

# Rituale und Regeln im Sportunterricht einer 1. Klasse

## Beitrag von „Melanie01“ vom 14. August 2012 16:41

Die Regeln würde ich auf jeden Fall zuerst im Klassenzimmer besprechen! Die Kleinen waren vielleicht noch nie in der Sporthalle eurer Schule, und da muss vorab einiges geklärt werden:

- Regeln zum Aufstellen, keine Sportsachen vergessen.
- Regeln zum leisen Laufen zur Halle ohne andere Klassen zu stören.
- Welche Umkleiden werden genutzt und das Verhalten in denselben.
- Zügiges Umziehen, keine Streitereien, kein Werfen/Verstecken von Sportsachen, kein Turnen auf den Kleiderständern...
- Schmuck ausziehen und mit in die Halle bringen. LANGE Haare mit Haargummi zusammenbinden.
- Ich bin nicht deine Mama, d.h. ich ziehe dich nicht aus und an!! 😕

Dann gibt es bei mir ein paar Regeln, die man aber individuell anpassen kann.

- Ich ziehe mich selbst um und richte eventuell die Halle vor. Solange bleiben die fertigen Kinder leise in der Umkleide. Wenn ich soweit bin, hole ich die fertigen Kinder ab und sie setzen sich leise in den Kreis am Boden. Dort warten wir, bis alle fertig sind und bei uns sitzen.
- Hier erkläre ich dann die Regeln in der Halle:

- Vorsicht beim Trennvorhang
- Umgang mit Geräten und Materialien
- kein Spielen in den Material-Garagen
- NIE ohne Erlaubnis alleine in die Halle gehen!
- NIE die Halle alleine oder ohne Erlaubnis verlassen!
- Verhalten gegenüber Mitschülern, Fairness..

Ja, die erste Stunde ist schon sehr regellastig... Aber das ist einfach nötig. In den folgenden Stunden wird dann das Wichtigste immer wieder wiederholt.

Anschließend checken wir, ob alle richtig angezogen sind - wer keine passenden Sportsachen hat (z.B. ohne Schuhe kommt), darf leider nicht mitmachen.

- Der ausgezogene Schmuck kommt in ein Schmuckkästchen in der Kreismitte, das ich anschließend sicher im Regieraum verwahre.

Dann üben wir meist den Rest der Stunde meine akustischen / nonverbalen Signale in verschiedenen Spielen:

- 1x pfeifen = STOPP, alle Augen zu mir (= Einfrieren) - wichtig z.B. um Fängerwechsel anzusagen
- 2x pfeifen = Spielende, wir kommen wieder in den Kreis.

Wenn du magst, kannst du noch ein besonderes Willkommens- und Verabschiedungsritual einbauen, z.B. die Countdown-Rakete zum Start und Ende der Stunde.

Am Ende der Stunde treffen wir uns wieder im Kreis, jeder nimmt sich seinen Schmuck, wir ziehen uns RASCH um und die Kinder warten wieder in der Umkleide, bis sie abgeholt werden. Dann gehen wir langsam und in der Reihe zurück ins Klassenzimmer.

So, ich glaube das war das Wichtigste! 😊

Plane in den ersten Stunden für das Umziehen je ca. 10-15 Minuten ein. Manche Kinder machend es zum ersten Mal allein... 😢 Meist bleibt dann gerade noch Zeit für eine kurze Aufwärmphase und ein Spiel.

Ich wünsche dir viel Erfolg!

LG

Edit: Vergiss nicht, sie vorher nochmal aufs Klo zu schicken!