

## 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 6 – Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste**

**Jahrgangsstufe: Klasse 2/3**

**Schwerpunkt/Bereich:** Wir erproben unterschiedliche Alltagsgegenstände mit Hilfe des Spiels „Throw the dice – Wirf den Würfel“

**Material:** Würfel oder Schaumstoffwürfel, Reifen, Jongliertücher, Bierdeckel, Seilchen, Bleistift (pro Kind je 1), Würfelplakate AB 1-4, Langbänke nach Bedarf

**Mögliche Musik** (zur Untermalung in den Arbeitsphasen): Just A Gent - Rolling Dice (feat. Ella Vos & Joey Chavez)

Link: <https://www.youtube.com/watch?v=Src-BQIbWuo>

### **Organisation**

Die Gruppe wird in Gruppe A und Gruppe B unterteilt. Je nach Voraussetzung kann eine Langbank die Gruppen trennen (siehe Hallenplan).

Die Lehrkraft entscheidet für ihre Lerngruppe selbst, ob die Schüler der Gruppe A und B am gleichen Alltagsmaterial arbeiten oder ob verschiedene Materialien benutzt werden. In folgenden Stunden können die Materialien dann auch gewechselt werden. Der Stundenablauf bleibt gleich, so dass gerade jüngere SuS mit dem Ablauf der Unterrichtsstunde vertraut sind.

Das Würfelspiel kann problemlos auf dem Schulhof oder Sportplatz durchgeführt werden.

Weiterhin können die SuS es selbstständig in den Pausenzeiten spielen, wenn sie das Prinzip des Spiels verinnerlicht haben. Dann sind den möglichen Materialien keine Grenzen gesetzt und die SuS können ihre Fantasie spielen lassen.

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

Unterrichtsphase	Aktivitäten der SuS / Lehrkraft	Organisation
<p><b>Einstieg</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zielformulierung / Stundenverlauf</li>   <li>• Arbeitsauftrag</li>   <li>• „Warm Up“</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• L. benennt das Ziel der Stunde: „Wir werden heute einige Alltagsmaterialien mit Hilfe eines Würfelspiels erproben und ihr dürft eigene Übungen erfinden.“</li> <li>• L. liest die Spielanleitung von „Throw the dice“ vor, L. zeigt ein oder mehrere Plakate mit Würfelbildern und erklärt die Übungen</li> <li>• SuS dürfen Rückfragen stellen</li> <li>• L. gibt einige Aufwärmübungen vor, die die SuS am Platz nachmachen</li> <li>• SuS führen paarweise einige Aufwärmübungen selbstständig durch, die sie bereits kennen, oder wiederholen die Übungen des L.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SuS stehen mit Abstand zueinander, evtl. bereits auf ihren Plätzen, um den Reifen herum</li>   <li>• Spielanleitung „Throw the dice“</li> <li>• Plakat mit Würfelbildern und Aufgaben (siehe Anhang AB 1-4)</li> <li>• Je nach Lerngruppe sollten die Übungen vom L. vorgemacht werden</li>   <li>• Musik wird zum Warm up eingespielt</li> <li>• Jede(r) SuS im abgegrenzten Bewegungsraum</li> <li>• PA von zwei benachbarten SuS</li> </ul>
<p><b>Arbeitsphase 1</b> Spiel „Throw the dice“</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SuS stehen im Innenstirnkreis um den Reifen mit den Würfeln</li> <li>• SuS würfeln nacheinander und</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plakat mit Würfelbildern und Aufgaben (AB 1-4)</li> <li>• Jede(r) SuS an seinem Platz, es wird im Uhrzeigersinn gewürfelt,</li> </ul>

	<p>führen alle gemeinsam die gewürfelte Übung aus (je ca. 1 Min.)</p>	<p>immer nur ein Kind geht in die Mitte, um die neue Übung zu würfeln</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Musik kann eingespielt werden</li> </ul>
<p><b>Arbeitsphase 2</b></p> <p>Zwischen - Reflexion</p> <p>Erarbeitung eigener Ergebnisse</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• L.: „Welche Übung hat dir am besten gefallen und warum?“</li> <li>• SuS erhalten ein leeres Würfelbild und erfinden selber eine Übung, die zum Material (ggf. auch zur Musik) passt.</li> <li>• SuS erproben diese an ihrem Platz</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mündlicher Austausch unter Beachtung der Distanz</li> <li>• Jeder an seinem Platz</li> <li>• Vorlage der leeren Würfelbilder (AB 5)</li> <li>• Musik kann eingespielt werden</li> </ul>
<p><b>Arbeitsphase 3</b></p> <p>Präsentation eigener Ergebnisse</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SuS präsentieren ihre Übung den benachbarten SuS ihrer Gruppe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mündlicher Austausch unter Beachtung der Distanz</li> </ul>
<p><b>Arbeitsphase 4</b></p> <p>Spiel „Throw the dice“</p> <p>2. Runde – Erprobung des eigenen Spiels</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• L.: „Legt die Ergebnisse jeder Gruppe zusammen und erstellt so ein neues Würfelplakat mit den Übungen!“</li> <li>• SuS spielen erneut das Würfelspiel, indem sie ihre eigenen Übungen erproben</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plakat mit Würfelbildern und neu erarbeiteten Aufgaben</li> <li>• Jede(r) SuS an seinem Platz, es wird wieder im Uhrzeigersinn gewürfelt</li> <li>• Musik kann eingespielt werden</li> </ul>
<p><b>Abschluss</b></p> <p>Präsentation</p> <p>Reflexion</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation des neuen Würfelspiels unter den beiden Gruppen</li> <li>• Reflexion: „Sind euch eure Übungen gelungen?“</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mündlicher Austausch unter Beachtung der Distanz</li> <li>• Plakate werden gesichert und können in der kommenden Stunde wieder aufgegriffen werden</li> </ul>

Anhang:



## **Spielanleitung** des Spiels „Throw the dice - Wirf den Würfel“

### **Würfelspiel mit Alltagsmaterial**

#### **Spielvorbereitung**



- Eine Gruppe besteht aus 6 Kindern
- Du brauchst: 1-6 Reifen pro Gruppe und 6 mal das Alltagsmaterial, pro Kind ein Würfel
  - Seilchen
  - Tücher
  - Reifen oder
  - Bierdeckel
- Ordne sie wie auf dem Hallenplan an!

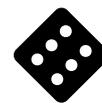
#### **Spielverlauf**

Der Lehrer bestimmt, welches Kind zuerst zum mittleren Reifen geht und mit seinem Würfel würfelt.

Das Kind teilt das Würfelergebnis den anderen SuS mit und alle SuS führen die Übung nach dem Plan selbstständig aus.

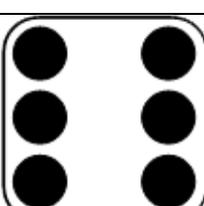
Danach wird im Uhrzeigersinn weiter gewürfelt.

Viel Spaß beim Ausprobieren!

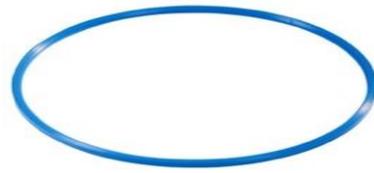


# AB 1: Aufgaben mit dem SEILCHEN



	Springe 10 x vorwärts Seilchen
	Springe 10 x rückwärts Seilchen
	Lege das Seil vor dich auf den Boden, springe 10 x darüber
	Versuche den Doppelschlag!
	Springe 5 x auf dem rechten Bein!
	Springe 5 x auf dem linken Bein!

## AB 2: Aufgaben mit dem REIFEN



	Führe deinen Reifen auf Hüfthöhe und mache Hula-Hopp.
	Stelle dich in den Reifen, springe 10 x über den Reifenrand nach vorne und wieder in den Reifen zurück!
	Nimm den Reifen in die Hand und versuche ihn vor dir auf dem Boden zu drehen!
	Stelle dich in den Reifen, springe 10 x über den Reifenrand nach hinten und wieder in den Reifen zurück!



Stelle dich in den Reifen, springe auf einem Bein über den Reifenrand nach vorne und wieder zurück! Wechsle das Bein nach 5 Sprüngen!



Suche dir eine Aufgabe von 1 bis 5 aus und mache sie!

## AB 3: Aufgaben mit TÜCHERN



	Wirf das Tuch 10 x in die Luft und fange es wieder auf.
	Wirf das Tuch in die Luft, setze dich schnell auf den Boden und fange das Tuch mit den Händen wieder auf.
	Wirf das Tuch in die Luft und fange es mit deiner rechten Fußspitze wieder auf.
	Wirf das Tuch in die Luft, setze dich schnell auf den Boden und fange es mit

	deinen Füßen auf.
	Wirf das Tuch in die Luft, klatsche 2 x in die Hände und fange wieder auf.
	Lass das Tuch in deinen Händen komplett verschwinden. Nun öffnest du deine Hände ganz langsam und schaue was passiert 😊

## AB 4:Aufgaben mit BIERDECKELN



	<p>Lege den Bierdeckel auf den Boden. Stelle dich mit dem rechten Bein darauf. Halte das Gleichgewicht!</p>
	<p>Versuche den Bierdeckel auf deinem Kopf zu balancieren.</p>
	<p>Lege den Bierdeckel auf den Boden. Stelle dich mit dem linken Bein darauf. Halte das Gleichgewicht!</p>
	<p>Versuche den Bierdeckel auf deinem Kopf zu balancieren und dabei zwei Schritte rückwärts und dann wieder vorwärts zu</p>

	deinem Platz zu gehen!
	Lege den Bierdeckel auf den Boden. Stelle dich mit deinen Zehenspitzen auf ihn. Halte das Gleichgewicht!
	Suche dir eine Aufgabe von 1 bis 5 aus und mache sie!

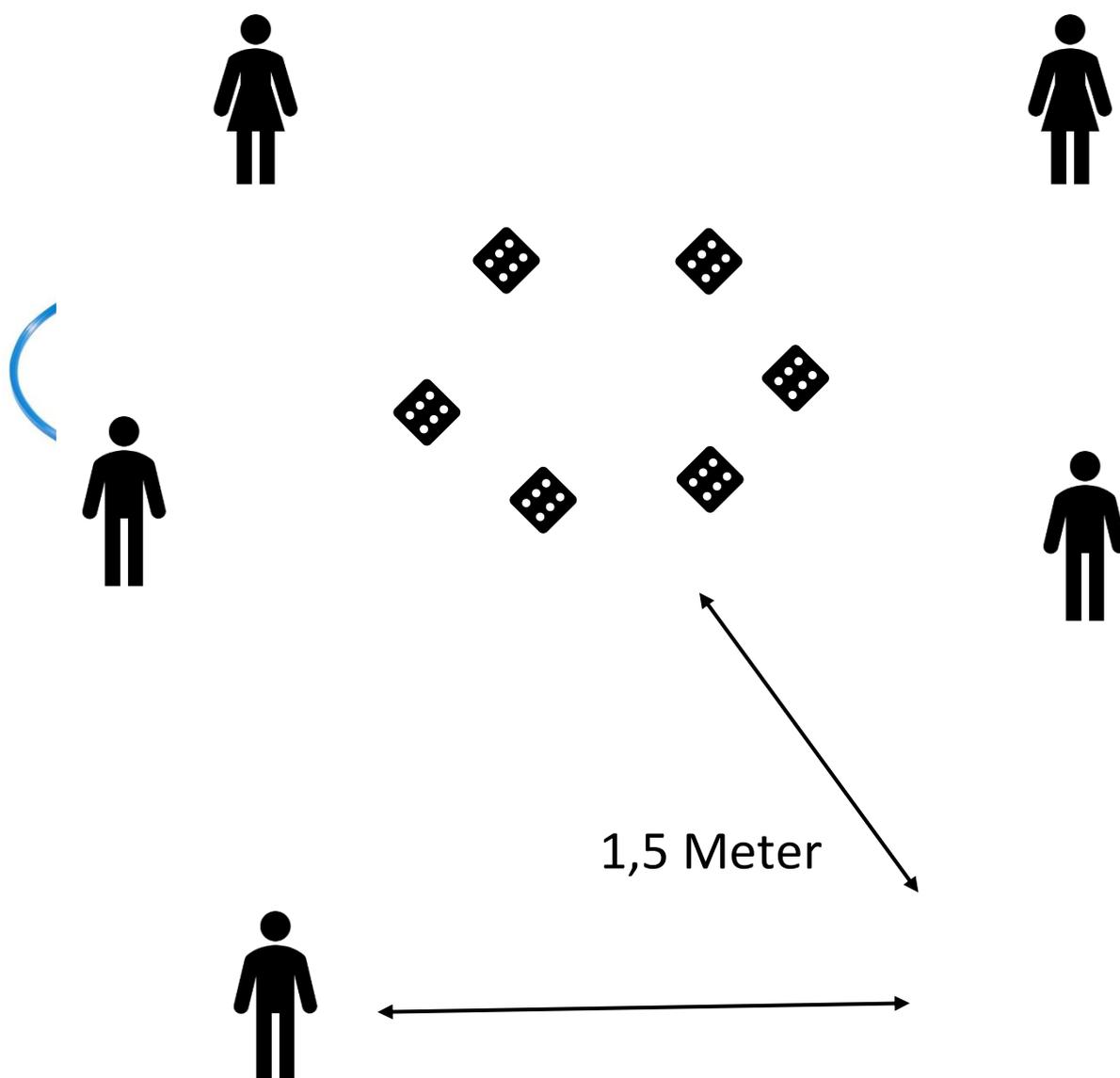
AB 5: Finde eine eigene Übung! Trage sie ein.

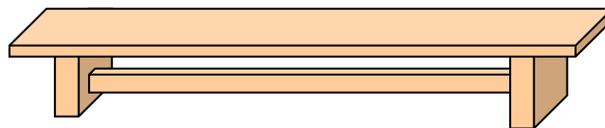
# Hallenplan des Spiels „Throw the dice - Wirf den Würfel“

## Würfelspiel mit Alltagsmaterial

### Aufbau pro 6er Gruppe



Schüler stehen um den Reifen im Abstand von 1,5 m herum. Ggf. kann die Position mit Hilfe eines Reifens oder Klebestreifens auf dem Boden markiert werden!



Bei jüngeren Kindern empfiehlt es sich, eine Langbank zwischen die Gruppen zu stellen.