

SCHOOL-SCOUT.DE



Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Sport an Stationen Klasse 1/2

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de



© Copyright school-scout.de / e-learning-academy AG – Urheberrechtshinweis

Alle Inhalte dieser Material-Vorschau sind urheberrechtlich geschützt. Das Urheberrecht liegt, soweit nicht ausdrücklich anders gekennzeichnet, bei school-scout.de / e-learning-academy AG. Wer diese Vorschauseiten unerlaubt kopiert oder verbreitet, macht sich gem. §§ 106 ff UrhG strafbar.

Inhalt

Vorwort	4
Lehrerinformationen	5
Materialaufstellung und Hinweise	6
Tipps für den Geräteaufbau	9
Spiele: Ballschule	
Station 1: Ball prellen.....	10
Station 2: Hockey	11
Station 3: Ins Hütchen treffen	12
Station 4: Kegeln.....	13
Station 5: Torschütze	14
Station 6: Wandklatzcher	15
Station 7: Werfen und fangen	16
Station 8: Zeitungstreffer.....	17
Fitness: Kraft/Kraftausdauer	
Station 1: Meisterziehen.....	18
Station 2: Schwerer Ball	19
Station 3: Tarzanschwing.....	20
Station 4: Ein-Bein-Springen.....	21
Station 5: Rollbrett	22
Station 6: Stepper	23
Station 7: Känguru	24
Station 8: Balltransport	25
Turnen: Balancieren und Rollen	
Station 1: Über den schmalen Pfad	26
Station 2: Wippe.....	27
Station 3: Wackelsteg	28
Station 4: Hindernis-Parcours	29
Station 5: Rolle vorwärts.....	30
Station 6: Baumstammrollen.....	31
Station 7: Rückenschaukel	32
Station 8: Rolle vom Hügel	33
Leichtathletik: Laufen, Springen, Werfen	
Station 1: Zeitungsklatschen.....	34
Station 2: Würfel-Lauf	35
Station 3: Weit springen.....	37
Station 4: Hindernisbahn.....	38
Station 5: Zauberzeitung.....	39
Station 6: Sprung in die Tiefe.....	40
Station 7: Wurfbude	41
Station 8: In den Himmel werfen.....	42

Mixed Circle: Klein- und Alltagsmaterialien

Station 1: Ballkünstler.....	43
Station 2: Teppichfliesen-Inliner.....	44
Station 3: Schwingendes Seil	45
Station 4: Luftballonflug.....	46
Station 5: Rollender Reifen	47
Station 6: Bierdeckellauf.....	48
Station 7: Seilspringen.....	49
Station 8: Pantomime.....	50

Erlebnis: Klettern und Schwingen

Station 1: Über die Felsbrocken.....	52
Station 2: Klettern wie ein Affe.....	53
Station 3: Hangeln an Baumstämmen	54
Station 4: Tarzan	55
Station 5: Klettersteig.....	56
Station 6: Über die Berge.....	57
Station 7: Drehwurm	58
Station 8: Durch die enge Schlucht.....	59

Turnen: Springen und Stützen

Station 1: Kastengasse	60
Station 2: Krebsgang	61
Station 3: Hasensprünge	62
Station 4: Springen mit einem Sprungbrett...	63
Station 5: Hocksprung am Kasten	64
Station 6: Kehrmaschinen-Parcours	65
Station 7: Stützen und schwingen.....	66
Station 8: Spinnenfußball-Parcours	67

Ringens und Kämpfen

Station 1: Feuerreifen.....	68
Station 2: Goldschatz.....	69
Station 3: Inselduell	70
Station 4: Kegel kullern.....	71
Station 5: Lästige Zecke.....	72
Station 6: Oben bleiben	73
Station 7: Schlacht der Ritter	74
Station 8: Seestern.....	75

Anhang

Laufzettel	76
Stationskartennummern	77

Vorwort

Bei den vorliegenden Stationsarbeiten handelt es sich um eine Arbeitsform, bei der die Schüler* sehr eigen- und selbstständig agieren können. Damit wird ihnen in einem hohen Maße Verantwortung für sich und andere übertragen. An verschiedenen Stationen haben die Kinder die Möglichkeit, sich auszuprobieren und in ihrem individuellen Arbeitstempo sportlich aktiv zu sein. Deshalb ist die Stationsarbeit in sich bereits differenzierend. Zusätzlich wird nicht nur das selbstgesteuerte Lernen möglich, die Schüler können auch Sozialkompetenzen erwerben.

Die Lehrkraft hat bei einer Stationsarbeit die Chance, die Schüler individueller zu fördern. Sie ist daher eher ein Lernpartner oder Beobachter, darüber hinaus natürlich auch der Arrangeur.

Viel Freude und Erfolg mit dem vorliegenden Heft wünschen Ihnen
die Herausgeber

Marco Bettner

Dr. Erik Dinges

* Aufgrund der besseren Lesbarkeit ist in diesem Buch mit Schüler auch immer Schülerin gemeint, ebenso verhält es sich mit Lehrer und Lehrerin etc.

Lehrerinformationen

Mit dem vorliegenden Praxisbuch erhalten Sie eine Sammlung spannender und vielfältiger Stationskarten. Die praxiserprobten Übungen haben wir speziell für den Sportunterricht der ersten beiden Schuljahre zusammengestellt. Die Bildungsstandards für das Fach Sport fordern – zur Herausbildung der inhaltsbezogenen Kompetenzen – Bewegungserfahrungen in den Lernfeldern:

- Spielen (mit und ohne Ball),
- Turnen,
- Laufen – Springen – Werfen,
- sich kreativ mit Klein- und Alltagsmaterialien auseinandersetzen und gymnastische/tänzerische Bewegungsformen erlernen,
- Ringen und Kämpfen.

Genau zu diesen Kernthemen haben wir eine Übungsauswahl vorbereitet, die sich speziell für das Lernen an Stationen eignet.

Bei der Konzeption der vorliegenden Stationskarten waren uns drei Punkte besonders wichtig:

- Die **Aufbauten** lassen sich von Schulanfängern **problemlos** bewältigen und eignen sich für gut und weniger gut ausgestattete Hallen.
- Uns war es ein besonderes Anliegen, die Stationskarten auch für „**Noch-Nicht-Leser**“ zu konzipieren. So kann man sie bereits ab der ersten Schulwoche einsetzen.
- Damit alle Kinder Ihrer heterogenen Lerngruppe angemessen gefördert und gefordert werden, haben wir zu jeder Station **Differenzierungsmaßnahmen** beschrieben. Eine vereinfachte Übung ist erkennbar an dem Symbol ☆, eine erschwerte Variante ist mit ☆ ☆ ☆ gekennzeichnet. So trägt jede Stationsarbeit zugleich den verschiedenen Niveaus Ihrer Klasse Rechnung.

Mit diesem Praxisband werden die **Kompetenzen** (Sach-, Selbst-, Methoden- und Sozialkompetenz) Ihrer Schüler mit Freude und Herausforderung ausgebildet.

Folgende Tipps können Ihnen bei der **praktischen Durchführung der Stationsarbeit** im Sportunterricht helfen:

- Teilen Sie Ihre Klasse **in Gruppen mit ca. vier Kindern** ein. Geben Sie jeder Gruppe eine Stationskarte. Diese Gruppe ist „Chef“ für den **Aufbau der Station**. Die Kinder probieren ihre Station noch nicht aus!
- Zur Kennzeichnung der Stationen können die Stationskartenummern im Anhang verwendet werden (ggf. größer kopieren).
- Nach dem Aufbau der Station kommen die Kinder in den Sitzkreis.
- Sie, die **Lehrkraft, überprüfen den Aufbau** der Stationen. Sie können die Stationen bei Bedarf den Kindern kurz vorstellen bzw. von der Chefgruppe kurz vorstellen lassen.
- Nun entlassen Sie die Kinder an ihre „Chefstation“ zum **Trainieren**.
- Zum **Wechsel der Stationen** geben Sie ein Signal (z. B. Pfiff, Musikstopp).
- Hat jede Gruppe alle Stationen durchlaufen, ist sie für den **Abbau** ihrer „Chefstation“ verantwortlich.
- Die Stationskarten sind darüber hinaus auch für einen „offenen“ Stationsbetrieb geeignet. In diesem Fall dürfen die Kinder die Stationen selbstständig wechseln.

Es werden jeweils acht Stationen zu den Kernthemen des Sportunterrichtes bereitgestellt. Suchen Sie sich ca. sechs Karten aus, die für Ihre Klasse bzw. Hallenausstattung geeignet sind.

Wir wünschen Ihnen und Ihrer Sportgruppe viel Spaß beim Trainieren!

Es grüßen Sie herzlich
Mareile Niermeyer

Debora Totaro

Materialaufstellung und Hinweise

Das Material für die einzelnen Stationen ist immer auf den Stationskarten aufgelistet, sodass die Kinder, die für den Aufbau verantwortlich sind, diesen selbstständig durchführen können. Unter der Linie steht dabei das Material, das nur zusätzlich oder alternativ für die differenzierten Übungen benötigt wird. Damit auch Sie sich vorab ohne großen Aufwand ein Bild darüber machen können, ob Ihnen das Material, das benötigt wird, zur Verfügung steht, ist es im Folgenden nochmals in übersichtlicher Form (nach Stationen unterteilt) aufgeführt. Für einzelne Stationen sind bestimmte Hinweise notwendig – diese können Sie ebenfalls der Übersicht entnehmen. Hinweise für die Kinder finden sich auch nochmals auf den Stationskarten.

Spielen: Ballschule

Station 1: Ball prellen

- 1 Ball je Kind

Station 2: Hockey

- 1 Hockeyschläger je Kind
- 1 Tennisball oder 1 kleiner Softball je Kind
- 4 Hütchen

Station 3: Ins Hütchen treffen

- 1 Hütchen für 2 Kinder
- kleine Bälle und Säckchen
- 1 Reifen für 2 Kinder

Station 4: Kegeln

- 9 Kegel oder Keulen
- große und kleine Bälle

Station 5: Torschütze

- verschiedene Bälle
- 1 Tor oder 2 Markierungen

Station 6: Wandklatscher

- verschiedene Bälle

Station 7: Werfen und fangen

- 1 Kasten mit 3 Teilen
- 1 Ball für 2 Kinder

Station 8: Zeitungstreffer

- verschiedene Bälle
- Zeitungen
- 1 Sprossenwand

Fitness: Kraft/Kraftausdauer

Station 1: Meisterziehen

- 1 Sprossenwand
- 1 Bank, in die Sprossenwand eingehängt
- 2 Turnmatten
- 1 Medizinball

Station 2: Schwerer Ball

- 2 Turnmatten für 2 Kinder
- 1 Ball für 2 Kinder
- 1 Medizinball für 2 Kinder

Station 3: Tarzanschwung

- 2 Taue
- 2 kleine Kästen
- 2 Turnmatten
- 1 Ball

Station 4: Ein-Bein-Springen

- 5 Reifen, eng hintereinandergelegt

Station 5: Rollbrett

- 1 Rollbrett je Kind
- 4 Hütchen

Station 6: Stepper

- 1 Bank
- 1 Kastenoberteil
- 1 kleiner Kasten

Station 7: Känguru

- 1 Softball je Kind
- 2 Hütchen

Station 8: Balltransport

- 1 Ball

Turnen: Balancieren und Rollen

Station 1: Über den schmalen Pfad

- 1 Bank, umgedreht
- 2 Hütchen

Station 2: Wippe

- 1 Kastenoberteil
- 1 Bank, umgedreht
- 2 Turnmatten
- 1 Hütchen
- 1 Sandsäckchen

Hinweis: Achten Sie bitte darauf, dass sich die Kinder hinter dem Hütchen aufstellen.

Station 3: Wackelsteg

- 1 Weichbodenmatte
- 1 Bank, umgedreht

Station 4: Hindernis-Parcours

- 1 Bank
- 1 Medizinball
- 1 Volleyball oder 1 Softball
- 2 Hütchen

Station 5: Rolle vorwärts

- 1 Bank
- 1 Turnmatte

Hinweis: Klemmen Sie den Kindern eine Postkarte/ein Sandsäckchen zwischen Kinn und Brust. So gehen Sie sicher, dass die Kinder das Kinn auf der Brust halten.

Station 6: Baumstammrollen

- 1 Weichbodenmatte
- 2 kleine Kästen
- 1 Turnmatte

Station 7: Rückenschaukel

- 1 Turnmatte je Kind

Station 8: Rolle vom Hügel

- 2 Turnmatten
- 1 Kastenoberteil
- 1 Sprungbrett

Hinweis: Klemmen Sie den Kindern eine Postkarte/ein Sandsäckchen zwischen Kinn und Brust. So gehen Sie sicher, dass die Kinder das Kinn auf der Brust halten.

Leichtathletik: Laufen, Springen, Werfen

Station 1: Zeitungsklatschen

- 3 Bögen Zeitungspapier
- Klebeband

Station 2: Würfel-Lauf

- 1 Würfel
- Kopiervorlage
- 3 Hütchen

Station 3: Weit springen

- 1 Weichbodenmatte
- 1 Kastenoberteil
- 2 Turnmatten
- Kreide

Station 4: Hindernisbahn

- 10 Hütchen
- 5 Reifen
- 4 Turnmatten

Station 5: Zauberzeitung

- 1 Zeitungsbogen je Kind

Station 6: Sprung in die Tiefe

- 1 Sprossenwand
- 1 Weichbodenmatte

Station 7: Wurfbude

- 1 Kasten mit 3 Teilen
- 3 Hütchen
- Softbälle oder Sandsäckchen

Station 8: In den Himmel werfen

- Softbälle, Tennisbälle, Sandsäckchen
- 1 Sprossenwand

Hinweis: Die wartenden Kinder können die Aufgabe des Balljungen bzw. Ballmädchens ausführen.

Mixed Circle: Klein- und Alltagsmaterialien

Station 1: Ballkünstler

- 1 Ball je Kind

Station 2: Teppichfliesen-Inliner

- 2 Teppichfliesen je Kind
- 4 Hütchen

Station 3: Schwingendes Seil

- 1 langes Seil

Station 4: Luftballonflug

- 1 Luftballon je Kind

Station 5: Rollender Reifen

- 1 Reifen je Kind

Station 6: Bierdeckellauf

- 6 Bierdeckel mit Zahlen
- 1 Bierdeckel je Kind
- 1 Würfel

Station 7: Seilspringen

- 1 Springseil je Kind

Station 8: Pantomime

- Pantomimekärtchen

Erlebnis: Klettern und Schwingen

Station 1: Über die Felsbrocken

- 1 Kastenoberteil
- 2 kleine Kästen
- 2 Reifen

Station 2: Klettern wie ein Affe

- 1 Barren (Holme tief stellen)
- 2 Turnmatten

Station 3: Hangeln an Baumstämmen

- 1 Barren (Holme schräg stellen)
- 2 Turnmatten

Station 4: Tarzan

- 1 Tau
- 1 Weichbodenmatte
- 2 Turnmatten
- Teppichfliesen
- 1 Kasten mit 3 Teilen
- 1 Softball

Station 5: Klettersteig

- 1 Bank
- 1 Sprossenwand
- 3 Turnmatten
- 1 Sandsäckchen

Station 6: Über die Berge

- 2 Kästen mit 3 Teilen
- 3 Turnmatten
- 1 Sandsäckchen

Station 7: Drehwurm

- 1 Turnmatte
- 2 Ringe

Station 8: Durch die enge Schlucht

- 1 Bank
- 1 Ball

Turnen: Springen und Stützen

Station 1: Kastengasse

- 1 Turnmatte
- 2 Kästen mit 3 Teilen
- 1 Springseil

Station 2: Krebsgang

- 1 Bank

Station 3: Hasensprünge

- 1 Bank
- 1 Softball

Station 4: Springen mit einem Sprungbrett

- 1 kleiner Kasten
- 1 Sprungbrett
- 1 Weichbodenmatte

Station 5: Hocksprung am Kasten

- 2 Bänke, nebeneinander
- 1 Kasten mit 2 Teilen
- 1 Turnmatte

Station 6: Kehrmaschinen-Parcours

- 1 Teppichfliese
- 5 Hütchen
- viele Hütchen

Station 7: Stützen und schwingen

- 3 kleine Kästen
- 1 Barren
- 3 Turnmatten

Station 8: Spinnenfußball-Parcours

- 5 Hütchen
- 1 Ball je Kind

Ringen und Kämpfen

Station 1: Feuerreifen

- 1 Reifen für 2 Kinder
- 1 Medizinball für 2 Kinder
- 1 Turnmatte für 2 Kinder

Station 2: Goldschatz

- 1 Turnmatte für 2 Kinder
- 1 Medizinball für 2 Kinder

Station 3: Inselduell

- 1 Turnmatte für 2 Kinder oder
1 Weichbodenmatte für 4 Kinder

Station 4: Kegel kullern

- 3 Keulen oder Kegel für 2 Kinder

Station 5: Lästige Zecke

- 1 Turnmatte für 2 Kinder

Station 6: Oben bleiben

- 1 Bank für 2 Kinder
- 1 Medizinball für 2 Kinder

Station 7: Schlacht der Ritter

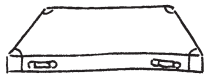
- 1 Schwimmnudel oder 1 Rohrisolierung je Kind
- 1 Spielfeld

Station 8: Seestern

- 1 Turnmatte für 2 Kinder

Tipps für den Geräteaufbau

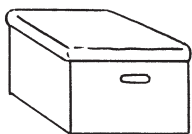
Beachten Sie folgende Hinweise, um einen reibungslosen Aufbau der Stationen zu gewährleisten:
Beim Aufbau ist es ratsam, dass die Kinder festes Schuhwerk tragen.



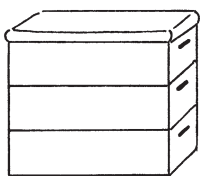
- Zwei bis vier Kinder ziehen den Mattenwagen.
- Niemand sitzt auf dem Mattenwagen.
- Jede Matte wird von vier Kindern getragen.
- Die Schlaufen der Matten müssen untergeschoben werden.



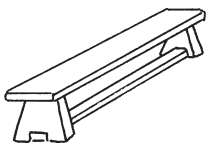
- Ist die Weichbodenmatte senkrecht aufgestellt und mit einem Gurt gesichert, müssen die Kinder seitlich zur Matte stehen. Beim Lösen des Gurtes kippt die Matte auf den Boden und könnte ein Kind treffen.
- Sechs Kinder tragen die Weichbodenmatte.



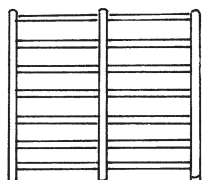
- Beim Absetzen des Kastens auf die Füße achten.



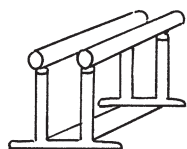
- Die Rollen unter dem Kasten werden in der Regel am Unterteil des Kastens mittels eines Hebels ausgefahren.
- **Die Lehrkraft** fährt die Rollen im Geräteraum aus und am Ziel wieder ein.
- Zwei Kinder schieben den Kasten.
- Niemand darf während der Fahrt auf dem Kasten sitzen.



- Beim Absetzen der Bank auf die Füße achten.
- **Die Lehrkraft** hängt die Bank in die Sprossenwand ein. Dabei muss das Ende der Bank mit dem Arretierungsbalken verwendet werden.



- Für die beschriebenen Stationen muss die Sprossenwand nicht bewegt werden.



- Die Rollen unter dem Barren werden in der Regel mittels eines oder mehrerer Hebel ausgefahren.
- **Die Lehrkraft** fährt die Rollen im Geräteraum aus und am Ziel wieder ein.
- Vier Kinder schieben den Barren.
- Niemand darf während der Fahrt auf dem Barren sitzen.
- Zum Hochstellen der Holme löst **die Lehrkraft** die Arretierungen unter jedem Holm, drückt danach auf die eckigen Sperren und schiebt die Holme in die gewünschte Höhe.



- Die Tauen und Ringe werden als Letztes aufgebaut und als Erstes abgebaut.
- **Die Lehrkraft** fährt die Tauen und Ringe ein und aus.
- Tauen: Am ersten Tau Richtung Hallenmitte ziehen, bis sich das erste Tau an der Decke „festhakt“. Durch beherrztes Zurückschieben löst sich die Arretierung wieder.
- Ringe: Die Arretierungskette an der Wand lösen und die Ringe mit einer Ringstange herunterziehen. Die Kette wieder arretieren.

SCHOOL-SCOUT.DE



Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Sport an Stationen Klasse 1/2

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de

