

Bewegungsangebot – Lektion 1

Stundenentwurf Ballführung

Rahmenbedingungen

Dauer der Einheit	45 Minuten
Niveau	einfach
Zielgruppe	Klassenstufe 1-6
Gruppengröße	1 Klasse
Spielfeld	1/3 bis 1 Turnhalle, je nach Bedingung im Schulsport

Haupt-Lernziele

motorisch	Ballführungs-Fähigkeiten verbessern und messen, Ausdauer und trainieren
affektiv	Freude an der Bewegung wecken, Team- und Fairplay fördern
sozial	Stärkung der Kommunikationsfähigkeit

Anmerkung

Die Einheit ist zeitlich relativ eng geplant. Je nach Gruppe und Vorkenntnissen können Übungen der einzelnen Einheiten weggelassen und statt dessen eine andere Übung entsprechend länger durchgeführt werden.

Die Punkte der Übung zur Überprüfung können über die verschiedenen Lektionen zusammenaddiert werden und am Schluss ausgewertet werden.

Stehen Ihnen 90 Minuten zur Verfügung, können alle Übungen etwas länger durchgeführt werden und der Schlussteil um das Spielen ergänzt werden. Je nach Klassengröße und Hallensituation sind hier auf einem oder mehreren Feldern das 3 gegen 3 oder 4 gegen 4 möglich. Im 90-Sekunden-Rythmus wechseln die jeweils aktiven Spielerinnen und Spieler gegen neue „von der Bank“.

Bewertung

In jeder Aufgabe können maximal 25 Punkte erzielt werden. Die finale Punktzahl berechnet sich aus der Summe der einzeln erreichten Punkte durch die Anzahl der durchgeführten Aufgaben. Optimalerweise wird mindestens je eine Übung aus dem Bereich Ballführung, Pass und Schuss durchgeführt.

Punkte=Gesamtpunktzahl / Anzahl der Aufgaben.

Gegebenenfalls müssen die Zeiten angepasst werden.

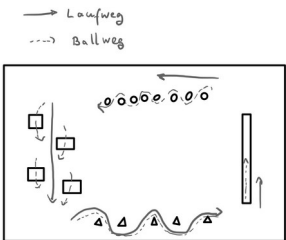
Quellen

- Individual Skill Contest (ISC), IFF und Special Olympics, <https://floorball.sport/materials/downloads/>

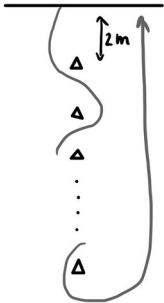
Einleitung

Zeit	Organisationsform/ Skizze	Inhalt und Ablauf	Hinweis	Material
5 Minuten	Frontalbetrieb	Begrüßung Erläuterung des Stundenziels		
5 Minuten	Freie Aufstellung	Gewöhnung an Ball und Aktivierung SuS traben frei mit Ball und Schläger durch die Halle. Auf Signal der Lehrkraft erfüllen sie eine Aufgabe wie: Richtungswechsel, Drehung mit Ball, Lupfen, Ball stoppen, lassen und sich einen neuen Ball suchen ...	Hinweis Nicht im Kreis laufen lassen. Tipp Je nach Gruppengröße und Schwierigkeitsgrad kann das Spielfeld verkleinert werden. Während der Übung bereits Leibchen/Markierbänder verteilen und die Klasse in zwei bis 4 Teams einteilen.	<ul style="list-style-type: none"> • je Spieler:in 1 Schläger und 1 Ball
5 Minuten	Jeweils Haufen	Obstsalat Die SuS teilen sich auf vier Ecken auf. Jede Gruppe erhält den Namen eines Obstes, z. B. Apfel, Banane, Kirsche, Erdbeere. Die Lehrkraft ruft nun zwei Obstsorten auf, die möglichst zügig ihre Plätze wechseln. Beim Kommando Obstsalat wechseln alle alle Gruppen diagonal ihre Plätze. Die erste Gruppe erhält 2 Punkte, die anderen 1.	Achtung Machen Sie die SuS darauf aufmerksam hochzuschauen, damit es keine Zusammenstöße gibt. Variation An der Mittellinie kann es zwei weitere Gruppen geben. Geben Sie Zusatzaufgaben wie rückwärts gehen oder den Schläger nur mit einer Hand führen.	<ul style="list-style-type: none"> • je Spieler:in 1 Schläger und 1 Ball

Hauptteil

Zeit	Organisationsform/ Skizze	Inhalt und Ablauf	Hinweis	Material
5 Minuten	Block auf Lücke	<p>Spiegelbild Die Klasse steht Block auf Lücke mit Blickrichtung Lehrkraft. Die Lehrkraft macht verschiedene Dribbelübungen vor, die die Kinder mitmachen. Dabei müssen sie hochschauen. Nun bewegt sich die Lehrkraft in eine beliebige Richtung vorwärts, rückwärts, Drehung oder seitwärts und die Kinder machen die Übung spiegelbildlich mit.</p>	<p>Variation Statt eine Bewegung in eine Richtung vorzumachen, kann die Lehrkraft mit ihren Händen Zeichen vereinbaren und anzeigen. Beispielsweise Daumen hoch bedeutet vorwärts bewegen, Zeigefinger nach oben bedeutet Drehung.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • je Spieler:in 1 Schläger und 1 Ball
5 Minuten	<p>Üben im Strom</p> 	<p>Parcours Auf jeder der 4 Seiten der Halle/des Feldes wird eine andere Art von Parcours aufgebaut: Kegel eng und weit voneinander entfernt zum Slalom-Dribbeln, Bänke zum Ball darauf führen, Hocker zum drüber Lupfen.</p>	<p>Tipp Die Klasse in je 4 Ecken verteilt starten lassen. Zwei Reihen des Parcours aufbauen, so dass ein „Überholen“ möglich ist. SuS am Ende Hocker und Bänke abbauen lassen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ausreichend Bälle in jeder Ecke • etwa 30 Kegel • 2 Bänke • 4-6 Hocker

Schluss

Zeit	Organisationsform/ Skizze	Inhalt und Ablauf	Hinweis	Material
13	Riegenbetrieb 	<p>Slalom-Sprint In dieser Übung wird die Fähigkeit gemessen, wie schnell man sich mit dem Ball bewegt. Ab einer Grundlinie werden 10 Hütchen je im Abstand von zwei Metern in einer geraden Linie aufgestellt. Es wird die Zeit gemessen, in der die/der Schüler:in mitsamt Ball bis zum letzten Hütchen im Slalom läuft und danach in einer geraden Linie zurück bis über die Start-/Ziellinie. Jedes ausgelassene Hütchen zählt eine Sekunde zusätzlich.</p>	<p>Punkte 25 Punkte: < 10 Sekunden 20 Punkte: 10.00-11.99 Sekunden 15 Punkte: 12.00-13.99 Sekunden 10 Punkte: 14.00-15.99 Sekunden 5 Punkte: 16.00-19.99 Sekunden 0 Punkte: > 19.99 Sekunden</p> <p>Tipp Bauen sie mehrere Strecken auf und verbinden Sie diese Übung mit dem Parcours davor. So können die Kinder beispielsweise auf 3 Strecken üben und bewegen sich, während sie mit je 4-5 Kindern, die sich gegenseitig anfeuern sollen, die Zeiten nehmen.</p> <p>Markieren Sie die Abstände bereits im Vorfeld der Stunde mit einem kleinen Stück Krepp-Klebeband, dann geht der Aufbau schneller.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • je Parcours 10 Hütchen und eine Stoppuhr • je Schüler:in 1 Ball und 1 Schläger
5 Minuten	Gasse	<p>Dribbel-Contest In dieser Übung wird die Dribbel-Fähigkeit gemessen. Paarweise finden sich die SuS zusammen, sodass eine Person die Übung ausführt und die andere zählt. Der/die Schülerin steht mittig senkrecht zu zwei Linien, die 45 cm Abstand zueinander haben, wie beispielsweise die Seitenlinien des Badminton-Feldes. Ziel ist es, innerhalb von 20 Sekunden so oft</p>	<p>Punkte 25 Punkte: > 39 Dribblings 20 Punkte: 35-39 Dribblings 15 Punkte: 30-34 Dribblings 10 Punkte: 20-29 Dribblings 5 Punkte: 10-19 Dribblings 0 Punkte: < 10 Dribblings</p> <p>Tipp Jeweils zwei Bälle auf Reserve legen lassen, falls der Ball wegrollt.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • je Spieler:in 1 Schläger und 3 Bälle • Stoppuhr • ggf. Krepp-Klebeband und Maßband, falls es keine passenden Linien-Abstände gibt.

Bewegungsangebot – Lektion 1

Stundenentwurf Ballführung

		wie möglich hin und her zu Dribbeln. Jedes Hin und Her zählt als ein Dribbling. Anschließend wird die Rolle getauscht. Jede:r Spieler:in hat drei Versuche.		
2	Frontalbetrieb	Verabschiedung		