

Lektion

Thema: Kennenlernen

Schulstufe: Primarstufe

Ort: Sporthalle

Ziel: Die TN lernen einander und die Regeln kennen.

Zeit	Phase	Inhalt	Organisation	Material	Bemerkungen
5'	Begrüssung, Vorstellungsrunde	Infos und Regeln	Pünktlicher Unterrichtsbeginn, geeignete Sportkleidung, Turnschuhe, Wertsachen & Schmuck ablegen, Getränk (Wasser oder ungesüsstes Tee), Hygiene, Absenzen/Abmeldung, Kontakt (Natel und E-Mail) der LP abgeben.		Kurze Erklärungen, dann sich möglichst bald bewegen.
10'		Gemeinsamkeiten	Alle TN werden aufgefordert Untergruppen zu bilden, z.B. nach: <ol style="list-style-type: none"> 1. Geschlecht, Alter, Augenfarbe, Monat Geburtstag 2. Geschwisterreihenfolge (Jüngster, Mittlerer, Ältester, Einzelkinder), Geschwisterzahl, T-Shirt-Farbe, Lieblingshobby, Lieblingsgericht 3. Auslandsaufenthalte, Bravo lesen, „Simpsons“ schauen etc. Die TN sollen sich in der jeweiligen Gruppe für kurze Zeit aufhalten und sich kurz austauschen.		Übergewichtige Kinder und Jugendliche werden oft (nur) über ihr Gewicht definiert. Es soll den TN bewusst gemacht werden: „Was bin ich - ausser dick - noch?“
10'		Autogrammspiel	Die TN bekommen einen Stift und ein A4-Blatt mit verschiedenen Aussagen wie z.B. „Ich fahre gerne Ski“. Alle laufen zur Musik durch die Halle. Wenn die Musik stoppt, werden so lange Unterschriften zu den Aussagen eingeholt, bis die Musik wieder einsetzt und zum Weiterlaufen auffordert. Unterschriften dürfen nur gegeben werden, wenn die Aussage auf die betreffende Person zutrifft. Man darf pro Blatt nur einmal unterschreiben. Beispiele von weiteren Aussagen: „Ich koche gut.“, „Ich lese viel“, „Meine Lieblingsfarbe ist blau“, „Ich habe Angst vor Spinnen“, „Ich bin Vegetarier“, „Ich habe einen Bruder“, „Ich habe eine Schwester“, „Ich bin in einem Verein“.	Stifte Papier Musik	Schwerpunkt Wahrnehmung und Kooperation.
10'		Die geheime Zahl	Die Gruppe bewegt sich durch den Raum. Dabei entscheidet sich jedes Gruppenmitglied im Stillen für eine Zahl von 1 bis 6 (je nach Gruppengrösse) und merkt sich diese. Anschliessend nehmen die TN untereinander Kontakt auf und versuchen dabei diejenigen herauszufinden, welche sich die gleiche Zahl gemerkt haben, wie sie selber. Während der gesamten Zeit darf jedoch nicht gesprochen werden. Die TN dürfen auch nicht schreiben oder Zeichen mit den Fingern geben. Sie müssen also andere Mittel und Wege finden, ihre Zahlen nonverbal zu kommunizieren. Das Spiel ist beendet, wenn alle TN glauben, ihre Gruppe gefunden zu haben, und die Gruppen sich räumlich voneinander unterscheidbar zusammengefunden haben. Variationen: <ul style="list-style-type: none"> - Verschiedene Fortbewegungsarten. - Die Form der Kontaktaufnahme kann ritualisiert werden, z. B. Hände schütteln oder Verbeugung. - Die Gruppen, die sich gefunden haben, können zum Abschluss noch aufgefordert werden, sich eine originelle Form zu überlegen, den anderen Gruppen ihre Zahl gemeinsam nonverbal darzustellen. 	Evtl. Musik	

25'		Leiterlenspiel mit Zusatzaufgaben	<p>Die TN bilden 2er-Teams. Jedes Team erhält eine Spielfigur. Als Spielfeld kann ein beliebiges Leiterspiel verwendet werden. Je nach Zahl, die gewürfelt wird, muss die Gruppe eine andere Aufgabe lösen. Hat sie die Aufgabe gelöst, darf wieder gewürfelt werden.</p> <p>1 = Alle 4 Hallenwände berühren. 2 = Eine Hallenbreite auf allen Vieren gehen 3 = Die Sprossenwand seitwärts klettern ohne den Boden zu berühren 4 = 20x Hampelmann hüpfen (Jumping Jack) 5 = 30x Seilspringen 6 = Slalomlauf mit Fussball</p> <p>Variation: Das Spiel kann auch mit Zusatzkarten gespielt werden. Wer auf ein bestimmtes Feld kommt (z.B. grüne Zahlen, Zahl der 5er-Reihe etc.), muss eine Karte vom Stapel nehmen. Auf der Karte steht eine Frage oder Aussage welche beantwortet werden muss. Je nach Antwort darf die Spielfigur zwei Felder vorwärts oder muss zwei Felder zurück.</p>	<p>Spielfeld Spielfiguren Würfel Karten</p> <p>Springseil Fussball</p>	
10'	Ausklang	Mein Wunschkuchen	<p>Die TN tragen auf dem Arbeitspapier ihre Vorlieben, Abneigungen und Wünsche zum Sport ein. Evtl. kann der Auftrag als Hausaufgabe vervollständigt werden.</p>	Arbeitspapier	
5'		Quick-Back	<p>Auf einer Vorlage (siehe Beispiel im Anhang) schreibt die LP in der ersten Spalte ihre Fragen. Die Schülerinnen und Schüler beantworten diese, indem sie anschliessend im entsprechenden Feld einen Strich machen.</p> <p>Mögliche Fragen (auch für weitere Lektionen):</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ich fand die Lektion interessant. - Ich habe viel gelernt. - Heute habe ich mich überfordert / gefordert / motiviert / unsicher / sicher... gefühlt. - Heute hat mir gefallen, dass wir alle viel leisten mussten / dass wir draussen waren / dass wir viel gespielt haben... - Heute war die Stimmung aggressiv / fröhlich / bedrückt / harmonisch... - Ich fand das Aufwärmen heute intensiv / lustig / motivierend / langweilig... - Ich fand den Hauptteil heute interessant / motivierend / langweilig / lustig / lehrreich... - Ich empfand die Gruppe als Ganzes heute als motiviert / gereizt / nervös / fröhlich / interessiert / überfordert / unterfordert... - Die Anforderungen im Unterricht heute waren gerade richtig / zu hoch / zu niedrig... - Ich fühlte mich heute gelangweilt, weil wir alle Übungen schon etliche Male gemacht haben / weil ich Fussball langweilig finde / weil sich nicht alle richtig angestrengt haben / weil ich lieber Volleyball gespielt hätte... - Die Entspannungsübungen am Ende der Stunde halfen mir sehr / liessen mich wieder zur Ruhe kommen / waren gerade richtig nach dem intensiven Spiel / waren völlig unnötig, hätte lieber noch 5 Min. gespielt / sollten wir in jede Stunde einbauen... - Ich habe heute etwas geschafft, was ich noch nie geschafft habe. - Ich hatte heute Angst am Reck / wenn ich die Übung alleine machen sollte / beim Fussballspiel / beim OL mich zu verlaufen / auf dem Sprungbrett... 	<p>Vorlage</p>	<p>Das Quick-Back ist eine Mischung aus Fragebogen und Stimmungsbarometer. Mit Hilfe dieses Instruments kann die LP im oder unmittelbar nach dem Unterricht ein Feedback der TN einholen. Dieses richtet sich nach von der LP selbst gewählten Aspekten des Unterrichts.</p> <p>www.qims.ch</p>