

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 : „Zombieball“ mit Abstand und Aktivzone

Klasse/Jahrgangsstufe: 1 - 6

Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7)

Inhaltsfeld/er:

Material: Pylonen (Spielfeldbegrenzung), Reifen (Aktivzone), 2-3 Softbälle

Verlaufsplanung

Unterrichtsphase
incl. Zeitangabe

Aktivitäten der SuS / LK
(Beschreibung Spiel-/Übungsformen)

Organisation

<p>Einstieg</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aufwärmen • Zielformulierung / Stundenverlauf 	<ul style="list-style-type: none"> • z.B.: altersgemäßes (!) Lauf-ABC (Fußgelenkarbeit, Skippings, Rückwärtslauf, Sidesteps, Anfersen, Kniehebelauf, Kreuzlauf, Hopslerlauf, beidbeiniges Springen, einbeiniges Springen, „normales“ Laufen mit ansteigender Intensität) • Spielregeln „Zombieball“ mit Abstand und Aktivzone erklären (s.u.), evtl.: Verweis auf Möglichkeit der Veränderung / Variation der Spiel- und Regelstrukturen (Spielregeln siehe Anhang) 	<ul style="list-style-type: none"> • SuS mit Abstand • Hygieneregeln wiederholen • Hände vor- und nachher desinfizieren • Ideen für ein abwechslungsreiches Lauf-ABC: https://www.runners-flow.de/lauf-abc/
<p>Arbeitsphase</p>	<ul style="list-style-type: none"> • SuS spielen Zombieball entspr. der erläuterten Regeln • optional: SuS reflektieren Spielgeschehen und erarbeiten Variationen (z.B.: in Bezug auf genutzte Materialien, Bewegungsraum, Bewegungsvorgaben im Spielfeld oder der Aktivzone, „Handicaps“ ...) • optional: L variiert Spielparameter deduktiv (Variationsideen siehe Anhang) 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielfeld mit Pylonen markieren, Aktivzone durch Reifen festlegen • nicht aktiv teilnehmende SuS holen Bälle, die aus dem Spielfeld fliegen, zurück
<p>Abschluss</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Abschlussreflexion: Spielverlauf generell, Spielverhalten der MitspielerInnen, erste technische und taktische Aspekte („Beschreibe, was du tun musst, um beim Zombieball erfolgreich zu sein!“), evtl.: Diskussion durchgeführter Variationen des Spiels 	

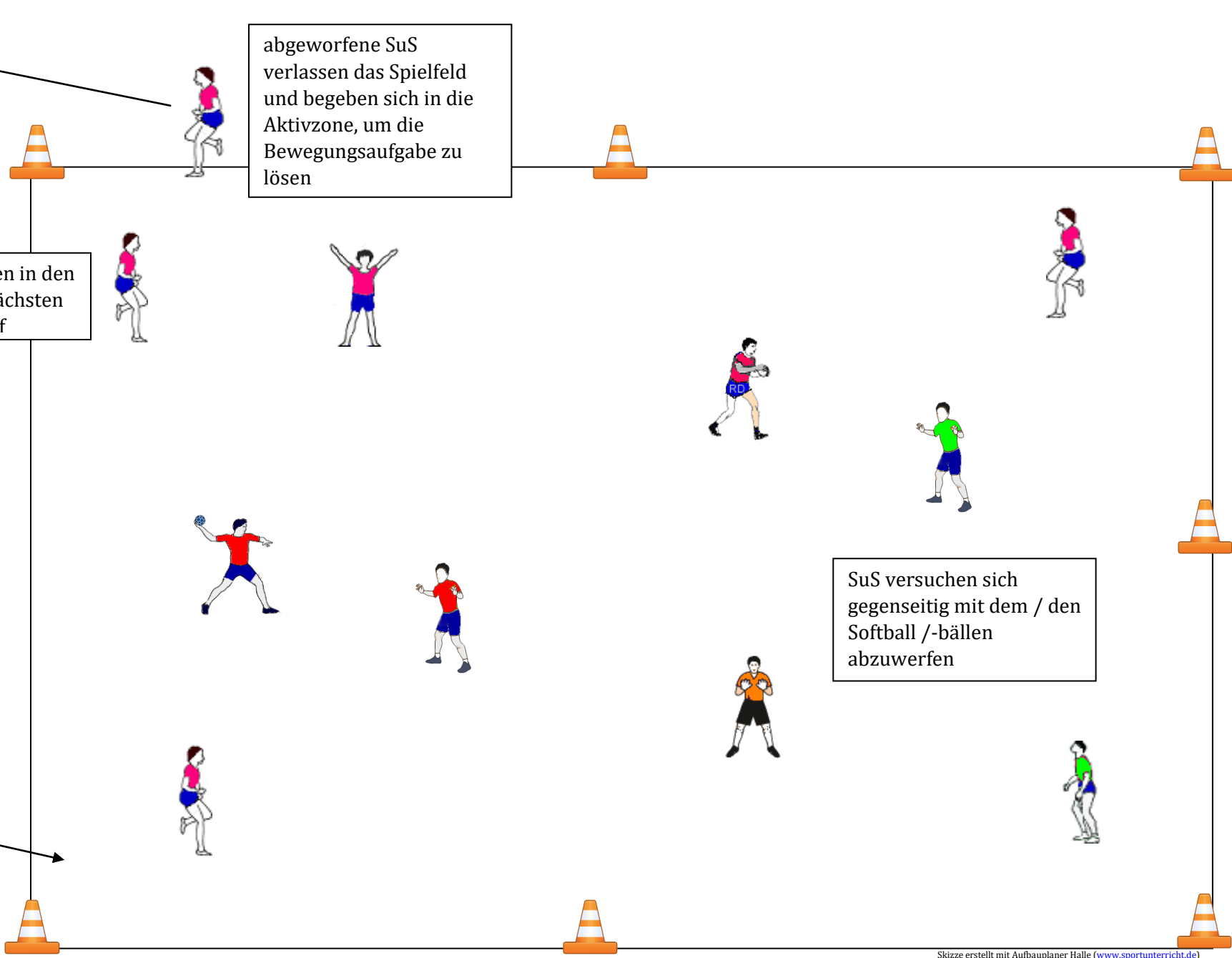
Anhang

abgeworfene SuS verlassen das Spielfeld und begeben sich in die Aktivzone, um die Bewegungsaufgabe zu lösen

SuS rücken in den jeweils nächsten Reifen auf

SuS dürfen zurück ins Spielfeld laufen

SuS versuchen sich gegenseitig mit dem / den Softball / -bällen abzuwerfen



Anhang:

Wichtigste Regeln:

- Endlosspiel: SuS versuchen sich innerhalb des Spielfeldes mit den Softbällen abzuwerfen, auf Abstandsregeln ist zu achten
- absichtliche Würfe ins Gesicht oder an den Kopf sind nicht erlaubt
- mit dem Ball in der Hand sind keine Schritte erlaubt, es muss von dort geworfen werden, wo der Ball aufgenommen wird
- ohne Ball in der Hand ist freies Bewegen im Spielfeld erlaubt
- Anzahl der Bälle im Spiel steigerbar; sind mehrere Bälle im Spiel, ist nur ein Ball je SoS erlaubt (kein „Horten“ oder „Bunkern“ von Bällen)
- Wird ein/e SoS abgeworfen, verlässt er/sie das Spielfeld und läuft in den ersten Reifen der Aktivzone. Dort führt er/sie die vom L vorgegebene Bewegungsaufgabe aus (Skippings, „Käsekästchen“-Sprünge, „Hampelmänner“ ...).
- jeder/e neu abgeworfene S „füllt“ die Reifen der Aktivzone: mit jedem/r neu eintreffenden SoS rücken die SuS nun einen Reifen weiter nach vorne auf; aus dem letzten Reifen kehren sie auf das Spielfeld zurück
- fängt ein/e SoS einen Ball, verbleibt er/sie im Spiel und muss nicht in die Aktivzone
- bei Regelverstößen müssen SuS in die Aktivzone

Ideen für Variationen des Spielgeschehens:

- Spielfeldgröße variieren
- Anzahl der Bälle variieren
- erlaubte Anzahl der Schritte mit Ball in der Hand variieren
- Fortbewegungsart variieren (hüpfend, Sidesteps usw.; evtl.: Lauf-ABC aus dem Warm-Up wieder aufgreifen)
- Wahrnehmung erschweren (z.B. ein Auge zuhalten)
- werfen nur mit der „schwachen“ Hand erlauben
- weitere Materialien einbeziehen (z.B. großer Gymnastikball als Schutz / „Abwehrball“)
Bewegungsaufgaben in der Aktivzone variieren