

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: „Sockenball“ – Übungen und Spiele mit einem selbst hergestellten Wurfobjekt

Klasse/Jahrgangsstufe: 2-4

Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltsfeld/er: Vielfältige Wurfarten entdecken, ausprägen und anwenden

Material: Socken; Zeitungspapier oder Alufolie; kleine Steine, 1 Reifen, 6-8 Papprollen

Verlaufsplanung

Unterrichtsphase
incl. Zeitangabe

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

Organisation

<p>Einstieg</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zielformulierung / Stundenverlauf • Aufwärmen • Bau des Sockenballs 	<ul style="list-style-type: none"> • L. erklärt den Inhalt und das Ziel der Stunde („Wir bauen einen Sockenball und Werfen auf verschiedene Art und Weise damit“) • Fangspiel 1,2,3.... (siehe Anhang 1) • SuS bauen gemäß der L.-Anleitung den Sockenball (siehe Anhang 2) 	<ul style="list-style-type: none"> • SuS mit Abstand im Halbkreis • Hände vor- und nachher desinfizieren • SuS mit Abstand; Papprolle als Fangstab • SuS mit Abstand • Socke, Zeitungsblatt oder Alufolie
<p>Arbeitsphase 1</p> <ul style="list-style-type: none"> • Arbeitsauftrag 1 • Arbeitsauftrag 2 • Reflexion 1 	<ul style="list-style-type: none"> • „Sucht euch auf dem Schulhof verschiedene Ziele und werft mit dem Sockenball aus verschiedenen Entfernungen auf das Ziel!“ • „Versucht, mit verschiedenen Wurfbewegungen das Ziel zu treffen!“ (vw, rw, sw, von oben, von unten...) • SuS demonstrieren verschiedene Wurfbewegungen an einem ausgewählten Ziel; Austausch über Vor- und Nachteile der jeweiligen Wurfbewegung 	<ul style="list-style-type: none"> • SuS mit Abstand in Einzelarbeit • L. notiert Ergebnisse auf einem Plakat (siehe Anhang 3)

Arbeitsphase 2: <ul style="list-style-type: none"> • Spielerklärung 	<ul style="list-style-type: none"> • L. erklärt das Spiel „Socken-Boccia“ (siehe Anhang 4) • SuS spielen in 3er Gruppen das Spiel 	<ul style="list-style-type: none"> • Besondere L.-Hinweise zum Abstand + Ablauf
Abschluss	<ul style="list-style-type: none"> • Spiel „Hör-Test“ (siehe Anhang 5) 	<ul style="list-style-type: none"> • SuS mit Abstand in Kreisform

Anhang 1: Spiel „1,2,3...“

Alle SuS bilden einen großen Kreis. In dessen Mitte steht ein/eine S. in einem ca. 3m großen Kreis. Diese(r) Fänger(in) schließt die Augen und zählt laut bis 3. In diesem Zeitraum laufen alle anderen SuS möglichst weit weg vom Fänger(in).

Der/die Fänger(in) darf nun vom äußeren Rand seines/ihres Kreises 3 Schritte machen und versuchen, mindestens einen anderen Mitschüler(in) zu berühren. Falls es gelingt, muss diese(r) S. beim nächsten Durchgang mit in den kleinen Kreis.

Anhang 2: Bau des Sockenballs

1. Kugel aus Zeitungspapier/Alufolie in eine Socke stecken → bis zum Ende
2. Socke verdrehen
3. Hand in die Socke stecken und Kugel greifen
4. Socke umstülpen
5. Socke verdrehen und wieder umstülpen

6. Socke noch einmal verdrehen und umstülpen

Anlage 3: Plakat Wurferfahrungen

Wurfarten	leicht, weil.....	Schwer, weil

Anlage 4: Spiel „Socken-Boccia“

Spielablauf ähnelt dem regulären Boccia; abwechselnd wird von einer Abwurflinie ein Stein als Ziel nach vorne geworfen; jede(r) S. versucht nun mit seinem Sockenball, möglichst nahe an das Ziel heranzuworfen; Wertung 3/2/1 Punkte; Sieger(in) wird man mit 20 oder 30 Punkten

Anlage 5: Spiel „Hör-Test“

Alle SuS stehen rücklings mit geschlossenen Augen und Abstand im Kreis; der L. steht in der Mitte und lässt einen Reifen trudeln; sobald der Reifen flach und lautlos auf dem Boden liegt, sollen die SuS die Augen öffnen und sich umdrehen