

I.53

Grundlegende Bewegungserfahrungen

Da lässt sich etwas drehen – Bewegungserfahrungen mit CDs sammeln

Nach einer Idee von Simone König
Illustrationen von Julia Lenzmann



© RAABE 2023

© bibikoff/E+

Die unkonventionelle Nutzung von Alltagsmaterial und -gegenständen fördert die Kreativität und Fantasie der Kinder. Beim gemeinsamen Lösen von Aufgaben werden darüber hinaus auch die kognitiven und sozialen Kompetenzen geschult. In dieser Unterrichtseinheit erkunden die Schülerinnen und Schüler die Eigenschaften von CDs beim Werfen, Rollen und Transportieren.

KOMPETENZPROFIL

Klassenstufen:	1 und 2
Dauer:	3 Unterrichtsstunden
Kompetenzen:	Material- und Bewegungserfahrung erweitern, Auge-Hand-Koordination schulen, Bewegungsaufgaben lösen
Thematische Bereiche:	Alltagsmaterialien, koordinative Fähigkeiten
Medien:	Übungs- und Stationskarten

Auf einen Blick

Legende

L: Lehrkraft; SuS: Schülerinnen und Schüler



Sicherheitshinweis



Alternative/Differenzierung



Gespräch

1./2. Stunde

Thema: Bewegungserfahrungen mit CDs sammeln

Vorbereitung: Die zuvor gesammelten CDs in einer Kiste bereithalten.

Einstieg: Die SuS laufen auf den Hallenlinien. Wenn sie einem anderen Kind begegnen, klatschen sie sich ab/drehen sich einmal umeinander herum/gehen kurz in die Hocke usw.

Hauptteil: L zeigt den SuS eine CD und befragt sie zu deren eigentlichem Gebrauch.

M 1 **Was eine CD so alles kann /** Die SuS erkunden die Eigenschaften von CDs.

Besprechen von Verhaltens- und Anwendungsregeln. Keine CDs auf den Boden legen (Rutschgefahr)!

Die SuS versammeln sich im Kreis. Einzelne Kinder demonstrieren eine Übung mit CD, die anderen machen sie nach.

M 2 **Übungen an Stationen /** Die SuS führen nun gezielte Bewegungsaufgaben mit CDs durch.

Abschluss: Reflexion: Die SuS berichten von ihren Erfahrungen an den Stationen

Die SuS gehen zu zweit zusammen und erhalten 2–3 CDs: A legt sich bäuchlings auf eine Matte und schließt die Augen. B legt die CDs vorsichtig nacheinander auf dessen Körper ab. A muss erspüren, wo sie liegen. Danach werden die Rollen getauscht.

Benötigt: CDs, 1 Kiste zur Aufbewahrung, 1 Tischtennisball und 1 kleine Matte pro Paar, 3 Strohhalm, 1 Weichbodenmatte, Markierungen (Hütchen/Plättchen), 1 Seil, 1 Reifen, 2 Tore, Schnur, ggf. 1 Maßband



Was eine CD so alles kann

M 1

Benötigtes Material: 1 CD pro Kind, 1 Tischtennisball pro Paar

Probiere allein ...


... die CD leicht hochzuwerfen und wieder aufzufangen. Schaffst du das mit einer Hand – mal mit rechts, mal mit links?

... die CD um deine Hüfte kreisen zu lassen.

... die CD in einer liegenden 8 zwischen deinen Beinen hindurch kreisen zu lassen.

... die CD auf deinem Kopf zu balancieren. Probiere es auch mal auf dem Hand- oder Fußrücken oder im Krebsgang auf dem Bauch.

... einen Tischtennisball auf der CD zu balancieren.

 Fallen dir weitere Übungen ein? Probiere sie aus. Halte dich dabei an die vereinbarten Regeln!

Probiert zu zweit ...

... euch eine CD sanft (!) ininigem Abstand zuzuwerfen.

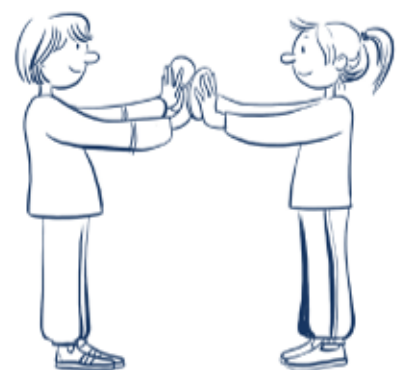
... die CD im Sitzen zwischen euch hin und her zu rollen.

... einen Tischtennisball mit den CDs zuzuspielen (im Stehen in der Luft oder im Sitzen über den Boden rollen).

... euch nebeneinander zu stellen und eine CD zwischen eure Ohren/Schultern/Hüften/Knie zu klemmen und sie eine Strecke lang zu transportieren (nicht mit den Händen festhalten).

... zwei CDs zwischen eure Handflächen zu nehmen: Einer von euch macht eine langsame Bewegung mit den Händen, die das andere Kind mitmacht. Schafft ihr es, ohne die CDs zu verlieren?

... die Übung wie oben im Sitzen und mit den Fußsohlen durchzuführen.



Übungen an Stationen

M 2

Station 1	CDs rollen
Ihr braucht	1 CD pro Kind, 1 Markierung, ggf. 1 Maßband
 <p data-bbox="247 1406 1347 1451">Versucht, die CD aufzustellen und über den Boden zu rollen.</p>	
<p data-bbox="185 1574 638 1630"> Probiert doch mal, ...</p> <ul data-bbox="185 1646 1241 1758" style="list-style-type: none">... die CD mit der anderen Hand zu rollen.... die CD anzustoßen und möglichst weit rollen zu lassen. <p data-bbox="185 1774 774 1818">Wer schafft die längste Strecke?</p>	

Übungen an Stationen

M 2

Station 6	Durch den Reifen werfen
Ihr braucht 3 CDs, 1 Seil 1 Reifen	
 <p data-bbox="373 1413 1220 1509">Versucht, die CDs durch den Reifen zu werfen. Jeder hat 3 Versuche.</p>	
 Probiert doch mal, mit der anderen Hand zu werfen. ... den Abstand zu verändern.	