



ZSL

**Zentrum für Schulqualität
und Lehrerbildung
Baden-Württemberg**

Unterrichtsbeispiel für Bewegung, Spiel und Sport

Grundschule Klasse 1

Unter besonderer Berücksichtigung der Leitperspektive
„Prävention und Gesundheitsförderung“



Impressum

Herausgeber

Land Baden-Württemberg,
vertreten durch das Zentrum für Schulqualität und Lehrerbildung (ZSL)
Interimsadresse:
Neckarstraße 207
70190 Stuttgart
Tel.: 0711 21859-0
E-Mail: poststelle@zsl.kv.bwl.de
www.zsl-bw.de

Diese Publikation wurde vormals vom Landesinstitut für Schulentwicklung (LS) herausgegeben und hatte die Bestellnummer L-PG 01

Redaktion

Alexandra Baisch, LS Stuttgart
Jutta Schneider, LS Stuttgart

Autorin

Judith Herden

Gestaltung

Jannis Westermann (Inhalt), Daniel Walter (Corporate Design)

Lektorat

Beate Wörner

Erscheinungsjahr

2019

Urheberrecht

Inhalte dieses Werkes dürfen für nicht kommerzielle Zwecke unter Namensnennung unter den gleichen Bedingungen vervielfältigt werden (CC BY-NC-SA).



Inhaltsverzeichnis

1	Hinweise zur Leitperspektive „Prävention und Gesundheitsförderung“ (PG).....	1
2	Konzeption der Unterrichtsbeispiele	3
3	Unterrichtsverlauf	6
3.1	„Mein Reifen“ – Explorieren und Kunststücke erfinden.....	6
3.2	Kunststücke mit dem Reifen“ – Koordinationsschulung im Stationsbetrieb	11
3.3	„Wo ist mein Reifen?“ – Orientierungsspiele mit dem Reifen zur Schulung der exekutiven Funktionen.....	17
3.4	„Reifenwechsel“ – Schulung der exekutiven Funktionen mit dem Reifen gemeinsam in der Gruppe	22
4	Literatur- und Quellenverzeichnis	27
5	Anhang – Kopiervorlagen für den Stationsbetrieb	28



1 Hinweise zur Leitperspektive „Prävention und Gesundheitsförderung“ (PG)

Die Leitperspektive „Prävention und Gesundheitsförderung“ zielt auf die Förderung von Lebenskompetenzen und die Stärkung persönlicher Schutzfaktoren. Kinder sollen darin unterstützt werden, altersspezifische Entwicklungsaufgaben bewältigen und sich im täglichen Handeln als selbstwirksam erleben zu können, d.h. als Urheber von positiven Handlungen und deren Ergebnis.

Im Mittelpunkt pädagogisch-präventiven Handelns steht die Frage, was Schülerinnen und Schüler lernen müssen, um Lebenskompetenzen entwickeln zu können und in welchen schulischen Feldern dies möglich ist. Im Rahmen der Leitperspektive werden deshalb die Lebenskompetenzbeschreibungen der Weltgesundheitsorganisation sowie personale und soziale Schutzfaktoren in fünf zentralen Lern- und Handlungsfeldern zusammengefasst:

- Selbstregulation: Gedanken, Emotionen und Handlungen selbst regulieren
- ressourcenorientiert denken und Probleme lösen
- wertschätzend kommunizieren und handeln
- lösungsorientiert Konflikte und Stress bewältigen
- Kontakte und Beziehungen aufbauen und halten

Diese fünf zentralen Lern- und Handlungsfelder korrespondieren mit den prozessbezogenen Kompetenzen der Fächer des Bildungsplans 2016.

Eine grundlegende Stärkung der Lebenskompetenzen findet in einem Unterrichtsalltag statt, der bei den Schülerinnen und Schülern zu einer gesunden und positiven Persönlichkeitsentwicklung beiträgt und sie dazu befähigt, verantwortungsbewusst mit sich selbst und anderen umzugehen. Dies wird als Grundprävention bezeichnet. Die Grundprävention ist in den Leitgedanken der Fachpläne verankert.

Die darauf aufbauende Primärprävention hat ergänzend eine themenspezifische Ausrichtung, indem bestimmte Themenfelder der Prävention und Gesundheitsförderung in den Mittelpunkt der Förderung gestellt werden. Diese Themen sind in den inhaltsbezogenen Kompetenzen der Fachpläne verankert und über folgende Begriffe konkretisiert:

- Wahrnehmung und Empfindung
- Selbstregulation und Lernen
- Bewegung und Entspannung
- Körper und Hygiene
- Ernährung (Essen und Trinken)
- Sucht und Abhängigkeit
- Mobbing und Gewalt
- Sicherheit und Unfallschutz

Die Fähigkeit zur Selbstregulation spielt für eine positive Entwicklung der Kinder und Jugendlichen in den zentralen Lern- und Handlungsfeldern sowie der Grund- und Primärprävention eine grundlegende Rolle. Der Selbstregulation von Schülerinnen und Schülern liegen u.a. kognitive Prozesse zugrunde, die in ihrer Gesamtheit auch als exekutive Funktionen bezeichnet werden. Es gibt keine standardisierte Definition exekutiver Funktionen. Dennoch besteht breiter Konsens darüber, dass sie u. a. kognitive Prozesse wie

- die Aufrechterhaltung und simultane Verarbeitung von Informationen (Arbeitsgedächtnis),
- die flexible Fokussierung der Aufmerksamkeit auf verschiedene Aufgabenanforderungen (Aufmerksamkeitsverschiebung bzw. kognitive Flexibilität) und
- die Fähigkeit dominante Reaktionen zu unterdrücken (Inhibition),

beinhalten.

Die Fähigkeit zur Selbstregulation ist bei Schülerinnen und Schülern ganz unterschiedlich ausgeprägt und kann gezielt gefördert werden. So liefert beispielsweise eine gute Selbstwahrnehmung Informationen über innere Zustände und Bedürfnisse, die für die Selbstregulation sowie angemessenes Handeln notwendig sind.

Ein wesentliches Element für das Gelingen der hier vorgestellten Unterrichtseinheit ist die Fähigkeit zur Konzentration und Selbstwahrnehmung der Schülerinnen und Schüler. Die Fähigkeit, sich auf die Eigenschaften des Sportgeräts zu konzentrieren und den eigenen Körper wahrzunehmen, ist eine Voraussetzung dafür, dass die Übungen gelingen. Eine gute Selbstwahrnehmung ermöglicht es zudem, sich auch in andere einzufühlen, in Beziehung zu ihnen zu treten und gemeinsam mit dem Reifen zu turnen.

Die erfolgreiche Bewältigung der Bewegungssituationen stärkt die Selbstwirksamkeitserwartung. Dies hat positive Auswirkungen auf die Selbstregulation, indem zukünftige Aufgaben beispielsweise zielorientierter und motivierter geplant und ausgeführt werden.

Aspekte der zentralen Lern- und Handlungsfelder, der Grund- und Primärprävention finden sich in jeder Unterrichtsstunde wieder und sind nicht losgelöst voneinander wirksam. Prävention und Gesundheitsförderung braucht die Auseinandersetzung mit folgenden Fragen:

- Wo steht das Kind gerade in seinem Lern- und Entwicklungsprozess?
- Was passiert beim Kind, wenn es den nächsten Lern- und Entwicklungsschritt geht?
- Auf welche Ressourcen (u.a. Fähigkeiten und Fertigkeiten) kann es dabei zurückgreifen?
- Wie und wodurch können Lehrkraft und Klassengemeinschaft es auf diesem Weg konstruktiv unterstützen?
- Bei welchen Gelegenheiten können Lehrkraft und Klassengemeinschaft es dem Kind ermöglichen, sich als positiv handelnd (selbstwirksam) zu erfahren?

Anregungen für die Auseinandersetzung mit diesen Fragen finden sich im Unterrichtsverlauf in der rechten Spalte.



2 Konzeption der Unterrichtsbeispiele

In einem mehrperspektivisch gestalteten Bewegungs-, Spiel und Sportunterricht erfahren die Schülerinnen und Schüler „dass kontinuierliches Bewegen und Sporttreiben Grundlage einer gesunden Lebensführung sind und ihr Wohlbefinden maßgeblich beeinflussen. Wichtige Aspekte im Sinne der Leitperspektive „Prävention und Gesundheitsförderung“ sind Körperwahrnehmung, Anspannung und Entspannung, motorisches Lernen, wertschätzendes Handeln, sowie eine Stärkung der Selbstregulation.“ (Ministerium für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg 2016).

Das vorliegende Unterrichtsbeispiel zeigt exemplarisch die durchgängige und offensichtliche Verflechtung der prozess- und inhaltsbezogenen Kompetenzen von „Bewegung, Spiel und Sport“ mit allen fünf im Bildungsplan genannten Lern- und Handlungsfeldern¹ der Leitperspektive „Prävention und Gesundheitsförderung“:

Im dargestellten Unterrichtsbeispiel konkretisiert sich die Leitperspektive durch die folgenden Begriffspaare der Primärprävention¹ welche in den einzelnen Unterrichtssequenzen in unterschiedlichem Maße zur Geltung kommen:

- Wahrnehmung und Empfindung
- Selbstregulation und Lernen
- Bewegung und Entspannung
- Körper und Hygiene
- Sicherheit und Unfallschutz

Das nachfolgende Unterrichtsbeispiel „Bewegen und Spielen mit dem Gymnastikreifen“ bietet damit ein großes Potenzial zur Konkretisierung der Leitperspektive „Prävention und Gesundheitsförderung“. Der Schwerpunkt des Unterrichtsvorhabens liegt im Bewegungs- und Erfahrungsfeld „Spielen – Spiele – Spiel“. Dabei erfolgt eine enge Verzahnung mit den weiteren Bewegungs- und Erfahrungsfeldern von „Bewegung, Spiel und Sport“ des Bildungsplanes 2016. Im dargestellten Unterrichtsverlauf werden bewusst zusätzlich die Teilkompetenzen weiterer Bereiche geschult. So finden sich auch die Bewegungs- und Erfahrungsfelder „Orientierung – Sicherheit – Hygiene“, „Körperwahrnehmung“ und „Bewegungskünste“ in der vorliegenden Planung wieder.

Im Bewegungs- und Erfahrungsfeld „Spielen – Spiele – Spiel“ sammeln die Schülerinnen und Schüler zahlreiche Bewegungs- und Sinneserfahrungen und gewinnen Bewegungssicherheit. „Sie lernen verschiedene Materialien, Gegenstände und Kleingeräte kennen und können phantasievoll und freudvoll damit umgehen. Sie spielen „Kleine Spiele“, erfinden neue Spielmöglichkeiten und akzeptieren Spielregeln und Ordnungsformen.“ (Ministerium für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg 2016)

Mit Blick auf das Alter der Schülerinnen und Schüler und deren individuelle Lernvoraussetzungen gibt die Lehrkraft individuelle Hilfestellung und Anregungen, durch direkte Ansprache und Vorbild. Dieses betrifft sowohl die prozess- als auch die inhaltsbezogenen Kompetenzen.

Zu Beginn der Unterrichtseinheit bewegen sich die Schülerinnen und Schüler nach einer Instruktion zum sachgerechten Umgang mit dem Sportgerät selbstständig allein mit dem Reifen und setzen sich einzeln mit dem Sportgerät auseinander, explorieren und improvisieren. Im Laufe des Unterrichtsverlaufs tritt das gemeinsame Spielen mehr und mehr in den Vordergrund.

¹ Siehe hierzu die Leitperspektive „Prävention und Gesundheitsförderung“ im Bildungsplan 2016
http://www.bildungsplaene-bw.de/Lde/Startseite/BP2016BW_ALLG/BP2016BW_ALLG_LP_PG Abrufdatum 04.01.2018

Das gemeinsame Spielen fördert die Teamfähigkeit der Schülerinnen und Schüler. Hierbei werden Kontakte und Beziehungen mit Partnern und in der Gruppe aufgebaut, die das Klassenklima positiv beeinflussen können.

Die aktive Bewegungszeit in den einzelnen Unterrichtssequenzen soll möglichst hoch gehalten werden, auch um physiologische Reize zu setzen. Daher wird zu Beginn jeder Stunde jedem Kind vom Betreten der Turnhalle an die Möglichkeit gegeben, sich frei, alleine oder mit Partner zu bewegen und zur Verfügung stehendes Material zu nutzen. In der ersten Klasse benötigen die Schülerinnen und Schüler gegebenenfalls unterschiedlich lange Zeit zum Umziehen. Es wird jedoch davon ausgegangen, dass die Notwendigkeit des Umziehens und des Ablegens von Schmuck schon von Beginn des Schuljahres an den Schülerinnen und Schülern bekannt ist. Die Lehrkraft thematisiert die Notwendigkeit des Tragens von Sportkleidung bei Bedarf mit einzelnen Schülerinnen und Schülern noch einmal. So wird auch dem Bereich der Leitperspektive „Körper und Hygiene“ in jeder Unterrichtsstunde Rechnung getragen.

Der Bereich „Sicherheit und Unfallschutz“ gelangt insbesondere bei laufintensiven Spielen und dem sachgerechten Aufräumen der Gymnastikreifen in den Fokus. Vor Beginn der laufintensiven Spiele bietet es sich an, je nach Leistungsstand und Vorerfahrungen der Klasse, noch einmal Blickrichtung, peripheres Sehen, Lauftempo und Rücksichtnahme auf Mitspieler zu thematisieren. Der sachgerechte Umgang mit Spielgeräten wird zu Beginn der Unterrichtseinheit erörtert. Je nach örtlichen Gegebenheiten erfolgen das Aufräumen und die Lagerung der Gymnastikreifen unter Ansage, Kontrolle und Aufsicht der Lehrkraft in der Turnhalle und im Geräteraum.

Beim freien Spielen mit dem Gymnastikreifen und bei der Gestaltung von Kunststücken allein oder mit der Partnerin oder dem Partner nutzen die Schülerinnen und Schüler ihre körperliche Ausdrucksfähigkeit und schulen ihre Kreativität. Dadurch können sie das gemeinsame Turnen als einen Bereich erleben, in welchem sie durch Üben und Gelingen Erfolge erzielen und Selbstwirksamkeit erfahren. Lauf- und bewegungsintensive Phasen durchziehen die Unterrichtssequenzen, auch im Wechsel mit notwendigen Reflexionsphasen, die zeitlich kurz gehalten werden sollten.

Durch die Reflexionsphasen bietet die vorliegende Unterrichtsplanung den Schülerinnen und Schülern Möglichkeiten, ressourcenorientiert zu denken und Probleme zu lösen, sowie eventuell auftretende Konflikte und Stress zu bewältigen. Die Schülerinnen und Schüler können sich zu ihren Erfahrungen, Empfindungen und sozialen Erfahrungen äußern und so eigene Lösungsvorschläge bei auftretenden Schwierigkeiten beitragen. Die Lehrkraft besitzt beim wertschätzenden Kommunizieren eine Vorbildfunktion.

Eines der zentralen Lern- und Handlungsfelder der Leitperspektive „Prävention und Gesundheitsförderung“ ist die Fähigkeit zur Selbstregulation. Kinder und Jugendliche planen und handeln in unterschiedlichen Bewegungssituationen zielgerichtet. Sie wenden dazu passende Strategien an und können sich auf ihre Aufgabe, ihr Sportgerät sowie ihre Partnerin beziehungsweise Partner fokussieren.

Durch die themenbezogene Einbindung von Spielen zur Förderung der exekutiven Funktionen wird der Fähigkeit zur Selbstregulation in der geplanten Einheit ebenfalls Rechnung getragen. Das geschieht jedoch nicht nur durch die dargestellten Spielvarianten, sondern ebenfalls durch eingesetzte Rituale. Im vorliegenden Unterrichtsmodul sind die Spiele und Übungen zur Förderung der exekutiven Funktionen exemplarisch dargestellt. Durch geringfügige Varianten können diese Spiele jederzeit in ihrer Intensität verändert und an die Lerngruppe angepasst werden.

Auch Spiele und Übungen zur Entspannung und Achtsamkeit unterstützen dieses Lern- und Handlungsfeld und sorgen für einen rhythmisierten Stundenablauf.



Der Tabellenaufbau des vorliegenden Unterrichtsbeispiels entspricht dem der Beispielcurricula des Bildungsplans. In den ersten beiden Spalten werden die prozess- und die inhaltsbezogenen Kompetenzen² des Bildungsplanes 2016 in „Bewegung, Spiel und Sport“ dargestellt und zueinander in Beziehung gesetzt. Die dritte Spalte beschreibt das konkrete Vorgehen und die Abläufe im Unterricht. In der vierten Spalte finden sich ergänzende Möglichkeiten zur Unterrichtsgestaltung und -organisation, weitere Hinweise und Bemerkungen zur Methodik und Didaktik sowie die konkreten Verweise auf die Leitperspektive „Prävention und Gesundheitsförderung“. Der Themenbereich „Bewegung und Entspannung“ zieht sich durchgängig durch alle Phasen des Unterrichtsentwurfs und wird daher nicht noch einmal explizit in der nachfolgenden Unterrichtsskizze aufgeführt. Hierbei wird deutlich, wie komplex der Beitrag dieses Unterrichtsbeispiels zur Leitperspektive ist.

² Siehe hierzu die Standards für prozessbezogene und inhaltsbezogene Kompetenzen aus „Bewegung, Spiel und Sport“ im Bildungsplan 2016

<http://www.bildungsplaene-bw.de/.Lde/LS/BP2016BW/ALLG/GS/BSS/PK/01>,
<http://www.bildungsplaene-bw.de/.Lde/LS/BP2016BW/ALLG/GS/BSS/PK/02>,
<http://www.bildungsplaene-bw.de/.Lde/LS/BP2016BW/ALLG/GS/BSS/PK/03>,
<http://www.bildungsplaene-bw.de/.Lde/LS/BP2016BW/ALLG/GS/BSS/IK/1-2/01>,
<http://www.bildungsplaene-bw.de/.Lde/LS/BP2016BW/ALLG/GS/BSS/IK/1-2/02>,
<http://www.bildungsplaene-bw.de/.Lde/LS/BP2016BW/ALLG/GS/BSS/IK/1-2/06>,
<http://www.bildungsplaene-bw.de/.Lde/LS/BP2016BW/ALLG/GS/BSS/IK/1-2/09>

Abrufdatum 04.01.2018

3 Unterrichtsverlauf

3.1 „Mein Reifen“ – Explorieren und Kunststücke erfinden			
ca. 1 Std.			
Intentionen der Unterrichtssequenz:			
<p>Die Schülerinnen und Schüler lernen den Gymnastikreifen als ein Spielobjekt kennen, üben und festigen ihre koordinativen Fähigkeiten, indem sie sich mit dem Reifen bewegen, Kunststücke erfinden und präsentieren.</p> <p>In ausgewählten Spielsituationen schulen sie verstärkt ihre Orientierungsfähigkeit sowie ihre exekutiven Funktionen.</p> <p>Der Themenbereich „Bewegung und Entspannung“ der Leitperspektive PG lässt sich in allen Phasen der Unterrichtsplanung wiederfinden und wird daher nicht noch einmal in der Tabelle aufgeführt.</p>			
Prozessbezogene Kompetenz	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung Vorgehen im Unterricht	Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
Die Schülerinnen und Schüler können			
<p>2.1 Bewegungskompetenz – Koordination und Kondition 1. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten entwickeln und diese anwenden</p> <p>2.2 Personalkompetenz – Persönlichkeit und Identität 4. ihre Selbstregulationsfähigkeit durch die Förderung der exekutiven Funktionen (Arbeitsgedächtnis, Inhibition/Impulskontrolle, kognitive Flexibilität) stärken und entwickeln</p>	<p>3.1.2 Spielen – Spiele – Spiel (1) einzeln und gemeinsam einfache Spielideen und Bewegungsformen erfinden und abwandeln (zum Beispiel kooperative Spiele, Symbolspiele, Freies Spiel) (2) einzeln, zu zweit und in der Gruppe mit Materialien, Gegenständen und unterschiedlichen Spielgeräten in überschaubaren Situationen auf vielfältige Art und Weise umgehen (zum Beispiel unterschiedliche Bälle, Spiele mit Kleingeräten, Alltagsmaterialien, Luftballon, Chiffontuch, Schwungtuch)</p> <p>3.1.9 Orientierung – Sicherheit – Hygiene (6) Regeln der Körperhygiene beachten (zum Beispiel zweckmäßige Sportkleidung)</p>	<p>Freies Bewegen Die Schülerinnen und Schüler bewegen sich frei im Raum. Danach erfolgt der gemeinsame Stundenbeginn mit bekanntem Begrüßungsritual, zum Beispiel Rhythmusklatschen (die Lehrkraft gibt einen Klatschrhythmus vor, die Schülerinnen und Schüler wiederholen diesen).</p>	<p>L PG Körper und Hygiene</p> <p>Den Schülerinnen und Schülern wird ausreichend Zeit zum Umkleiden gegeben, gegebenenfalls thematisiert und wiederholt die Lehrkraft die Notwendigkeit des Tragens von Sportkleidung individuell.</p> <p>Die „Wartezeit“, bis alle Schülerinnen und Schüler umgezogen sind, wird bewegungsaktiv gestaltet, zum Beispiel durch freies Spielen und Bewegen.</p>
		<p>L PG Zentrale Lern- und Handlungsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kontakte und Beziehungen aufbauen und halten <p>Im Freien Spiel können die Schülerinnen und Schüler durch freie Partnerwahl und gemeinsames Agieren Kontakte knüpfen. Die Lehrkraft sollte sicherstellen, dass alle eine Partnerin beziehungsweise einen Partner finden.</p>	

<p>2.3 Sozialkompetenz – Gemeinschaft und Verantwortung 4. Absprachen, Regeln und Rituale in Bewegung, Spiel und Sport vereinbaren, akzeptieren und einhalten</p>			<p>L PG Wahrnehmung und Empfindung L PG Selbstregulation und Lernen</p> <p>Dieses Ritual fordert und trainiert vor allem die Selbstwahrnehmung sowie die Fähigkeit zuhören und abwarten zu können und damit die Inhibition und das Arbeitsgedächtnis der Schülerinnen und Schüler.</p>
<p>2.3 Sozialkompetenz – Gemeinschaft und Verantwortung 4. Absprachen, Regeln und Rituale in Bewegung, Spiel und Sport vereinbaren, akzeptieren und einhalten</p>	<p>3.1.9 Orientierung – Sicherheit – Hygiene (4) Geräte benennen, sachgerecht aufbauen, abbauen und transportieren</p>	<p>Arbeitsauftrag Die Lehrkraft zeigt einen Gymnastikreifen, benennt ihn und erklärt den sachgerechten Umgang mit dem Gerät (nicht werfen) und formuliert den Arbeitsauftrag für die folgende Explorationsphase.</p>	<p>L PG Sicherheit und Unfallschutz</p> <p>Die Schülerinnen und Schüler lernen den sachgerechten Umgang mit dem Reifen, um sich und andere nicht zu verletzen und Unfälle zu vermeiden.</p>
<p>2.1 Bewegungskompetenz – Koordination und Kondition 1. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten entwickeln und diese anwenden 3. Bewegungen gestalten und sich mit und durch Bewegung ausdrücken</p>	<p>3.1.2 Spielen – Spiele – Spiel (1) einzeln und gemeinsam einfache Spielideen und Bewegungsformen erfinden und abwandeln (zum Beispiel kooperative Spiele, Symbolspiele, Freies Spiel) (3) einzeln, zu zweit und in der Gruppe mit Materialien, Gegenständen und unterschiedlichen Spielgeräten in überschaubaren Situationen auf vielfältige Art und Weise umgehen (zum Beispiel unterschiedliche Bälle, Spiele mit Kleingeräten, Alltagsmaterialien, Luftballon, Chiffontuch, Schwungtuch)</p> <p>3.1.6 Bewegungskünste (1) einen Gegenstand (zum Beispiel Ballon, Reifen) entsprechend seiner Eigenschaften bewegen</p>	<p>Explorieren und Kunststücke erfinden Die Schülerinnen und Schüler bewegen sich frei mit den Reifen und erfinden Kunststücke, wahlweise einzeln oder mit einer Partnerin beziehungsweise einem Partner. Wenn ein Signal (zum Beispiel Klingel, Handzeichen) ertönt, legen die Schülerinnen und Schüler ihren Reifen auf den Boden und setzen sich hinein.</p>	<p>Es ist davon auszugehen, dass die Schülerinnen und Schüler bereits im Kindergarten den Reifen kennengelernt haben, daher wird hier auf eine reine Explorationsphase ohne zusätzlichen Arbeitsauftrag verzichtet und sofort mit dem Erfinden von Kunststücken begonnen. Sollte die Vorerfahrung der Schülerinnen und Schüler nicht vorhanden sein, wird entsprechend mehr Zeit zum freien Bewegen mit dem Reifen eingeräumt.</p> <p>L PG Selbstregulation und Lernen</p> <p>Die Lehrkraft hat hier die Möglichkeit zu beobachten, inwieweit die Schülerinnen und Schüler Strategien zum selbstregulierten Umgang mit dem Reifen einsetzen und ihre Aufmerksamkeit fokussieren können.</p>
<p>2.1 Bewegungskompetenz – Koordination und Kondition 1. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten entwickeln und diese anwenden</p>	<p>3.1.6. Bewegungskünste (1) einen Gegenstand (zum Beispiel Ballon, Reifen) entsprechend seiner Eigenschaften bewegen</p>	<p>Präsentation und Imitation Immer drei Schülerinnen beziehungsweise Schüler präsentieren zeitgleich ihr Kunststück, während die anderen sie beobachten. Sie verbalisieren, was sie tun (zum Beispiel „Ich rolle den Reifen“, „Ich springe“,</p>	<p>Die Lehrkraft unterstützt gegebenenfalls in der Bewegungsphase sowie in der Präsentationsphase, auch bei der Verbalisierung.</p> <p>Sollten die gezeigten „Kunststücke“ nicht eindeutig und damit unklar für eine Imitation sein, ist hier Hilfe und Unterstützung durch die Lehrkraft notwendig.</p>



<p>2.2 Personalkompetenz – Persönlichkeit und Identität 7. erarbeitete Bewegungsgestaltungen präsentieren 8. „Bewegung, Spiel und Sport“ als einen Bereich erleben, in welchem sie durch Üben und Gelingen Erfolge erzielen (Persönlichkeitsbildung, Selbstwirksamkeit)</p>		<p>„Ich balanciere“, „Ich kann Hula-Hoop“...). Danach erproben alle Schülerinnen und Schüler die gezeigten Übungen und Kunststücke.</p>	<p>L PG Zentrale Lern- und Handlungsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> wertschätzend kommunizieren und handeln Gedanken, Emotionen und Handlungen selbst regulieren <p>Durch die erfolgreiche Bewältigung der Bewegungsabläufe mit dem Reifen vor Publikum, die unter anderem auch Angst- und Erregungskontrolle erfordert, können sich die Schülerinnen und Schüler als selbstwirksam erleben. Die Schülerinnen und Schüler beschreiben und benennen ihre Tätigkeit, halten dabei Gesprächsregeln ein, hören einander zu, und würdigen damit die Leistungen der anderen. Die Lehrkraft ist dabei Vorbild.</p>
<p>2.1 Bewegungskompetenz – Koordination und Kondition 1. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten entwickeln und diese anwenden</p> <p>2.2 Personalkompetenz – Persönlichkeit und Identität 4. ihre Selbstregulationsfähigkeit durch die Förderung der exekutiven Funktionen (Arbeitsgedächtnis, Inhibition/Impulskontrolle, kognitive Flexibilität) stärken und entwickeln</p> <p>2.3 Sozialkompetenz – Gemeinschaft und Verantwortung 4. Absprachen, Regeln und Rituale in Bewegung, Spiel und Sport vereinbaren, akzeptieren und einhalten</p>	<p>3.1.2 Spielen – Spiele – Spiel (3) sich im Spielraum orientieren und kontrolliert bewegen</p>	<p>Spiel „Finde deinen Reifen“ Erste Spielrunde: Jedes Kind sitzt in seinem Reifen („Nummer 1“). Sobald die Musik ertönt, laufen die Schülerinnen und Schüler in der Halle umher. Bei Musikstopp sucht jedes Kind seinen Reifen wieder. Zweite Spielrunde: Sobald die Musik ertönt, laufen die Schülerinnen und Schüler in der Halle umher. Bei Musikstopp sucht sich jedes Kind seinen Reifen „Nummer 2“. Dritte Spielrunde: Sobald die Musik ertönt, laufen die Schülerinnen und Schüler in der Halle umher. Bei Musikstopp ruft die Lehrkraft „Nummer 1“ oder „Nummer 2“. Die Schülerinnen und Schüler laufen in den entsprechenden Reifen. Diese letzte Spielrunde wird beliebig häufig gespielt.</p> <p>Spielvariante: Je nach Leistungsstand der Lerngruppe wird die Anzahl der „Merkreifen“ auf drei oder mehr erhöht. Dadurch wird sowohl der Anspruch an die Orientierungsfähig-</p>	<p>Durch Einsatz aktivierender Musik wird zum schnellen Laufen angeregt.</p> <p>Sollten in einem Reifen zwei Schülerinnen beziehungsweise Schüler ankommen, bleiben beide weiter im Spiel (kein Ausscheiden, gegebenenfalls. Hilfe durch die Lehrkraft).</p> <p>L PG Wahrnehmung und Empfindung L PG Selbstregulation und Lernen L PG Zentrale Lern- und Handlungsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> Lösungsorientiert Konflikte und Stress bewältigen <p>Die Schülerinnen und Schüler nehmen akustische Reize wahr und setzen sie um. Sie orientieren sich an der Lage und gegebenenfalls. an der Farbe der Reifen sowie an den Platznachbarn und Merkmalen im Raum. Sie können dabei Hilfe von anderen annehmen. Sollte ein Reifen bereits besetzt sein, muss diese Situation konstruktiv gelöst werden. Im ausgewählten Spiel werden sowohl die Orientierungsfähigkeit, als auch das Arbeitsgedächtnis, die Inhibition und die kognitive Flexibilität gefordert und gefördert. Die Schülerinnen und Schüler nutzen die oben genannten Orientierungspunkte, um ihren Reifen in jeder Spielrunde wiederzufinden.</p>



		keit wie auch an das Arbeitsgedächtnis und die kognitive Flexibilität erhöht.	Damit sich alle Schülerinnen und Schüler bei diesem Spiel als selbstwirksam erleben können, sollte die Lehrkraft den Schülerinnen und Schülern entsprechend ihres Entwicklungsstandes Handlungsstrategien vermitteln.
<p>2.2 Personalkompetenz – Persönlichkeit und Identität 4. ihre Selbstregulationsfähigkeit durch die Förderung der exekutiven Funktionen (Arbeitsgedächtnis, Inhibition/Impulskontrolle, kognitive Flexibilität) stärken und entwickeln</p> <p>2.3 Sozialkompetenz – Gemeinschaft und Verantwortung 3. sachlich kommunizieren, Konflikte wahrnehmen und sind in der Lage, diese zu lösen 4. Absprachen, Regeln und Rituale in Bewegung, Spiel und Sport vereinbaren, akzeptieren und einhalten</p>		<p>Reflexionsgespräch Im Reflexionsgespräch äußern die Schülerinnen und Schüler ihre Eindrücke, Erfahrungen und Lösungsvorschläge zu dem Spiel „Finde deinen Reifen“.</p>	<p>L PG Wahrnehmung und Empfindung L PG Selbstregulation und Lernen L PG Zentrale Lern- und Handlungsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ressourcenorientiert denken und Probleme lösen • wertschätzend kommunizieren und handeln <p>Impulse für das Reflexionsgespräch:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wie hast du es geschafft deine Reifen wiederzufinden? • Wie konntest du Zusammenstöße vermeiden? <p>Im gemeinsamen Gespräch werden auftretende Probleme und Gelingensfaktoren kommuniziert. Das setzt voraus, dass sich die Schülerinnen und Schüler während der Übungen selbst beobachten und auf die Impulse der Lehrkraft achten. Im Gespräch haben die Schülerinnen und Schüler die Möglichkeit, sich über ihre Empfindungen zu äußern und Lösungsmöglichkeiten zu benennen. Indem über das eigene Tun, die eigenen Gedanken und Gefühle in der Situation reflektiert wird und Lernprozesse mit ihren Schwierigkeiten, Umwegen und erreichten Erfolgen überdacht und besprochen werden, können die Schülerinnen und Schüler ihr Tun bei ähnlichen Aufgaben anpassen und verbessern. Dadurch werden die Selbstwirksamkeitserwartungen und das Selbstwertgefühl gestärkt.</p> <p>In dieser geführten Gesprächssituation können die Schülerinnen und Schüler zudem üben, aufmerksam zuzuhören, Feedback zu geben und sich an Gesprächsregeln zu halten.</p>

<p>2.3 Sozialkompetenz – Gemeinschaft und Verantwortung 7. achtsam mit Geräten, Materialien und Bewegungsräumen umgehen</p>	<p>3.1.9 Orientierung – Sicherheit – Hygiene (3) verantwortlich mit Sportstätten und dem Geräteraum umgehen (zum Beispiel Ordnung im Geräteraum, schonender Umgang mit Sportgeräten, Sauberkeit, Aufräumen) (4) Geräte benennen, sachgerecht aufbauen, abbauen und transportieren</p>	<p>Stundenabschluss Es folgt das gemeinsame Aufräumen der Reifen und ein Abschlussritual, zum Beispiel ein kurzer Sprechvers.</p>	<p>L PG Sicherheit und Unfallschutz Die Schülerinnen und Schüler transportieren sachgerecht die Reifen und lagern diese je nach Anweisung der Lehrkraft. Das sachgerechte Aufräumen und Lagern der Reifen richtet sich nach den Gegebenheiten des Geräteraumes. Entweder stapeln die Schülerinnen und Schüler die Reifen vor dem Geräteraum auf dem Boden oder hängen sie unter Aufsicht der Lehrkraft im Geräteraum auf. Dadurch tragen sie zur Vermeidung von Unfällen bei.</p> <p>L PG Selbstregulation und Lernen Abschlussrituale fordern und trainieren je nach Auswahl die Selbstwahrnehmung und die Fähigkeit zuhören und abwarten zu können und damit die Inhibition und das Arbeitsgedächtnis der Schülerinnen und Schüler.</p>
--	--	--	---

3.2 Kunststücke mit dem Reifen“ – Koordinationsschulung im Stationsbetrieb

ca. 1 Std.

Intentionen der Unterrichtssequenz:

Die Schülerinnen und Schüler üben und festigen ihre koordinativen Fähigkeiten mit dem Gymnastikreifen im Stationsbetrieb.

Der Stundenaufbau ist so gewählt, dass er von einer ersten Klasse innerhalb einer Unterrichtsstunde genutzt werden kann.

In der vorliegenden geplanten Unterrichtsstunde wird davon ausgegangen, dass den Schülerinnen und Schülern bereits das Üben an Stationen bekannt ist.

Der Themenbereich „Bewegung und Entspannung“ der Leitperspektive PG lässt sich in allen Phasen der Unterrichtsplanung wiederfinden und wird daher nicht noch einmal in der Tabelle aufgeführt.

Prozessbezogene Kompetenz	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung Vorgehen im Unterricht	Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
Die Schülerinnen und Schüler können			
<p>2.1 Bewegungskompetenz – Koordination und Kondition 1. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten entwickeln und diese anwenden</p> <p>2.2 Personalkompetenz – Persönlichkeit und Identität 4. ihre Selbstregulationsfähigkeit durch die Förderung der exekutiven Funktionen (Arbeitsgedächtnis, Inhibition/Impulskontrolle, kognitive Flexibilität) stärken und entwickeln</p> <p>2.3 Sozialkompetenz – Gemeinschaft und Verantwortung 4. Absprachen, Regeln und Rituale in Bewegung, Spiel und Sport vereinbaren, akzeptieren und einhalten</p>	<p>3.1.2 Spielen – Spiele – Spiel (1) einzeln und gemeinsam einfache Spielideen und Bewegungsformen erfinden und abwandeln (zum Beispiel kooperative Spiele, Symbolspiele, Freies Spiel) (2) einzeln, zu zweit und in der Gruppe mit Materialien, Gegenständen und unterschiedlichen Spielgeräten in überschaubaren Situationen auf vielfältige Art und Weise umgehen (zum Beispiel unterschiedliche Bälle, Spiele mit Kleingeräten, Alltagsmaterialien, Luftballon, Chiffontuch, Schwungtuch)</p> <p>3.1.6 Bewegungskünste (1) einen Gegenstand (zum Beispiel Ballon, Reifen) entsprechend seiner Eigenschaften bewegen</p>	<p>Freies Bewegen Die Schülerinnen und Schüler bewegen sich frei im Raum. Die Gymnastikreifen stehen zum freien Spiel zur Verfügung.</p> <p>Auf ein Signal hin (zum Beispiel Klingel, Handzeichen) kommen die Schülerinnen und Schüler in den Sitzkreis, lassen die Reifen aber frei in der Halle auf dem Boden an ihrem Platz liegen.</p> <p>Danach erfolgt der gemeinsame Stundenbeginn mit bekanntem Begrüßungsritual, zum Beispiel Rhythmusklatschen (Die Lehrkraft gibt einen Klatschrhythmus vor, die Schülerinnen und Schüler wiederholen diesen).</p>	<p>Die „Wartezeit“ bis alle Schülerinnen und Schüler umgezogen sind, wird bewegungsaktiv gestaltet, zum Beispiel durch freies Spielen oder durch freies Bewegen mit den zur Verfügung gestellten Reifen, einzeln oder mit der Partnerin beziehungsweise dem Partner.</p> <div style="background-color: #d4edda; padding: 5px;"> <p>L PG Zentrale Lern- und Handlungsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kontakte und Beziehungen aufbauen und halten </div> <p>Im Freien Spiel können die Schülerinnen und Schüler durch freie Partnerwahl und gemeinsames Agieren Kontakte knüpfen. Die Lehrkraft sollte sicherstellen, dass alle Schülerinnen und Schüler Partner beziehungsweise Partnerinnen finden.</p> <div style="background-color: #d4edda; padding: 5px;"> <p>L PG Wahrnehmung und Empfindung L PG Selbstregulation und Lernen</p> </div> <p>Dieses Ritual fordert und trainiert vor allem die Selbstwahrnehmung sowie die Fähigkeit zuhören</p>



			<p>und abwarten zu können und damit die Inhibition und das Arbeitsgedächtnis der Schülerinnen und Schüler.</p> <p>L PG Sicherheit und Unfallschutz</p> <p>Die Schülerinnen und Schüler berücksichtigen den sachgerechten Umgang mit dem Reifen, um sich und andere nicht zu verletzen und Unfälle zu vermeiden. Die Lehrkraft unterstützt und erinnert gegebenenfalls einzelne Kinder daran.</p>
<p>2.3 Sozialkompetenz – Gemeinschaft und Verantwortung 7. achtsam mit Geräten, Materialien und Bewegungsräumen umgehen</p>	<p>3.1.9 Orientierung – Sicherheit – Hygiene (4) Geräte benennen, sachgerecht aufbauen, abbauen und transportieren</p>	<p>Arbeitsauftrag Im Sitzkreis erklärt die Lehrkraft die Übungen des folgenden Stationsbetriebes. Zur weiteren Veranschaulichung können Auftrags- oder Symbolkarten an den Pylonen ausgelegt werden, zum Beispiel:</p> <ul style="list-style-type: none"> • „Springe durch den Reifen wie durch ein Springseil“ • „Hula-Hoop“ • „Rolle dir mit deinem Partner einen Reifen zu.“ • „Springe mit geschlossenen Füßen von Reifen zu Reifen“ • „Erfinde mit einem Partner ein Kunststück! Ihr dürft einen Ball hinzunehmen.“ • „Zwirble den Reifen. Springe hinein und wieder hinaus.“ • „Zwirbelt eure Reifen. Wechselt den Platz, ohne dass ein Reifen umfällt.“ • „Balanciere auf dem Reifen vorwärts und rückwärts.“ 	<p>Die Lehrkraft stellt zur Orientierung und Markierung farbige Pylonen auf, an welche die Reifen und Aufgabenkarten angebracht werden. Die Erklärung erfolgt im Sitzkreis anhand von Aufgabenkarten. Einzelne Übungen können im Sitzkreis demonstriert werden. Pro Station werden vier bis sechs Reifen bereitgelegt, so dass genügend Reifen für die Klasse vorhanden sind.</p> <p>L PG Sicherheit und Unfallschutz</p> <p>Die Schülerinnen und Schüler transportieren sachgerecht die Reifen. Der sachgerechte Umgang mit den Reifen und mögliche Gefahrenquellen werden thematisiert.</p> <p>L PG Wahrnehmung und Empfindung L PG Selbstregulation und Lernen</p> <p>Die Erklärung des Arbeitsauftrags fordert die Fähigkeit zuhören und abwarten zu können und damit die Inhibition und das Arbeitsgedächtnis der Schülerinnen und Schüler. Die Lehrkraft unterstützt je nach Entwicklungsstand der Schülerinnen und Schüler mit angepassten Anforderungen (Wie lange können sie zuhören? Wie viele Stationen können sie sich merken?) und Instruktionen (Wie ausführlich müssen die Instruktionen sein? Müssen Begriffe geklärt werden?).</p>

<p>2.1 Bewegungskompetenz – Koordination und Kondition 1. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten entwickeln und diese anwenden</p> <p>2.2 Personalkompetenz – Persönlichkeit und Identität 8. „Bewegung, Spiel und Sport“ als einen Bereich erleben, in welchem sie durch Üben und Gelingen Erfolge erzielen (Persönlichkeitsbildung, Selbstwirksamkeit)</p> <p>2.3 Sozialkompetenz – Gemeinschaft und Verantwortung 1. im Bereich Bewegung, Spiel und Sport einfühlsam und rücksichtsvoll handeln, anderen helfen und sie unterstützen 2. gemeinsam mit anderen Bewegungsaufgaben bearbeiten und ausführen</p>	<p>3.1.2 Spielen – Spiele – Spiel (2) einzeln, zu zweit und in der Gruppe mit Materialien, Gegenständen und unterschiedlichen Spielgeräten in überschaubaren Situationen auf vielfältige Art und Weise umgehen (zum Beispiel unterschiedliche Bälle, Spiele mit Kleingeräten, Alltagsmaterialien, Luftballon, Chiffontuch, Schwungtuch)</p> <p>3.1.6 Bewegungskünste (1) einen Gegenstand (zum Beispiel Ballon, Reifen) entsprechend seiner Eigenschaften bewegen</p>	<p>Üben im Stationsbetrieb Die Schülerinnen und Schüler durchlaufen die Stationen mit einer Partnerin beziehungsweise einem Partner. Der Wechsel von Station zu Station erfolgt individuell nach Entscheidung der Schülerinnen und Schüler.</p>	<p>L PG Zentrale Lern- und Handlungsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kontakte und Beziehungen aufbauen und halten <p>Die Partner finden sich nach dem Zufallsprinzip, so kann eine Diskriminierung vermieden werden. Durch gemeinsame Absprachen und Bewegen bauen die Schülerinnen und Schüler Beziehungen zueinander auf. Besonders bei Bewegungsaufgaben mit der Partnerin/dem Partner müssen sie sich aufeinander einstellen. Der zeitliche Wechsel an die nächste Station muss mit der Partnerin/dem Partner abgesprochen werden.</p> <p>L PG Selbstregulation und Lernen</p> <p>Das Üben an Stationen, insbesondere auch der individuell selbständige Wechsel zwischen den Stationen, stellt hohe Anforderungen an die Selbstregulationsfähigkeit der Schülerinnen und Schüler. Sie müssen zur Bewältigung des Stationsbetriebs in der Lage sein, sich mit ihrem Partner ein gemeinsames Ziel zur Umsetzung des Auftrags an der jeweiligen Station zu setzen, sich von Störungen abzuschirmen, das Ergebnis zu überprüfen und gegebenenfalls neue Strategien zum Erreichen des Ziels auszuprobieren. Zudem müssen sie beim Wechsel den Überblick über alle Stationen behalten, um die Stationen zielorientiert und effektiv zu absolvieren.</p> <p>Je nach Entwicklungsstand der Schülerinnen und Schüler bietet es sich an, zunächst einen von der Lehrkraft strukturierten und kommentierten Durchlauf durchzuführen.</p>
<p>2.3 Sozialkompetenz – Gemeinschaft und Verantwortung 3. sachlich kommunizieren, Konflikte wahrnehmen und sind in der Lage, diese zu lösen 4. Absprachen, Regeln und Rituale in Bewegung, Spiel und Sport vereinbaren, akzeptieren und einhalten</p>		<p>Reflexionsgespräch Im Reflexionsgespräch äußern die Schülerinnen und Schüler ihre Eindrücke, Erfahrungen und Lösungsvorschläge.</p>	<p>L PG Wahrnehmung und Empfindung L PG Selbstregulation und Lernen L PG Zentrale Lern- und Handlungsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ressourcenorientiert denken und Probleme lösen • wertschätzend kommunizieren und handeln



			<p>Impulse für das Reflexionsgespräch:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Welche Station fiel dir leicht, welche war schwierig? Was genau war leicht beziehungsweise schwierig? • Was möchtest du noch üben? • Hast du eine Idee, was du noch ausprobieren kannst, damit die schweren Übungen leichter gelingen? <p>Im gemeinsamen Gespräch werden auftretende Probleme und Gelingensfaktoren kommuniziert. Das setzt voraus, dass sich die Schülerinnen und Schüler während der Übungen selbst beobachten und auf die Impulse der Lehrkraft achten. Im Gespräch haben die Schülerinnen und Schüler die Möglichkeit, sich über ihre Empfindungen zu äußern und Lösungsmöglichkeiten zu benennen. Indem über das eigene Tun, die eigenen Gedanken und Gefühle in der Situation reflektiert wird und Lernprozesse mit ihren Schwierigkeiten, Umwegen und erreichten Erfolgen überdacht und besprochen werden, können die Schülerinnen und Schüler ihr Tun bei ähnlichen Aufgaben anpassen und verbessern. Dadurch werden die Selbstwirksamkeitserwartungen und das Selbstwertgefühl gestärkt.</p> <p>In dieser geführten Gesprächssituation können die Kinder zudem üben, aufmerksam zuzuhören, Feedback zu geben und sich an Gesprächsregeln zu halten.</p>
<p>2.1 Bewegungskompetenz – Koordination und Kondition</p> <p>1. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten entwickeln und diese anwenden</p>	<p>3.1.2 Spielen – Spiele – Spiel</p> <p>(2) einzeln, zu zweit und in der Gruppe mit Materialien, Gegenständen und unterschiedlichen Spielgeräten in überschaubaren Situationen auf vielfältige Art und Weise umgehen (zum Beispiel unterschiedliche Bälle, Spiele mit Kleingeräten, Alltagsmaterialien, Luftballon, Chiffontuch, Schwungtuch)</p>	<p>Spiel: „Tanzende Reifen“</p> <p>Alle Schülerinnen und Schüler zwirbeln ihre Reifen verteilt im Raum und bewegen sich danach frei in der Halle. Kein Reifen darf umkippen. Kurz bevor ein Reifen am Boden liegt, muss er durch Zwirbeln wieder aufgerichtet werden. Die Anzahl der Reifen wird nach und nach erhöht.</p>	<p>Die Pylonen und die Karten werden eingesammelt, jede Schülerin/jeder Schüler nimmt sich einen Reifen und sucht sich einen Platz im Raum. Dieses lauf- und bewegungsintensive Spiel kann je nach zur Verfügung stehender Zeit unterschiedlich lang gespielt werden und so auch physiologische Reize setzen.</p>

<p>2.3 Sozialkompetenz – Gemeinschaft und Verantwortung 2. gemeinsam mit anderen Bewegungsaufgaben bearbeiten und ausführen</p>	<p>3.1.6 Bewegungskünste (1) einen Gegenstand (zum Beispiel Ballon, Reifen) entsprechend seiner Eigenschaften bewegen</p>		<p>L PG Wahrnehmung und Empfindung LPG Zentrale Lern- und Handlungsfelder</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ressourcenorientiert denken und Probleme lösen • Wertschätzend kommunizieren und handeln <p>Dabei müssen sie schnell reagieren, um den Reifen wieder „aufzustellen“. Je nach konkretem Arbeitsauftrag (passend zum Entwicklungsstand) müssen die Schülerinnen und Schüler allein oder gemeinsam eine Strategie entwickeln, um das Umfallen von Reifen zu verhindern. Dies erfordert die Fähigkeit, eine komplexe Situation zu strukturieren, es erfordert Kommunikations- und Kooperationsfähigkeit sowie eine gute Wahrnehmung des Raums mitsamt der Reifen und Personen.</p>
<p>2.3 Sozialkompetenz – Gemeinschaft und Verantwortung 7. achtsam mit Geräten, Materialien und Bewegungsräumen umgehen</p>	<p>3.1.9 Orientierung – Sicherheit – Hygiene (3) verantwortlich mit Sportstätten und dem Geräteraum umgehen (zum Beispiel Ordnung im Geräteraum, schonender Umgang mit Sportgeräten, Sauberkeit, Aufräumen) (4) Geräte benennen, sachgerecht aufbauen, abbauen und transportieren</p>	<p>Es folgt das gemeinsame Aufräumen der Reifen.</p>	<p>L PG Sicherheit und Unfallschutz</p> <p>Die Schülerinnen und Schüler transportieren sachgerecht die Reifen und lagern diese je nach Anweisung der Lehrkraft. Das sachgerechte Aufräumen und Lagern der Reifen richtet sich nach den Gegebenheiten des Geräteraumes. Entweder stapeln die Schülerinnen und Schüler die Reifen vor dem Geräteraum auf dem Boden oder hängen sie unter Aufsicht der Lehrkraft im Geräteraum auf. Dadurch tragen sie zur Vermeidung von Unfällen bei.</p>
<p>2.1 Bewegungskompetenz – Koordination und Kondition 1. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten entwickeln und diese anwenden</p> <p>2.3 Sozialkompetenz – Gemeinschaft und Verantwortung 2. gemeinsam mit anderen Bewegungsaufgaben bearbeiten und ausführen</p>	<p>3.1.2 Spielen – Spiele – Spiel (2) einzeln, zu zweit und in der Gruppe mit Materialien, Gegenständen und unterschiedlichen Spielgeräten in überschaubaren Situationen auf vielfältige Art und Weise umgehen (zum Beispiel unterschiedliche Bälle, Spiele mit Kleingeräten, Alltagsmaterialien, Luftballon, Chiffontuch, Schwungtuch)</p>	<p>Spiel und Stundenabschluss „Wandern der Reifen“ Die Schülerinnen und Schüler stehen mit Handfassung im Kreis. Ein Reifen, der zwischen zwei Schülerinnen/Schülern hängt, wird nun weitergereicht, ohne die Handfassung zu lösen.</p> <p>Es folgt ein gemeinsames Abschlussritual, zum Beispiel ein kurzer Sprechvers.</p>	<p>Um das ruhige Abschlusspiel zu verkürzen, kann die Anzahl der Reifen auf zwei bis vier erhöht werden, welche dann gleichzeitig im Kreis wandern.</p> <p>L PG Zentrale Lern- und Handlungsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ressourcenorientiert denken und Probleme lösen <p>Um die gemeinsame Bewegungsaufgabe mit ständiger Handfassung zu erfüllen, müssen die Schülerinnen und Schüler zunächst die Situation analysieren und dann unter Rückgriff auf</p>



		<p>vorhandenes Wissen Handlungsmöglichkeiten entwickeln, bewerten und erfolgreich umsetzen. Dazu sind Kreativität, Achtsamkeit, Kooperationsbereitschaft und Rücksichtnahmen insbesondere in Bezug auf die direkten Nachbarn notwendig. Die Schülerinnen und Schüler können verbale und körperliche Hilfe anbieten und annehmen. Ebenso können sie die anderen Mitspieler und Mitspielerinnen beobachten und dadurch weitere Lösungsmöglichkeiten finden.</p> <p>L PG Selbstregulation und Lernen</p> <p>Abschlussrituale fordern und trainieren je nach Auswahl die Selbstwahrnehmung, die Fähigkeit zuhören und abwarten zu können und damit die Inhibition und das Arbeitsgedächtnis der Schülerinnen und Schüler.</p>
--	--	--

3.3 „Wo ist mein Reifen?“ – Orientierungsspiele mit dem Reifen zur Schulung der exekutiven Funktionen

ca. 1 Std.

Intentionen der Unterrichtssequenz:

Die Schülerinnen und Schüler schulen ihre Orientierungsfähigkeit sowie die exekutiven Funktionen (Arbeitsgedächtnis, Inhibition und kognitive Flexibilität) mit dem Gymnastikreifen als Spielgerät.

Der Themenbereich „Bewegung und Entspannung“ der Leitperspektive PG lässt sich in allen Phasen der Unterrichtsplanung wiederfinden und wird daher nicht noch einmal in der Tabelle aufgeführt.

Prozessbezogene Kompetenz	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung Vorgehen im Unterricht	Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
Die Schülerinnen und Schüler können			
<p>2.1 Bewegungskompetenz – Koordination und Kondition 1. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten entwickeln und diese anwenden</p> <p>2.2 Personalkompetenz – Persönlichkeit und Identität 4. ihre Selbstregulationsfähigkeit durch die Förderung der exekutiven Funktionen (Arbeitsgedächtnis, Inhibition/Impulskontrolle, kognitive Flexibilität) stärken und entwickeln</p> <p>2.3 Sozialkompetenz – Gemeinschaft und Verantwortung 4. Absprachen, Regeln und Rituale in Bewegung, Spiel und Sport vereinbaren, akzeptieren und einhalten</p>	<p>3.1.2 Spielen – Spiele – Spiel (1) einzeln und gemeinsam einfache Spielideen und Bewegungsformen erfinden und abwandeln (zum Beispiel kooperative Spiele, Symbolspiele, Freies Spiel) (2) einzeln, zu zweit und in der Gruppe mit Materialien, Gegenständen und unterschiedlichen Spielgeräten in überschaubaren Situationen auf vielfältige Art und Weise umgehen (zum Beispiel unterschiedliche Bälle, Spiele mit Kleingeräten, Alltagsmaterialien, Luftballon, Chiffontuch, Schwungtuch)</p> <p>3.1.6 Bewegungskünste (1) einen Gegenstand (zum Beispiel Ballon, Reifen) entsprechend seiner Eigenschaften bewegen</p>	<p>Freies Bewegen Die Schülerinnen und Schüler bewegen sich mit den Gymnastikreifen frei im Raum. Auf ein Signal hin (zum Beispiel Klingel, Handzeichen) kommen die Schülerinnen und Schüler in den Sitzkreis und stapeln die Reifen in der Mitte. Danach erfolgt der gemeinsame Stundenbeginn mit bekanntem Begrüßungsritual, zum Beispiel Rhythmusklatschen (Die Lehrkraft gibt einen Klatschrhythmus vor, die Schülerinnen und Schüler wiederholen diesen).</p>	<p>Die „Wartezeit“ bis alle Schülerinnen und Schüler umgezogen sind, wird bewegungsaktiv gestaltet, zum Beispiel durch freies Spielen oder durch freies Bewegen zu aktivierender Musik.</p> <p style="background-color: #e0f2f1;">L PG Zentrale Lern- und Handlungsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> Kontakte und Beziehungen aufbauen und halten <p>Im Freien Spiel können die Schülerinnen und Schüler durch freie Partnerwahl und gemeinsames Agieren Kontakte knüpfen. Die Lehrkraft sollte sicherstellen, dass alle Schülerinnen und Schüler Partner beziehungsweise Partnerinnen finden.</p> <p style="background-color: #e0f2f1;">L PG Wahrnehmung und Empfindung L PG Selbstregulation und Lernen</p> <p>Dieses Ritual fordert und trainiert vor allem die Selbstwahrnehmung sowie die Fähigkeit zuhören und abwarten zu können und damit die Inhibition und das Arbeitsgedächtnis der Schülerinnen und Schüler.</p>



			<p>L PG Sicherheit und Unfallschutz</p> <p>Die Schülerinnen und Schüler berücksichtigen den sachgerechten Umgang mit dem Reifen, um sich und andere nicht zu verletzen und Unfälle zu vermeiden. Die Lehrkraft unterstützt und erinnert gegebenenfalls einzelne Kinder daran.</p>
<p>2.1 Bewegungskompetenz – Koordination und Kondition</p> <p>1. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten entwickeln und diese anwenden</p> <p>2.2 Personalkompetenz – Persönlichkeit und Identität</p> <p>4. ihre Selbstregulationsfähigkeit durch die Förderung der exekutiven Funktionen (Arbeitsgedächtnis, Inhibition/Impulskontrolle, kognitive Flexibilität) stärken und entwickeln</p> <p>2.3 Sozialkompetenz – Gemeinschaft und Verantwortung</p> <p>4. Absprachen, Regeln und Rituale in Bewegung, Spiel und Sport vereinbaren, akzeptieren und einhalten</p>	<p>3.1.2 Spielen – Spiele – Spiel</p> <p>(3) sich im Spielraum orientieren und kontrolliert bewegen</p>	<p>Spiel: „Finde deinen Reifen“</p> <p>Spielbeschreibung siehe Unterrichtsstunde 1</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler kennen dieses Spiel bereits aus der vorhergehenden Stunde. Durch diese Wiederholung wird der Übungseffekt verstärkt, es kann weitergeführt und die Anzahl der „Merkreifen“ schneller erhöht werden. Dieses Spiel eignet sich zur Vorbereitung auf das kommende Spiel.</p> <p>L PG Wahrnehmung und Empfindung L PG Selbstregulation und Lernen L PG Zentrale Lern- und Handlungsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lösungsorientiert Konflikte und Stress bewältigen <p>Die Schülerinnen und Schüler nehmen akustische Reize wahr und setzen sie um. Sie orientieren sich an der Lage und gegebenenfalls an der Farbe der Reifen sowie an den Platznachbarn und Merkmalen im Raum. Sie können dabei Hilfe von anderen annehmen. Sollte ein Reifen bereits besetzt sein, muss diese Situation konstruktiv gelöst werden. Im ausgewählten Spiel werden sowohl die Orientierungsfähigkeit, als auch das Arbeitsgedächtnis, die Inhibition und die kognitive Flexibilität gefordert und gefördert. Die Schülerinnen und Schüler nutzen die oben genannten Orientierungspunkte, um ihren Reifen in jeder Spielrunde wiederzufinden. Damit sich alle Schülerinnen und Schüler bei diesem Spiel als selbstwirksam erleben können, sollte die Lehrkraft ihnen – entsprechend ihres Entwicklungsstandes – Handlungsstrategien vermitteln.</p>



<p>2.1 Bewegungskompetenz – Koordination und Kondition 1. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten entwickeln und diese anwenden</p> <p>2.2 Personalkompetenz – Persönlichkeit und Identität 4. ihre Selbstregulationsfähigkeit durch die Förderung der exekutiven Funktionen (Arbeitsgedächtnis, Inhibition/Impulskontrolle, kognitive Flexibilität) stärken und entwickeln</p> <p>2.3 Sozialkompetenz – Gemeinschaft und Verantwortung 4. Absprachen, Regeln und Rituale in Bewegung, Spiel und Sport vereinbaren, akzeptieren und einhalten</p>	<p>3.1.2 Spielen – Spiele – Spiel (3) sich im Spielraum orientieren und kontrolliert bewegen (5) aus einem Repertoire „Kleiner Spiele“ auswählen und diese selbstständig spielen (Schulcurriculum, 4.4 Spieleliste)</p>	<p>Spiel: „Inselhüpfen“ Die Reifen (Inseln) liegen verteilt in der Halle. Die Schülerinnen und Schüler bewegen sich nach Vorgabe (zum Beispiel gehen, laufen, auf Zehenspitzen, hüpfen) durch die Halle. Bei Musikstopp sucht jede Schülerin beziehungsweise jeder Schüler einen Reifen auf. Vorher muss jedoch eine zuvor vereinbarte Aufgabe ausgeführt werden, welche die Lehrkraft optisch durch eine Farbkarte oder akustisch angibt (zum Beispiel eine Linie berühren, Hampelmann springen, auf den Boden legen, einem anderen Kind die Hand geben).</p>	<p>Siehe auch „4.4 Spiele zur Schulung der exekutiven Funktionen“ im Anhang des Bildungsplanes für BSS: http://www.bildungsplaene-bw.de/Lde/LS/BP2016BW/ALLG/GS/BSS/ANH</p> <p>Während der Erklärung des Spiels, sitzt jedes Kind in einem Reifen aus der vorhergehenden Phase, somit ist eine schnelle Einführung des Spiels durch Hinzunahme der Spielregeln gewährleistet. Die Spielbeschreibung des Grundspiels ist auf der Seite https://lehrerfortbildung-bw.de/u_mks/sport/gs/bp2016/fb2/5_exekutiv/ zu finden.</p> <p>Die Spielregeln für das Spiel „Inselhüpfen“ können mit denen des vorhergehenden Spiels kombiniert werden, indem nicht nur Farbkarten angezeigt werden, sondern auch die Reifenummer des „Merkreifens“ hinzugenommen wird. Dadurch wird eine Erhöhung der Schwierigkeit erreicht.</p> <p>Das Spiel wird ohne Ausscheiden gespielt, um die Bewegungszeit möglichst hoch zu halten.</p> <p>L PG Wahrnehmung und Empfindung L PG Selbstregulation und Lernen</p> <p>Die Schülerinnen und Schüler nehmen optische und akustische Reize und Impulse wahr und sollen schnell reagieren. Je nach gewählten Spielvarianten und Zusatzaufgaben können Arbeitsgedächtnis, Inhibition und kognitive Flexibilität gefordert und gefördert werden. Die Schülerinnen und Schüler müssen bei dieser Aufgabe gezielt und schnell Informationen verarbeiten und in Handlung umsetzen. Sie können dabei verschiedene Strategien anwenden (zum Beispiel Beobachtung der Anderen, Einsatz von Mnemo-Techniken).</p>
---	--	---	--

<p>2.2 Personalkompetenz – Persönlichkeit und Identität 4. ihre Selbstregulationsfähigkeit durch die Förderung der exekutiven Funktionen (Arbeitsgedächtnis, Inhibition/Impulskontrolle, kognitive Flexibilität) stärken und entwickeln</p> <p>2.3 Sozialkompetenz – Gemeinschaft und Verantwortung 3. sachlich kommunizieren, Konflikte wahrnehmen und sind in der Lage, diese zu lösen 4. Absprachen, Regeln und Rituale in Bewegung, Spiel und Sport vereinbaren, akzeptieren und einhalten</p>		<p>Reflexionsgespräch Im Reflexionsgespräch äußern die Schülerinnen und Schüler ihre Eindrücke und Erfahrungen.</p>	<p>L PG Wahrnehmung und Empfindung L PG Selbstregulation und Lernen L PG Zentrale Lern- und Handlungsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> ressourcenorientiert denken und Probleme lösen wertschätzend kommunizieren und handeln <p>Impulse für das Reflexionsgespräch:</p> <ul style="list-style-type: none"> Was war leicht beziehungsweise schwierig? Wie hast du es geschafft, alle Aufgaben zu bewältigen und dann noch deinen Reifen wiederzufinden? <p>Im gemeinsamen Gespräch werden auftretende Probleme und Gelingensfaktoren kommuniziert. Das setzt voraus, dass sich die Schülerinnen und Schüler während der Übungen selbst beobachten und auf die Impulse der Lehrkraft achten. Im Gespräch haben die Schülerinnen und Schüler die Möglichkeit, sich über ihre Empfindungen zu äußern und Lösungsmöglichkeiten zu benennen. Indem über das eigene Tun, die eigenen Gedanken und Gefühle in der Situation reflektiert wird und Lernprozesse mit ihren Schwierigkeiten, Umwegen und erreichten Erfolgen überdacht und besprochen werden, können die Schülerinnen und Schüler ihr Tun bei ähnlichen Aufgaben anpassen und verbessern. Dadurch werden die Selbstwirksamkeitserwartungen und das Selbstwertgefühl gestärkt.</p> <p>In dieser geführten Gesprächssituation können die Kinder zudem üben, aufmerksam zuzuhören, Feedback zu geben und sich an Gesprächsregeln zu halten.</p>
<p>2.2 Personalkompetenz – Persönlichkeit und Identität 4. ihre Selbstregulationsfähigkeit durch die Förderung der exekutiven Funktionen (Arbeitsgedächtnis, Inhibition/Impulskontrolle, kognitive Flexibilität) stärken und entwickeln</p>	<p>3.1.1 Körperwahrnehmung (3) auf unterschiedliche Signale reagieren (zum Beispiel optisch, akustisch, taktil)</p>	<p>„Reifenlauschen I“ Die Schülerinnen und Schüler stehen im Kreis und zwirbeln ihre Reifen. „Wer schafft es, die Augen zu schließen und stumm mit der Hand in die Richtung zu zeigen, in der der letzte Reifen umkippt?“</p>	<p>L PG Wahrnehmung und Empfindung</p> <p>Bei dieser Übung sind eine gute auditive Wahrnehmung und Aufmerksamkeit gefordert. Je nach Entwicklungsstand können die Schülerinnen und Schüler sich auf eine Sinneswahrnehmung konzentrieren und diese schärfen. Die Übung ermöglicht es den Schülerinnen und Schüler zur Ruhe zu kommen</p>

<p>2.3 Sozialkompetenz – Gemeinschaft und Verantwortung 4. Absprachen, Regeln und Rituale in Bewegung, Spiel und Sport vereinbaren, akzeptieren und einhalten 7. achtsam mit Geräten, Materialien und Bewegungsräumen umgehen</p>	<p>3.1.9 Orientierung – Sicherheit – Hygiene (4) Geräte benennen, sachgerecht aufbauen, abbauen und transportieren</p>	<p>Stundenabschluss Es folgt das gemeinsame Aufräumen der Reifen und ein Abschlussritual, zum Beispiel ein kurzer Sprechvers.</p>	<p>L PG Sicherheit und Unfallschutz Die Schülerinnen und Schüler transportieren sachgerecht die Reifen und lagern diese je nach Anweisung der Lehrkraft. Das sachgerechte Aufräumen und Lagern der Reifen richtet sich nach den Gegebenheiten des Geräteraumes. Entweder stapeln die Schülerinnen und Schüler die Reifen vor dem Geräteraum auf dem Boden oder hängen sie unter Aufsicht der Lehrkraft im Geräteraum auf. Dadurch tragen sie zur Vermeidung von Unfällen bei.</p> <p>L PG Selbstregulation und Lernen Abschlussrituale fordern und trainieren je nach Auswahl die Selbstwahrnehmung, die Fähigkeit zuhören und abwarten zu können und damit die Inhibition und das Arbeitsgedächtnis der Schülerinnen und Schüler.</p>
--	--	---	--



3.4 „Reifenwechsel“ – Schulung der exekutiven Funktionen mit dem Reifen gemeinsam in der Gruppe			
ca. 1 Std.			
Intentionen der Unterrichtssequenz:			
Die Schülerinnen und Schüler schulen ihre koordinativen Fähigkeiten sowie ihre exekutiven Funktionen (Arbeitsgedächtnis, Inhibition und kognitive Flexibilität) und stellen sich dabei auf ihre Mitspielerinnen und Mitspieler ein.			
Der Themenbereich „Bewegung und Entspannung“ der Leitperspektive PG lässt sich in allen Phasen der Unterrichtsplanung wiederfinden und wird daher nicht noch einmal in der Tabelle aufgeführt.			
Prozessbezogene Kompetenz	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung Vorgehen im Unterricht	Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
Die Schülerinnen und Schüler können			
2.1 Bewegungskompetenz – Koordination und Kondition 1. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten entwickeln und diese anwenden 2.2 Personalkompetenz – Persönlichkeit und Identität 4. ihre Selbstregulationsfähigkeit durch die Förderung der exekutiven Funktionen (Arbeitsgedächtnis, Inhibition/Impulskontrolle, kognitive Flexibilität) stärken und entwickeln	3.1.2 Spielen – Spiele – Spiel (1) einzeln und gemeinsam einfache Spielideen und Bewegungsformen erfinden und abwandeln (zum Beispiel kooperative Spiele, Symbolspiele, Freies Spiel) (2) einzeln, zu zweit und in der Gruppe mit Materialien, Gegenständen und unterschiedlichen Spielgeräten in überschaubaren Situationen auf vielfältige Art und Weise umgehen (zum Beispiel unterschiedliche Bälle, Spiele mit Kleingeräten, Alltagsmaterialien, Luftballon, Chiffontuch, Schwungtuch) 3.1.6 Bewegungskünste (1) einen Gegenstand (zum Beispiel Ballon, Reifen) entsprechend seiner Eigenschaften bewegen	Freies Bewegen Die Schülerinnen und Schüler bewegen sich mit den Gymnastikreifen frei im Raum. Auf ein Signal hin (zum Beispiel Klingel, Handzeichen) kommen die Schülerinnen und Schüler in den Sitzkreis und stapeln die Reifen in der Mitte. Danach erfolgt der gemeinsame Stundenbeginn mit bekanntem Begrüßungsritual, zum Beispiel Rhythmusklatschen (Die Lehrkraft gibt einen Klatschrhythmus vor, die Schülerinnen und Schüler wiederholen diesen).	Die „Wartezeit“ bis alle Schülerinnen und Schüler umgezogen sind, wird bewegungsaktiv gestaltet, zum Beispiel durch freies Spielen oder durch freies Bewegen zu aktivierender Musik. L PG Zentrale Lern- und Handlungsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Kontakte und Beziehungen aufbauen und halten Im Freien Spiel können die Schülerinnen und Schüler durch freie Partnerwahl und gemeinsames Agieren Kontakte knüpfen. Die Lehrkraft sollte sicherstellen, dass alle Schülerinnen und Schüler Partner beziehungsweise Partnerinnen finden. L PG Wahrnehmung und Empfindung L PG Selbstregulation und Lernen Dieses Ritual fordert und trainiert vor allem die Selbstwahrnehmung sowie die Fähigkeit zuhören und abwarten zu können und damit die Inhibition und das Arbeitsgedächtnis der Schülerinnen und Schüler.

			<p>L PG Sicherheit und Unfallschutz</p> <p>Die Schülerinnen und Schüler berücksichtigen den sachgerechten Umgang mit dem Reifen, um sich und andere nicht zu verletzen und Unfälle zu vermeiden. Die Lehrkraft unterstützt und erinnert gegebenenfalls einzelne Kinder daran.</p>
<p>2.1 Bewegungskompetenz – Koordination und Kondition</p> <p>1. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten entwickeln und diese anwenden</p> <p>2.2 Personalkompetenz – Persönlichkeit und Identität</p> <p>4. ihre Selbstregulationsfähigkeit durch die Förderung der exekutiven Funktionen (Arbeitsgedächtnis, Inhibition/Impulskontrolle, kognitive Flexibilität) stärken und entwickeln</p> <p>2.3 Sozialkompetenz – Gemeinschaft und Verantwortung</p> <p>1. im Bereich Bewegung, Spiel und Sport einfühlsam und rücksichtsvoll handeln, anderen helfen und sie unterstützen</p> <p>2. gemeinsam mit anderen Bewegungsaufgaben bearbeiten und ausführen</p>	<p>3.1.2 Spielen – Spiele – Spiel</p> <p>(3) sich im Spielraum orientieren und kontrolliert bewegen</p> <p>(4) in vorgegebenen und wechselnden Rollen an Spielen teilnehmen, fair spielen und Bewegungssicherheit gewinnen (zum Beispiel Lauf- und Fangspiele, Platzsuch- und Platzwechselspiele</p> <p>(5) aus einem Repertoire „Kleiner Spiele“ auswählen und diese selbstständig spielen (Schulcurriculum, 4.4 Spielereiste)</p>	<p>Spiel: „Reifenwechsel“</p> <p>Die Schülerinnen und Schüler stehen im Kreis (ausreichend Abstand halten) und zwirbeln ihren Reifen an. Auf ein Kommando der Lehrkraft hin („Eins!“) wechseln sie einen Reifen weiter, an den Reifen des linken Nachbarn und stoppen ihn mit der Hand, die Reifen dürfen dabei nicht umkippen. Die Lehrkraft gibt in den folgenden Runden an, wie viele Plätze (Reifen) weiter gewechselt wird („Zwei!“, „Fünf!“, „Drei!“...)</p> <p>Für die folgenden Durchgänge gibt die Lehrkraft eine Zahlenfolge an, die sich die Schülerinnen und Schüler gut merken müssen (zum Beispiel „Zwei, vier, eins!“). Es werden jeweils ohne nochmalige Ansage alle Durchgänge gespielt.</p>	<p>Je höher die einzelnen Zahlen, desto schneller müssen die Schülerinnen und Schüler laufen.</p> <p>L PG Selbstregulation und Lernen</p> <p>L PG Zentrale Lern- und Handlungsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • lösungsorientiert Konflikte und Stress bewältigen <p>Im ausgewählten Spiel werden das Arbeitsgedächtnis, die Inhibition und die kognitive Flexibilität gefordert und gefördert. Die Schülerinnen und Schüler nehmen akustische und optische Reize wahr und setzen sie in Handlungen um. Sollte ein Reifen bereits umgekippt und/oder die Mitspieler/Mitspielerinnen zu langsam oder zu schnell sein, muss diese Situation konstruktiv gelöst werden. Damit sich alle Schülerinnen und Schüler bei diesem Spiel als selbstwirksam erleben können, sollte die Lehrkraft den Schülerinnen und Schülern entsprechend ihres Entwicklungsstandes Handlungsstrategien vermitteln.</p>
<p>2.2 Personalkompetenz – Persönlichkeit und Identität</p> <p>4. ihre Selbstregulationsfähigkeit durch die Förderung der exekutiven Funktionen (Arbeitsgedächtnis, Inhibition/Impulskontrolle, kognitive Flexibilität) stärken und entwickeln</p>		<p>Reflexionsgespräch</p> <p>Im Reflexionsgespräch äußern die Schülerinnen und Schüler ihre Eindrücke und Erfahrungen.</p> <p>Im Anschluss an die Reflexion wird das neue Spiel für die nächste Phase erklärt.</p>	<p>L PG Wahrnehmung und Empfindung</p> <p>L PG Selbstregulation und Lernen</p> <p>L PG Zentrale Lern- und Handlungsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ressourcenorientiert denken und Probleme lösen • wertschätzend kommunizieren und handeln <p>Impulse für das Reflexionsgespräch:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Was war leicht beziehungsweise schwierig? • Was hast du getan, damit kein Reifen umfällt?



<p>2.3 Sozialkompetenz – Gemeinschaft und Verantwortung</p> <p>3. sachlich kommunizieren, Konflikte wahrnehmen und sind in der Lage, diese zu lösen</p> <p>4. Absprachen, Regeln und Rituale in Bewegung, Spiel und Sport vereinbaren, akzeptieren und einhalten</p>			<ul style="list-style-type: none"> • Wie bist du vorgegangen, wenn ein Kind vor dir langsamer oder nach dir schneller war? • Was sollen wir alle beachten, wenn wir das Spiel noch einmal miteinander spielen? <p>Im gemeinsamen Gespräch werden auftretende Probleme und Gelingensfaktoren kommuniziert. Das setzt voraus, dass sich die Schülerinnen und Schüler während der Übungen selbst beobachten, auf die Impulse der Lehrkraft achten und die Reifen im Blick haben. Im Gespräch haben die Schülerinnen und Schüler die Möglichkeit, sich über ihre Empfindungen zu äußern und Lösungsmöglichkeiten zu benennen. Indem über das eigene Tun, die eigenen Gedanken und Gefühle in der Situation reflektiert wird und Lernprozesse mit ihren Schwierigkeiten, Umwegen und erreichten Erfolgen überdacht und besprochen werden, können die Schülerinnen und Schüler ihr Tun bei ähnlichen Aufgaben anpassen und verbessern. Dadurch werden die Selbstwirksamkeitserwartungen und das Selbstwertgefühl gestärkt.</p> <p>In dieser geführten Gesprächssituation können die Kinder zudem üben, aufmerksam zuzuhören, Feedback zu geben und sich an Gesprächsregeln zu halten.</p>
<p>2.2 Personalkompetenz – Persönlichkeit und Identität</p> <p>4. ihre Selbstregulationsfähigkeit durch die Förderung der exekutiven Funktionen (Arbeitsgedächtnis, Inhibition/Impulskontrolle, kognitive Flexibilität) stärken und entwickeln</p>	<p>3.1.2 Spielen – Spiele – Spiel</p> <p>(3) sich im Spielraum orientieren und kontrolliert bewegen</p>	<p>Spiel: „Ab in den Reifen“</p> <p>Alle Reifen sind in der Halle verteilt. Die Schülerinnen und Schüler bewegen sich zu einem akustischen Signal oder zu Laufmusik im Raum. Sobald das Signal verstummt, stellen sie sich in einen Reifen. In jedem Durchgang werden Reifen aus dem Spiel genommen, so dass mehrere Schülerinnen und Schüler in einem Reifen stehen müssen. Ziel ist es, möglichst wenig Reifen am Ende des Spiels zu nutzen.</p>	<p>Das Spiel wird ohne Ausscheiden gespielt.</p> <p>LPG Wahrnehmung und Empfindung LPG Zentrale Lern- und Handlungsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • wertschätzend kommunizieren und handeln • lösungsorientiert Konflikte und Stress bewältigen <p>Durch die zunehmende Enge in den Reifen müssen die Schülerinnen und Schüler achtsam und rücksichtsvoll miteinander umgehen, stillstehen, Körperkontakt zulassen und sich gegenseitig helfen, damit niemand ungewollt aus dem Reifen treten muss. Den Schülerinnen und Schüler sollte aber auch ein Stopp-Sagen ermöglicht werden,</p>

<p>2.3 Sozialkompetenz – Gemeinschaft und Verantwortung 1. im Bereich Bewegung, Spiel und Sport einfühlsam und rücksichtsvoll handeln, anderen helfen und sie unterstützen 2. gemeinsam mit anderen Bewegungsaufgaben bearbeiten und ausführen</p>			<p>um sanktionslos ausscheiden zu können, wenn sie beispielsweise die Nähe nicht mehr aushalten. Voraussetzung ist, dass die Schülerinnen und Schülern wahrnehmen können, welche Gefühle und Bedürfnisse die zunehmende Nähe des Spiels bei ihnen auslöst.</p> <p>L PG Selbstregulation und Lernen</p> <p>Die Komplexität der Aufgabe kann erhöht werden, indem in der Bewegungszeit die Bewegungsart vorgegeben wird, zum Beispiel durch unterschiedliche akustische Signale (Anzahl von Piffen, Klingeln, Hupen, Klatschen...) oder Farbkarten, zum Beispiel: rot – schnelles Laufen gelb – Pferdchengalopp blau – langsames Laufen grün – auf Zehenspitzen laufen.</p> <p>Dadurch können Arbeitsgedächtnis, Inhibition und kognitive Flexibilität stärker gefordert und gefördert werden.</p>
<p>2.2 Personalkompetenz – Persönlichkeit und Identität 4. ihre Selbstregulationsfähigkeit durch die Förderung der exekutiven Funktionen (Arbeitsgedächtnis, Inhibition/Impulskontrolle, kognitive Flexibilität) stärken und entwickeln</p> <p>2.3 Sozialkompetenz – Gemeinschaft und Verantwortung 3. sachlich kommunizieren, Konflikte wahrnehmen und sind in der Lage, diese zu lösen 4. Absprachen, Regeln und Rituale in Bewegung, Spiel und Sport vereinbaren, akzeptieren und einhalten</p>		<p>Reflexionsgespräch Im Reflexionsgespräch äußern die Schülerinnen und Schüler ihre Eindrücke, Erfahrungen und Lösungsmöglichkeiten.</p> <p>Im Anschluss an die Reflexion wird die abschließende Übung erklärt.</p>	<p>L PG Wahrnehmung und Empfindung L PG Selbstregulation und Lernen L PG Zentrale Lern- und Handlungsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ressourcenorientiert denken und Probleme lösen • wertschätzend kommunizieren und handeln <p>Impulse für das Reflexionsgespräch:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Was war leicht beziehungsweise schwierig? • Was kannst du tun, damit alle Schülerinnen und Schüler der Klasse in möglichst wenige Reifen passen? • Wie könnt ihr einander helfen? <p>Im gemeinsamen Gespräch werden auftretende Probleme und Gelingensfaktoren kommuniziert. Das setzt voraus, dass sich die Schülerinnen und Schüler während des Spiels selbst beobachten und auf die Impulse der Lehrkraft achten.</p>



			<p>Im Gespräch haben die Schülerinnen und Schüler die Möglichkeit, sich über ihre Empfindungen, insbesondere in Bezug auf das gegenseitige Helfen und den Körperkontakt, zu äußern und Lösungsmöglichkeiten aufzuzeigen. Indem über das eigene Tun, die eigenen Gedanken und Gefühle in der Situation reflektiert wird und Lernprozesse mit ihren Schwierigkeiten und erreichten Erfolgen überdacht und besprochen werden, können die Schülerinnen und Schüler ihr Tun in ähnlichen Situationen anpassen und verbessern. Dadurch werden die Selbstwirksamkeitserwartungen und das Selbstwertgefühl gestärkt.</p> <p>In dieser geführten Gesprächssituation können die Kinder zudem üben, aufmerksam zuzuhören, Feedback zu geben und sich an Gesprächsregeln zu halten.</p>
<p>2.2 Personalkompetenz – Persönlichkeit und Identität 4. ihre Selbstregulationsfähigkeit durch die Förderung der exekutiven Funktionen (Arbeitsgedächtnis, Inhibition/Impulskontrolle, kognitive Flexibilität) stärken und entwickeln</p> <p>2.3 Sozialkompetenz – Gemeinschaft und Verantwortung 4. Absprachen, Regeln und Rituale in Bewegung, Spiel und Sport vereinbaren, akzeptieren und einhalten</p>	<p>3.1.1 Körperwahrnehmung (3) auf unterschiedliche Signale reagieren (zum Beispiel optisch, akustisch, taktil)</p>	<p>Spiel und Stundenabschluss „Reifenlauschen II“ Die Schülerinnen und Schüler liegen im Kreis auf dem Rücken, mit dem Kopf zur Mitte. Die Lehrkraft zwirbelt einen Reifen in der Kreismitte. Sobald die Schülerinnen und Schüler hören, dass der Reifen umgefallen ist, drehen sie sich auf den Bauch.</p> <p>Es folgt ein Abschlussritual, zum Beispiel ein kurzer Sprechvers.</p>	<p>L PG Wahrnehmung und Empfindung Im ausgewählten Spiel sind eine gute auditive Wahrnehmung und Aufmerksamkeit gefordert. Je nach Entwicklungsstand können die Schülerinnen und Schüler sich auf eine Sinneswahrnehmung konzentrieren und diese schärfen. Die Übung ermöglicht es ihnen, zur Ruhe zu kommen.</p> <p>L PG Selbstregulation und Lernen Abschlussrituale fordern und trainieren je nach Auswahl die Selbstwahrnehmung, die Fähigkeit zuzuhören und abwarten zu können und damit die Inhibition und das Arbeitsgedächtnis der Schülerinnen und Schüler.</p>



4 Literatur- und Quellenverzeichnis

Ministerium für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg (Hrsg.). Online verfügbar unter [ohne Seitenzahlen],

http://www.bildungsplaene-bw.de/,Lde/Startseite/BP2016BW_ALLG/BP2016BW_ALLG_LP_PG

(Abrufdatum: 04.01.2018).

Ministerium für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg (Hrsg.). Online verfügbar unter: [Kapitel 1.1, 1.3, 4.4 ohne Seitenzahlen],

<http://www.bildungsplaene-bw.de/,Lde/LS/BP2016BW/ALLG/GS/BSS/LG>

(Abrufdatum: 04.01.2018).

Ministerium für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg (Hrsg.). Online verfügbar unter: [Kapitel 2.1, 2.2, 2.3, 3.1.1, 3.1.2., 3.1.6, 3.1.9 ohne Seitenzahlen],

<http://www.bildungsplaene-bw.de/,Lde/LS/BP2016BW/ALLG/GS/BSS/PK/01>,

<http://www.bildungsplaene-bw.de/,Lde/LS/BP2016BW/ALLG/GS/BSS/PK/02>,

<http://www.bildungsplaene-bw.de/,Lde/LS/BP2016BW/ALLG/GS/BSS/PK/03>,

<http://www.bildungsplaene-bw.de/,Lde/LS/BP2016BW/ALLG/GS/BSS/IK/1-2/01>,

<http://www.bildungsplaene-bw.de/,Lde/LS/BP2016BW/ALLG/GS/BSS/IK/1-2/02>,

<http://www.bildungsplaene-bw.de/,Lde/LS/BP2016BW/ALLG/GS/BSS/IK/1-2/06>,

<http://www.bildungsplaene-bw.de/,Lde/LS/BP2016BW/ALLG/GS/BSS/IK/1-2/09>

(Abrufdatum: 04.01.2018).

Landesakademie für Fortbildung und Personalentwicklung an Schulen (Hrsg.) (2016). Spiele zur Förderung der exekutiven Funktionen. Online verfügbar unter:

https://lehrerfortbildung-bw.de/u_mks/sport/gs/bp2016/fb2/5_exekutiv/

(Abrufdatum: 04.01.2018).

5 Anhang – Kopiervorlagen für den Stationsbetrieb

Reifenspringen



**Springe durch den Reifen
wie mit einem Springseil!**

Judith Herden

Hula-Hoop



Judith Herden



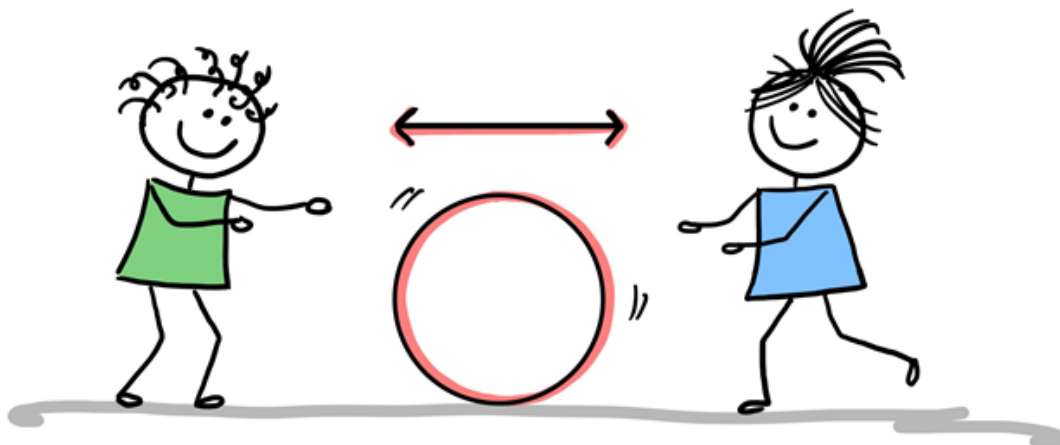
Balanciere vorwärts und rückwärts auf dem Reifen!



Judith Herden



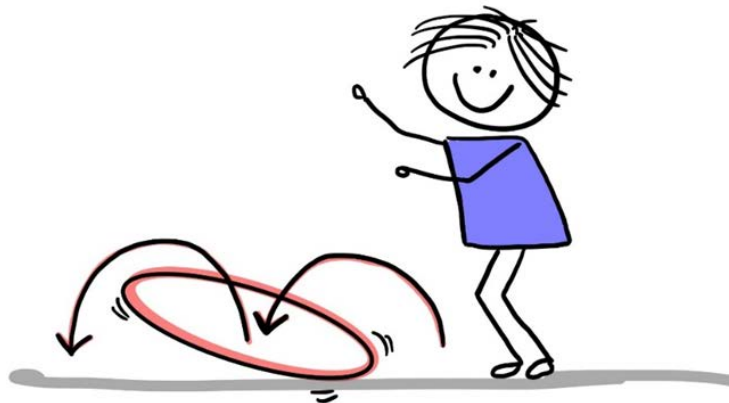
Rollender Reifen



Rollt euch den Reifen zu zweit zu!

Judith Herden

Zwirble den Reifen! Springe hinein und wieder hinaus!

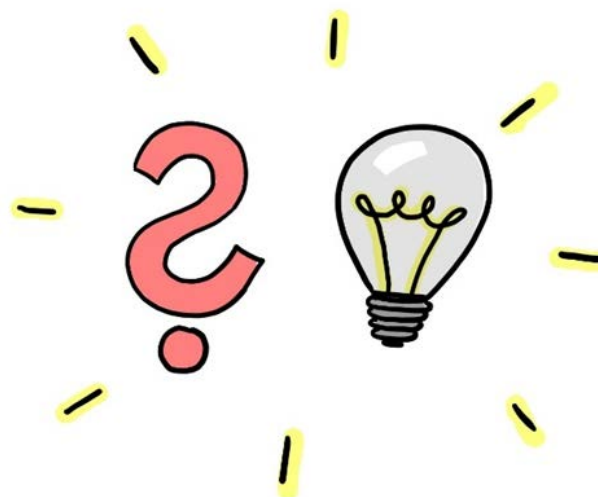


Wie oft schaffst du es?

Judith Herden



Erfindet zu zweit ein Kunststück!

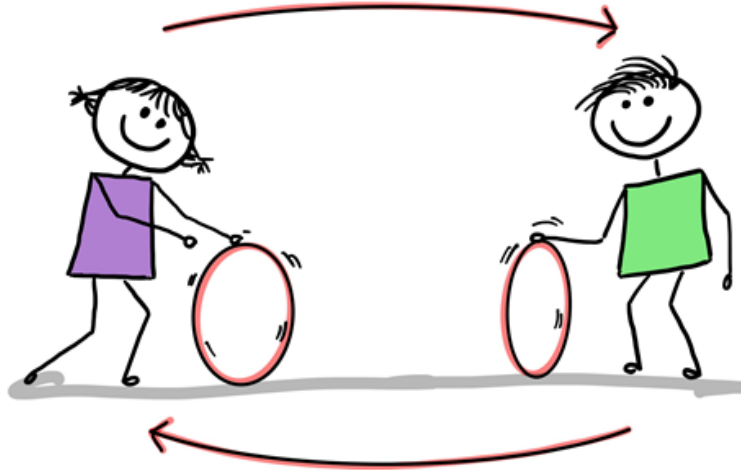


Ihr dürft einen Ball hinzunehmen.

Judith Herden



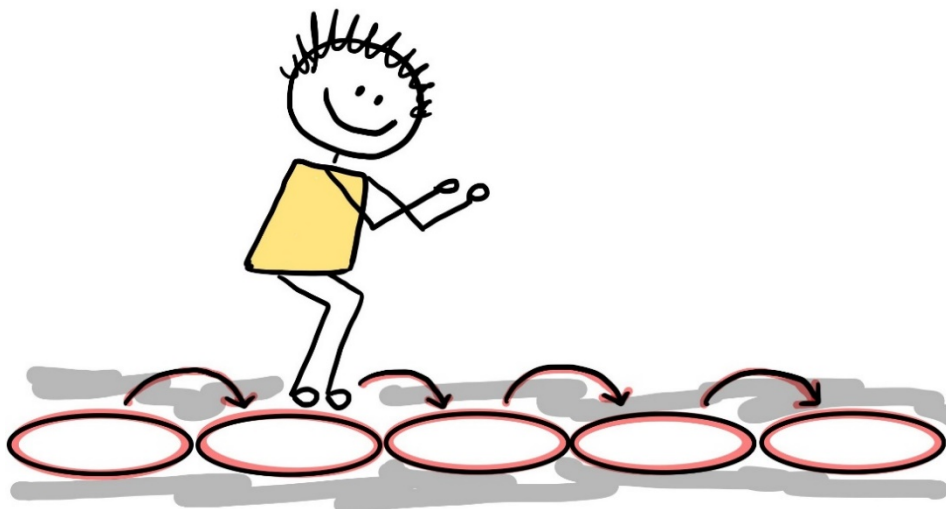
Reifenwechsel



**Zwirbelt eure Reifen!
Wechselt den Platz, ohne dass ein Reifen um-
fällt!**

Judith Herden

Springe mit geschlossenen Füßen von Reifen zu Reifen!



Judith Herden

