

STUNDE 8

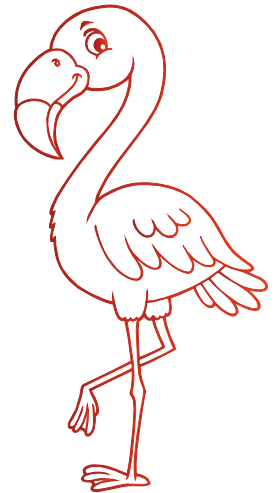
DRAHTSEILAKT TEIL 2

INTENTIONEN

Nachdem die Kinder in Stunde 7 erste Erfahrungen im Bereich Balancieren sammeln konnten, werden im zweiten Teil die bereits erworbenen Kenntnisse gefestigt und an komplexeren Geräteaufbauten vertieft. Hinzu kommen neue Gerätehöhen, -breiten und -neigungen.

MATERIALIEN / GERÄTE

- M1 Zahlenkarten
- M2 Poster Balanciertechnik
- M3 Aufbaupläne
- M4 Hallenplan
- Musikanlage
- 3 Langbänke
- 5 kleine Turnkästen
- 3 kleine Matten
- Reckstange



STUNDENVERLAUF

1. BEGRÜSSUNGSRITUAL

Neben dem Begrüßungsritual bietet sich ein Einstieg in die Welt des Zirkus und des Seiltanzens an.

2. ERWÄRMUNG: LINIENLAUF LEVEL 2

Die Kinder bewegen sich auf den Linien fort und wiederholen zunächst die Fortbewegungsarten aus der Unterrichtsstunde zuvor.

Mögliche Fortbewegungsarten

- vorwärts
- seitwärts und
- rückwärts Laufen

Daraufhin wird das Bewegungsrepertoire erweitert. Hierfür bieten sich folgende Aufgaben an:

- Anfersen
- Kniehebelauf
- Hüpfen auf dem rechten und linken Bein
- Hüpfen auf beiden Beinen
- Laufen im Ballenstand
- Vierfüßlergang
- Froschhüpfen, etc.

Die Lehrkraft weist die Kinder darauf hin, dass die Regeln aus Stunde 7 gelten (Linien stellen Seile dar / Überholverbot). Diese können zu Beginn der Erwärmung gemeinsam wiederholt werden.



LINIENLAUF LEVEL 2

Die Lehrkraft wählt drei Fortbewegungsarten aus und ordnet diese den Zahlen eins bis drei (M1) zu.

Beispiel

- 1 → Laufen im Ballenstand
- 2 → Vierfüßlergang
- 3 → Anfersen

Während die Kinder sich auf den Linien fortbewegen, zeigt die Lehrkraft abwechselnd die Zahlen eins, zwei oder drei. Zeigt die Lehrkraft keine Zahl an, laufen die Schülerinnen und Schüler vorwärts.

3. HAUPTTEIL: DRAHTSEILAKT TEIL 2

Die komplexeren Geräteaufbauten stellen die Kinder vor neue Herausforderungen und die pädagogische Perspektive Wagnis kommt zum Tragen. Deshalb werden zunächst bereits bekannte Fortbewegungsarten wiederholt und im Anschluss neue Fortbewegungsarten erprobt.

- Station 1: Umgedrehte Langbank
- Station 2: Langbank auf zwei kleinen Turnkästen
- Station 3: Langbank als schiefe Ebene
- Station 4: Reckstange auf Kastendeckel

Im Anschluss an die zwei Bewegungsaufgaben findet ein gemeinsamer Wechsel an den Stationen statt.

Bewegungsaufgaben

1. Unterschiedliche Fortbewegungsarten: Die Kinder bekommen die Aufgabe vorwärts, rückwärts und seitwärts zu balancieren.
Differenzierungsmöglichkeiten: Balancieren im Ballenstand oder mit geschlossenen Augen
2. Freies Balancieren: Die Kinder überlegen sich weitere Fortbewegungsarten (Impuls Erwärmungsprogramm) und erproben diese. Diese können am Ende der Stunde präsentiert werden.
3. Differenzierungsmöglichkeit: Leistungsstarke Gruppen können Zusatzmaterialien in ihren Drahtseilakt einbauen (vgl. Stunde 7).
 - Mögliches Material: Medizinball, Hütchen (unterschiedliche Größen), Springseil, unterschiedliche Bälle, Schaumstoffblöcke, Gummiring, Gummiente, etc.

Hinweise

Zu Beginn des Hauptteils findet der Aufbau der Geräte statt. Dieser wird von der Lehrkraft angeleitet und betreut. Im Anschluss an den Geräteaufbau überprüft die Lehrkraft, ob alle Geräte sicher und richtig aufgebaut sind. Zudem wird die Balanciertechnik sowie das Helfen und Sichern wiederholt.

Mögliche Impulsfragen

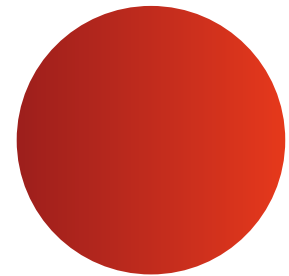
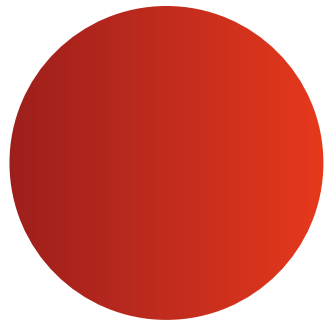
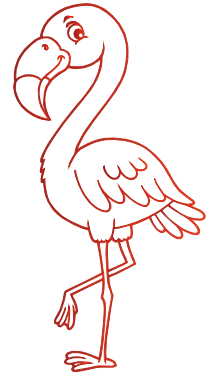
- Wie könnt ihr am besten balancieren?
- Wie könnt ihr eurer Partnerin oder eurem Partner helfen?

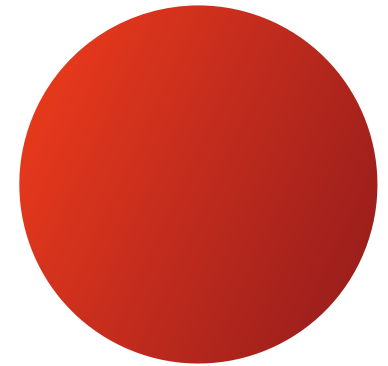
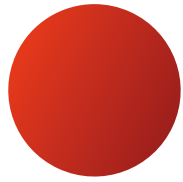
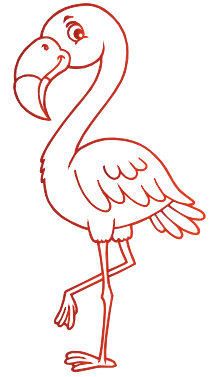
4. ABSCHLUSS

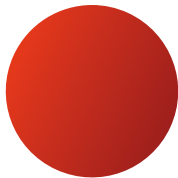
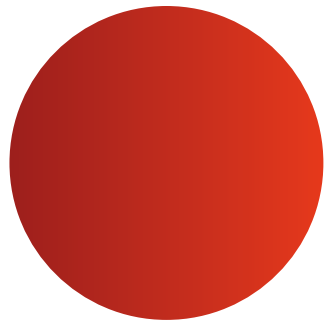
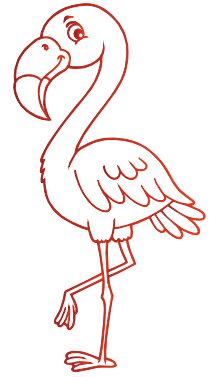
Es empfiehlt sich ein ritualisiertes Stundenende (z. B. Sitzkreis) zum Thema Drahtseilakt.

KORREKTURHILFEN/ HILFESTELLUNGEN

Wenn nötig, gibt die Lehrkraft Hinweise zum Transportieren der Geräte und verweist auf die Gerätetransportregeln. Darüber hinaus können Probleme beim Balancieren auftreten. Zur Unterstützung kann die Lehrkraft auf die Balanciertechnik verweisen und auf die Möglichkeit zu helfen und / oder sichern.

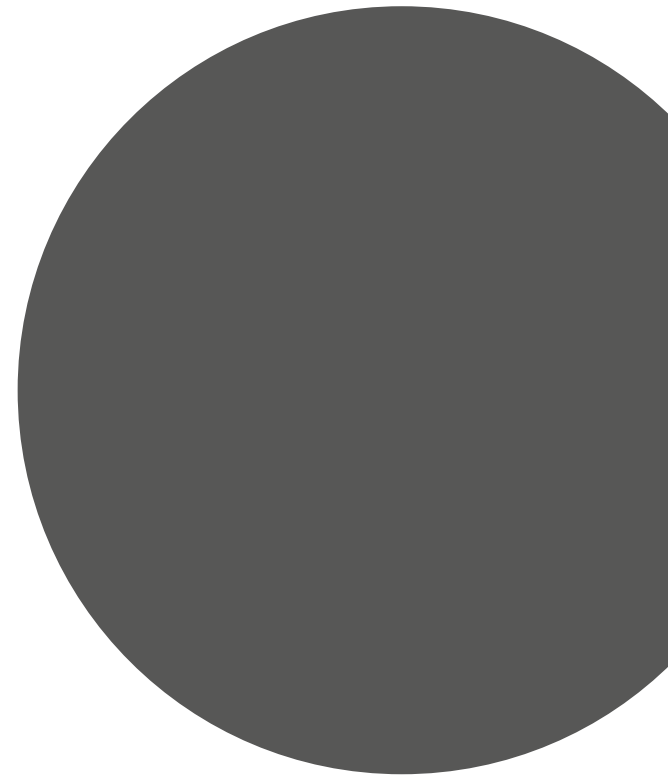
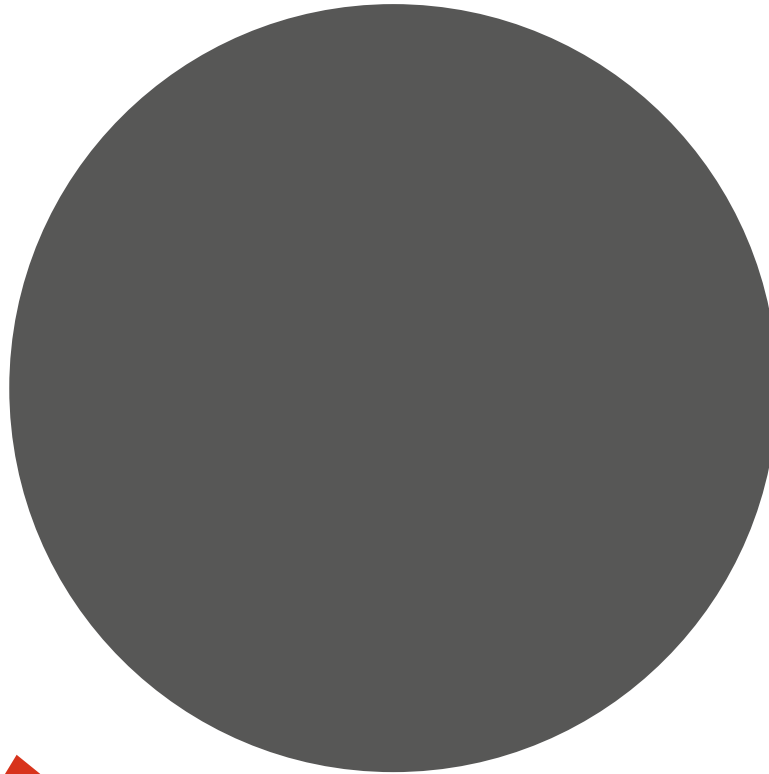
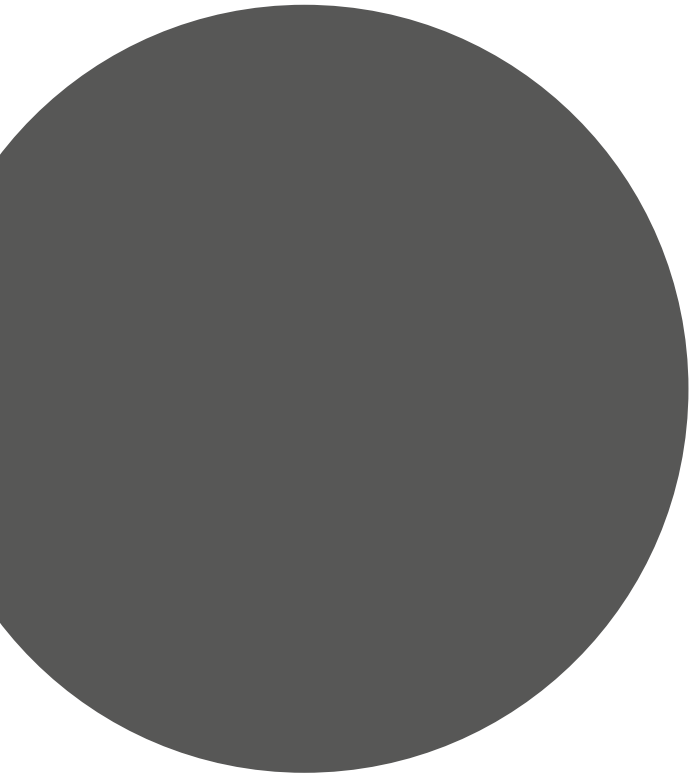
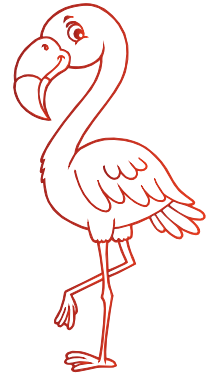




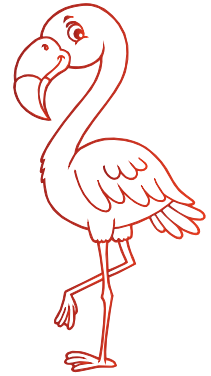


M2 Poster Balanciertechnik (auf schwierigerem Gerät)

RICHTIGES AUFSETZEN DER FÜSSE



DRAHTSEILAKT TEIL 2 – STATION 1: UMGEDREHTE LANGBANK



Aufbau 1



Aufbau 2

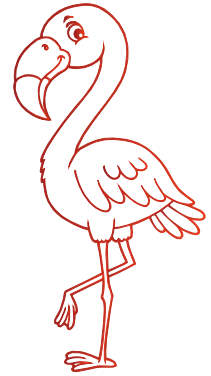


Aufbau 3



1-2-3-4

DRAHTSEILAKT TEIL 2 – STATION 2: LANGBANK AUF ZWEI KLEINE KÄSTCHEN



Aufbau 1



Aufbau 2

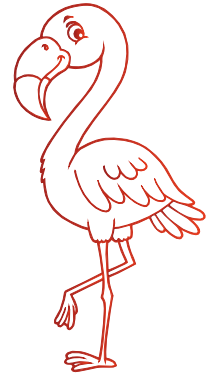


Aufbau 3



1-2-3-4

DRAHTSEILAKT TEIL 2 – STATION 3: LANGBANK ALS SCHIEFE EBENE



Aufbau 1



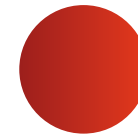
Aufbau 2



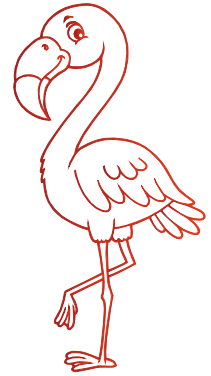
Aufbau 3



1-2-3-4



DRAHTSEILAKT TEIL 2 – STATION 4: RECKSTANGEN AUF KASTENDECKEL



Aufbau 1



Aufbau 2



Aufbau 3



1-2-3-4

M4 Hallenplan

DRAHTSEILAKT TEIL 2: HALLENPLAN

