

Links zu Unterrichtsmaterialien und Aufgaben für die digitale Nutzung

Fach: Sport

Jahrgangsstufe(n): 1-6

Fokus: Begleitmaterialien für aktive Bewegungspausen zu Hause

Auch beim Lernen zu Hause sollen Kinder aktive Bewegungspausen durchführen. In der aktuellen Situation sind sportliche Beschäftigungen für die Schüler*innen in den eigenen vier Wänden sinnvoll und wichtig. Im Folgenden finden Sie eine Zusammenstellung verschiedener Aufgabenformate, die Kinder in Bewegung bringen. Die Materialien einigen sich gut, um den Schüler*innen Ideen für sportliche Aktivitäten in der Wohnung und/oder im Garten aufzuzeigen.

Tägliche Sportstunde von Alba Berlin: <https://www.youtube.com/watch?v=olNRORNaXyU>

Koordinationsspiele/-übungen

<https://www.tk.de/techniker/magazin/life-balance/familie/koordination-ist-kinderleicht-elf-spiele-2009486>
<https://www.tk.de/techniker/magazin/life-balance/familie/koordination-ist-kinderleicht-elf-spiele-2009486>
(Koordinationsspiele)

<https://www.youtube.com/watch?v=oun38-Qv2tM> (Kordinationsübungen ohne Geräte)

Jonglieren

<https://spielelux.de/jonglieren-lernen/> (Jonglieren lernen leicht gemacht! Eine Anleitung)

<https://www.youtube.com/watch?v=3V6D2PyFEKM> (Jonglieren lernen - so geht's!|Tigerenten Club|SWR Kindernetz)

<https://www.youtube.com/watch?v=NmxZXbs7RDk> (Jonglierbälle selbst herstellen)

Rope Skipping (Seilspringen)

<https://www.sportunterricht.ch/lektion/BDT/bdt3b.php> (Grundtechnik und Sprungvariationen)

Chinese Jump Rope (Gummitwist)

<https://www.youtube.com/watch?v=W6ltrBQbH8M> (Grundsprung)

<http://www.sportpaedagogik-online.de/leicht/gummitwist.html> (Anleitung und Figuren)

<https://www.youtube.com/watch?v=nM9Oi9tNwhY> (Beispiel fürs Springen in der Gruppe)

Bewegungslieder

<https://youtu.be/iXFAunwnlxE> (Körperteil Blues für Klassenstufe 1/2)

<https://youtu.be/UP12lQoSb3U> (Der Alien-Tanz für Klassenstufe 1-4)

<https://youtu.be/UhPxxeDTS1U> (Soco Bate Vira, anspruchsvolles Klatschspiel für Klassenstufe 3-6)