

Unterrichtsskizze

Lerngruppe: 13 GK (6m/12w)

Thema der Stunde: Spezifische Weiterführung der Angriffsschlagbewegung im Volleyball zur Weiterentwicklung einer zielgenauen und antizipierenden Bewegungsausführung unter Berücksichtigung der Spielsituation im gegnerischen Feld

Ziel der Stunde: Die SuS sollen verstärkt den Ball beim Angriffsschlag in unbesetzte Bereiche des gegnerischen Spielfeldes spielen, so dass der Weg zum Ball für die gegnerischen SpielerInnen möglichst weit ist.

Verlaufsplan:

Phase	Inhalt	Kommentar
Einstieg	Begrüßung, Bekanntgabe der Thematik und grobe Skizzierung des Unterrichtsverlaufs	Zu Beginn wird der Stundenablauf verdeutlicht. Insbesondere wird betont, dass die Spielphase heute vor 9.00 beginnt und Teil der Erarbeitung sein wird, um vorrangig den Bewegungsablauf der Überkopfschlagbewegung in der Spielsituation zu festigen.
Allgemeine Erwärmung	Einlaufen im Kreis mit Wechsel der Beanspruchungsformen mit einmaligem Vormachen und Nachmachen für die Gruppe	Die SuS kennen den Ablauf dieser Phase aus vergangenen Stunden. Neu ist die Durchführung als Gesamtgruppenarbeit. 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, oberes Zuspiel, Überkopfschlagbewegung) bei jedem Wechsel in Kleingruppenarbeit	Die SuS kennen den Ablauf dieser Phase aus vergangenen Stunden. Die Durchführung erfolgt 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. Neu ist die Überkopfschlagbewegung, die in den vergangenen UE eingeführt wurde, und nun in die Erwärmung integriert wird, damit das Bewegungsrepertoire in dieser Phase erweitert wird.
Aufbau	Nichtaktive SuS bauen selbständig die Netzanlage auf. Die SuS spielen sich in dieser Phase paarweise ein.	Nichtaktive SuS werden durch den Aufbau in die Mitarbeit eingebunden und verstehen, dass Organisieren ein leistungsrelevanter Bestandteil des SU ist. Diese Form der Organisation ermöglicht allen aktiven SuS mehr Bewegungszeit und entlastet die L, um Korrekturen bei einzelnen SuS vornehmen zu können.
Übungsphase I	Paarweises Spielen am Netz über die Positionen 1, 3 und 2 mit un-	Dieses „Einspielsystem“ ist bekannt. Wesentliche Elemente volleyballspezifischer technischer und spielerischer Bewegungsabläufe sind enthalten und sollen ein dynamisches

	terem und oberem Zuspiel im Wechsel	und abwechslungsreiches Spielen sicherstellen. Zu Beginn wird der Ablauf kurz demonstriert, um eine möglichst reibungslose Durchführung ohne unnötige Zeitverluste durch nachträgliche Unterbrechungen zu sichern, da in der vorherigen UE nicht alle SuS teilgenommen hatten und in der UE davor dieses Spielsystem nicht durchgeführt wurde.
Kognitive Phase	Wiederholung des Bewegungsablaufs der Überkopfschlagbewegung unter besonderer Betonung des Anlauf-timings nach dem Zuspiel auf die 3 und Schlagen des Balles von der 2 oder 4 (Warten nach dem Zuspiel auf das Zuspiel des Stellers)	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 demonstrativer Unterstützung soll die Bewegungsausführung und – umsetzung festigen und den Bewegungsablauf automatisieren. Akustische Signalgebungen durch den Stellspieler sollen das Timing im Anlauf unterstützen.
Übungsphase II	Integration des Überkopfschlags in die Übung mit Bewegungsfeedbacks	Einzelkorrekturen durch die L begleiten diese Phase. SuS sollen gleichzeitig durch Feedbacks an ihre Partner ihre Bewegungswahrnehmung verbessern und dadurch den Bewegungsablauf auch für sich selbst stärker internalisieren
Kurzerarbeitung	Impuls: Welche Möglichkeiten soll/muss der Angreifer auch mit dem Überkopfschlag nutzen, um möglichst erfolgreich zu sein?	Die SuS sollen die Bedeutung der Richtungsgebung des Balles erarbeiten und kurz üben, um technische (1) und taktische (2) Aspekte des Angriffsspiels weiterzuentwickeln: <ol style="list-style-type: none"> 1) Die Richtung des Balles wird nicht durch die Armbewegung gesteuert, sondern durch die Körperposition zum Ball 2) Die Möglichkeit zielgenau zu spielen erhöht die Erfolgsaussichten, da der Ball noch nicht hart und von oben nach unten geschlagen wird. Gleichzeitig wird der Schwerpunkt der Wahrnehmung von der eigenen Bewegung abgelenkt in Richtung Wahrnehmung gegnerisches Team und dessen Raumaufteilung. Dies ist elementar, um zielgenau und antizipierend den Ball möglichst effektiv und erfolgreich spielen zu können. So stellt dieser Schritt eine wesentliche Weiterentwicklung in Richtung Wettkampfspiel dar.
Anwendung	Spiel auf dem Großfeld 6:6 mit Verkürzung auf Aufschlag und anschließendem Rückspiel, aus dem verschiedene Trefferzonen im gegnerischen Spielfeld	Die spielnahe Anwendung soll zum einen den starren Übungscharakter auflösen und zum anderen durch die wettkampffähliche Spielsituation die Motivation erhöhen. Gleichzeitig führt diese Akzentuierung des Spiels weiter in Richtung Wettkampfvolleyball, in dem frühzeitig mit dem ersten Angriff die Entscheidung gesucht wird, um einen Angriff des gegnerischen Teams zu vermeiden, welcher die eigenen Erfolgschancen minimieren würde.

	als Sonderpunkte gezählt werden	
Spiel	<p>Spiel 6:6 mit wett-kampforientierten Spielregeln.</p> <p>Spiel mit fester 3. Sonderpunkte bei Abschluss mit Schmetterschlag von 2 und 4 Wechsel des Aufschlagenden nach Aufgaben mit direktem Punktgewinn</p>	<p>Spätestens 9.10 soll das „normale“ 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 die Missachtung der Absprache zu einem deutlichen Motivationseinbruch führen würde. Das Spiel mit Sonderregeln, insbesondere der festen 3 und dem Wechsel nach drei direkten Aufschlagpunkten ist bekannt und zusammen mit der Gruppe als spielfördernde Maßnahmen reflektiert und eingeführt worden. Das Spiel selber wird ggf. akzentuiert unterbrochen, um Spielsituationen zu analysieren, Verbesserungsmöglichkeiten zu demonstrieren und Fehlerbilder zu korrigieren.</p>
Abschlussreflexion	<p>Einschätzung des Lernprozesses und der Lernergebnisse und Ausblick auf die kommende Stunde</p>	<p>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. Ebenfalls kann das Abwehrverhalten (Block) thematisiert werden.</p>