



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

**Schriftlicher Entwurf für den 1. Unterrichtsbesuch im Fach Sport  
am**

**Lerngruppe: Klasse 5f (23 SuS, 12 ♀/11 ♂)**  
**Zeit: 10.10-11.40 Uhr**  
**Ort: -Halle**

**Thema der Stunde**

**Erweiterung und Vertiefung der Fertigkeiten im Ringen und Kämpfen  
durch die Hinführung zum Kämpfen am Boden**

**Hospitation:**

# Unterrichtsskizze

## Thema der Stunde:

Erweiterung und Vertiefung der Fertigkeiten im Ringen und Kämpfen durch die Hinführung zum Kämpfen am Boden

## Pädagogische Perspektiven und Inhaltsbereiche

- D: Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen
- E: Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen
  
- Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen
- Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport

## Kernanliegen:

Die Schülerinnen und Schüler sollen ihre Fertigkeiten im Bereich Kämpfen und Ringen festigen, indem sie bekannte Griffe und Regeln in Partnerarbeit auf das Kämpfen am Boden übertragen und reflektieren.

## Verlaufsplan:

Phase	Inhalt	Organisation
Einstieg	<ul style="list-style-type: none"><li>• Begrüßung; Vorstellen der Gäste</li><li>• LP erklärt den SuS den weiteren Verlauf der Stunde und leitet zum heutigen Thema der Stunde über</li></ul>	Sitzkreis UG
Erwärmung	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kleines Spiel: „Sanitärball“</li><li>• SuS sind Spiel und Regeln bekannt</li><li>• Bildung von 2 Mannschaften durch LP</li><li>• Aufbau der „Krankenhäuser“</li></ul>	Softbälle Weichbodenmatten Parteibänder
Erarbeitung I	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vorstellen der nächsten Übung „Schildkrötenwenden“</li><li>• Erarbeiten von gemeinsamen Regeln</li><li>• Einführung der „Stoppregel“</li><li>• LP organisiert Verteilung der Matten in der Halle</li><li>• 2 SuS demonstrieren Übung</li><li>• Die SuS üben selbst-</li></ul>	Sitzkreis UG Schülerdemonstration Kleine Matten Plakat Freies Üben

	ständig die neue Übungsform	
Reflexion	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die SuS sammeln sich auf akustisches Signal der LP hin im Kreis</li> <li>• Die SuS haben Zeit ihre Eindrücke zu schildern und ggf. Änderungsvorschläge für die Regeln zu unterbreiten</li> </ul>	Sitzkreis UG
Erarbeitung II	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LP stellt neue Aufgabe vor – Samurai</li> <li>• Die SuS verständigen sich auf gemeinsame Regeln</li> <li>• LP organisiert den Aufbau von 2 „Arenen“</li> <li>• Die SuS üben selbstständig mit wechselnden Partnern</li> </ul>	Sitzkreis UG Weichbodenmatten Kleine Matten Freies Üben
Reflexion zu Erarbeitung II und zur Unterrichtsreihe	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die SuS sammeln sich auf akustisches Signal der LP hin im Kreis</li> <li>• Die SuS haben Zeit ihre Eindrücke zu schildern</li> </ul>	Sitzkreis UG
Abschlussspiel	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LP organisiert den Umbau für das Abschlussspiel</li> <li>• Kleines Spiel: „Mattenvölkerball“</li> <li>• SuS spielen in den Mannschaften vom Anfang</li> </ul>	Softball Weichbodenmatten
Abbau Verabschiedung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LP organisiert Abbau</li> <li>• Kurzes Zusammenkommen zur Verabschiedung ins Wochenende</li> </ul>	Sitzkreis

**Anhang:**

- Erklärung Sanitärerball und Schildkröten-Wenden und Samurai

**Literatur:**

- MSWWF (Hrsg.) (2001): Richtlinien und Lehrpläne für die Sekundarstufe I – Gesamtschule in NRW. Sport. Ritterbach, Frechen.

## **Anhang:**

Sanitäterball – Es spielen zwei Mannschaften gegeneinander, jede Mannschaft erhält einen Ball mit dem sie versuchen SuS aus der anderen Mannschaft abzuwerfen, wer getroffen wurde bleibt als Verletzter liegen. Nun versuchen Mitspieler aus der eigenen Mannschaft den Verletzten ins Krankenhaus zu transportieren. Die Regeln hierzu wurden in der Klasse entwickelt. SuS dürfen in dem Augenblick, wo sie als Sanitäter fungieren nicht abgeworfen werden. Wurde ein SuS im Krankenhaus (Weichbodenmatte) eingeliefert gilt es als geheilt und darf wieder mitspielen.

Schildkröten-Wenden – Ein SuS liegt als Schildkröte auf dem Bauch (eingeingelt). Der Schildkrötenwender versucht, die Schildkröte auf ihren Panzer (Rücken) zu drehen (oder umgekehrt).

Samurai – Zwei SuS stehen sich im Kniestand gegenüber und versuchen, die Partnerin/den Partner dazu zu bringen, die Matte mit der Schulter zu berühren.