

Rituale und Regeln im Sportunterricht einer 1. Klasse

Beitrag von „Liz87“ vom 14. August 2012 14:17

Hallo zusammen,

ich wollt mal nachhören, welche Regeln und Rituale ihr im Sportunterricht so habt.
Ich werde jetzt eine 1. Klasse eine Stunde in der Woche in Sport unterrichten und überlege nun, wie ich die ersten Sportstunden mit den Schulanfängern nun angehe.
Bespricht ihr die Regeln zuerst im Klassenraum und geht dann erst zur Turnhalle? Denn ich könnte mir vorstellen, dass das in der Turnhalle erst einmal zum Chaos führen könnte.

Freue mich über Erfahrungsberichte

Liz87

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 regelhaft... 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!

Beitrag von „indidi“ vom 14. August 2012 18:38

Meine Vorrednerin hat ja schon viele Tipps gegeben.
Aber das mache ich anders:

Zitat von Melanie01

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.

Ich ziehe mir nur schnell Turnschuhe an, lege meinen Schmuck und Weste o.ä. ab.
(Da ich bei den Kleinen eh kaum mitmache sondern vollauf mit der Aufsicht beschäftigt bin.)

Dann gehe ich in die Turnhalle.

Wer fertig umgezogen ist kommt in die Halle und hilft beim Aufbau mit.

So vermeide ich zusätzliche Streitereien in der Umkleide, weil einfach nicht mehr so viele Kinder drin sind.

Die Langsamsten in der Umkleide merken auch eher--ups---keiner mehr da, jetzt sollte ich mich mal umziehen.

Die "schnellen" Kinder können sich in der Halle schon beschäftigen. Wenn es nichts zum Aufbauen gibt, dürfen sie schon mal in der Halle herumsausen.

Beitrag von „Liz87“ vom 15. August 2012 17:14

Vielen Dank für eure Antworten. Werde das so ziemlich übernehmen. Ich denke nicht, dass ich in der ersten Stunde groß etwas machen kann, da wir nur 40 Minuten haben. Daher wirds wohl auf Regeln erklären im Klassenzimmer, gemeinsamer Gang zur Turnhalle, Zeigen der Umkleidekabinen, Regeln in der Halle und evtl 1-2 kleine Spiele hinauslaufen. Für diese erste Stunde werde ich dann das Umziehen nur auf die Schuhe beschränken 😊

Für die Zukunft werde ich dann auch eine freie Bewegungszeit zu Stundenbeginn anbieten...und sobald alle umgezogen sind, die Stunde im Kreis beginnen. Hoffentlich ist es ein Ansporn für die Kids, sich dann auch zu beeilen, damit sie noch ein wenig freie Bewegungszeit haben.

Beitrag von „Mara“ vom 15. August 2012 18:46

Hi,

ich fange auch immer mit Freispiel an. Und ich ziehe mir selber nur Sportschuhe an. Die Kinder, die mit umziehen fertig sind dürfen sich Bälle, Seilchen und andere Sachen holen und damit spielen. Das geht so ca. 15 Minuten, dann sind auch die anderen Kinder alle umgezogen und wir fangen richtig an.

Beitrag von „Loewe83“ vom 15. August 2012 20:59

Ich bespreche die Regeln auch im Klassenraum. Dann gehen wir gemeinsam rüber. Ich ziehe mich immer mit um, finde es wichtig da Vorbild für die Kinder zu sein. Wer fertig umgezogen ist, darf in die Halle gehen. Bei den Kleinen ist das kein Problem, dass ich immer die erste in der Halle bin. Ich mache Musik an und die Kinder dürfen sich in der Halle bewegen. Wenn die Musik stoppt, gehen wir in den Kreis und besprechen nochmal ein paar Regel. Dann übe ich in Spielen die Signale ein. Eine Einzelstunde ist dann eigentlich schon vorbei, da sie sich ja auch wieder umziehen müssen.