

**Lernen auf Distanz im Sportunterricht der Primar- und Erprobungsstufe -**  
**Ideensammlung der Bezirksregierung Detmold mit beispielhaften Stundenbildern**  
**unter Beachtung der gesetzlichen Vorgaben zu Covid 19**

**Organisatorische Voraussetzungen:**

- Gruppengröße gemäß der aktuellen Vorgaben (1/2 Klasse)
- Bewegungsangebot findet auf dem Schulhof statt
- Der Aktionsraum darf nicht den Sicherheitsabstand von 1,5 bis 2,00m unterschreiten

**Stundenthema : Hüpf- und Springspiele mit unterschiedlichen Zusatzaufgaben auf dem Schulhof**

**Jahrgangsstufe: Klasse 1-4**

**Schwerpunkt/Bereich**

- 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen
- 2: Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

**Material/Organisation**

Kreide, Steine, Kreppband oder Koordinationsleiter, Pylonen zur Markierung der Stationen und der Wartepunkte für die anderen Kinder

Aufgabenkarten für die vier Stationen (je nach Klasse Schwierigkeit variieren, siehe Anhang) vorbereiten

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

<b>Unterrichtsphase</b>	<b>Aktivitäten der SuS / LK</b>	<b>Organisation</b>
<p><b>Einstieg</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zielformulierung / Stundenverlauf</li> <li>• Aufwärmen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LK benennt das Ziel der Stunde und erklärt den Verlauf der Stunde „Wartepunkte“ für die Kinder auf dem Schulhof</li> <li>• Start: An der K-Leiter, Aufgabe (z.B. ein Kontakt pro Feld) durchführen und einen vorgegebenen Weg auf dem Schulhof mit Abstand zurücklegen (z.B. um die Tischtennisplatte, zum Klettergerüst, über den Weg zurück usw.), 8-10 Runden</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SuS mit Abstand</li> <li>• Hygieneregeln wiederholen und auf die Pylonen als Wartepunkte hinweisen</li> </ul>
<p><b>Arbeitsphase 1</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LK erläutert die einzelnen Stationen und teilt die Gruppe in vier Kleingruppen auf</li> <li>• SuS führen die Hüpf- und Springspiele aus</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kleingruppen (3-4 SuS)</li> </ul>
<p><b>Arbeitsphase 2</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• In einer Kleingruppe überlegen sich die SuS eine oder mehrere Variationen für ihre Station und stellen diese anschließend der Gruppe vor.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vorstellen der Lösungen an den Wartepunkten</li> </ul>
<p><b>Arbeitsphase 3</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SuS erproben die Ideen der MitschülerInnen und bewerten diese in ihrer Kleingruppe nach der Durchführung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kleingruppen</li> </ul>
<p><b>Abschluss</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jeder darf zu seiner Lieblingsstation gehen und diese noch einmal absolvieren</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Einzelarbeit</li> </ul>

## Anhang:

### Station 1: Koordinationsleiter

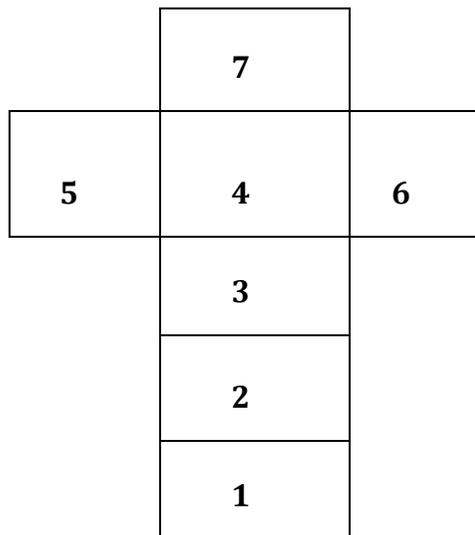
Falls keine Koordinationsleiter vorhanden ist, kann diese mit Kreide aufgemalt oder mit Kreppband geklebt werden.



- Durchlaufen der Leiter nach unterschiedlichen Vorgaben: ein Fußkontakt pro Feld, zwei Fußkontakte pro Feld, abwechselnd: ein Kontakt, zwei Kontakte, ein Kontakt usw.
- auch außen einbinden, seitwärts durchlaufen usw.

### Station 2: Hinkelkästchen

Folgendes Feld wird auf den Boden gemalt (oder mit Kreppband geklebt):



Ein Stein wird in das erste Feld geworfen. Das Kind überspringt das erste Feld auf einem Bein und springt gleich ins zweite, ins dritte usw. Im letzten Feld (Feld 7) dreht sich das Kind und hüpft zurück, dabei muss es dann im ersten Feld den Stein wieder aufheben. Der Stein wird dann ins zweite Feld geworfen und so geht dieses Hüpfspiel die ganze Zeit weiter.

Variationen:

- auf dem rechten Bein, auf dem linken Bein, beidbeinig
- vorgegebene Armbewegung hinzunehmen
- rückwärts springen

### Station 3: Zahlenhüpfen

Eine Zahlenschnecke (mit Zahlen von 1-10) mit Kreide aufmalen oder mit Kreppband aufkleben)

Aufgaben: von 1-10 hüpfen, von 10-1 hüpfen, Zehner- oder Hunderterzahlen hüpfen, Rechenaufgaben lösen (3+5, 7+4, aber auch Einmaleins-Aufgaben)

### Station 4: Buchstabenhüpfen

Aufgaben: A-U in der richtigen alphabetischen Reihenfolge (auch rückwärts) abspringen

Wörter springen (z.B. Maus, Paul, Ist, Eis, Lama, Kanne, Taste, Stall, Teil, Sonne etc) – auch rückwärts

Sätze erfinden (Buchstaben als Anfangsbuchstabe jedes Wortes)

Folgende Abbildung wird mit Kreide auf den Boden gemalt (oder mit Kreppband geklebt):

<b>A</b>	<b>K</b>	<b>I</b>
<b>N</b>	<b>E</b>	<b>S</b>
<b>U</b>	<b>O</b>	<b>M</b>
<b>T</b>	<b>L</b>	<b>P</b>