

# SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

## Auszug aus:

*Einfach Sport: Bewegen an Geräten*

Das komplette Material finden Sie hier:

[School-Scout.de](http://School-Scout.de)



## Impressum

### Einfach Sport: Bewegen an Geräten



Dr. phil. Andrea Dincher ist wissenschaftliche Mitarbeiterin mit dem Schwerpunkt der Diagnostik und Bewegungsförderung im Kindesalter sowie Lehrkraft für besondere Aufgaben mit dem Schwerpunkt Lehrämter der Primarstufe im Sportwissenschaftlichen Institut der Universität des Saarlandes. Sie hat promoviert mit dem Titel „Screeningverfahren in der Bewegungsförderung“.

© 2021 AOL-Verlag, Hamburg

AAP Lehrerwelt GmbH

Alle Rechte vorbehalten.

Veritaskai 3 · 21079 Hamburg

Fon (040) 32 50 83-060 · Fax (040) 32 50 83-050

info@aol-verlag.de · www.aol-verlag.de

Lektorat: Merle Schlüter

Layout/Satz: L101 Mediengestaltung, Fürstenwalde

Illustrationen: Lena Dincher, L101 Mediengestaltung, Fürstenwalde

Coverfoto: Mädchen trainiert Balance auf Schwebelbalken © Robert Kneschke – Adobe Stock

ISBN: 978-3-403-40648-8

Das Werk als Ganzes sowie in seinen Teilen unterliegt dem deutschen Urheberrecht. Der Erwerber des Werkes ist berechtigt, das Werk als Ganzes oder in seinen Teilen für den eigenen Gebrauch und den Einsatz im Unterricht zu nutzen. Die Nutzung ist nur für den genannten Zweck gestattet, nicht jedoch für einen weiteren kommerziellen Gebrauch, für die Weiterleitung an Dritte oder für die Veröffentlichung im Internet oder in Intranets. Eine über den genannten Zweck hinausgehende Nutzung bedarf in jedem Fall der vorherigen schriftlichen Zustimmung des Verlages.

Sind Internetadressen in diesem Werk angegeben, wurden diese vom Verlag sorgfältig geprüft. Da wir auf die externen Seiten weder inhaltliche noch gestalterische Einflussmöglichkeiten haben, können wir nicht garantieren, dass die Inhalte zu einem späteren Zeitpunkt noch dieselben sind wie zum Zeitpunkt der Drucklegung. Der AOL-Verlag übernimmt deshalb keine Gewähr für die Aktualität und den Inhalt dieser Internetseiten oder solcher, die mit ihnen verlinkt sind, und schließt jegliche Haftung aus.

Engagiert unterrichten. Begeistert lernen.

**AOL**  
verlag

<b>1</b>	<b>EINLEITUNG</b> .....	<b>5</b>
<b>2</b>	<b>WAS SIND BEWEGUNGSFELDER?</b> .....	<b>6</b>
2.1	Bewegungsfelder .....	6
2.2	Pädagogische Perspektiven .....	6
2.3	Kompetenzen .....	8
<b>3</b>	<b>BEWEGEN AN GERÄTEN</b> .....	<b>9</b>
3.1	Grundlegendes .....	9
3.1.1	Verhalten am Gerät .....	9
3.1.2	Verhalten zum Gerät .....	10
3.1.3	Körper- und Drehachsen und Bewegungsrichtungen .....	10
3.2	Was gehört dazu? .....	11
3.2.1	Gerätturnen .....	11
3.2.2	Parkour .....	11
3.2.3	Trampolinspringen .....	12
3.2.4	Akrobatik .....	12
3.2.5	Calisthenics .....	13
3.3	Lehrplan .....	14
<b>4</b>	<b>PRAXIS</b> .....	<b>15</b>
4.1	Helfen und Sichern .....	15
4.2	Gerätetransport und -aufbau .....	16
4.3	Methodische Prinzipien .....	16
4.4	Gruppeneinteilung .....	17
4.5	Klassenstufe 1 und 2 .....	18
4.5.1	Kriechen und Klettern <i>Im Zoo</i> .....	18
4.5.2	Hängen und Hangeln .....	19
4.5.3	Schaukeln und Schwingen <i>Dschungelfieber</i> .....	20
4.5.4	Springen .....	21
4.5.5	Balancieren 1 .....	22
4.5.6	Balancieren 2 <i>Wackelhausen</i> .....	23
4.5.7	Stützen (Akrobatik) <i>Zirkusartistik</i> .....	24
4.5.8	Rollen .....	25
4.5.9	Weitere Übungen und Spiele .....	26

4.6	Klassenstufe 3 und 4 .....	29
4.6.1	Springen (Parkour).....	29
4.6.2	Balancieren (Parkour) <i>Balance-City</i> .....	30
4.6.3	Stützen 1 (Gerätturnen).....	31
4.6.4	Stützen 2 (Gerätturnen) Handstand und Rad.....	32
4.6.5	Rollen .....	33
4.6.6	Schaukeln und Schwingen .....	34
4.6.7	Weitere Übungen und Spiele .....	35
	Literaturverzeichnis .....	38
	Quellennachweis .....	39
	Anhang .....	40

# 1 Einleitung

Das Bewegungsfeld *Bewegen an Geräten* bietet mehr als nur das klassische Gerätturnen. Die Inhalte des Lehrplans können kreativ umgesetzt werden, indem Elemente von Parkour, Akrobatik oder Trampolinturnen einfließen.

Sicherlich ist die Vorbereitung der Unterrichtsstunden und der Aufbau der Geräte etwas zeitaufwendiger im Vergleich zu anderen Bewegungsfeldern. Trotzdem lohnt sich der Aufwand. Die Kinder können in den Aufbau mit einbezogen werden, so geht es nicht nur schneller, sondern die Kinder lernen auch gleichzeitig den richtigen und sicheren Umgang mit den Geräten und die Kooperation beim Aufbau.

Vielleicht unterrichten Sie fachfremd Sport, haben kaum eigene Erfahrungen in diesem Bewegungsfeld oder Ihnen fehlen genügend viele Ideen zur Umsetzung des Lehrplans?

Mit dieser Broschüre erhalten Sie einen theoretischen Einblick in das Bewegungsfeld *Bewegen an Geräten* und viele grundlegende Hinweise zur Sicherheit im Unterricht, wie z. B. zum richtigen Transport der Geräte oder zur Hilfestellung. Komplette Stundenbilder, die teilweise mit Studierenden der Lernfächer der Primarstufe entwickelt wurden, sollen Ihnen den Einstieg in das Bewegungsfeld erleichtern. Zusätzliche Anregungen zu den einzelnen Themengebieten helfen Ihnen, weitere Unterrichtseinheiten zu planen. Im Anhang finden Sie Kopiervorlagen für Stationskarten zu verschiedenen Übungen und zwei Aufbaupläne für die Sporthalle.

## 2 Was sind Bewegungsfelder?

In diesem Kapitel werden die Begriffe Bewegungsfelder, pädagogische Perspektiven und Kompetenzen erklärt, damit auch fachfremde Lehrkräfte gleichermaßen mit diesem Buch arbeiten können.

### 2.1 Bewegungsfelder

Bei den Bewegungsfeldern unterscheidet man zwischen verbindlichen und fakultativen. Die verbindlichen Bewegungsfelder sind fester Bestandteil des Unterrichts in jeder Jahrgangsstufe, die fakultativen Bewegungsfelder erweitern das Angebot der Unterrichtsinhalte (Ministerium für Bildung Saarland 2011: S. 7). Die Benennung, Inhalte und Ziele der Bewegungsfelder weisen im Vergleich der Lehrpläne der einzelnen Bundesländer nur geringe Unterschiede auf, weswegen sich im weiteren Verlauf nur auf den Lehrplan eines Bundeslandes bezogen wird. Im Folgenden werden die einzelnen Bewegungsfelder vorgestellt:

#### **Verbindliche Bewegungsfelder**

- Spielen
- Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen
- Bewegen an Geräten
- Laufen, Werfen, Springen
- Bewegen im Wasser
- Darstellen und Gestalten

#### **Fakultative Bewegungsfelder**

- Raufen und Ringen
- Rollen, Gleiten, Fahren (Ministerium für Bildung Saarland, 2011: S. 2)

### 2.2 Pädagogische Perspektiven

Ziel eines mehrperspektivischen Sportunterrichts ist es, die sportliche Handlungsfähigkeit der Kinder zu entwickeln. Die Kinder sollen also lernen, Formen aus dem Angebot an Bewegungen zu wählen, die ihnen einerseits das Thema Gesundheit näherbringen und andererseits Freude am Sport vermitteln. Durch einen mehrperspektivischen Unterricht wird den Kindern die Teilnahme an der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur eröffnet. Es wird eine Erziehung zum Sport und eine Erziehung durch Sport angestrebt (Doppelauftrag des Sports). In den folgenden Punkten werden die einzelnen pädagogischen Perspektiven nun beschrieben. Häufig überschneiden sich diese bzw. wirken sie zusammen:

#### **Die Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern**

Im Sportunterricht sollen durch vielfältige Bewegungen und das vielfältige Ansprechen aller Sinne die Wahrnehmungsfähigkeit verbessert, die Sinne geschärft und somit die allgemeine Lernfähigkeit gefördert werden. Zugleich entwickelt sich die Wahrnehmungsfähigkeit des Körpers mit dem individuellen Bewegungsrepertoire. Lernt das Kind, seine Belastungsfähigkeit einzuschätzen, wirkt sich dies positiv auf die Entwicklung des Körper- und Selbstbildes aus. Diese Perspektive kann besonders gut in den Bewegungsfeldern *Bewegen an Geräten*, *Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen*, *Raufen und Ringen*, *Rollen, Gleiten, Fahren* oder *Darstellen und Gestalten* umgesetzt werden.

# SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

## Auszug aus:

*Einfach Sport: Bewegen an Geräten*

Das komplette Material finden Sie hier:

[School-Scout.de](http://School-Scout.de)

