Unterrichtsskizze

Datum: Name: Fach: Sport Lerngruppe: 10c (15w/15m) Zeit: 9.55 - 11.30 Ort: Gesamtschule

<u>Thema der Stunde:</u> Volleyball – Unteres Zuspiel (Selbsttätige Erarbeitung des Volleyballbaggerns in der Grundtechnik zur Verbesserung des Spielflusses und Spielspaßes im Zielspiel mit Hilfe eines Stationenlernens.)

<u>Kernanliegen:</u> Die SuS sollen die Grundtechnik des Baggerns selbsttätig erarbeiten und in der Grobform anwenden können.

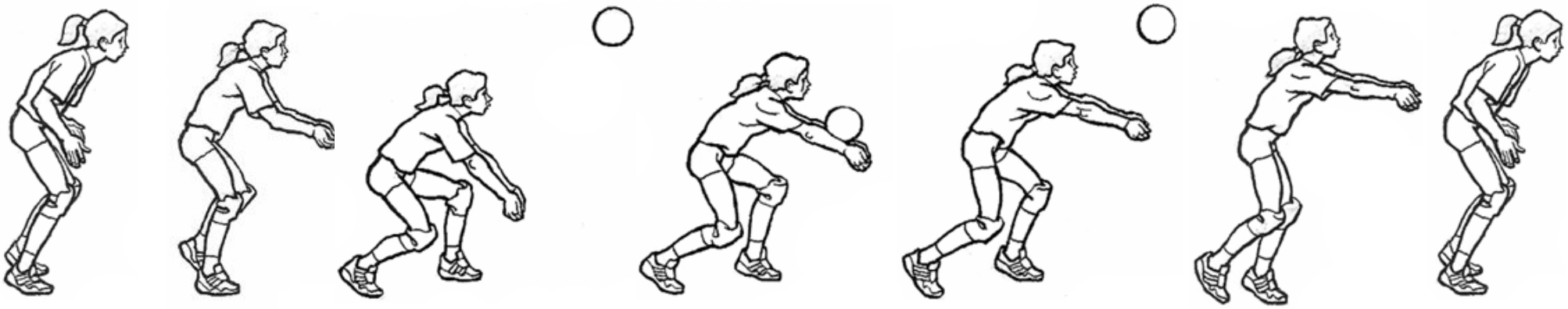
<u>Verlaufsplan</u>

Phase	Inhalt	Organisation	Material
Begrüßung	- Kurzes Vorstellen des Besuches - Verweis auf Mitarbeit und Organisation der Mannschaftsbildung – das war letztes Mal nicht so gut - Leistung liegt heute im Bereich der Selbstorganisation - Erläuterung des Stundenthemas und des geplanten Verlaufs der Stunde - Erklärung des Aufwärmspiels	- Treffen im Sitzkreis in der Mitte der Halle - Auch die Invaliden sind dabei - Geräteraume vor Beginn geschlossen - Invaliden in den Aufbau einweisen bevor Stunde im Sitzkreis beginnt - auf Schmuck achten (Piercings → Pflaster) - SuS ohne schriftliche Entschuldigung müssen zusätzlich Protokoll führen	
Erwärmung	- Brettball mit Wasserbällen	- Zwei Mannschaften: Es werden zwei Schüler bestimmt. Einer wählt zwei Mannschaften und der andere sucht sich nachher eine aus - Lehrperson gibt erst einen Wasserball und Bänder aus - Gegebenenfalls wird noch ein zweiter Wasserball dazu gegeben	- zwei Wasserbälle - Parteibänder
Zwischenteil	- Kurzes Vorstellen der Stationen. Hauptsächlich auf Organisation eingehen. Weniger die Inhalte besprechen, da diese selbsttätig erarbeitet werden sollen	- Sammeln im Sitzkreis - Organisatorischen Ablauf sehr deutlich machen - Paarweise zusammentun - Invaliden bauen auf - Wechsel der Station auf Pfiff	- Stationen einlaminiert

Hauptteil	- Selbsttätiges Arbeiten an 4 Stationen zur Technikschulung des unteren Zuspiels und Wiederholung des oberen Zuspiels: 1. Bank-Baggern 2. Baggern nach Anwurf 3. Brett-Baggern 4. Pritschen Wiederholung – so oft wie möglich den Ball zuspielen	- Die SuS haben in der 8. und 9. Klasse schon Volleyball gespielt - Stationszettel an der Wand geben Orientierung und Anleitungen mit Arbeitsaufträgen und Abbildungen - Die SuS sollen die Stationen selbsttätig bearbeiten - Das Hauptaugenmerk dieser Phase liegt nicht auf einer Progression in der Beherrschung der Technik, sondern auf dem Umgang mit der geforderten Selbstorganisation - Die SuS geben sich gegenseitig Rückmeldungen zur Umsetzung der Technik - Auch die Invaliden gehen rum und unterstützen die Aktiven anhand eines Beobachtungsbogens	- Stationsunterlagen - Volleybälle - Zwei Bänke - Drei Bretter - Drei kleine Kästen - Gummimarkierungen an Station 2 und 4
Zwischenreflexion	- Erarbeitung der Grundvorrausetzungen für das untere Zuspiel anhand der gemachten Erfahrungen - Arme bilden Brett (sind gestreckt) - in die Knie gehen und aus den Beinen heraus spielen - Schultereinsatz - Nicht schlagen (Arme nicht über Schulterhöhe)	- Sammeln im Sitzkreis - SuS berichten von ihren Erfahrungen aus den Stationen - Eventuell guten Schüler vormachen lassen	- Technik Baggern einlaminiert
Aufbau	- 3 Spielfelder werden von den Invaliden selbsttätig aufgebaut	- Aufbau der Spielfelder durch Invaliden - der Aufbau ist aus den vorausgegangenen Stunden bekannt	- Ständer - Flatterband - Gummimarkierungen

		- Der Auftrag zum Aufbau wird schon vor Beginn der Stunde an die Invaliden verteilt	
Hauptteil 2	- Spielform: 1. Angabe mit Unterhandwurf. Ein Steller und 3 Spieler. Von der Wand aus starten, um das Baggern bei der ersten Ballannahme zu erzwingen. Der Ball soll so oft wie möglich gespielt werden, ohne dass er den Boden berührt. Miteinander statt gegeneinander. 2. Wie 1, nur dass der Punkt jetzt ausgespielt wird.	- Volleyballregel: Wie werden die Punkte gezählt? - 4er-Mannschaften - Durchzählen, dann bei Bedarf mischen durch die Lehrkraft - An Pritschen erinnern - Mindestens drei Ballkontakte - Mannschaften routieren im Uhrzeigersinn	- Pro Spielfeld ein Volleyball
Abschlussreflexion	-Was war besser, schlechter als letztes Mal? Gebt begründet Feedback. - Lehrerfeedback - Ausblick - Danke und Verabschiedung	- Sammeln im Stehkreis	

Baggern – Die Technik



Aktive Grund-stellung!

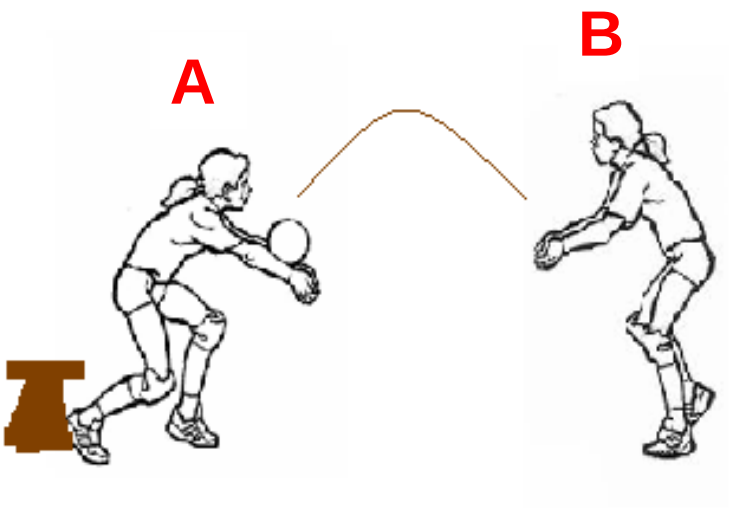
Zum Ball bewegen! Sicherer Stand! Hände fest zusammen legen, Arme strecken (Spielbrett)!

Körper nach vorne oben strecken! Unterarme treffen den Ball! Arme nur bis Schulterhöhe gegen den Ball schieben!

Weiter Strecken!

Station 1: Bank-Baggern

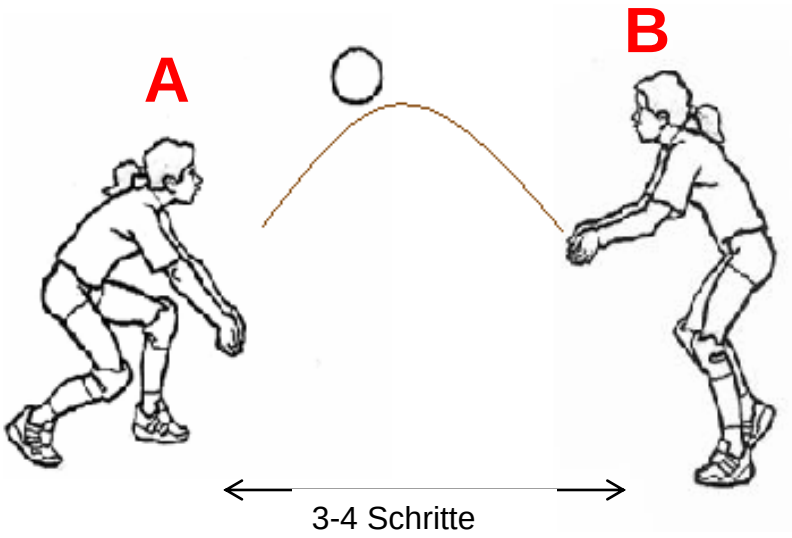
Schüler A sitzt auf der Turnbank, die Hände sind fest gefasst und die Arme gestreckt.
Schüler B wirft Schüler A den Ball so zu, dass er ca. 1m vor Schüler B landen *würde*.
Schüler A führt beim Aufstehen die Baggerbewegung durch und spielt den Ball zu Schüler B zurück.
Schüler B kontrolliert die Bewegung von Schüler A und gibt Rückmeldung.



Station 2: Baggern nach Anwurf

Stellt Euch gegenüber an den Markierungen auf.

Schüler B wirft Schüler A den Ball so an, dass Schüler B ihn baggern kann.
Nach 5 sauber zugeworfenen Bällen darf Schüler B den Ball etwas zu kurz, etwas zu lang, etwas zu weit zur Seite,… anwerfen.
Schüler A versucht immer den Ball zu erlaufen und zurück zu baggern!



Station 4: Pritschen Wiederholung

Stellt Euch gegenüber an den Markierungen auf und spielt Euch den Ball zu.
Wird der Ball über Kopfhöhe zugespielt, sollt ihr pritschen. Wird der Ball flach zugespielt, sollt ihr Baggern.

Wie oft könnt Ihr Euch den Ball zuspielen, ohne dass er auf den Boden fällt?

Station 3: Brett-Baggern

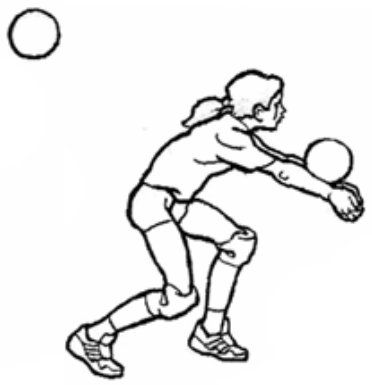
Schüler A steht auf einem kleinen Kasten und lässt den Ball von oben zu Schüler B fallen.
Schüler B sitzt auf der Bank und hält ein Brett. Wenn der Ball kommt, steht er auf und spielt ihn mit dem Brett zurück ohne zu schlagen.

Baggertechnik

- Arme sind gestreckt (bilden ein „Brett“)
- In die Knie gehen und aus den Beinen heraus spielen
- Schultereinsatz
- Nicht Schlagen! (Arme werden nicht über Schulterhöhe eingesetzt)

Aktive Grund-stellung!

Zum Ball bewegen! Sicherer Stand! Hände fest zusammen legen, Arme strecken (Spielbrett)!

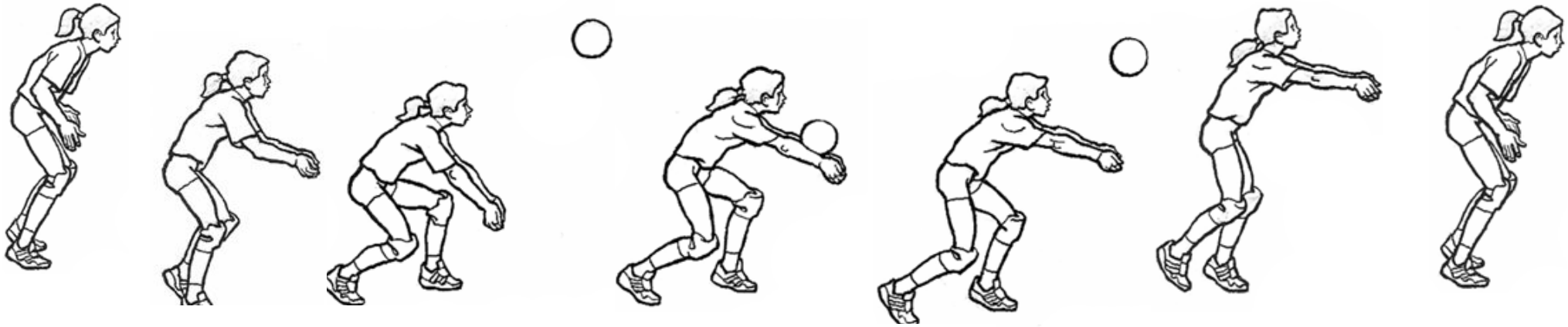


Körper nach vorne oben strecken! Unterarme treffen den Ball! Arme nur bis Schulterhöhe gegen den Ball schieben!

Weiter Strecken!

Beobachtungsbogen

	Beobachtungsschwerpunkte	+/-
Station 1 Bank- Baggern	- Die Arme sind gestreckt. - Der Ball wird aus den Beinen heraus gespielt (Kniebeugung → Kniestreckung).	
Station 2 Baggern nach Anwurf	- Der Mitschüler bewegt sich zum Ball. - Er spielt ihn gezielt zum Partner zurück.	
Station 3 Brett- Baggern	- Der Ball wird mit dem Brett zurückgespielt ohne die Arme über Schulterhöhe zu heben.	
Station 4 Pritschen Wiederholung	- Der Ball wird sauber und ohne lautes „Klatschen“ zum Partner zurückgespielt. - Die Knie sind gebeugt und werden während der Bewegung gestreckt. - Der Ball wird vorne über der Stirn gespielt. - Der Ball wird immer nach oben gespielt.	

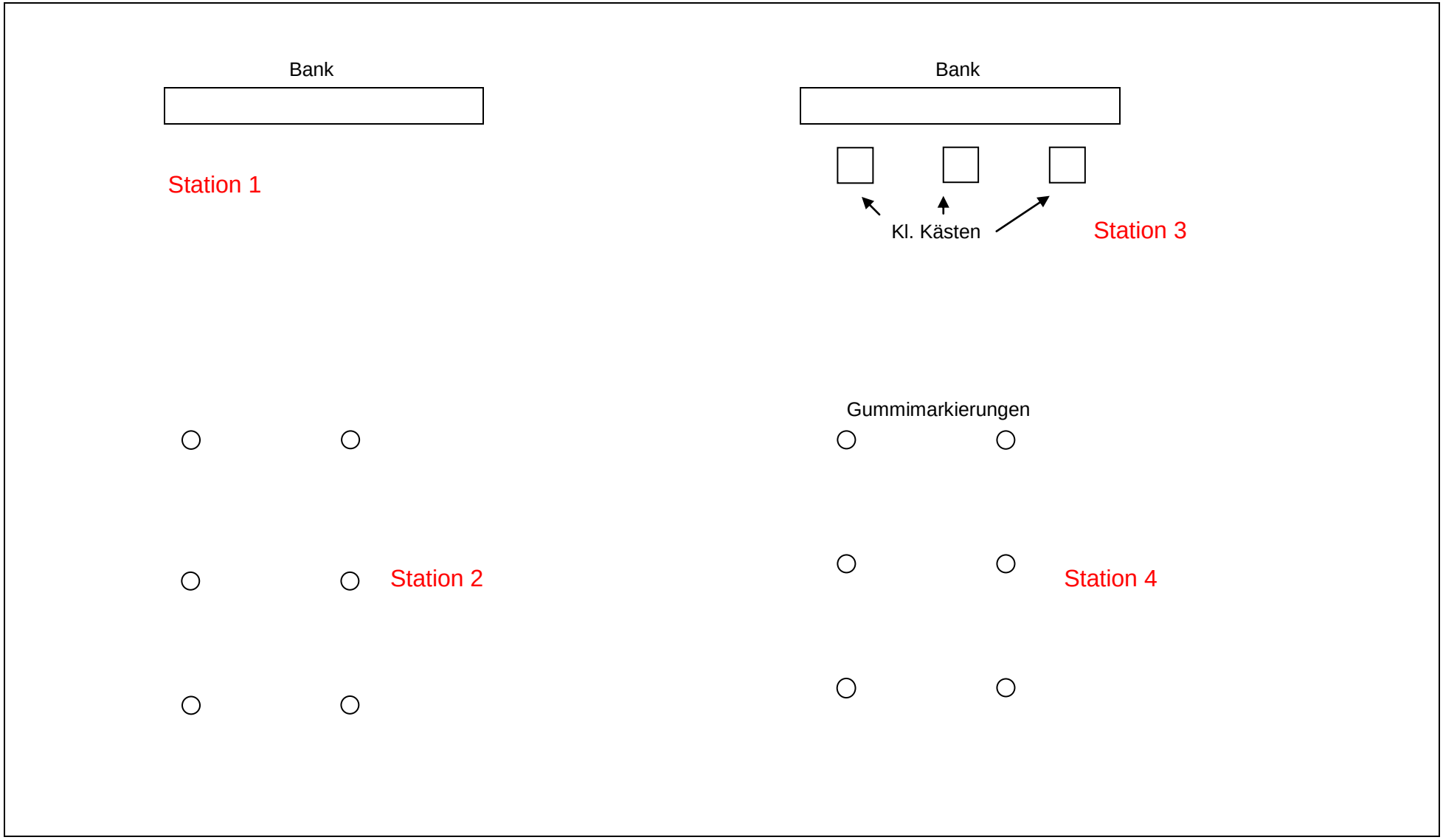


Aktive Grund-stellung!

Zum Ball bewegen! Sicherer Stand! Hände fest zusammen legen, Arme strecken (Spielbrett)!

Körper nach vorne oben strecken! Unterarme treffen den Ball! Arme nur bis Schulterhöhe gegen den Ball schieben!

Weiter Strecken!

Sofort wieder spielbereit!

Aufbau für das Stationenlernen