

Ideensammlung der Bezirksregierungen Arnsberg und Detmold zum Sportunterricht im Freien

(auf Basis der Vorgaben aus dem Faktenblatt des MSB vom 3. August 2020)

Organisatorische Voraussetzungen:

- Einhaltung Sicherheitsabstand (1,5 -2m)
- Keine Sportspiele mit Körperkontakt
- Maskenpflicht entfällt im Sportunterricht

Stundenthema :

Klasse/Jahrgangsstufe: 1 - 4

Bewegungsfeld/Sportbereich: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik /Tanz, Bewegungskünste

Inhaltsfeld/er: Die Vielfalt von Bewegungsmöglichkeiten entdecken, erproben und variieren

Material: Gummitwist (ggf. Stühle zum Befestigen der Gummis)

Verlaufsplanung

**Unterrichtsphase
incl. Zeitangabe**

**Aktivitäten der SuS / LK
(Beschreibung Spiel-/Übungsformen)**

Organisation

<p>Einstieg</p> <p>Ca. 10 Min</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zielformulierung / Stundenverlauf • Aufwärmen 	<ul style="list-style-type: none"> • Innenstirnkreis mit Abstand: L begrüßt die SuS und benennt das Ziel der Stunde • Aufwärmspiel an einer Linie: Reaktionsspiel „Cola, Fanta, Sprite“ 	<ul style="list-style-type: none"> • Hygieneregeln wiederholen • Hände vor- und nachher desinfizieren • SuS mit Abstand, jedes Kind an seinem Platz • SuS reagieren auf akustische Signale, das Hüpfen bereitet das Springen am Gummi vor
<p>Arbeitsphase 1</p> <p>Ca. 13 Min</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gummitwist 	<ul style="list-style-type: none"> • Gruppenbildung: Jeweils 3 bis 5 Kinder bilden eine Gummitwistgruppe: 2 Kinder stehen im Gummi (die von den anderen zwischendurch abgelöst werden), die anderen Kinder stehen im Abstand hintereinander: • Freies Erproben von Sprungmöglichkeiten • Festlegung von einer Sprungfolge: Einer macht vor, die anderen versuchen nachzuspringen 	<ul style="list-style-type: none"> • Pro Gruppe 1 Gummitwist • Bei kurzen Gummis können ein oder beide Enden an einem Gegenstand (Stuhl, Baum, Pfeiler...) befestigt werden
<p>Zwischenreflexion</p> <p>Ca. 5 Min</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Präsentation einiger Sprungfolgen 	<ul style="list-style-type: none"> • SuS kommen in den Kreis unter Berücksichtigung des Mindestabstandes

		<ul style="list-style-type: none"> • Präsentation im Kreis unter Berücksichtigung des Mindestabstandes
Arbeitsphase 2 Ca. 12 Min	<ul style="list-style-type: none"> • Erneutes Ausprobieren anderer Sprungfolgen 	<ul style="list-style-type: none"> • SuS gehen zurück an ihren Übungsplatz
Abschluss /Reflexion / Ausblick Ca. 5 Min	<ul style="list-style-type: none"> • Ausblick: „Wir springen nach Reimen.“ 	<ul style="list-style-type: none"> • Innenstirnkreis , SuS mit Abstand • Mündlicher Austausch unter Beachtung der Distanz

Anhang:

- **Spiel: „Cola, Fanta, Sprite“:**
 - Fanta: die Kinder stehen hinter der Linie
 - Cola: über die Linie auf die andere Seite springen
 - Sprite: ein Fuß steht auf der Fanta Seite, der andere auf der Cola Seite
 - Wer einen Fehler macht, scheidet aus, geht 2 m zurück und beobachtet die Reaktionen der anderen
- **Ausblick:**
 - „Wir springen nach Reimen.“
 - Möglichkeiten:
 - Welche Reime kennst du?

- Du darfst dir selbst einen Reim ausdenken.
- Recherchieren im Internet, ausdrucken
- Reime mitbringen: Einige Links dazu:
 - https://okidoki.orf.at/dateien/2292_Gummitwist_Unzeitig.pdf (umfassend)
 - <http://www.sportpaedagogik-online.de/leicht/gummitwist.html>
 - <https://www.pinterest.de/pin/551339179360421122/>