

SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Die ersten Sportstunden in einer ersten Klasse

Das komplette Material finden Sie hier:

[School-Scout.de](https://www.school-scout.de)



I.44

Grundlegende Bewegungserfahrungen

Die ersten Sportstunden in einer ersten Klasse – wir lernen uns und das Fach kennen

Carolin Müller



© RAABE 2022

© SolStock/E+/Gettyimages

Die ersten Stunden in einer neuen Lerngruppe, insbesondere in einer ersten Klasse, gestalten sich aus den unterschiedlichsten Gründen oft schwierig. Diese Unterrichtseinheit gibt Anregungen für die Anfänge im Fach Sport mit einer ersten Klasse. Die Schülerinnen und Schüler lernen sich, das Fach, die Turnhalle sowie einfach handhabbare Kleingeräte kennen. Dies geschieht mithilfe von Bewegungsgeschichten und -aufgaben sowie Spielen, die gleichzeitig die Kooperation und die Teamfähigkeit der Kinder stärken.

KOMPETENZPROFIL

Klassenstufe:	1
Dauer:	5 Unterrichtsstunden
Kompetenzen:	Erziehung zum Sport, Vermittlung von Handlungskompetenz und Selbstwertgefühl
Thematische Bereiche:	Material- und Spielerfahrungen sammeln, Regelverständnis
Medien:	Übungs- und Spielbeschreibungen, Beobachtungsbogen

Was Sie zu diesem Thema wissen sollten

Insbesondere mit einer neuen Lerngruppe und erschwerend mit Erstklässlern gestalten sich die ersten Sportstunden oftmals als schwierig. Die Kinder kennen weder die Räumlichkeiten, die Lehrkraft noch ihre Mitschülerinnen und Mitschüler. Umgekehrt weiß die Lehrkraft noch nichts über ihre Lerngruppe. Daher bietet diese Unterrichtseinheit den Lehrkräften die Möglichkeit, die Kinder mit ihren koordinativen Stärken und Schwächen kennenzulernen. Es ist genügend Zeit, die Kinder zu beobachten und ihr Bewegungskönnen und gleichzeitig ihre Leistungsfähigkeit unter verschiedenen Sinnorientierungen durch die Arbeit mit unterschiedlichen Sportgeräten zu erweitern und die Kinder Bewegungen selbstständig gestalten zu lassen. Die intensive Nutzung des „offenen Bewegungsangebots“ in diesen ersten fünf Unterrichtsstunden ermöglicht die Herausbildung individueller Lernschwerpunkte und fördert die Bewegungskreativität der Kinder. Des Weiteren werden die Handlungskompetenz und das Selbstwertgefühl der Kinder gestärkt. Die Lehrkraft zieht sich zeitweise zurück und nimmt die Rolle des Beobachters ein. Themen und Inhalte, die die Kinder besonders motivieren, die Gruppendynamik und die sportliche Leistungsfähigkeit des Einzelnen, das Regelverständnis der Kinder und deren Umgang mit Misserfolgen können so erkannt werden.

Was Sie bei der Vorbereitung und Durchführung beachten sollten

Grundsätzlicher Ablauf des Unterrichts

Der Unterricht beginnt immer mit einem „offenen Anfang“: Die Kinder ziehen sich um und dürfen, sobald sie die Umkleidekabinen verlassen haben, in die Halle kommen und sich frei bewegen. Es macht Sinn, den Kindern ein erstes Ritual zu zeigen, z. B. müssen sie erst drei große Runden in der Halle laufen, bevor sie das ausliegende Material (z. B. Bälle, Seile, Bänke, Kegel u. v. m.) erkunden. Wichtig ist, dass Sie das Material bereitlegen. Dass die Kinder Materialien oder Geräte selbstständig aus dem Geräteraum holen, kommt erst später im Halbjahr. Pro Stunde steht ein Material im Mittelpunkt. Teilen Sie die Halle in Zonen ein. Stellen Sie Pylonen an die Mittellinie und erklären Sie den Kindern, dass in der einen Hälfte (es muss stets dieselbe bleiben) mit Bällen gespielt werden darf und in der anderen Hälfte alles Weitere erkundet wird.

Der offene Anfang fördert die Kreativität der Kinder, kommt ihrem Bewegungsdrang entgegen, entzerrt die Umkleidesituation und schult die Bewegungskoordination. Planen Sie dafür mindestens 15 Minuten Zeit ein. Vereinbaren Sie anschließend ein akustisches Signal, das den Kindern anzeigt, sich im Sitzkreis in der Hallenmitte zu versammeln. Fragen Sie die Kinder dann, womit sie sich im offenen Anfang beschäftigt haben, und lassen Sie einzelne Kinder etwas vorführen und loben Sie sie direkt. Daran schließt sich die Hauptphase an, in der Bewegungsspiele durchgeführt werden, die kaum bis sehr leichte Spielregeln beinhalten. Gerade in einer ersten Klasse sollten diese Spiele dazu dienen, dass sich die Kinder untereinander, die Halle, aber auch Sie Ihre Lerngruppe kennenlernen. Jede Stunde endet mit einer „Daumenprobe“ im Sitzkreis, die wiederum durch das akustische Signal eingeleitet wird. Einzelne Kinder können ihre Wahl kurz erläutern.

Nach der Daumenprobe kann ein Abschlussritual folgen, z. B. das „Klatschritual“: Die Kinder sitzen mit lang ausgestreckten Beinen auf dem Boden (der Bauch wird angespannt). Klatschen Sie einen leichten Rhythmus vor, den die Kinder nachklatschen sollen. Verabschieden Sie dann die Kinder und entlassen Sie sie in die Umkleidekabine.

Auf einen Blick

Legende der Abkürzungen:

L: Lehrkraft; SuS: Schülerinnen und Schüler



Gesprächsimpulse



Sicherheitshinweise



Tipps/Hinweise

1. Stunde

Thema: Erkunden des Reifens

Aufwärmen: Offener Anfang: Materialien – überwiegend Reifen – liegen bereit.

Wichtige Regeln und Rituale des Sportunterrichts werden im Kreis erläutert: kein Schmuck; immer abmelden, wenn man die Halle verlässt; kein Material ungefragt nehmen; aufeinander Rücksicht nehmen; sich an die vereinbarten Regeln und Rituale halten.

Hauptteil:

M 1 **Kennenlern-Sortierspiel** / SuS führen das Spiel durch.

Abschluss: Ritual „Daumenprobe“ zur Fragestellung:

„Wie hat euch die Stunde gefallen?“

Ggf. Ritual „Rhythmus klatschen“.

Benötigt: unterschiedliches Material (vor allem Reifen), Musikanlage

2. Stunde

Thema: Erkunden und Bedeutung des Hütchens

Aufwärmen: Offener Anfang: Materialien – überwiegend Hütchen – stehen bereit. Danach stellen einzelne SuS vor, was sie gemacht haben.

Anschließend folgt eine kurze Reflexion:

„Es stehen viele Hütchen bereit, die man auch Pylonen nennt. Was meint ihr, wozu man diese im Sportunterricht braucht?“ (Z. B. zur Abgrenzung von Spielzonen, Spielfeldhälften oder Gefahrenbereichen, für einen Slalomparcours usw.)

Hauptteil:

M 2 **Orientierung in der Halle mit Hütchen** / SuS lernen Markierungen in der Halle kennen.

Abschluss: Ritual „Daumenprobe“ zur Fragestellung:

„Wie gut konntet ihr mitmachen?“

Ggf. Ritual „Rhythmus klatschen“.

Benötigt: unterschiedliches Material (vor allem Pylonen), Musikanlage, Weichbodenmatten, Reifen, kleine Kästen

3. Stunde

Thema: Erkunden des Balls

Aufwärmen: Offener Anfang: Materialien – vor allem viele unterschiedliche Bälle – liegen bereit. Anschließende Präsentation des Erprobten.



Kurze Reflexion:

- *Es gibt viele unterschiedliche Bälle. Was fällt euch an den Bällen auf? Betrachtet sie einmal genau (Muster, Größe, Form, Gewicht).*
- *Die Bälle haben verschiedene Bezeichnungen. Welche kennt ihr?*
- *Was ist das Besondere an den unterschiedlichen Bällen? Gibt es welche, die besonders gut springen, oder welche, die gut in eure Hand passen?*

Hauptteil

M 3

Orientierung in der Halle mit Ball / SuS führen das Spiel durch.



Abschluss: Ritual „Daumenprobe“ zur Fragestellung:

„Mit welchem Ball spielt ihr am liebsten?“

Ggf. Ritual „Rhythmus klatschen“.

Benötigt: unterschiedliches Material (vor allem Bälle), Musikanlage, Weichbodenmatten, Reifen, Langbänke, Sprossenwand

4. Stunde

Thema: Erkunden des Seils

Aufwärmen: Offener Anfang: Materialien – vor allem Springseile – liegen bereit. Anschließende Präsentation.



Kurze Reflexion:

- *Was kann man alles mit einem Seil machen?*
- *Wer zeigt mal einen Sprung?*
- *Kann man auch in der Gruppe springen?*



Es kann auf die richtige Haltung des Seils hingewiesen werden (es sollte vom Boden bis zu den Achselhöhlen reichen).

Hauptteil

M 4

Orientierung in der Halle – Symbole suchen / SuS führen das Spiel durch.



Abschluss: Reflexion:

- *Welche Posten/Sticker/Bilder habt ihr auf eurer Suche entdeckt?*
- *Welche Orte in der Turnhalle verstecken sich hinter den Tieren/Stickern?*

Benötigt: unterschiedliches Material (vor allem Seile), Musikanlage, ggf. 1 Stift pro Gruppe, Sticker oder auf Papier gemalte Symbole

5. Stunde

Thema: Freie Bewegungsstunde

Aufwärmen: SuS laufen frei durch die Halle. L sagt von Zeit zu Zeit verschiedene Bewegungsaufgaben aus dem Lauf-ABC an, die die SuS umsetzen, z. B.: Hopschrittlauf, Armkreisen vorwärts/rückwärts, Rückwärtslaufen, Kniehebelauf, Anfersen, Skippings, auf einem/beiden Beinen hüpfen usw.

Hauptteil

Die aus den vorherigen Stunden kennengelernten Materialien (Ball, Reifen, Hütchen) sowie neue (z. B. Pedalos, Teppichfliesen, Frisbee usw.) liegen aus.



- *Was kann man mit diesen Sportgeräten alles machen?*
- *Probiert alle mal aus und präsentiert eure Kunststücke anschließend den anderen.*



Abschluss: Präsentation der Kunststücke; Besprechen, welche Orte/Räume in der Turnhalle wichtig sind/welche Funktion sie haben; Besprechen von Verhaltensregeln rund um den Sportunterricht (Weg vom Schulgebäude zur Halle, Umziehen, Eintreffen in der Halle, Betreten des Geräteraums usw.).

Benötigt: unterschiedliches Material (Bälle, Reifen, Hütchen, Teppichfliesen, Indiacas, Pedalos, Frisbee, Kegel usw.)

SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Die ersten Sportstunden in einer ersten Klasse

Das komplette Material finden Sie hier:

[School-Scout.de](https://www.school-scout.de)

