

Stundenthema: Bereich 2 - Thema „Gummitwist“

Jahrgangsstufe: Klasse 2-4

Schwerpunkt/Bereich: Spielmöglichkeiten in ihrer Vielfalt entdecken sowie Spiel- und Bewegungsräume erschließen und ausgestalten

Material/Organisation: lange Gummibänder (um den notwendigen Abstand zwischen den SuS zu ermöglichen); Arbeitskarten/ Plakate (siehe Anhang)

Literatur: Gummitwist & Co., Birgit Fuchs, 2007

Verlaufsplanung (In Abhängigkeit der Zeit kann man den Stundenverlauf auf mehrere Stunden aufteilen.)

Unterrichtsphase	Aktivitäten der SuS / Lehrkraft	Organisation/ Medien
<ul style="list-style-type: none">• Stundenverlauf / Vereinbarungen	<ul style="list-style-type: none">• L. und SuS vereinbaren gemeinsame Regeln für das Springen.	<ul style="list-style-type: none">• SuS mit Abstand• Regelplakat (siehe Anhang)
<ul style="list-style-type: none">• Grundsprünge vorstellen	<ul style="list-style-type: none">• L. stellt anhand des Plakates die Grundsprünge vor.	<ul style="list-style-type: none">• SuS mit Abstand• Plakat „Grundsprünge“
<ul style="list-style-type: none">• Arbeitsphase 1	<ul style="list-style-type: none">• SuS erproben in 3 er Gruppen die Grundsprünge. Sie achten beim Wechsel der Positionen auf den notwendigen Abstand.	<ul style="list-style-type: none">• Gummibänder• Plakat „Grundsprünge“
<ul style="list-style-type: none">• Arbeitsphase 2	<ul style="list-style-type: none">• SuS erproben vorgeschlagene Sprungkombinationen.	<ul style="list-style-type: none">• s.o.

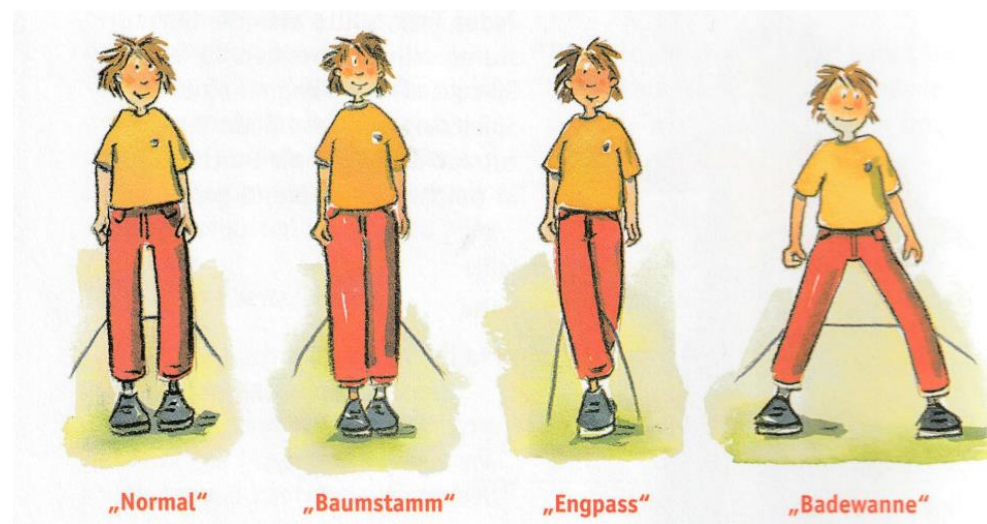
		<ul style="list-style-type: none"> • Sprünge „Hexenhaus“, Indianerliebe, Peter Alexander, Hau Ruck
<ul style="list-style-type: none"> • Arbeitsphase 3 	<ul style="list-style-type: none"> • SuS erfinden eigene Sprungfolgen und Sprüche. 	<ul style="list-style-type: none"> • s.o.
<ul style="list-style-type: none"> • Abschluss/Präsentation 	<ul style="list-style-type: none"> • Die Gruppen präsentieren ihre Sprungfolgen. 	<ul style="list-style-type: none"> • s.o.

Regeln und Vereinbarungen für das Gummitwist

Die Gummihöhen



Fußstellungen der Standspieler



Die Regeln

1. Sobald der Springer einen Fehler macht, setzt er aus.
2. Der Springer wiederholt diejenige Höhe, in der er einen Fehler gemacht hat.
3. Wer als bester Springer die höchste Stufe regelgerecht durchläuft, geht als Sieger hervor.
4. Mögliche Fehler:
 - Die Füße landen auf dem falschen Gummiband.
 - Das Gummi bleibt am Fuß hängen.
 - Ein Sprungelement wird vergessen.

Grundsprünge

Mitte	Hier springst du in die Mitte des Gummibandes, sodass beide Füße vom Gummiband umgeben sind.	
Grätsche	Bei dieser Sprungvariante platzierst du beide Füßen außerhalb des Gummis.	
Auf	Du springst mit beiden Füßen auf das Gummi.	
Raus	Du springst mit beiden Füßen auf die vorgegebene linke oder rechte Seite neben das Gummiband.	
S-Form	Du springst die Grätsche, führst deine Füße langsam zusammen und machst eine halbe Körperdrehung.	