

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: Inhaltsbereich 5 - Thema „Balancieren“

Jahrgangsstufe: Klasse 1 oder 2

Schwerpunkt/Bereich

Wir balancieren - Den Körper im Gleichgewicht halten

Balancieren auf stabiler Unterstützungsfläche zur Förderung der Gleichgewichtsfähigkeit

Material/Organisation

Hinweisplakat Abstand halten, Langbänke (immer 2 Kinder eine Bank), Pylonen, Arbeitskarte, Tippkarte, Chiffontücher, jedes Kind bringt seinen Bleistift mit

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

Unterrichtsphase	Aktivitäten der SuS / Lehrkraft	Organisation
<p>Einstieg</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zielformulierung / Stundenverlauf • Erwärmung: 	<p>L. benennt das Ziel der Stunde (Balancieren auf stabiler Unterstützungsfläche); erklärt den Verlauf der Stunde</p> <p><u>Arbeitsauftrag:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • in normalem Schrittempo über die Linien laufen • seitwärts / rückwärts über die Linien laufen • schnell über die Linien laufen • Ideen der Kinder aufgreifen 	<ul style="list-style-type: none"> • SuS mit Abstand um den Mittelkreis versammelt. L. verweist auf Hinweisplakat (Abstand halten, s. Anhang, auf DIN A 3 vergrößern) • SuS im abgegrenzten Bewegungsraum
	<ul style="list-style-type: none"> • Aufbau durch SuS unter Anleitung von L. 	<ul style="list-style-type: none"> • zwei SuS tragen eine Langbank • Hinweis: Da unter Einhaltung der Abstandsregel nur zwei Kinder eine Bank tragen dürfen, ist evtl. die Hilfe des L. nötig. • Falls nicht genug Langbänke zur Verfügung stehen, kann die

		<p>Anzahl der SuS in den Arbeitsphasen auf 3 erhöht werden. (Hinweis an die Einhaltung des Abstandes!)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Alternativ können Reckstangen auf den Hallenboden gelegt und zum Balancieren genutzt werden; alternative Nutzung der Linien des Hallenbodens
Arbeitsphase 1	<ul style="list-style-type: none"> • SuS balancieren auf der schmalen Seite der Langbank. (Differenzierungsmöglichkeit bei unsicheren Kindern => Balancieren auf der breiten Seite der Langbank. • SuS treffen sich in der Hallenmitte (Abstand) und geben Rückmeldung über die ausgeführten Bewegungsaufgaben 	<ul style="list-style-type: none"> • SuS nutzen die Arbeitskarte (s. Anhang) mit den verschiedenen Bewegungsaufgaben. • Hinweis an die SuS: Steige am Ende der Bank vorsichtig ab!
Arbeitsphase 2	<ul style="list-style-type: none"> • SuS dürfen allein oder in der Zweiergruppe weitere Bewegungsmöglichkeiten überlegen und ausprobieren. • L. fragt die SuS nach der Einschätzung des Schwierigkeitsgrades („Was hat gut geklappt, welche Bewegungsaufgabe war leicht/schwer?“) 	

Arbeitsphase 3	<ul style="list-style-type: none"> • L. erklärt nächsten Arbeitsauftrag („Erfinde weitere Bewegungsmöglichkeiten zum Balancieren. Probiere aus!“) 	<ul style="list-style-type: none"> • L. hält Tippkarte mit weiteren Bewegungsaufgaben bereit (s. Anhang)
Abschluss	<ul style="list-style-type: none"> • SuS führen ihre gefundenen Balanciermöglichkeiten den anderen vor • Freies Balancieren • Abbau 	<ul style="list-style-type: none"> • Jede Gruppe stellt ihre Langbank zurück, evtl. mit Hilfe des Lehrers