

Unterrichtsskizze

Lerngruppe: 13 GK (6m/12w)

Thema der Stunde: Weiterentwicklung der Überkopfschlagbewegung als Angriffsschlag aus den Positionen 2 und 4 in einer spielnahen Übungssituation zur Erhöhung einer der Spielsituation angemessen kontrollierten und zielgenauen Bewegungsausführung (als Beitrag zu einem wettkampfgerechten Volleyballspiel)

Ziel der Stunde: Die SuS sollen die Überkopfschlagbewegung nach dem Zuspiel aus der Position 3 am Netz anwenden und in der Ausführung Sicherheit gewinnen, damit ein zielgenaues und kontrolliertes Spielen auch mit Überkopfschlag erhalten bleibt.

Verlaufsplan:

Phase	Inhalt	Kommentar
Einstieg	Begrüßung, Bekanntgabe der Thematik und grobe Skizzierung des Unterrichtsverlaufs	Zu Beginn wird der Stundenablauf verdeutlicht. Insbesondere wird betont, dass auf jeden Fall gegen 9.00 mit dem Spiel begonnen wird, um die Motivation für die Arbeitsphasen zu erhalten. Gleichzeitig wird die Erwartungshaltung verdeutlicht, dass in der ersten Hälfte der Stunde als Gegenleistung konzentriert gearbeitet werden muss.
Allgemeine Erwärmung	Einlaufen im Kreis mit Wechsel der Beanspruchungsformen in Partnerarbeit	Die SuS kennen den Ablauf dieser Phase aus vergangenen Stunden. Neu ist die Durchführung in Partnerarbeit. Der Wechsel der Beanspruchungsform soll die Motivation erhalten und die folgende Phase vorbereiten, in der ebenfalls nach dem Prinzip des Vormachens und Nachmachens gearbeitet werden soll.
Spezifische Erwärmung	Laufen mit Richtungswechsel und Technikbewegungen (unteres und oberes Zuspiel) bei jedem Wechsel in Kleingruppenarbeit	Die SuS kennen den Ablauf dieser Phase aus vergangenen Stunden. Neu ist die Durchführung in Kleingruppen, in denen alle SuS mal in die Rolle des Vormachenden kommen sollen, um eine selbständige und verantwortungsbewusste Durchführung zu fördern. Bei Korrekturen wird insbesondere darauf geachtet, dass so vorgemacht werden soll, dass alle anderen Gruppenmitglieder den Bewegungen folgen können müssen. Den SuS soll so der Sinn dieser Phase, nämlich Vorbereitung für alle und kein Wettkampf, verdeutlicht werden. Motorisch soll diese Phase zudem speziell das Spiel aus der Bewegung heraus festigen, um die antizipatorische Bereitschaft zur Ballannahme zu unterstützen.
Übungsphase	Paarweises Spielen am Netz über die Positionen 1, 3 und 4 mit unterem und oberem Zuspiel im Wechsel	Dieses „Einspielsystem“ ist ebenfalls bekannt. Wesentliche Elemente volleyballspezifischer technischer und spielerischer Bewegungsabläufe sind enthalten und sollen ein dynamisches und abwechslungsreiches Spielen sicherstellen. Zu Beginn wird der Ablauf dennoch noch mal kurz demonstriert, um eine möglichst reibungslose Durchführung ohne unnötige Zeitverluste durch nachträgliche Unterbrechungen zu gewährleisten, da in der vorherigen Stunde damit nicht gearbeitet wurde.
Kognitive Phase	Zentrale Bewegungsmerkmale (Bogen-spannung, gegengleiche Armführung,	Die kognitive Vernetzung der Bewegungsvorstellung steht hier im Vordergrund, da Internalisierungsprozesse zur Bewegungsausführung bei fast allen SuS noch nicht abgeschlossen sind. Die kurze Wiederholung mit bildlicher und

	Treffpunkt des Balles mit gestrecktem Arm) und Korrekturschwerpunkte werden kurz wiederholt und bewusst gemacht.	demonstrativer Unterstützung soll die Bewegungsausführung und –umsetzung erleichtern.
Erarbeitung I	Integration des Überkopfschlags in die Übung	Einzelkorrekturen durch die L begleiten diese Phase, damit die SuS vorbildhaft Korrekturmöglichkeiten erfahren, damit sie sie im späteren Verlauf in Ansätzen selbständig anwenden können. Gleichzeitig werden verschiedene Probleme, vorwiegend in der Antizipation von Ball- und Laufwegen auftreten, die erst in der anschließenden Problematisierung aufgegriffen werden sollen.
Problematisierung	Impuls: Beschreibt bitte die Hauptschwierigkeit in der Bewegungsausführung.	Erwartet wird, dass viele SuS Probleme mit dem richtigen Timing haben. Sie starten zu früh und gelangen in eine nicht optimale Position zum Ball, so dass sie nachkorrigieren müssen. Das erschwert den Bewegungsablauf. Korrektur soll sein: Warten nach dem Abspiel und erst starten, wenn der Ball von der 3 den Scheitelpunkt der Flugkurve erreicht hat. Als Hilfe soll mit einem akustischen Signal gearbeitet werden, was von außen oder von der 3 gegeben werden soll.
Erarbeitung II	Übung mit akzentuierten Korrekturhinweisen durch die SuS und die L	Der Übungsablauf bleibt im wesentlichen bestehen. Verschiedene Möglichkeiten der Signalgebung sollen gemeinsam mit den SuS ausprobiert werden, um den Übungsprozess zu optimieren. Eine Erweiterung der Übungsform in eine Spielform wäre wünschenswert, wird aber aus Zeitgründen mit großer Wahrscheinlichkeit nicht stattfinden.
Anwendung	Spiel 6:6 mit wett-kampforientierten Spielregeln. Spiel mit fester 3. Sonderpunkte bei Abschluss mit Schmetterschlag von 2 und 4 Wechsel des Aufschlagenden nach Aufgaben mit direktem Punktgewinn	Ca. 9.00 soll das Spiel 6:6 beginnen, um dem Spielbedürfnis der Gruppe gerecht zu werden und die Absprache mit der Gruppe einzuhalten. Die Motivation der Gruppe soll hierdurch erhalten und gefördert werden, zumal zwei Wochen zuvor die Missachtung der Absprache zu einem deutlichen Motivationseinbruch geführt hatte. Das Spiel mit Sonderregeln, insbesondere der festen 3 und dem Wechsel nach drei direkten Aufschlagpunkten ist bekannt und zusammen mit der Gruppe als spiefördernde Maßnahmen reflektiert und eingeführt worden. Das Spiel selber wird ggf. akzentuiert unterbrochen, um Spielsituationen zu analysieren, Verbesserungsmöglichkeiten zu demonstrieren und Fehlerbilder zu korrigieren.
Abschlussreflexion	Einschätzung des Lernprozesses und der Lernergebnisse und Ausblick auf die kommende Stunde	Eine kurze Abschlussreflexion soll zentrale Unterrichtsergebnisse prägnant herausstellen und das nächste Arbeitsvorhaben projektieren. Der Schmetterschlag aus dem Sprung kann hier angesprochen werden vor dem Hintergrund, dass der Schmetterschlag aus dem Stand nicht den notwendigen Druck erzeugen kann, um die Abwehr des gegnerischen Teams zu Fehlern zu zwingen.