

# 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 :** Schulung der individuellen Fähigkeiten beim Inline-Skaten

**Klasse/Jahrgangsstufe:** je nach Vorerfahrung und Können Jahrg. 7 - 10

**Bewegungsfeld/Sportbereich:** Gleiten – Fahren – Rollen

**Inhaltsfeld/er:** Wahrnehmungsfähigkeit verbessern

**Material:** Komplette Inline-Skater Ausrüstung

## **Verlaufsplanung**

### **Unterrichtsphase**

incl. Zeitangabe

### **Aktivitäten der SuS / LK**

(Beschreibung Spiel-/Übungsformen)

### **Organisation**

<b>Unterrichtsphase</b> incl. Zeitangabe	<b>Aktivitäten der SuS / LK</b> (Beschreibung Spiel-/Übungsformen)	<b>Organisation</b>
<b>Einstieg</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Transparenz zum Stundenthema und Verlauf herstellen → Nennung beider Aspekte</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Stehkreis, Fragen und Anmerkungen zum Stundenverlauf</li><li>• LK: Zum Stundenende frage ich euch, nach individuellen Lernfortschritten</li><li>• Anlegen der Ausrüstung von „oben nach unten“ – Helm zuerst, Skates zuletzt!</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• SuS mit Abstand</li><li>• Hygieneregeln wiederholen</li><li>• Laufwege / Räume klar benennen und ggf.</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• „Einlaufen“ gegen den Uhrzeigersinn – max. Geschwindigkeit ca. 50%</li> <li>• Schnelle SuS außen –langsamere SuS innen</li> </ul> <p>LK baut verschieden enge Slalomstrecken auf.</p>	markieren
<b>Arbeitsphase</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>AA:</b> „Durchfahrt die verschiedenen Slalomstrecken, erhöht dabei langsam eure Geschwindigkeit. Wer eine Pylone umstößt, legt diese wieder an ihren Platz! Auf den „Rückwegen“ (rechts und links außen) überlegt ihr euch kleine Kunststücke und probiert diese aus!“</li> </ul> <p>Tipps können sein: enge Skateführung, Bewegung aus den Beinen heraus, Ruhe im Oberkörper Differenzierungsmaßnahmen: Aufgaben ausdenken, um das dynamische Gleichgewicht „durcheinander“ zu bringen/ Materialeinsatz (große oder schwere Bälle tragen), Extraaufgaben ( Hände auf den Kopf o. Rücken / ...), SuS selbst „schwerer“ oder „leichter“ machen lassen</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lauf- / Fahrwege genau markieren. Slalom wird nur in eine Richtung durchfahren</li> <li>• Wenn möglich Musik laufen lassen</li> </ul>
<b>Abschluss</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausziehen der Ausrüstung von „unten nach oben“ – Skates zuerst – Helm zuletzt!</li> <li>• LK: „Jetzt interessieren mich eure Lernfortschritte in dieser Stunde. Tauscht euch kurz mit dem Nachbarn aus. In 3 Min. erwarte ich Meldungen.“</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die SuS haben eine Tüte mit Luftlöchern für das Material mitgebracht</li> </ul>