



Aufbau des Buches

Der **Elternbrief** (S. 4) sollte gleich zu Schuljahresbeginn ausgegeben werden. Er informiert die Erziehungsberechtigten vorab über die wichtigsten Abläufe und Voraussetzungen für einen gelingenden Sportunterricht. Wenn die Eltern diese Hinweise beachten, ist bereits ab der ersten Sportstunde ein reibungsloses Durchführen möglich.

Für den Sportunterricht mit Erstklässlern sind folgende Inhaltsfelder vorgesehen, die sich an den aktuellen Lehrplänen der verschiedenen Bundesländer für das Fach Sport orientieren:



Bewegen an und mit Geräten



Rollen, Gleiten, Fahren



Laufen, Springen, Werfen



Partnerkämpfe



Tanzen und rhythmisches Bewegen



Spiele

Jedes Kapitel beginnt mit einer **kurzen Übersicht der Inhaltsfelder**, der **zu lernenden Bewegungsabläufe** und **den Zielen der Einheiten**.

Die **Stundenbeispiele** in diesem Band sind als

Einzelstunden  oder **Doppelstunden**  gekennzeichnet.

Im Allgemeinen kann eine Doppelstunde immer auch in kürzerer Zeit durchgeführt werden, indem man zum Beispiel die Anzahl der Durchgänge verringert, ein Spiel weglässt, oder die Stunde auf zwei einzelne Stunden aufteilt. Im Gegenzug lässt sich eine Einzelstunde auch auf eine Doppelstunde strecken.

Der Aufbau der Stunden erfolgt immer nach diesem Muster:



Die benötigten **Materialien** werden vorgestellt.

Der **Einstieg** in jede Sportstunde dient der allgemeinen Einstimmung auf den weiteren Verlauf. Thematisch orientieren sich die Spiele teilweise am Hauptteil; meist können sie aber auch durch ein anderes Spiel ersetzt werden (z. B. Geburtstagswunsch eines Schülers).

Im **Hauptteil** geht es um die zuvor genannten Inhaltsfelder aus dem Lehrplan. Oftmals werden bestimmte Regeln für das gewählte Thema gemeinsam erarbeitet, besprochen und wiederholt (z. B. der Gerätetransport). Dabei spielt der Sicherheitsaspekt eine bedeutende Rolle, um den Kindern einen verantwortungsbewussten Umgang mit den Geräten zu vermitteln.

Den **Schluss** bilden in der Regel kleine Spiele, die sich immer an der Bewegungsintensität des Hauptteils orientieren. Nach einem bewegungsintensiven Hauptteil bietet sich ein ruhiges Spiel zum Abschluss an, um den Kindern die Möglichkeit für einen ruhigen Ausklang zu geben.

Wo es uns sinnvoll und ratsam erschien, haben wir nach der Beschreibung der Stunde noch

Beobachtungshinweise  oder **Tipps**  hinzugefügt.

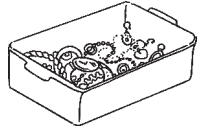


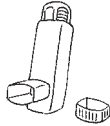



Elternbrief zum Sportunterricht

Liebe Eltern der Erstklässler und Erstklässlerinnen,



Ihr Kind hat ab sofort wöchentlich Sportunterricht. Damit der Sportunterricht erfolgreich und reibungslos ablaufen kann, geben wir Ihnen hier vorab wichtige Informationen. Bitte lesen Sie diese sorgfältig durch und besprechen Sie die Inhalte mit Ihrem Kind:

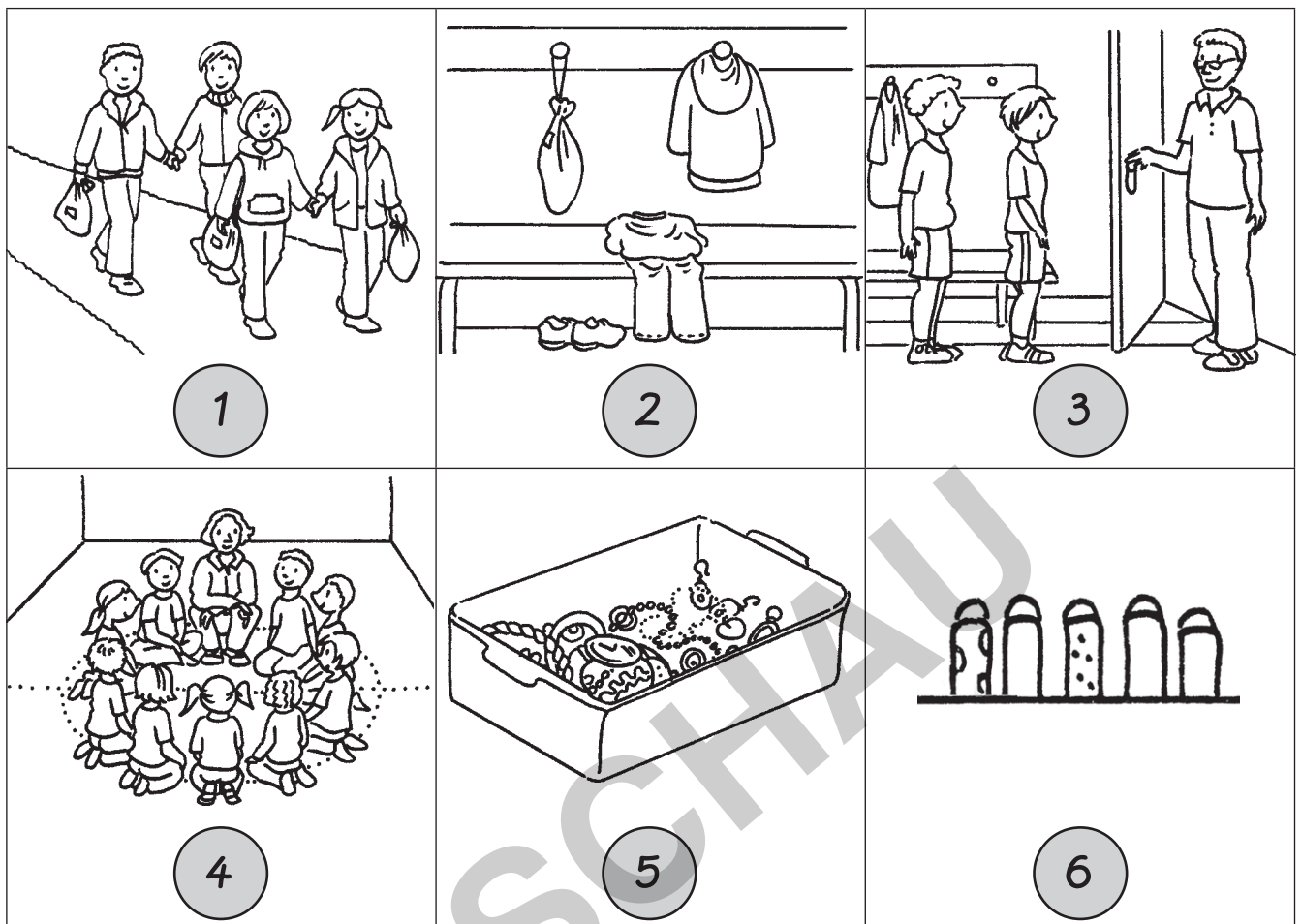
1. **Sportkleidung** ist für alle verpflichtend: **Sportshirt**, **Sporthose** (je nach Jahreszeit kurz oder lang), **Turnschuhe** und **Socken** (keine Schläppchen, da sie keinen sicheren Halt bieten).
2. Wichtig: Die **Turnschuhe** sind **ausschließlich zum Sportunterricht** zu nutzen!
3. An den Sporttagen sollte Ihr Kind **keinen Schmuck** (Ketten, Hängeohrringe, etc.) tragen. Für Uhren und Brillen steht ein Kästchen zur Aufbewahrung in der Sporthalle bereit. 
4. Lange Haare müssen mit einem **Haargummi** zusammengebunden werden (keine Haarspangen oder Haarreifen). 
5. Es ist selbstverständlich, dass sich die Kinder aus **hygienischen Gründen** zum Sportunterricht umkleiden und anschließend wieder ihre Straßenkleidung anziehen.
6. Mädchen sollten bitte an den Sporttagen **keine Strumpfhosen** oder **aufwendig zu knöpfende Kleidungsstücke** tragen, da dies die Umziehzeit unnötig verlängert.
7. Als **Getränk** geben Sie Ihrem Kind lediglich **Wasser** mit, da dieses bei einem Auslaufen nicht klebt. Zudem sollte die **Flasche nicht aus Glas** sein, um Scherben bei einem potentiellen Bruch zu vermeiden. 
8. Sollte Ihr Kind an **Krankheiten** (z. B. Asthma, Diabetes, etc.) leiden, informieren Sie unbedingt den Sportlehrer darüber. 
9. Wenn Ihr Kind aus gesundheitlichen Gründen (Erkältung) nicht am Sportunterricht teilnehmen soll, so geben Sie Ihrem Kind bitte eine **schriftliche Entschuldigung** mit. 

Tipp: Ein Päckchen Taschentücher sollte in keiner Sporttasche fehlen. 

Mit sportlichen Grüßen



Bildkarten zu organisatorischen Regeln und Ritualen



Wichtige Informationen für den Lehrer

Für den Sportunterricht müssen Sie einige Grundregeln beachten, um die Aufsichts- und Sorgfaltspflicht hinreichend zu erfüllen. An oberster Stelle steht:



Jeder Schüler muss zu jeder Zeit das Gefühl haben, beaufsichtigt zu sein.

Für den Sportunterricht als solchen sollte der Lehrer:

- die Sporthalle als Erster betreten und sie als Letzter verlassen;
- die Sportgeräte – welche in dieser Stunde zum Einsatz kommen sollen – auf sichtbare Mängel bzw. deren Funktionstüchtigkeit überprüfen;
- bei Aufbauten darauf achten, dass die Schüler diese erst nutzen dürfen, wenn sie vollständig aufgebaut und mit eigenen Augen geprüft wurden;
- sich immer so positionieren, dass er möglichst die gesamte Gruppe im Blick hat;
- regelmäßig den Standort wechseln;
- sich an dem Punkt in der Halle aufhalten, von dem die größte Gefahr ausgehen könnte, dabei jedoch den Rest der Gruppe nicht aus dem Blick verlieren;
- über die Notausgänge bzw. die Notrufanlage informiert sein;
- den Aufbewahrungsort des Verbandskastens kennen und diesen regelmäßig auf Vollständigkeit überprüfen;
- über stets aufgefrischte Erste-Hilfe-Kenntnisse verfügen.



Die ersten Stunden

Für die Gestaltung der ersten Stunden haben wir einen Ablauf ausgearbeitet, der sich in der Praxis als sehr gut umsetzbar erwiesen hat.

Die Stunden bauen aufeinander auf und haben **zwei Hauptziele**:

1. Die Kinder lernen ein möglichst **großes Repertoire an Spielen** kennen.
2. Die Kinder lernen **alle wichtigen Kleingeräte** kennen.

Auf den ersten Blick mag der Ablauf recht anspruchslos aussehen, was jedoch nicht der Sicht der Kinder entspricht. Bei der Einführung eines neuen Spiels ist die Motivation der Kinder in der Regel so hoch, dass alle einmal als Fänger etc. fungieren wollen. Das hat zum Vorteil, dass sie sich die Spiele, deren Regeln und Namen gut und schnell einprägen. Dies wird sich für das komplette Schuljahr wiederum zeiter sparend auswirken. Dann genügt es nämlich, den Namen des Spiels zu nennen, damit alle Kinder sofort in das Spielgeschehen einsteigen können.

Wir haben bei den Spielen bewusst auf starre Zeitvorgaben verzichtet, da sich die reine Spielzeit in der Regel an der individuellen Klassengröße orientiert. Diese kann nach unserer Erfahrung zwischen 10 bis 26 teilnehmenden Kindern variieren.

Im Folgenden stellen wir **4 Einzelstunden** und **2 Doppelstunden** im groben Aufbau vor.

1. Stunde: Kennenlernen der Sporthalle



Material: -

Einstieg:

Wenn alle Kinder im Kreis sitzen, fordert der Lehrer sie auf, sich in der Sporthalle umzuschauen. Anschließend bewegen sie sich ein paar Minuten frei in der Sporthalle und sollen dabei möglichst viele Eindrücke sammeln (dies kann je nach Ausstattung und Größe der Halle stark variieren). Nach einem akustischen Signal kommen alle wieder im Kreis zusammen und es wird kurz über die Entdeckungen der Kinder gesprochen.

Hauptteil: → Spiel „Linienlaufen“

Die Kinder laufen kreuz und quer durch die Sporthalle, müssen dabei aber auf den eingezeichneten Linien des Hallenbodens bleiben. Immer dann, wenn ihnen ein Mitschüler entgegenkommt, gibt es verschiedene Aufgaben, welche der Lehrer laut vorgibt. Die Schüler müssen diese ausführen, bevor sie ihren Weg auf der Linie fortsetzen.

- *Gebt euch die rechte Hand zur Begrüßung (und lauft dann weiter).*
- *Begrüßt euch mit eurem linken Knie.*
- *Begrüßt euch mit eurer rechten Schulter.*
- *Begrüßt euch durch Abklatschen.*

Abschluss:

Der Lehrer erklärt kurz im Kreis, dass sich die Kinder nun umziehen und sich anschließend paarweise am vereinbarten Treffpunkt aufstellen.



Beobachtungshinweis: Kinder, die zum allerersten Mal die Halle betreten, sind zunächst von deren Größe überwältigt. Lassen sie ihnen genug Zeit zum anfänglichen Betrachten und Beobachten.



3. + 4. Stunde: Kennenlernen der Langbank



Material: 4 Langbänke, 2 Hütchen

Einstieg: → Spiel „Feuer, Wasser, Blitz“

Im Kreis erklärt der Lehrer das neue Spiel: Die Kinder bewegen sich frei in der Halle. Auf Zuruf des Lehrers führen sie unterschiedliche Aufgaben aus:

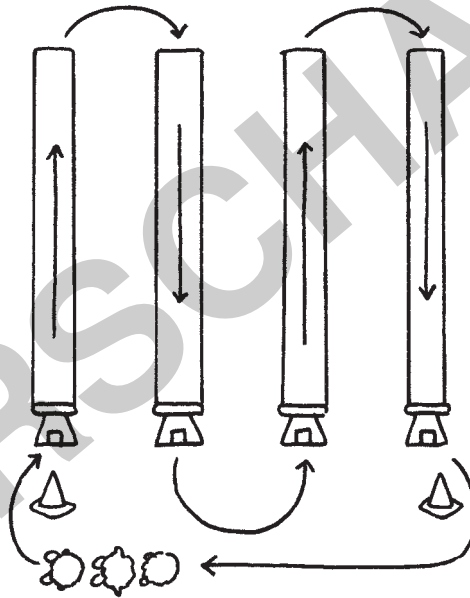
„*Feuer*“ – zu den Notausgängen rennen (diese sollte man natürlich davor besprechen),

„*Wasser*“ – sich auf einen höheren Gegenstand (Bank, Sprossenwand, ...) retten,

„*Blitz*“ – sich möglichst klein hinhocken.

Hauptteil:

Im Kreis wird mit den Kindern kurz geklärt, wie sie eine Langbank transportieren sollen (siehe S. 7). Anschließend zeigt der Lehrer, wie die Schüler 4 Bänke und je 2 Hütchen dahinter und davor (als Start + Ziel) als Parcours in der Halle anordnen sollen:



Alle Kinder stellen sich hinter dem ersten Hütchen in einer Schlange auf. Der Lehrer läuft einmal exemplarisch die Bänke ab, damit alle Kinder die Ablafrichtung des Bankparcours verstehen: *Lauft vorwärts über die Bänke.*

Außerdem gibt der Lehrer diese Abstandsregel vor: *Du darfst erst loslaufen, wenn dein Vorgänger das Ende der Bank erreicht hat.*

Nun durchlaufen alle Schüler den Parcours wie vorgemacht und sammeln sich wieder in der Schlange hinter dem ersten Hütchen.

Im jedem weiteren Durchgang durchqueren die Kinder den Parcours mit anderen Bewegungen, die der Lehrer laut ansagt:

- *Krabbelt auf allen Vieren über die Bänke.*
- *Kriecht wie eine Schlange unter den Bänken hindurch.*
- *Zieht euch auf dem Bauch liegend über die Bänke.*
- *Lauft mit einem Bein oben auf der Bank und einem Bein unten auf dem Boden.*
- *Probiert eigene Ideen aus.*

Je nach Zeit können die Anweisungen und Durchgänge beliebig oft wiederholt werden.



7. + 8. Stunde: Spiele in der Sporthalle



Material: 5 kleine Matten

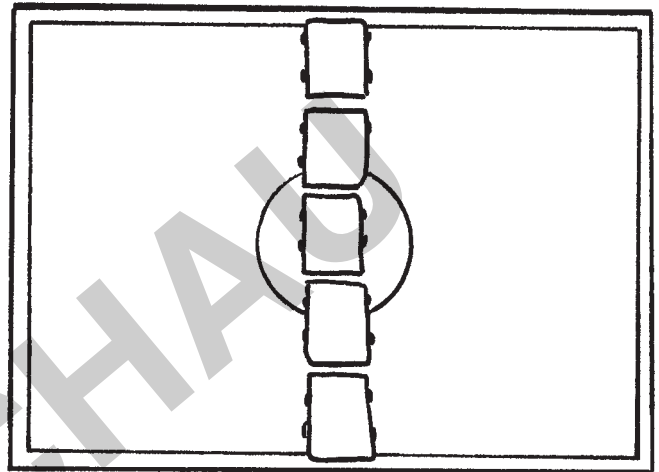
Einstieg: → Fangspiel „Sitz Katze, lauf Katze“

Der Lehrer erklärt im anfänglichen Sitzkreis das Spiel, bevor es losgeht: Alle Kinder sind gleichzeitig Fänger und Befreier. Wird ein Kind mit dem Ausruf „Sitz Katze“ vom Fänger berührt, muss es sofort in die Hocke gehen. Ein anderer vorbeilaufender Schüler kann das hockende Kind wieder befreien, indem er es antippt und laut ruft: „Lauf Katze!“

Hauptteil:

Um den Mattentransport (S. 7) wieder aufzugreifen, folgt das Spiel „**Brückenwächter**“. Die Kinder positionieren die 5 kleinen Matten auf der Hallenmittellinie:

Ein Kind darf sich als Brückenwächter frei auf der Mattenbrücke bewegen. Alle anderen Schüler befinden sich an einem Ende der Halle. Nach einem Signal des Lehrers (z. B. Pfiff, Klatschen) versuchen die Kinder, die Brücke zu überqueren und auf die andere Hallenseite zu kommen. Der Brückenwächter will dabei möglichst viele Kinder abschlagen und diese so in Brückenwächter verwandeln. Im zweiten Durchgang starten die restlichen Kinder aus der anderen Hallenhälfte. Das Spiel ist zu Ende, wenn alle Kinder zum Brückenwächter geworden sind.



Um die Matten weiterzunutzen, wird das Spiel „**Kommt mit, läuft weg**“ anhand der Skizze aufgebaut:

