

## STUNDE 3

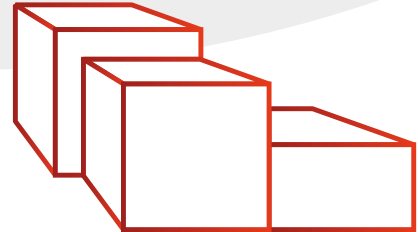
# DIE BAUMEISTER- PROFIS – IM SPRUNG- GARTEN

## INTENTIONEN

In Stunde 3 wird zunächst, wie schon in Klasse 1, Wert auf einen sicheren Transport und Umgang mit den Geräten gelegt. Transport- und Sicherheitsregeln für bereits bekannte Geräte werden aufgefrischt und durch den großen Kasten erweitert. Darüber hinaus steht in dieser Stunde das Springen im Fokus. Die Kinder lernen auf und über Geräte zu springen und von erhöhten Positionen zu springen.

## MATERIALIEN / GERÄTE

- M1a Gerätekarte Großer Kasten
- M1b Gerätetransportregel Großer Kasten
- M2 Arbeitskarten Sprunggarten
- M3 Hallenplan
- 2 – 4 Parteibänder
- 4 Hütchen
- 1 kleine Matte
- 3 Sprungbretter
- 1 Langbank
- 4 kleine Kästen
- 3 große Kästen
- 3 Weichbodenmatten



## STUNDENVERLAUF

### 1. BEGRÜBUNGSRITUAL

Neben einem Begrüßungsritual bietet sich ein Einstieg zum Thema „Baustelle“ an.

### 2. ERWÄRMUNG: IM SPRUNGGARTEN

Bevor die Transportprofis mit ihren Aufbauten für einen neuen Sprunggarten beginnen können, müssen sie zunächst den bereits vorhandenen Sprunggarten von Steinen befreien. Hierfür steckt die Lehrkraft ein Feld mit vier Hütchen ab und bestimmt zwei bis vier Fangende (Klassengröße), die ein Parteiband erhalten. Die anderen Kinder bewegen sich frei im Feld. Wird ein Kind gefangen, muss es sich wie ein Stein auf den Boden legen (vgl. Bild) und kann folgenderweise befreit werden:

- **Level 1:** Der „Stein“ muss von einem anderen Kind überlaufen werden.
- **Level 2:** Der „Stein“ muss von einem anderen Kind übersprungen werden.

Ertönt ein Pfiff von der Lehrkraft geben die Fangenden ihre Bänder weiter und eine neue Runde beginnt.

### Alternative:

Das Fangspiel kann auf Zeit (1 min) gespielt werden und es werden die Steine im Sprunggarten gezählt. Es wird geschaut, welches Fänger-team noch am wenigsten Steine in seinem Sprunggarten hat.





### 3. HAUPTTEIL: IM SPRUNGGARTEN

Bevor die Baumeisterprofis den Sprunggarten aufbauen können, müssen sie noch einige Fragen klären:

- Wer kennt diese Geräte? (kleiner Kasten, kleine Matten, Langbank, Sprungbrett und Weichbodenmatte)
- Wie werden diese sicher transportiert? (Anzahl der Kinder und Griffe vgl. Bildmaterial Klasse 1)
- NEU: Großer Kasten

Dieser wird von der Lehrkraft eingeführt, das heißt, es wird der sichere Transport, das Sichern und das Herausnehmen einzelner Elemente erklärt bzw. demonstriert.

Anschließend werden die Kinder in vier Gruppen eingeteilt (z.B. mittels Karten, App, etc.) und bauen ihre Stationen auf. Wurde die jeweilige Station aufgebaut, nimmt die Gruppe an ihrem Hütchen Platz und wartet, bis alle fertig sind. Es ist wichtig, dass niemand an den Geräten turnt, bevor die Lehrkraft diese freigegeben hat. An den verschiedenen Stationen üben die Kinder das Springen auf und über die Geräte sowie das Springen von erhöhten Positionen. Hierbei findet eine spielerische Gewöhnung an das Sprungbrett statt. Ein weiterer Fokus liegt auf der sicheren Landung nach Sprüngen von Erhöhungen.

- **Sprunggarten 1: Zonenspringen**

Aufgabe: Die Kinder springen auf den kleinen Kasten und anschließend auf den großen Kasten.

Vom großen Kasten versuchen die Kinder in die ausgewiesenen Landezonen zu springen. Die Landung wird für zwei Sekunden gehalten.

Weitere Impulse durch die Lehrkraft: Springe mit beiden Füßen gleichzeitig auf den kleinen Kasten / Beuge deine Beine bei der Landung. / Wer schafft es in jeder Zone ohne zu wackeln zu landen?

- **Sprunggarten 2: Kunstsprünge**

Aufgabe: Die Kinder stellen sich auf den kleinen Kasten. Vom kleinen Kasten springen sie beidbeinig auf das Sprungbrett und versuchen im Anschluss einen Sprung zu machen.

Weitere Impulse durch die Lehrkraft: Mache einen großen Schritt vom kleinen Kasten nach vorne und lande mit beiden Füßen auf dem Sprungbrett. / Sei auf dem Sprungbrett fest wie ein Baumstamm. / Kannst du nach deinem Sprung landen und auf zwei zählen?

- **Sprunggarten 3: Hasensprünge**

Aufgabe: Die Kinder stellen sich neben die Bank und fassen diese mit ihren Händen an. Sie springen beidbeinig auf die andere Seite und landen danach auf beiden Füßen. Die Hasensprünge werden bis zum Ende der Bank wiederholt. Danach springen sie beidbeinig auf den kleinen Kasten, vom kleinen Turnkasten beidbeinig auf das Sprungbrett und wieder auf den kleinen Kasten. Zum Schluss springen die Kinder auf die Matte und versuchen sicher zu landen.

Weitere Impulse durch die Lehrkraft: Mache einen großen Schritt vom kleinen Kasten nach vorne und lande mit beiden Füßen auf dem Sprungbrett. / Sei auf dem Sprungbrett fest wie ein Baumstamm. / Kannst du nach deinem Sprung landen und auf zwei zählen? / Wie kannst du vom kleinen Kasten springen?

- **Sprunggarten 4: Auf und ab**

Aufgabe: Hocke auf den Kasten auf und springe mit beiden Füßen auf das Sprungbrett, damit du auf den nächsten Kasten aufhocken kannst. Springe vom Kasten und versuche nach der Landung auf zwei zu zählen.

Weitere Impulse durch die Lehrkraft: Setze erst die Hände und dann die Füße beim Aufhocken auf. / Mache einen großen Schritt vom kleinen Kasten nach vorne und lande mit beiden Füßen auf dem Sprungbrett. / Sei auf dem Sprungbrett fest wie ein Baumstamm. / Kannst du nach deinem Sprung landen und auf zwei zählen?

#### Hinweise:

Die Kinder erproben die Übungen zunächst mithilfe der Arbeitskarten in ihrer Gruppe. Die Lehrkraft kann weitere Impulse geben, um zu gewährleisten, dass die Übungen richtig ausgeführt und gefestigt werden. Ein Stationswechsel sollte nach ca. fünf Minuten stattfinden.

#### 4. ABSCHLUSS – SPRUNG-PARKOUR RACE

Welches Team schafft es am schnellsten durch den Sprung-Parkour?

Zum Abschluss der Stunde kann der ganze Sprunggarten (S1 – S4) auf Zeit durchlaufen werden. Jedes Team startet gemeinsam. Die Zeit wird erst gestoppt, wenn alle Kinder des Teams im Ziel angekommen sind.

---

### KORREKTURHILFEN / HILFESTELLUNGEN

#### Einsprung Sprungbrett

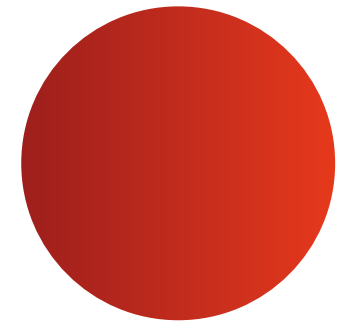
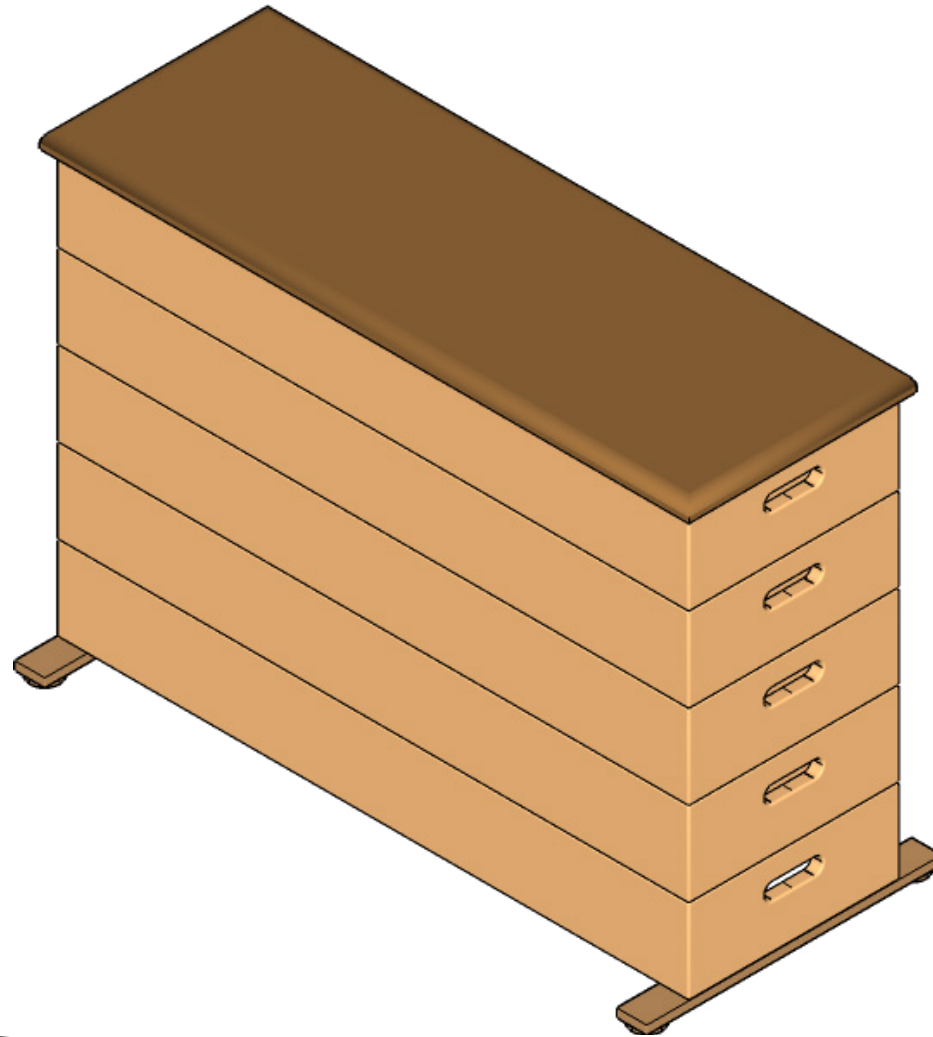
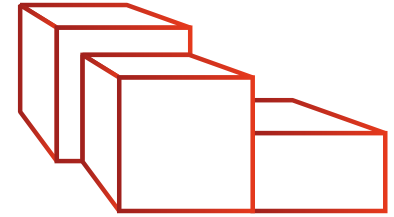
Schritt nach vorne, dann beidbeinig auf das Sprungbrett springen.

#### Absprung Sprungbrett

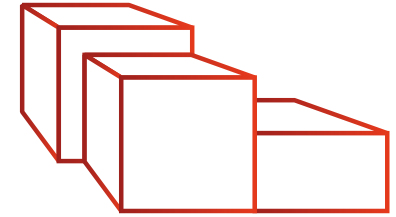
Das Sprungbrett ist wie eine „heiße Herdplatte“. Es muss sofort abgesprungen werden. Dabei ist es wichtig, dass die Kinder angespannt sind.



## M1a Gerätekarte



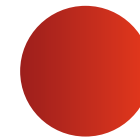
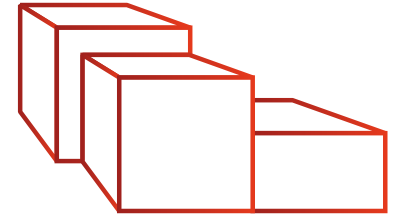
# GERÄTETRANSPORTREGELN: GROSSER KASTEN



**ANZAHL  
HELPER:**

**4**

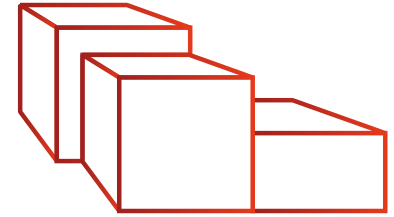
# SPRUNGGARTEN 1



- **Springe auf den kleinen Kasten.**
- **Springe vom kleinen auf den großen Kasten.**
- **Springe vom großen Kasten in eine Zone.**
- **Kannst du auf deinen Füßen landen und auf 2 zählen?**

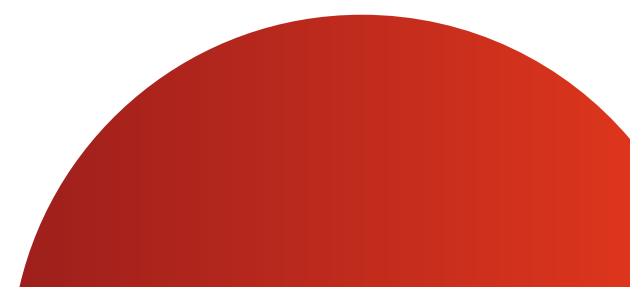
Material: 1 kleiner Kasten, 1 großer Kasten (3 oder 4 Teile), 1 Weichbodenmatte + Landezonen

# SPRUNGGARTEN 2

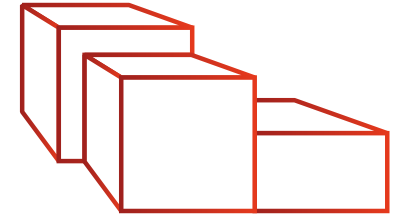


- Stelle dich auf den kleinen Kasten.
- Springe mit beiden Füßen auf das Sprungbrett und dann auf die Matte. Sei dabei fest wie ein Baumstamm und zähle nach der Landung auf 2!
- Welche Sprünge schaffst du?

Material: 1 kleiner Kasten, 1 Sprungbrett, 1 Weichbodenmatte



# SPRUNGGARTEN 3



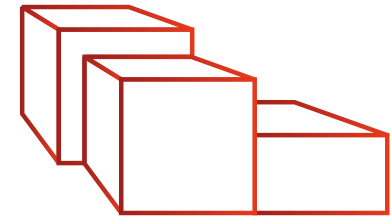
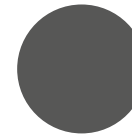
- Stelle dich neben die Bank und fasse mit beiden Händen an die Bank. Springe wie ein Häschen auf die andere Seite. Schaffst du 5 Sprünge?
- Springe mit beiden Füßen auf den kleinen Kasten.
- Springe mit beiden Füßen auf das Sprungbrett und dann auf den nächsten kleinen Kasten. Sei dabei fest wie ein Baumstamm!
- Springe vom kleinen Kasten auf die Matte und lande auf beiden Füßen.

Material: 1 Langbank, 2 kleine Matten, 2 kleine Kästen, 1 Sprungbrett





# SPRUNGGARTEN 4

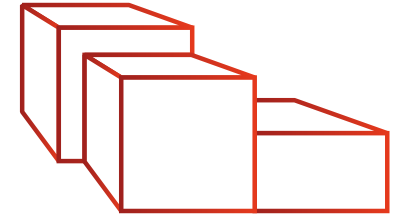
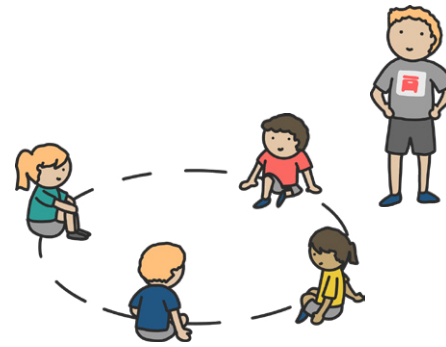
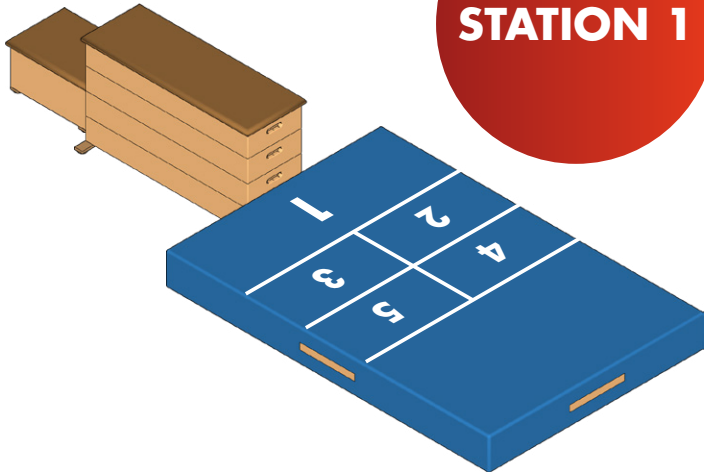


- **Hocke auf den großen Kasten auf. Erst kommen die Hände, dann die Füße.**
- **Springe mit beiden Füßen auf das Sprungbrett und hocke auf den nächsten Kasten auf. Sei dabei fest wie ein Baumstamm und denke daran: erst die Hände, dann die Füße ;-)**
- **Springe vom großen Kasten auf die Matte und zähle nach der Landung auf 2.**
- **Welche Sprünge fallen dir ein?**

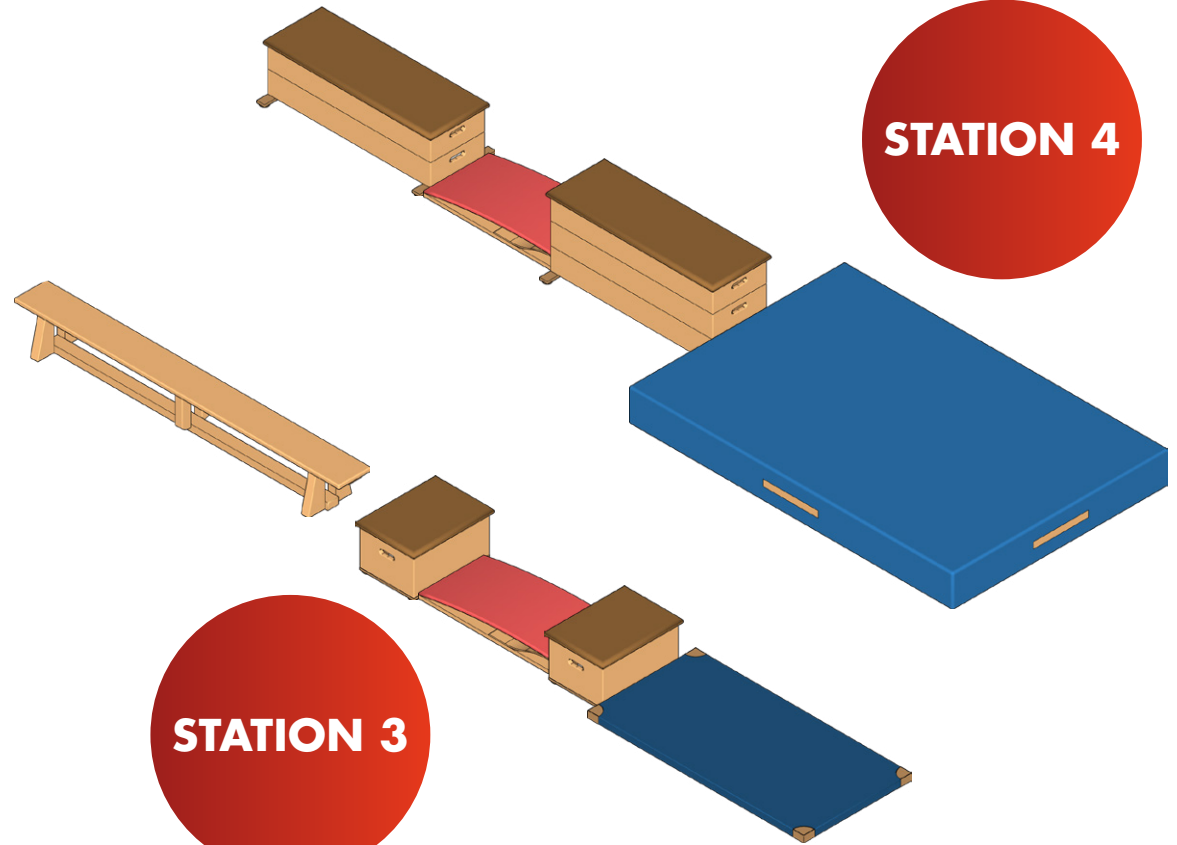
Material: 1 großer Kasten (2 Teile), 1 Sprungbrett,  
1 großer Kasten (3 Teile), 1 Weichbodenmatte

# SPRUNGGARTEN

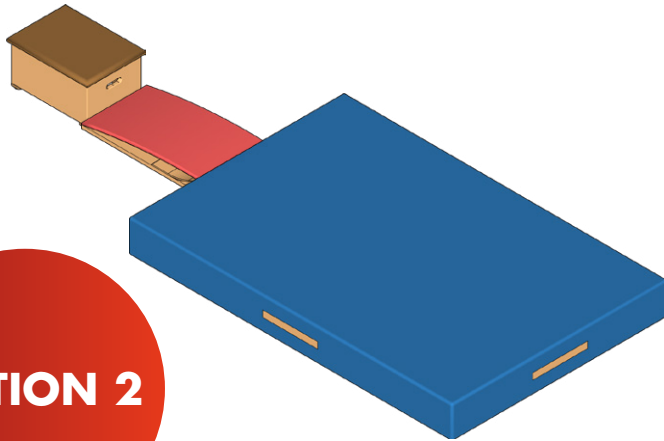
**STATION 1**



**STATION 4**



**STATION 2**



**STATION 3**

