

Kleine Spiele im Freien in Corona-Zeiten

Die Erhaltung und Förderung der körperlichen und psychosozialen Gesundheit sind wichtige Anliegen schulischer Bildung und sollten gerade auch in Zeiten der Corona-Pandemie einen besonderen Stellenwert einnehmen. Das Fach Sport kann hier mit spielerischen Bewegungs- und Wahrnehmungsangeboten einen Beitrag zur ganzheitlichen Persönlichkeitsentwicklung leisten. Es ist das einzige Fach in der Schule, bei dem alle Schülerinnen und Schüler eine Möglichkeit haben, sich zu bewegen. Doch wie kann Sportunterricht in Zeiten der Corona-Pandemie gestaltet werden? Eine Möglichkeit sind Kleine Spiele im Freien. Sie bieten Schülerinnen und Schülern gesundheitsförderliche Bewegungsmöglichkeiten, die einfach und hygienegerecht umgesetzt werden können. Außerdem bringen sie Freude und fördern sowohl motorische als auch sozial-affektive Fähigkeiten (siehe Hintergrundinformationen für die Lehrkraft 1):



Hintergrundinformationen für die Lehrkraft 1

- Kraft, Schnelligkeit und Ausdauer
- Beweglichkeit, Geschicklichkeit, Gewandtheit
- Sehen, Hören, Fühlen, Gleichgewicht, muskuläres Zusammenspiel
- Soziales Verhalten
- Kreatives Verhalten



Hintergrundinformationen für die Lehrkraft 2

In diesen Unterrichtsmaterialien ist eine Auswahl an Kleinen Spielen zusammengestellt, die im Freien und ohne großen Geräteaufwand umsetzbar sind (siehe Hintergrundinformationen für die Lehrkraft 2). Die Hygienevorgaben (siehe Kasten) wurden dafür berücksichtigt.

Schutzmaßnahmen bei Kleinen Spielen

1. Lüftung: Die Kleinen Spiele sollten, wann immer möglich, an der frischen Luft durchgeführt werden. Finden sie in der Sporthalle oder anderen geschlossenen Bewegungsräumen statt, muss – wenn keine raumluftechnische Anlage (RLT-Anlage) zur Verfügung steht – die Lüftung eigenhändig durch Zuführung von Außenluft sichergestellt werden (d. h. Öffnen von Außen- bzw. Fluchttüren und Fenstern).

2. Mindestabstand: Durch verhältnispräventive Maßnahmen (z. B. Gestaltung der freigegebenen Flächen und Räume für die Kleinen Spiele sowie Methodik/Didaktik) und verhaltenspräventive Maßnahmen (z. B. Unterweisung) ist sicherzustellen, dass der Mindestabstand von 1,5 Metern zwischen Schülerinnen, Schülern und Lehrkräften eingehalten werden kann.

3. Handhygiene: Nutzen Schülerinnen und Schüler Sportgeräte oder Materialien gemeinsam, muss – sofern diese nach jedem Schülerwechsel nicht wirksam zu reinigen sind – vor Beginn und nach Ende der Sportstunde ein gründliches Händewaschen erfolgen.

4. Masken: Immer dann, wenn das Mindestabstandsgebot bei der Durchführung der Kleinen Spiele nicht eingehalten werden kann, sollen Schülerinnen, Schüler und Lehrkräfte medizinische Gesichtsmasken tragen; die Intensität der Kleinen Spiele ist anzupassen und Tragezeitpausen sind zu ermöglichen.

Bei den meisten Spielen benötigt die Gruppe ein abgegrenztes Spielfeld im Außengelände, dessen Größe je nach situativen und organisatorischen Gegebenheiten variieren kann. Abgesehen vom Sportplatz können die Spiele auch auf dem Pausenhof oder einer Wiese durchgeführt werden. Abhängig von den länderspezifischen Hygienevorgaben und dem schulischen Hygienekonzept lassen sich die dargestellten Spiele auch in einer Sporthalle oder in einem großen Innenraum durchführen.

Zur Unfallprävention sollte die Lehrkraft allerdings darauf achten, dass der Bodenuntergrund und die Sicherheitsabstände zu Wänden oder Hindernissen adäquat für das ausgewählte Spiel sind. Einige Spiel- und Übungsformen lassen sich zum Beispiel nicht auf Beton oder auf einer Wiese umsetzen. Dies muss die Lehrkraft situationsbezogen (z. B. Wetter, Gefahren durch Gegenstände/Umfeld) und entsprechend den gruppenspezifischen und individuellen Voraussetzungen (z. B. Leistungsstand, Gruppenstruktur, soziale Kompetenz der Gruppe) entscheiden und verantworten. Es ist zu empfehlen, dass die Sorgeberechtigten rechtzeitig im Vorfeld über den Schwerpunkt „Schulsport im Freien“ informiert werden, damit die Schülerinnen und Schüler eine an die Witterung angepasste Sportkleidung und geeignete Sportschuhe tragen.

Einstieg

Aufwärmphase (physische, psychische und soziale Erwärmung)

Es bietet sich an, die Unterrichtsstunde gemeinsam im Sitz- oder Stehkreis zu beginnen. Im Vordergrund dieser Unterrichtsphase stehen Spiele, die das Herz-Kreislauf-System anregen, eine angenehme Atmosphäre schaffen und das soziale Miteinander fördern (siehe Hintergrundinformationen für die Lehrkraft 2 und Arbeitsblatt 1 „Bewegen nach Zahlen“).

Verlauf

Eigentliche Spielphase

Je nach Stundenintention können vielfältige Spiel- und Übungsformen mit und ohne Klein- und Großgeräte durchgeführt werden. Hierzu zählen auch die Gewöhnung an das Gerät und dessen methodisch-didaktische Einführung (Spielvorschläge siehe Hintergrundinformationen für die Lehrkraft 2).

Ende

Entspannung und Reflexion

Die Stunde kann mit einer Reflexionsphase enden, in der das eigene Erleben und auch die Befindlichkeit der Gesamtgruppe geklärt und verarbeitet werden (siehe Hintergrundinformationen für die Lehrkraft 1). Eine gemeinsam durchgeführte Entspannungsübung zum Abschluss der Stunde ist ebenfalls eine pädagogisch sinnvolle Ergänzung (Spielvorschläge siehe Hintergrundinformationen für die Lehrkraft 2).

Impressum

DGUV Lernen und Gesundheit, Kleine Spiele mit Abstand, April 2021

Herausgeber: Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV), Glinkastraße 40, 10117 Berlin

Chefredaktion: Andreas Baader (V.i.S.d.P.), DGUV, Sankt Augustin

Redaktion: Karen Guckes-Kühl, Universum Verlag GmbH, Wiesbaden, www.universum.de,

E-Mail Redaktion: info@dguv-lug.de

Text: Dr. Michael Bieligg, Koblenz



Arbeitsblatt 1



Internet-
hinweis



Arbeits-
blätter



Arbeits-
auftrag



Präsentation



Video



Didaktisch-
methodischer
Hinweis



Lehr-
materialien



Distanz-
unterricht