul>

## Anhang:

### Duell 1: Bank-Wettkampf

Steigt zu zweit 10-mal mit **beiden** Füßen auf die Bank und legt euch am Schluss flach auf den Boden. Wer ist schneller?

Benötigtes Material: 1 Bank

### Duell 2: Einbein-Wettkampf

Wer kann 60 Sekunden lang mit geschlossenen Augen auf einem Bein stehen? Probiert es in der 2er Gruppe.

Benötigtes Material: -

### Duell 3: Kegel-Wettkampf

Wer schafft es mit den wenigsten Versuchen, 1x einen Kegel aus 5m mit einem Softball zu treffen? Baut 2 Kegelbahnen auf.

Benötigtes Material: 2 Pylonen; 2 Kegel; 2 Softbälle

#### **Duell 4: Basketball-Wettkampf**

Wer trifft mit den wenigsten Versuchen aus 6 m mit einem Tennisball den Basketballkorb bzw. das Basketballbrett ?

Benötigtes Material: Basketballkorb; 1 Tennisball

#### **Duell 5: Baumstammrollen-Wettkampf**

Wer rollt als Baumstamm (Körperlängsachse) am schnellsten über 6m (3 Matten quer) ins Ziel?

Benötigtes Material: 2x3 Matten

#### **Duell 6: Seilziehen-Wettkampf**

Steigt zu zweit auf eine Bank; jeder hält mit **einer** Hand das Ende eines Seils fest und versucht den Gegenüber zuerst aus dem Gleichgewicht bringen. Wer verliert zuerst das Gleichgewicht und fällt von der Bank?

Benötigtes Material: 1 Bank; 1 Gymnastikstab

#### **Hallenplan:**

<b>Station 1: Bankwettkampf</b>	<b>Station 2: Einbein-Wettkampf</b>	<b>Station 3: Kegel-Wettkampf</b>
<b>Station 4: Basketball-Wettkampf</b>	<b>Station 5: Baumstammrollen-Wettkampf</b>	<b>Station 6: Seilziehen-Wettkampf</b>

**Überprüfung Station \_\_\_\_\_:**

**Mache ein Kreuz im jeweiligen Bereich (fair, nicht fair)**

**O = fair**

**O = nicht fair**



**Begründe deine Einschätzung**

**Fair, weil ...**

**nicht fair, weil ...**


**Folgende Regeländerungen würde ich vorschlagen:**




**Vereinbarte Regeländerungen:**


## Arbeitskarte „It´s Duell Time“

2er Team: \_\_\_\_\_

**Arbeitsauftrag:**

Entwickelt eine Duellsituation. Achtet darauf, dass alle Gruppenmitglieder ihre Ideen einbringen können. Beachtet dabei folgende Kriterien:

- Duellsituation 1:1
- Kein direkter Körperkontakt und Abstand
- Einfacher Materialeinsatz
- Maximale Duelldauer 2 min
- Einfache und klare Regeln (z.B Anfang und Ende des Duells)
- Chancengleichheit (Duell für ein(e) SuS erleichtern oder erschweren)

**Name der Duellsituation:**

\_\_\_\_\_

**Wir haben uns folgendes Duell ausgedacht:**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Benötigtes Material:**

\_\_\_\_\_

**Evtl. Zeichnung:**

**Notiert euch hier die Rückmeldungen der anderen Gruppen:**