Reichhaltige Aufgabe zum Thema **Geräteparcours Rollen**

Kompetenz **BS.2.A.1**

Die Schülerinnen und Schüler können Grundbewegungen wie Balancieren, Rollen-Drehen, Schaukeln-Schwingen, Springen, Stützen und Klettern verantwortungsbewusst ausführen. Sie kennen Qualitätsmerkmale und können einander helfen und sichern.

**Die Aufgabe dauert je nach Ausführlichkeit 3-5 Doppellektionen inkl. vorturnen und bewerten.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Zeit** | **Teilschritte und didaktischer Kommentar** | **Verlauf** | | **Organisatorisches** | |
| **Inhalte, Tätigkeit der Lehrperson** | **Inhalte, Tätigkeit der Kinder** | **Sozial-**  **form** | **Material / Medien** |
| 20' | **Èinstieg**  Einwärmen, Dehnen, Kraftübung, Koordination | Spiele und Übungen zum Einstieg in Doppellektionen beispielsweise aus Lehrmittel:  **Aufwärmen** von Urs Müller, Jürg Baumgartner  [Bildergebnis für aufwärmen urs müller](https://www.google.ch/url?sa=i&rct=j&q=&esrc=s&source=images&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwjrx_iVqcLeAhWKUlAKHeXIAEUQjRx6BAgBEAU&url=https://www.amazon.de/Aufw%C3%A4rmen-abwechslungsreich-gesundheitsbewusst-Urs-M%C3%BCller/dp/3952301116&psig=AOvVaw18gx6s0r5e4SpanC1za5f0&ust=1541681452409779) | * wärmen sich ein * dehnen * Kraftübungen * Koordination * zeigen sich gegenseitig Dehn- und Kraftübungen vor | in Grup-pen | je nach Aufgabe |
| 10' | Aufstellen des Übungsparcours | Die Lehrperson überlegt sich, wo in der Turnhalle, welche Geräte aufgestellt werden und zeichnet einen Plan.  Die SuS werden angewiesen die Geräte zu holen und aufzustellen.   * 3x Reck * Böckli * Mattenbahn mit mitteldicker Matte am Start * 2x Schaukelringe (nicht fürs Schaukeln) * Schwedenkasten (nur drei Elemente) * Stufenbarren * dicke Matte mit Holztrampolin * … * Matten zum Sichern der Geräte | Aufstellen des Geräteparcours | alle | Turngeräte, viele Matten  Plan 🡪  Standort Geräte |
| ein-malig  15'-20' | Einführung  Geräteparcours | Die Lehrperson instruiert die SuS:   * was können an den Geräten für Rollen gemacht werden (siehe: **BS.2.A.1\_Bewertung\_Geräteparcours\_Rollen\_Hans\_Schnyder** * auf was muss geachtet werden * welche Hilfestellungen braucht es * evtl. zeigt Lehrperson Übungen vor | * Einzelne SuS die Übungen bereits können, zeigen freiwillig die Übungen vor * SuS hören zu und stellen Fragen | alle |  |
| 40'-50' | **Übungslektionen an den Geräten**  Je nach Hallengrösse parallel in anderer Hallenhälfte ein Spiel oder Jonglierübungen (Aufteilung der SuS in Halbklassen) | Die SuS werden begleitet bei den Übungen an den Geräten  (viel Unterstützung braucht es am Reck)  (Spiel in anderer Hallenhälfte wird durch die SuS selbständig durchgeführt) | Die Schülerinnen und Schüler…   * üben einzeln oder in Gruppen Rollen an Geräten * bieten sich gegenseitig Hilfestellungen * üben nicht nur was sie bereits können, sondern probieren sich Neues anzueignen * finden heraus, wo sie Hemmungen überwinden können und wo der Respekt vor Übungen zu gross ist * überlegen sich, ob sie sich andere/ eigene Übungen zum Thema Rollen aneignen können * bringen die verschiedenen Rollen in eine Reihenfolge, wie sie sie bei der Lernkontrolle vorzeigen können | alle oder  Halb-klasse | Turngeräte, viele Matten  evtl. Bälle/ Jonglierbälle für Spiel |
| 5'-10' | Wegräumen des Geräteparcours | Anweisen und unterstützen beim Wegräumen | Die SuS räumen die Geräte gemeinsam weg | alle |  |
| (10') | **Abschluss** | Je nach Intensität und eingeplanter Zeit macht die Klasse ein Spiel zum Abschluss der einzelnen Doppellektionen |  | alle |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ca.2 Lekt | **Lernkontrolle/**  **Vorturnen**  Je nach Hallengrösse parallel in anderer Hallenhälfte ein Spiel oder Jonglierübungen (Aufteilung der SuS in Halbklassen) | Die SuS zeigen einzeln vor, was sie können und gelernt haben  Die Lehrperson bewertet das Vorturnen mit dem Bewertungsblatt  siehe: **BS.2.A.1\_Bewertung\_Geräteparcours\_Rollen\_Hans\_Schnyder** | * einzeln vorturnen * sich gegenseitig zuschauen, Mut zu sprechen und unterstützen * evtl. andere Halbklasse am Spielen | alle oder  Halb-klasse | Turngeräte, viele Matten |
|  |  |  |  |  |  |

Hans Schnyder, November 2018

Bewertung

Geräteparcours – Rollen

Name: ……………………………………………………

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Gerät** | **Übung** | **3 P.** | **2 P.** | **1 P.** |  | **0 P.** |
| **Reck** | Aufzug |  |  |  |  |  |
|  | Rolle vorwärts |  |  |  |  |  |
| **Böckli** | Rolle vorwärts über Böckli |  |  |  |  |  |
| *oder* | Handstand abrollen ohne Böckli |  |  |  |  |  |
| **Boden** | Rolle vorwärts |  |  |  |  |  |
|  | Rolle rückwärts |  |  |  |  |  |
|  | Rad |  |  |  |  |  |
| **grosse Matte** | Hechtrolle |  |  |  |  |  |
| **Schwedenkasten** | Rolle vorwärts längs darüber |  |  |  |  |  |
| **Ringe** | Beugehang (Beine waagerecht) |  |  |  |  |  |
|  | Sturzhang/Kerze (Beine senkrecht) |  |  |  |  |  |
| **Stufenbarren** | Aufzug an hochgestelltem Holmen |  |  |  |  |  |
| **Zusatz/ eigene Übungen** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |



**Total Punkte: ……..**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ab 30 | ab 26 | ab 22 | ab 17 | ab 12 |  |
| 6 | 5.5 | 5 | 4.5 | 4 | 3.5 |