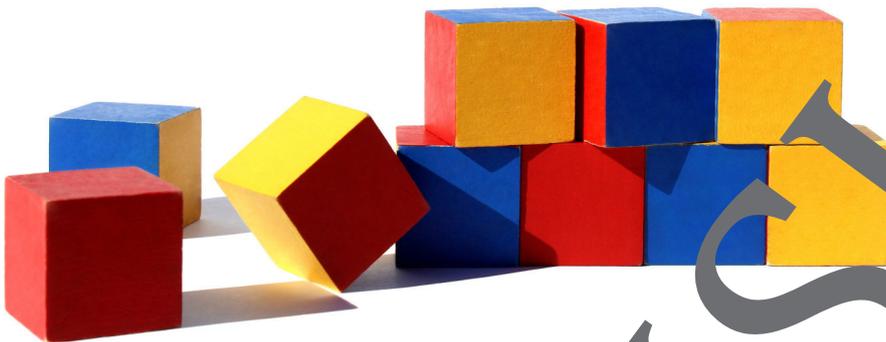


Der Bewegungswürfel – 6 Seiten bieten zahlreiche Möglichkeiten

David Senf



© Snezhana Kudryavtseva / iStock

Der Bewegungswürfel ist ein praxiserprobtes Unterrichtsmittel, dessen Anwendbarkeit nahezu unbegrenzt ist. Im Rahmen der Bewegungsförderung im Sportunterricht und im Klassenzimmer bieten sich vielfältige, freudbetonte Einsatzmöglichkeiten. Die Gestaltung der sechs Seiten und die Art der Anwendung des Würfels kann durch die Schülerinnen und Schüler mitbestimmt werden. Außerdem kann die Bedeutung von Sieg oder Niederlage im Wettstreit durch das Würfeln relativiert werden.

KOMPETENZPROFIL

| | |
|------------------------------|--|
| Klassenstufen: | 1 bis 4 |
| Dauer: | 3 thematische Einheiten mit Ideen für mehrere Unterrichtsstunden |
| Kompetenzen: | Sozialkompetenz: Fair miteinander wetteifern und Sieg und Niederlage richtig einordnen; Bewegungskompetenz: Vielfältige Bewegungsformen kennenlernen und anwenden; personale Kompetenz: Entfaltung der eigenen Kreativität |
| Thematische Bereiche: | Schnelligkeit, Ausdauer, Spielfähigkeit, Wettstreit, Kreativität, Gymnastik und Tanz |
| Medien: | Einsteckkarten für den Bewegungswürfel, Spielideen |

Auf einen Blick

Legende:

L: Lehrkraft; SuS: Schülerinnen und Schüler



Hinweis/Tipp



Sicherheitshinweis



Variation/Differenzierung

1. Sequenz

Thema: Einsatz des Würfels in der Leichtathletik

Einstieg: L wählt entsprechend des Stundenthemas Unterrichtsmaterialien aus und nennt das Spielziel und alle notwendigen Grundregeln. Es werden Teams gebildet, z. B. durch verdecktes Wählen. L erklärt den SuS die Besonderheit des zufälligen Verlaufs der Spiele durch den Einsatz der Würfel. Die SuS sollen darauf achten, wie sich Sieg oder Niederlage dadurch verändern können.

Hauptteil:

M 1 **Würfelbingo** / Staffelspiel zur Schulung der Schnelligkeit oder Ausdauer

M 2 **Befindlichkeitsrunde** / L leitet die Übungen an.

M 3 **Tierstaffel** / Staffelspiel zur Schulung vielfältigen Fortbewegens und Springens

M 4 **Tierstaffel** / Ministeckkarten

M 5 **Zahl gegen Zahl** / Staffelspiel zur Schulung der Reaktionsschnelligkeit

M 6 **Wurfbingo** / Staffelspiel zum vielfältigen Werfen

Abschluss: Die SuS tauschen sich aus, wie sie das Wetteifern (Siegen und Verlieren) empfunden haben.

Benötigt: 1 Bewegungswürfel, 1 Stift, 1 Bingo-Vorlage, verschiedene Wurfgeräte pro Gruppe; Markierungskegel, kleine Hindernisse (z. B. Kästen, Hütchen usw.), ggf. Slalomstangen

2. Sequenz

Einsatz des Würfels im Bereich Tanz/Gymnastik

Einstieg: L wählt passendes Material aus. (M 8 kann zum selbstständigen Erarbeiten von Techniken beim Seilspringen und M 10 von Aerobic-Schrittfolgen eingesetzt werden.)

Hauptteil:

- M 7** Seilspringen / Erarbeiten von Sprungtechniken
- M 8** Seilspringen – Einsteckkarten
- M 9** Aerobic-Schritte / Erarbeiten von Aerobic-Schrittfolgen
- M 10** Aerobic-Schritte – Grafisches Schema / Hilfsmittel zur Veranschaulichung und Verinnerlichung der Schrittfolgen
- M 11** Choreografien würfeln / Hilfsmittel zur Kreativitätsentfaltung im choreografischen Arbeiten
- Abschluss:** Die SuS präsentieren und reflektieren ihre Ergebnisse.
- Benötigt:** 1 Bewegungswürfel pro Gruppe, 1 Springseil pro Kind

3. Sequenz

- Thema:** Einsatz des Würfels bei Bewegungsspielen
- Einstieg:** L erläutert die geplanten Ideen und nennt das Spielziel und alle notwendigen Grundregeln. Der Einsatz des Würfels soll den SuS ein faires Wetteifern ermöglichen und das Spiel beim Gewinnen und Verlieren transparent machen.

Hauptteil:

- M 12** Würfel-Brennball / Brennballvariante mit verschiedenen Bällen
- M 13** Was spielen wir? / Vieltätige Parteeißenvariante
- M 14** Überzahl gewinnt / Parteeißen mit ständiger Variation der Teammitglieder
- M 15** Vierecken-Fußball / Fußballvariante auf vier Tore
- M 16** Rollbrett-Staffel / Staffelspiel mit Rollbrettern
- M 17** Rollbrett-Staffel – Einsteckkarten
- Abschluss:** Die SuS tauschen sich zum Wetteifern in den Spielen aus.
- Benötigt:** 1 Bewegungswürfel, verschiedene Bälle, verschiedene Wurfgeräte pro Gruppe; 1 Rollbrett, 2 Gymnastikstäbe pro Paar; Markierungskegel, 4 Langbänke, o.ä. 2 Handballtore/2 Weichbodenmatten

Würfelingo

Benötigtes Material: 1 Bewegungswürfel mit den Zahlen 1–6, 1 Bingo-Vorlage und 1 Stift pro Team; Markierungskegel, ggf. zusätzliche Bewegungswürfel

Ziel: Als erstes Team eine waagerechte, diagonale oder senkrechte Linie an Zahlen auf der Bingo-Vorlage abzustreichen.

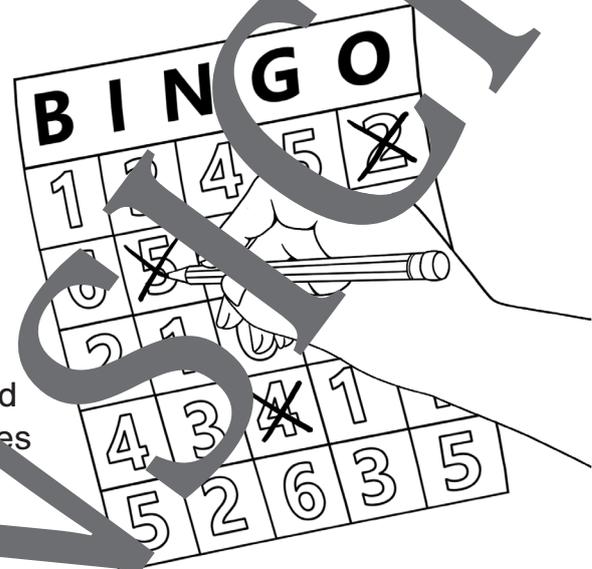
Beschreibung

Es werden Teams gebildet, die sich mit ihrer ausgefüllten Bingo-Vorlage und einem Stift an der Startmarkierung aufstellen. An den Wendemarkierungen liegt pro Team ein Bewegungswürfel. Auf das Startkommando hin dürfen die ersten Kinder der Teams zum Wendemal laufen und einmal würfeln. Sie merken sich die gewürfelte Zahl, laufen zurück und streichen die Zahl auf dem Bingo-Blatt ihres Teams ab.

Die nächsten Kinder laufen bereits nach Abschlagen an der Startmarkierung los.

 **Variationen:** Durch Veränderung der Laufstreckenlänge kann der Fokus entweder auf der Schulung der Schnelligkeit oder der Ausdauer liegen:

- Mithilfe eines weiteren Würfels pro Team kann zusätzlich die Fortbewegungsart gewürfelt werden.
- Mithilfe weiterer Würfel am Wendemal kann der Zahlenraum vergrößert werden. So kann z. B. die Addition der gewürfelten Zahlen oder das freie Kombinieren der Zahlen gelten.



Zahl gegen Zahl

Benötigtes Material: 1 Bewegungswürfel mit den Zahlen 1–6 pro Team;
Markierungskegel

Ziel: Schnell zu reagieren und das Kind gegenüber zu fangen, bevor es die Rettungslinie erreicht.

Beschreibung

Das Spiel ist eine Variante des Klassikers „Schwarz-Weiß“. Die SuS bilden 2 Teams und stehen sich in einer Gasse gegenüber (Abstand je eine Armlänge). Mit einigem Abstand hinter den Teams befindet sich jeweils eine Rettungslinie.

Die mittleren SuS der Teams in der Gasse würfeln jeweils mit ihrem Bewegungswürfel und rufen laut die gewürfelte Zahl. Die größere Zahl bedeutet „fangen“, die kleinere Zahl bedeutet „weglaufen“ (bis hinter die Rettungslinie). Für jedes gefangene Kind erhält das andere Team einen Punkt.

Sicherheitshinweise:

- Es darf nur das gegenüberstehende Kind gefangen und nur geradlinig weggelaufen werden.
- Die Rettungslinien sollten sich ca. 2–3 Meter vor einer Wand befinden, um ein Aufprallen zu vermeiden.

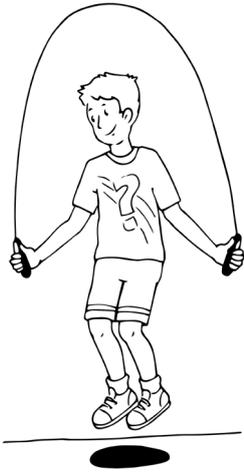
Variationen:

- Die Ausgangsposition und die Fortbewegungsart können beliebig variiert werden.
- Die Teams werden in „Team gerade“ und „Team ungerade“ eingeteilt. Nur gewürfelte Spielleitung und ruft laut die gewürfelte Zahl. Ist die Zahl ungerade, muss das „Team ungerade“ das „Team gerade“ fangen und umkehrt.

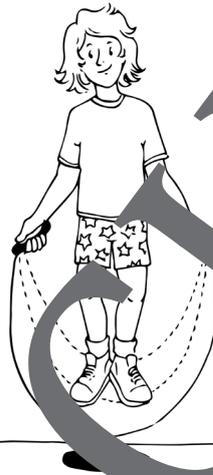


Seilspringen – Einsteckkarten

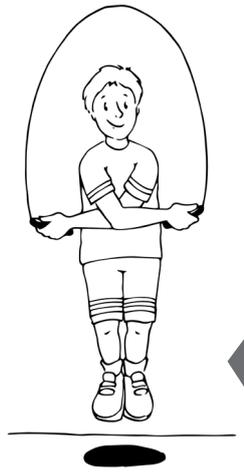
M 8



Grundsprung



Doppelschlag



Arme kreuzen



Hopserlauf



Hampelmann



Wedeln

© RAABE 2024

Abb.: Bettina Weyland

Vier-Ecken-Fußball

M 15

Benötigtes Material: 4 Langbänke und 1 Bewegungswürfel mit den Zahlen 1–6 pro Spielfeld; Teambänder, Markierungskegel

Beschreibung

Es werden 2 Teams gebildet und 4 Langbänke (seitlich gekippt mit der Sitzfläche zur Spielfeldmitte) als Tore in den Ecken des Spielfelds aufgebaut. Mit Spielbeginn spielen die SuS ein „normales“ Fußballspiel, wobei der Fußball durch den Zahlenwürfel ersetzt wird. Wird eine Bank überschossen, zählt die Augenzahl des Würfels hinter der Bank als Anzahl der Tore. So können je nach Zufall 1–6 Tore durch einen Torschuss erzielt werden. Die Spieleöffnung erfolgt anschließend seitlich der Bank durch das Team, das gerade ein Tor kassiert hat. Die Besonderheit ist, dass nun dieses Tor vorübergehend gesperrt ist und nicht direkt wieder bespielt werden darf. Die Teams müssen sich also immer neu orientieren. Erst bei einem Torerfolg auf ein anderes Tor wird das vorherige wieder freigegeben.

Rollbrett-Staffel

M 16

Benötigtes Material: 1 Bewegungswürfel mit Einsteckkarten (M 17), 1 Rollbrett und 2 Gymnastikstäbe pro Team; Markierungskegel



Sicherheitshinweise: Die SuS sollten sicher mit dem Rollbrett umgehen können und alle Verhaltensregeln kennen (z. B. keine weite Kleidung, lange Haare zusammenbinden usw.). Die Teams müssen ausreichend Abstand zueinander einhalten, um Zusammenstöße zu vermeiden.

Ziel: Sich als erstes Team wieder vollständig in der Ausgangsposition zu befinden.

Beschreibung

Es werden 2 Teams gebildet, die sich zu Beginn mit ihrem Equipment an der Startmarkierung aufstellen. Vorab wird festgelegt, wie oft jedes Kind würfeln darf. Das Kind, das gewürfelt hat, ist immer das Kind auf dem Rollbrett. Bei manchen Aufgaben muss ein zweites Kind helfen. Es gilt, die Strecke um das Rollbrett in der gewürfelten Position schnellstmöglich zurückzulegen. Das nächste Kind darf direkt im Anschluss würfeln, aber erst starten, nachdem das vorherige Kind das Rollbrett übergeben hat.

Sie wollen mehr für Ihr Fach?

Bekommen Sie: Ganz einfach zum Download im RAABE Webshop.



Über 5.000 Unterrichtseinheiten
sofort zum Download verfügbar



Webinare und Videos
für Ihre fachliche und
persönliche Weiterbildung



Attraktive Vergünstigungen
für Referendar:innen
mit bis zu 15% Rabatt



Käuferschutz
mit Trusted Shops



Jetzt entdecken:
www.raabe.de