

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 1 - Thema „ Was meine Füße alles können - sensomotorischer Parcours“

Jahrgangsstufe: Klasse 3 - 6

Schwerpunkt/Bereich

Grundlegende Fähigkeiten und Fertigkeiten der Füße wahrnehmen und erproben

Organisation

Abgegrenzter Bewegungsraum je SuS, alle Stationen sind zweifach, parallel aufgebaut, Stationswechsel nach Klingelsignal

Material für die Stationen

Stationskarten in zweifacher Ausführung, 6 Seilchen, 2 Bälle, 4 Hütchen, 4 Kisten, Steinchen, Papier, 2 Stifte, 2 Lappen/Sandsäckchen

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

Unterrichtsphase	Aktivitäten der SuS / Lehrkraft	Organisation
<p>Einstieg</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zielformulierung / Stundenverlauf • Reaktivierung der Regeln zur Stationsarbeit • Arbeitsauftrag • „Warm Up“ 	<ul style="list-style-type: none"> • L. benennt das Ziel der Stunde („Grundlegende Fähigkeiten und Fertigkeiten der Füße wahrnehmen und erproben“) und erklärt den Verlauf der Stunde • SuS wiederholen die Regeln der Stationsarbeit • L. erklärt den Arbeitsauftrag sowie die damit verbundene Bedeutung der barfüßigen Durchführung • L. gibt Aufwärmübungen vor, barfuß vw und rw gehen, auf Zehenspitzen gehen, Füße kreisen ... • anschl. denken sich einige SuS Übungen aus, die von der Gesamtgruppe ausprobiert werden 	<ul style="list-style-type: none"> • SuS mit Abstand • Regelplakat • Plakat mit Arbeitsauftrag „Was meine Füße alles können!“ • SuS ziehen Schuhe und Socken aus • Hinweis: SuS, denen das Ausziehen der Socken unangenehm ist, dürfen die Socken anlassen • SuS bewegen sich im abgegrenzten Bewegungsraum der Station

Arbeitsphase 1	<ul style="list-style-type: none"> • SuS arbeiten im abgegrenzten Bewegungsraum mit dem Stationsauftrag (s.Anhang) 	<ul style="list-style-type: none"> • Einzelarbeit mit dem Material an der jeweiligen Station
Arbeitsphase 2	<ul style="list-style-type: none"> • SuS präsentieren ihre gefundenen Lösungen den benachbarten SuS 	<ul style="list-style-type: none"> • Austausch der gefundenen Lösungen unter Beachtung der Distanz
Arbeitsphase 3	<ul style="list-style-type: none"> • SuS benennen die Aktionsmöglichkeiten der Füße • L. legt die vorbereiteten Aktivitätskarten in die Hallenmitte 	<ul style="list-style-type: none"> • Sammeln der gefundenen Aktionsmöglichkeiten • Vorbereitete Wortkarten (s. Anlage) bei Benennung auf das Plakat „Arbeitsauftrag“ kleben oder bereitgehaltene Blankokarten für ungeahnte Lösungsvorschläge beschriften und ankleben
Abschluss	<ul style="list-style-type: none"> • Jeder SuS erhält einen Tennisball und einen Igelball • SuS rollen abwechselnd ihre Füße über den Tennisball und den Igelball • SuS beschreiben die unterschiedlichen Wahrnehmungen ihrem benachbarten SuS 	<ul style="list-style-type: none"> • Einzelarbeit mit dem Material • Partnerschaftlicher Austausch mit dem benachbarten SuS

Stationskarte 1

Auftrag: „Lege mit dem Seilchen die Anfangsbuchstaben deines Namens!“



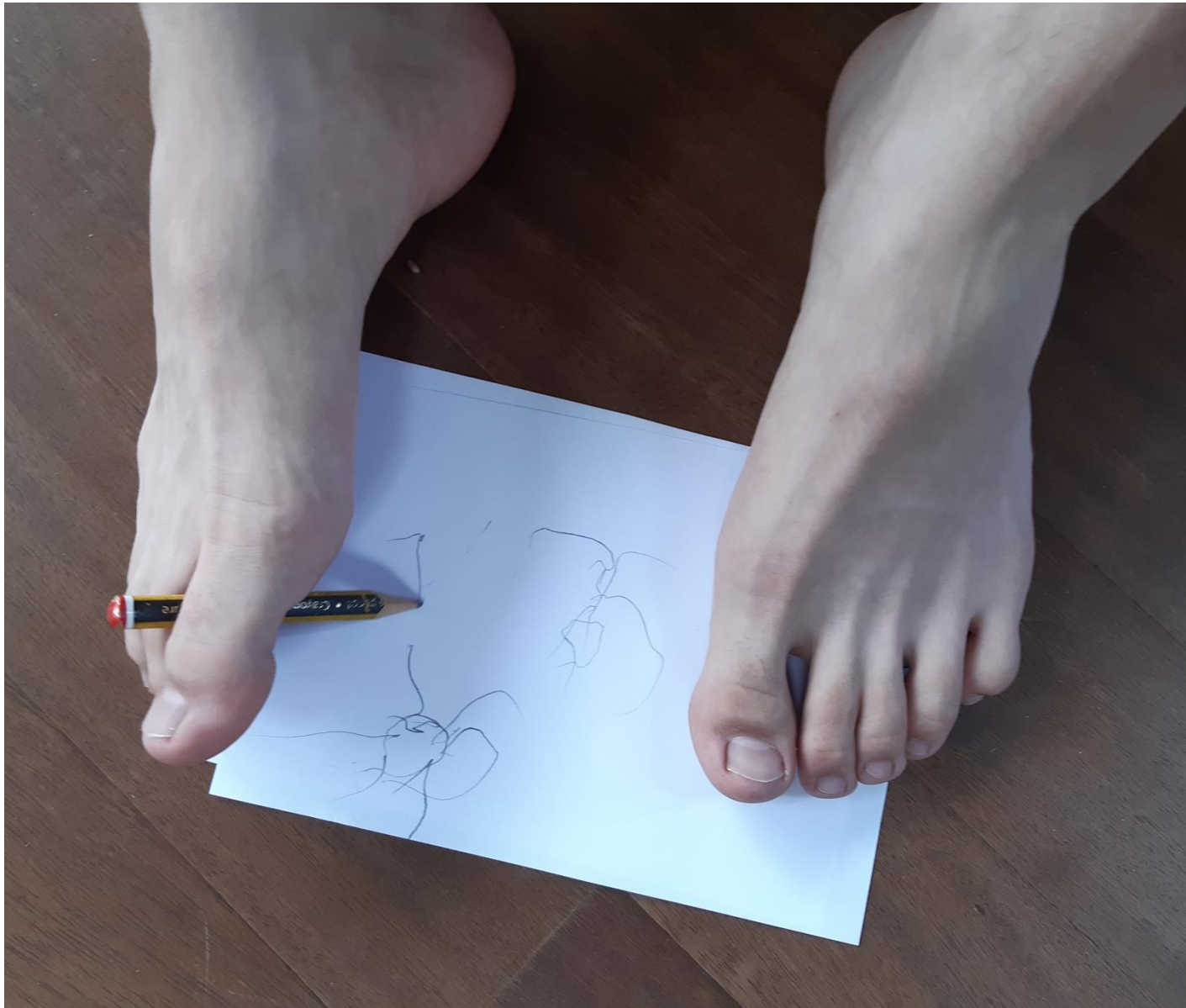
Stationskarte 2:

Auftrag: „Greife immer einen Stein mit einem Fuß und transportiere ihn von einer Kiste in die andere Kiste!“



Stationskarte 3

Auftrag: „Male ein Bild! Greife den Stift nur mit den Füßen!“



Stationskarte 4

Auftrag: „Hüpfе mit dem Ball um die Hütchen herum!“

„Kannst du den Ball auch zwischen den Knien transportieren? Nimm nicht die Hände zu Hilfe!“



Stationskarte 5

Auftrag: „Wirf den Lappen nach oben und fang die ihn mit dem Fußrücken auf!“



Stationskarte 6

Auftrag: „Balanciere über das Seilchen!“

„Versuche es auch rückwärts!“

„Gelingt es dir auch mit geschlossenen Augen?“



Anhang: „Was meine Füße alles können“

hüpfen

einklemmen

greifen

malen

fühlen

ziehen

drücken

festhalten

gehen

stampfen

schleichen

wippen

auf Zehenspitzen gehen

auf Fersen gehen

auf Fußkanten gehen