



## VERLAUFSPLAN

# FOOTBAG: LEKTION 1

## BEWEGUNG



<b>Dauer:</b> 1 Lektion à 45 Minuten	<b>Unterrichtsinhalte:</b> <b>1.</b> Einführung Footbag <b>2.</b> Kicks: - Toe Kick - Inside Kick <b>3.</b> Footbag Spiel - Circle Kicking
<b>Ort:</b> Turnhalle oder Sportplatz	
<b>Sozialform:</b> Einzelarbeit, Spielgruppen	
<b>Material:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Footbags</li> <li>• Tablet Computer/Smartphone</li> <li>• Büromaterial: Kreide oder Malerklebband, Whiteboard/Packpapier, Marker</li> </ul>	
<b>Lernziele:</b> Die SuS ... ... haben die beiden Grundkicks Toe Kick und Inside Kick ausprobiert mit dem linken und rechten Fuss. ... können den Footbag mind. drei Mal jonglieren. ... kennen die Regeln des Spiels «Circle Kicking» und haben es einmal gespielt.	

## VORBEREITUNG

<b>Lehrperson (LP)</b>	<b>Schüler*innen (SuS)</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">GORILLA Lernvideos</a> anschauen: Footbag 1-6 und 8</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bringen ihre eigenen Footbags mit, wenn vorhanden.</li> </ul>

## PHASEN

Zeit	Aktivitäten	Medien / Material
5'	<b>Einführung</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• GORILLA Lernvideo Nr. 1 als Einstieg zeigen</li> <li>• Inhalte und Lernziele der Lektion vorstellen</li> </ul>	<a href="#">GORILLA Lernvideo Nr. 1</a>
10'	<b>Aufwärmen: Ball Stafette</b> In 5er Gruppen versuchen die SuS verschiedene Bälle auf die andere Hallenseite ohne Einsatz der Hände zu befördern. Welche Gruppe ist die Schnellste?	Diverse Bälle Lehrerinfo <i>Kicks und Spiele</i>
10'	<b>Kicks</b> Die SuS lernen individuell die Kicks Toe Kick und Inside Kick. Beide Kicks versuchen sie mit dem linken und rechten Fuss.  Für Fortgeschrittenen SuS: GORILLA Lernvideo 4, 6-13	1 Footbag pro SuS 1 Smartphone/Tablet pro SuS Lehrerinfo <i>Kicks und Spiele</i> <a href="#">GORILLA Lernvideo Nr. 3</a> <a href="#">GORILLA Lernvideo Nr. 5</a>
5'	<b>Rekordversuch</b> Wie viele Kicks schaffen die SuS, ohne dass der Footbag auf den Boden fällt? Alle Kicks sind erlaubt. Rekordversuch mit dem linken und rechten Bein. Aufschreiben (Whiteboard oder Packpapier) und für die nächste Lektion aufbewahren.	1 Footbag pro SuS Whiteboard/Packpapier, Marker





10'	<b>Spiel: Circle Kicking</b> In Vierergruppen versuchen die SuS den Ball möglichst lange untereinander zu jonglieren.	1 Footbag pro Gruppe Info Lehrperson <i>Kicks und Spiele</i>
5'	<b>Ausklang</b> Feedbackrunde ganze Klasse: Wie ist es euch ergangen? Wo hattet ihr Mühe? Was hat gut geklappt?	

**Tipp:**

- Spielen Sie als Lehrperson mit, auch wenn Footbag für Sie eine neue Sportart ist. Dadurch animieren und ermutigen Sie die SuS sich in dieser neuen Sportart zu üben.

**Weitere Ideen und Quellen:**

- Variante ohne Smartphone/Tablet: LP druckt GORILLA Info Lehrperson Kicks und Spiele aus und laminiert sie (ca. 10 Exemplare). SuS orientieren sich an den Beschreibungen statt an den Videos.
- Lehrpersonen finden weitere Footbag-Übungen unter: <https://www.mobilesport.ch>

Alle Unterrichtsmaterialien unterstehen der [Creative Commons Lizenz BY-NC-SA](#): Sie dürfen die Unterlagen frei verwenden und abändern, sofern Sie die Unterlagen nur für nicht-kommerzielle Zwecke verwenden, diesen Hinweis sowie das GORILLA-Schulprogramm-Logo nicht entfernen und, falls Sie die Unterlagen weiterentwickeln, uns diese Weiterentwicklungen zustellen, damit wir Sie auch anderen zur Verfügung stellen können.

