

Thema	Partnerakrobatik: Bewegung und Sport mit digitalen Medien (3. Klasse – Mittelschule)			
Lehrplanbezug:	<input type="checkbox"/> Anspruchsvollere Bewegungsfertigkeiten ohne, mit und an Geräten erlernen und üben; Bewegungsverbindungen erarbeiten und nach räumlich-zeitlichen sowie ästhetischen Kriterien gestalten. <input type="checkbox"/> Kunststücke allein, in der Gruppe (er)finden, erproben, üben und gemeinsam präsentieren			
Lernziele	<input type="checkbox"/> Die Schülerinnen und Schüler sollen erkennen, wie digitale Medien zur Unterstützung beim Ausüben von Sport genutzt werden können. <input type="checkbox"/> Die Schülerinnen und Schüler sollen konkrete Bewegungsaktivitäten mit digitalen Medien ausprobieren. <input type="checkbox"/> Die Schülerinnen und Schüler sollen grundlegende Fähigkeiten der Partnerakrobatik entwickeln. <input type="checkbox"/> Die Schülerinnen und Schüler sollen ihre Körperbeherrschung verbessern. <input type="checkbox"/> Die Schülerinnen und Schüler sollen Vertrauen in ihre jeweiligen Partnerinnen und Partner gewinnen.			
Unterrichtsplanung	Struktur	Inhalt	Materialien / Medien	Sozialform
	Einleitung	Nach der Begrüßung und dem Umziehen wird das Thema der Stunde – Bewegung und Sport mit digitalen Medien – besprochen. (5 min) <i>Anm.: Grundlegende Vorkenntnisse wie Sicherheitsregeln bez. Kommunikation mit der Partnerin bzw. dem Partner, vorsichtige Bewegungen (auch beim Abgang), Mattensicherung sind den SuS bereits bekannt. Auch wurden bereits erste einfache Übungen gemeinsam gemacht.</i>		
	Hauptteil	A) Aufwärmen: * Gemeinsames Aufwärmen zur Lockerung der Muskulatur und Erhöhung der Herzfrequenz durch Laufübungen, Sprungübungen, Übungen im Stütz sowie Gelenkrotationsübungen und Dehnübungen (7 min) B) Partnerübungen: * Die SuS werden gehen paarweise zusammen, wobei die Partner ca. gleich schwer sein sollten. * Die SuS sollen bei den Übungen die Rollen wechseln (Base bzw. Flyer). * Variante: Je ein schwerer und kräftiger S sowie ein leichter und kleiner S bilden ein Paar (kein Wechsel der Position). * Die SuS benötigen pro Station einen Laptop sowie genügend Turnmatten zur Sicherung. * Die Lehrkraft stellt auf einer gemeinsamen Plattform (z.B. Teams) folgenden Link zur Verfügung: http://www.sportunterricht.de/akro/partner1.html .	Turnmatten oder Rollmatten Je 2 SuS ein „Schullaptop“, Internetzugang	Partnerarbeit



		<ul style="list-style-type: none"> * Die SuS wählen hier individuell je nach Können, Kraftreserven,... passende Übungen aus. * Bei anspruchsvolleren Übungen wird die Lehrkraft als zusätzliche Unterstützung angefordert (Helfen und Sichern). <p>(20 min)</p> <p>C) Präsentation:</p> <ul style="list-style-type: none"> * Jedes Zweierteam präsentiert eine „Lieblingsübung“. <li style="padding-left: 20px;">Variante: Die anderen SuS bewerten als Jury die Übung und vergeben Punkte * Kurzes Cool-Down (leichte Dehnübungen und Entspannung) <p>(10 min)</p>		
	Abschluss, Zusammenfassung	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Wegräumen der Matten und Laptops ▪ Umziehen (8 min) 		

