

**Studienseminar für das Lehramt für Gymnasien und Gesamtschulen
Essen
Hindenburgstraße 76-78, 45127 Essen**

5. bewerteter Unterrichtsbesuch im Fach Sport

Name:

Schule:

Lerngruppe:

Klasse 5F

Datum:

Zeit:

3. Stunde (10.00 Uhr -11.00 Uhr)

Ort:

Fachlehrer:

Fachleiter:

Schulleiter:

Ausbildungskoordinatoren:

2. Getroffene Entscheidungen

Thema des Unterrichtsvorhabens: Miteinander und gegeneinander Kämpfen - Eine Einführung unter dem Aspekt vielfältiger Zweikampfformen in der Bodenlage.

Thema der Unterrichtsstunde: Hinführung zu ersten Zweikämpfen mit direktem Körperkontakt in Bodenlage im Hinblick auf die Erstellung weiterer notwendiger Regeln.

Kernanliegen: Die SuS¹ sollen unter Anwendung erarbeiteter Regeln, Kampfsituationen mit dem Partner erfahren und dabei Grenzen und Möglichkeiten des sportlichen Zweikampfes erkennen.

Lehr- und Lernziele:

Die Schüler sollen ...

- auf deutliche Signale des Partners achten, z.B. eine Kampfsituation zu beenden,
- in den Zweikampfsituationen erfahren, welche Mittel erlaubt sind, einen Partner zu besiegen,
- erarbeitete Regeln einhalten, die einen fairen Zweikampf ermöglichen,
- die Notwendigkeit erkennen, dass erarbeitete Regeln wichtig für ein spaßfreudiges Kämpfen sind,
- erste Fertigkeiten beim Kampf mit direktem Körperkontakt erfahren.

¹ SuS ⇔ Schülerinnen und Schüler

Bedingungsanalyse

Ich unterrichte die Klasse 5F im Sportunterricht seit wenigen Wochen unter Anleitung. Die Klasse besteht aus 29 SuS: 13 Mädchen und 16 Jungen und arbeitet erst seit wenigen Wochen in dieser Konstellation zusammen. Das Lehrer-Schüler-Verhältnis erweist sich bisher als offen und freundlich, aber auch bestimmend seitens meiner Person. Das allgemeine Klassenklima schätze ich als durchaus positiv ein und das Interesse der Schülerschaft, sich aktiv am Sportunterricht zu beteiligen ist relativ hoch. Jedoch gibt es einen verhaltensauffälligen Schüler mit der Diagnose ADHS (Robin), der den Unterricht in vielen Phasen stört und lange braucht, um sich einzugliedern. Des Weiteren hat sich gezeigt, dass einige SuS Schwierigkeiten haben, sich an allgemeingültige Regeln zu halten (z.B. Bildung eines Sitzkreises).

Die Klasse hat einmal pro Woche eine Einzelstunde und eine Doppelstunde Sportunterricht.

Am Organisationsrahmen ist zu bemängeln, dass es im Verhältnis zur großen Schülerschaft nur eine geringe Anzahl an Matten (10 Stück) gibt. So können nicht alle SuS gleichzeitig üben und dem Sicherheitsaspekt in diesem Unterrichtsvorhaben wird nicht immer optimalerweise entsprochen (so könnte die Kampffläche bei der Erarbeitung von Fallübungen beispielsweise deutlich größer sein).

Unterrichtliche Vernetzung

Dieses Unterrichtsvorhaben ist das Zweite in diesem Halbjahr. Nachdem ich das letzte Unterrichtsvorhaben „Kleine Spiele in ihrer Vielfalt kennen lernen und bedürfnisgerecht variieren“ gemeinsam mit meinem Ausbildungslehrer durchgeführt habe, habe ich mich auf Grund der neuen Zusammensetzung der Schülerschaft und die damit verbundene Gewöhnung an neue Mitschüler/Innen und der Rücksichtnahme untereinander für dieses Unterrichtsvorhaben entschieden.

Des Weiteren legitimiert sich dieses Unterrichtsvorhaben aus dem schulinternen Lehrplan.

Der Einstieg in dieses Unterrichtsvorhabens wurde mit einer kleinen Geschichte aus dem Alltag eines Lehrers erzählt, der in der Pause zwei prügelnde Jungen auseinander bringen musste und diese in einem Gespräch zur Rede gestellt hat, wobei diese ihr Verhalten für diese Aktion begründen sollten.

Die SuS sollten nun ihrerseits Gründe nennen, warum sich die beiden Jungen geprügelt haben und in einem zweiten Schritt Stellung zu meiner provokanten These, es mache doch Spaß, sich auf dem Schulhof mit anderen Mitschülern zu prügeln, nehmen. Verwirrt, aber auch zielstrebig verneinten sie diese These und meinten, sich zu prügeln und zu verletzen mache doch keinen Spaß, man solle doch lieber anders mit seinen Mitschülern umgehen und sich nicht ständig schlagen. Weiterhin sagten sie, dass wenn der andere Schwächer sei, die Situation doch gemein sei, da dieser sich nicht wehren könne.

Mit dieser Geschichte wollte ich die SuS für das bevorstehende Thema sensibilisieren und erste Anknüpfungspunkte schaffen, dass es Möglichkeiten gibt, auch fair miteinander zu kämpfen. Ein weiterer zentraler Punkt der Einstiegsstunde war das Einüben eines Begrüßungsrituals, bei dem den SuS verdeutlicht wurde, dass beim sportlichen Zweikämpfen der Respekt gegenüber dem Partner vorhanden sein muss, und ein konzentrierter Beginn Voraussetzung für ein verletzungsfreies Kämpfen ist. Zudem stand auch der Aspekt der Stärkung des kooperativen Verhaltens und die Anbahnung des ersten Körperkontaktes mit Hilfe von kooperativen Gruppenspielen (Flussüberquerung) im Vordergrund. Durch den engen Körperkontakt mit den Mitschülern/Mitschülerinnen wurde begleitend herausgearbeitet, dass die Voraussetzungen

für einen nahen Körperkontakt, also demnach bei allen Zweikämpfen, saubere Füße oder Socken, kurze Fingernägeln und ein sauberer Körper ist.

In der darauf folgenden Stunde habe ich mit den SuS erste Regeln auf der Basis des kämpferischen Spiels „Schatzinsel“ (mit dem Medizinball als Gegenstand) durchgeführt. Hier sollten die SuS Regeln erarbeiten, die beim Kämpfen nicht, bzw. die erlaubt sind (siehe Plakat).

In der heutigen Stunde ist der zentrale Punkt der Zweikampf in der Bodenlage mit direktem Körperkontakt und dabei die Erstellung weiterer notwendiger Regeln und die Einhaltung bereits bekannter Regeln. Hier sollen wesentliche Punkte im Hinblick auf das, was beim Kämpfen erlaubt ist, erarbeitet werden (Stoppregel, den Gegner selber aussuchen, drücken, schieben etc.). Begleitend werden auch schon erste Fertigkeiten erfahren, wie man sich aus verschiedenen Ausgangslagen befreien kann.

In den nächsten Stunden sollen weitere Zweikampfsituationen erfahren werden, die in den Ausgangssituationen wie der Bankposition, dem Kniesitz oder dem Kniestand durchgeführt werden. Hier wird den SuS weiter die Möglichkeit zum Experimentieren gegeben und Lösungsmöglichkeiten werden aufgegriffen und entsprechend durch Übungsphasen erprobt. Zum Abschluss könnte, je nach Interesse der SuS, ein kleines Bodenkampfturnier durchgeführt werden, in dem erworbene Fähigkeiten im Kampf gegeneinander angewendet werden können. Eine Chancengleichheit kann durch „Handicap – Kämpfe“ hergestellt werden.

3. Begründung des zentralen didaktisch-methodischen Stundenaspektes

Das Unterrichtsvorhaben legitimiert sich aufgrund der Vorgaben der Richtlinien aus dem Inhaltsbereich 9 „**Ringern und Kämpfen**“, jedoch ist die Unterrichtsreihe nicht auf einen Inhaltsbereich festgelegt, denn die pädagogischen Perspektiven stehen im Mittelpunkt des Geschehens.² Die gewählten pädagogischen Perspektiven beziehen sich auf die in den Richtlinien empfohlenen, wobei die **Perspektiven (A) „Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern und (E) „Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen“** planungsleitend für die Unterrichtsreihe ist.³

Kinder und Jugendliche haben das Bedürfnis zu rangeln und ihre Kräfte zu messen. Dies ist für ihre psychische, soziale und körperliche Entwicklung bedeutsam. Jedoch wird es bei den Kindern und Jugendlichen zum Problem, wenn Fähigkeiten, Kenntnisse und Einstellungen fehlen, Zweikämpfe in kontrollierter und verantwortungsvoller Form auszutragen.

In den Jahrgangsstufen 5 und 6 geht es vorrangig darum, Grundlagen für Kämpfe mit engem Körperkontakt zu schaffen, bevor solche Inhalte pubertätsbedingt schwieriger werden. Des Weiteren müssen Fertigkeiten und Techniken des Zweikämpfens kooperativ unter Berücksichtigung der gegenseitigen Verantwortung gelernt und geübt werden, bevor sie im Kampf gegeneinander angewendet werden.

Die heutige Stunde ist die vierte in dem Unterrichtsvorhaben. Nachdem ich in den letzten Stunden an den Aspekten ‚Einführung von Ritualien‘, ‚Kooperationsspiele mit Anbahnung von Körperkontakt‘ und ‚Kämpfen um einen Gegenstand mit Erarbeitung erster Regeln‘ gearbeitet habe, bin ich so weit gekommen, dass in der heutigen Stunde die SuS erarbeitete Regeln im direkten Zweikampf anwenden, Kampfsituati-

² Vgl., Ministerium für Schule, Wissenschaft und Forschung des Landes NRW (Hg.): Richtlinien und Lehrpläne für die Sekundarstufe I – Gesamtschule in Nordrhein-Westfalen; Richtlinien und Lehrpläne, Sport. Frechen 2001, S. 35.

³ Vgl., ebd., S. 26-32.

onen mit dem Partner erfahren und dabei Grenzen und Möglichkeiten des sportlichen Zweikampfes erkennen.

Die letzten Stunden haben gezeigt, dass der Drang der SuS in Zweikampfsituationen mit einem Gegenstand zu kämpfen sehr groß ist und verabredete Regeln von einem Großteil der SuS eingehalten worden sind. Die SuS haben erkannt, welche Regeln beim Kämpfen nicht erlaubt sind (siehe Plakat). Es hat sich aber auch gezeigt, dass die SuS Schwierigkeiten haben, Regeln zu erkennen, die beim Kämpfen erlaubt sind. Deswegen entscheide ich mich in der heutigen Stunde dafür, das Zweikämpfen mit direktem Körperkontakt einzuführen und dadurch weitere notwendige Regeln (wie z. B. die Stoppregel, freie Partnerwahl u.a.) zu erarbeiten. Der Einstieg in die Unterrichtsstunde erfordert die konsequente Weiterführung bisher bekannter Absprachen, z.B. der Begrüßung, Schmuck ablegen etc.

Zur allgemeinen Erwärmung habe ich das „**Sandwichspiel**“ (siehe Verlaufsplan) ausgewählt. Dieses Aufwärmenspiel soll den Anlass bieten, zu erkennen, welche Entscheidungsmöglichkeiten die SuS bei unangenehmen Situationen haben, die Situation aufzulösen, da das aufeinander liegen von 4-5 SuS für darunter liegende SuS unangenehm sein kann.

Die SuS haben dieses Spiel in der letzten Stunde durchgeführt und es hat sich gezeigt, dass die von mir vorgegeben Hinweise (Gewichtsverlagerung) und Regeln nicht von allen SuS eingehalten wurden. Im Sinne einer Lernprogression (Einhalten von Regeln) möchte ich dieses bekannte Spiel deshalb erneut aufgreifen.

In der ersten Erarbeitungsphase habe ich das Spiel „**Bleib unten**“ ausgewählt. Hier soll ein SuS aus der Bauchlage versuchen, auf ‚alle Viere‘ zu gelangen. Der Partner soll versuchen, dies zu verhindern. Die SuS sollen in dieser Übung erfahren, welche Lösungsmöglichkeiten sie haben, sich aus einer Umklammerung zu befreien. Dieses Vorgehen soll induktiv geschehen, da es nicht um das Einüben einer standardisierten Technik geht, sondern um das Erkennen von Lösungsprinzipien. Auf der anderen Seite soll der SuS, der den Partner festhält erfahren, welche Möglichkeiten er hat, mit fairen Mitteln den Partner an seinem Vorhaben ‚auf alle Viere zu kommen‘ verhindern kann.

Auf Grund der geringen Mattenanzahl üben immer zwei SuS, die anderen beiden beobachten und achten auf die bisher erarbeiteten Regeln, insbesondere auf die Stoppregel. Weiterhin ist darauf zu achten, dass Rituale (Verbeugung vor und nach dem Kampf) und Zeichen des Lehrers befolgt werden, um Respekt gegenüber dem Partner zu zeigen und Überraschungsmomente (Verletzungsgefahr) vermieden werden sollen.

In der zweiten Erarbeitungsphase sollen die SuS eine weitere spielerische Kampfform „Schildkrötenwenden“ kennen lernen. Nun sollen die SuS versuchen, den Partner, der sich in der Bauchlage auf der Matte befindet, auf den Rücken zu drehen. Gerade an dieser Übung soll deutlich werden, welche Möglichkeiten man überhaupt hat, den Partner in die gewünschte Position zu bringen (schieben, drücken). Ebenso soll erkannt werden, dass die Gelenke, der Kopf und der Hals als empfindliche Körperregionen im Kampf tabu sein müssen. Die Beobachtungsaufgaben aus dem ersten Spiel für die Nichtakteure werden übernommen.

In einer anschließenden Reflexionsphase soll besprochen werden, in wie weit die bisher aufgestellten Regeln eingehalten wurden, aufgetreten Probleme sollen thematisiert werden. Weiterhin sollen die SuS benennen können, welche Regeln erlaubt sind, um ein faires Kämpfen zu gewährleisten und sie sollen einfache Lösungswege für Befreiungsaktionen nennen.

Die von mir geplante Unterrichtseinheit wird in ihrer Durchführung sicherlich einige Schwierigkeiten aufweisen. Probleme können in den beiden Reflexionsphasen auftreten. Zunächst soll das Aufwärmspiel die Notwendigkeit erkennen lassen, dass die Erstellung einer Kampfunterbindungsregel (Stopp-Regel), notwendig ist. Des Weiteren sollen die beiden Kampfsituationen in Bodenlage, Möglichkeiten und Grenzen induzieren, wie die gewünschte Auflösung der Kampfsituation erfolgen kann. Hier muss ich durch weitere Impulsfragen oder Anregungen Hilfestellungen geben. Ein weiterer Schwierigkeitsfaktor könnte sein, dass die vereinbarten Regeln nicht eingehalten werden. Da auf mindestens 7 Matten gleichzeitig gekämpft wird, spielt hier die Beobachtungsfähigkeit eine entscheidende Rolle. Hier bin ich einerseits auf die Mithilfe der Mitschüler angewiesen (Beobachter), oder ich muss frühzeitig das Kämpfen unterbrechen, um noch einmal zu verdeutlichen, wie wichtig die Einhaltung der Regeln ist.

Literatur:

LandesSportBund / Sportjugend NRW (Hrsg.):

Ringern und Kämpfen-Zweikampfsport: Handreichung für die Schulen der Primarstufe und Sekundarstufe I. Duisburg 2002

Ministerium für Schule, Wissenschaft und Forschung des Landes NRW (Hrsg.): Richtlinien und Lehrpläne für die Sekundarstufe I – Gesamtschule in Nordrhein-Westfalen; Richtlinien und Lehrpläne, Sport. Frechen 2001

Rheinischer Gemeindeunfallversicherungsverband (Hrsg.):

Bausteine und Materialien für die Lehrerfortbildung. Kämpfen im Sportunterricht. Essen 2000.

4. VERLAUFSPLAN (60 Minuten)

Phasen	Inhaltliche Schwerpunkte / Operationen	Sozial- / Aktionsform	Medien / Geräte	Intentionen und Begründungen
Einstieg	<p>Begrüßung: (Handheben)</p> <ul style="list-style-type: none"> Begrüßungsritual Hinweis auf das erarbeitete Regelplakat ‚Voraussetzungen für nahen Körperkontakt‘ Erläuterung des Stundenverlaufes Vorstellung des Aufwärmspiels mit Hinweis auf Regeln (Namensgebung durch SuS, siehe unten) 	<ul style="list-style-type: none"> SuS versammeln sich in der Hallenmitte Schülerbeitrag Lehrervortrag Schülerbeitrag 		<ul style="list-style-type: none"> Festigung des Rituals Förderung der Selbstständigkeit Informierend Transparenz schaffen in Bezug auf die Unterrichtsstunde Neugierde erwecken Anknüpfung an die letzte Stunde Förderung der Kreativität
Aufwärmen	<p>Sandwichspiel: „Du läufst zur Musik durch die Halle und nimmst auf meinen Zuruf und Musikstopp die geforderte Position ein: Pommes: SuS legen sich einzeln lang auf den Bauch Hamburger: 2 SuS legen sich übereinander Sandwich: 3 SuS legen sich übereinander Chicken Mc Nuggets: 4 SuS legen sich übereinander ??? : 5 SuS legen sich übereinander“</p>	<ul style="list-style-type: none"> frei in der Halle 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Musik ✓ Pfeife 	<ul style="list-style-type: none"> Motivation: spielerische Bewegungsmöglichkeiten Psycho-physische Vorbereitung Anbahnung von Körperkontakt Achtsamkeit und Rücksichtnahme im direkten Körperkontakt erlernen Einhalten der gemeinsam erarbeiteten Regeln Erkennen der Notwendigkeit einer Aktionsbegrenzung
Kognitive Phase	<p>Impulsfrage: „Gab es Situationen im Spiel, die für den ein oder anderen unangenehm waren?“</p> <ul style="list-style-type: none"> Klärung von unangenehmen Situationen Einführung der Stopp-Regel 	<ul style="list-style-type: none"> SuS versammeln sich vor dem Plakat gelenktes Unterrichtsgespräch 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Plakat 1 ✓ Edding 	<ul style="list-style-type: none"> Evtl. Reflexion des eigenen Handelns beim Aufwärmen Erkennen der Wichtigkeit der bisher erarbeiteten Regeln Bewusst machen der Notwendigkeit der Stopp-Regel Weitere mögliche Regeln: Ich suche mir den Partner aus (Chancengleichheit)
Aufbau	<p>Je vier SuS holen eine Turnmatte und verteilen sich in der Halle</p>	<ul style="list-style-type: none"> Alle SuS beteiligen sich am Abbau 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Matten 	<ul style="list-style-type: none"> Förderung der Selbstständigkeit
Erarbeitung 1	<p>Erläuterung Spiel: „Bleib unten“: „Dein Partner legt sich auf den Bauch. Er versucht auf alle vieren zu kommen. Schaffst du es, dass zu verhindern?“ Zwei SuS kämpfen und die anderen beiden beobachten, ob die bisher erarbeiteten Regeln eingehalten werden. Vier Kämpfe á 90 sec. Freie Partnerwahl innerhalb der Gruppe</p> <ul style="list-style-type: none"> Demonstration durch SuS Anfang: Ritual (Verbeugung) Kämpfen Lehrer beobachtet und greift bei Problemen ein (Stoppsignal) Ende: Ritual (Verbeugung) 	<ul style="list-style-type: none"> Vierergruppen 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Matten 	<ul style="list-style-type: none"> Respekt gegenüber dem Partner einüben Verantwortung gegenüber dem Partner entwickeln Möglichkeiten entwickeln, sich aus der Bauchlage zu befreien Fertigkeiten erfahren, die es ermöglichen, den Partner fair zu besiegen (evtl. ziehen, drücken, schieben) Die Möglichkeit erfahren Nein(Stopp!) zu sagen und den Kampf zu unterbrechen
Erarbeitung 2	<p>Erläuterung Spiel: „Schildkrötenwenden“ Du liegst als Schildkröte auf dem Bauch. Dein Partner versucht, dich auf den Rücken zu drehen. Vier Kämpfe á 90 sec. Freie Partnerwahl innerhalb der Gruppe. Durchführung s. oben</p>			

Ausstieg	<ul style="list-style-type: none"> • SuS liegen (mit geschlossenen Augen) auf der Matte und entspannen sich bei Musik • Lehrer beobachtet und gibt eventuell nonverbale Impulse um störende SuS zur Ruhe zu bringen. 	<ul style="list-style-type: none"> • SuS liegen in ihren Gruppen auf den Matten 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Musik 	<ul style="list-style-type: none"> • Entspannung • Abbau von Stresssituationen • Erfahren, dass zu laute SuS den Entspannungsprozess negativ beeinflussen
Reflexion	<p><u>Impulsfrage:</u> „Was habt ihr gemacht, um euren Partner in die gewünschte Position zu bringen?“</p> <ul style="list-style-type: none"> • Möglichkeiten der Aufgabenlösung (Schieben, Ziehen, Drücken) • Grenzen der Aufgabenlösung (Zerren an den Gelenken / Anfassen an Brust, Genitalbereich, Kopf, Nacken) • Einhalten der Regeln 	<ul style="list-style-type: none"> • SuS sammeln sich vor dem Plakat • Gelenktes Unterrichtsgespräch 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Plakat 2 ✓ Edding 	<ul style="list-style-type: none"> • Einhaltung der Regeln • Klärung von Problemen • Notwendigkeit erkennen, welche Regeln erlaubt sind, um ein faires Kämpfen zu gewährleisten • Einfache Lösungswege für Befreiungsaktionen benennen
Abbau und Ausklang	<ul style="list-style-type: none"> • Zurückbringen der Matten • Verabschiedungsritual („Wir haben fair gekämpft“) 	<ul style="list-style-type: none"> • alle SuS beteiligen sich am Abbau • SuS versammeln sich im Kreis • Schülerbeitrag 		<ul style="list-style-type: none"> • Förderung der Selbstständigkeit • Einhalten von Ritualen • Bewusstsein schaffen im Hinblick auf Ritualisierung

