

## **Schriftlicher Entwurf für den 5. Unterrichtsbesuch am**

Name:  
Fach: Sport  
Fachlehrer:  
Fachleiter:  
Lerngruppe: Klasse 9a (11w/21m)  
Zeit: 09.55 – 11.30 Uhr  
Ort: , Essen

### **Thema des Unterrichtsvorhabens**

Einführung in die Kampfkunst und den Tanz der Capoeiristas – miteinander, nicht gegeneinander „spielen“ (kämpfen)

### **Leitende Pädagogische Perspektiven**

- A: Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern
- **B: Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten**
- **E: Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen**

### **Inhaltsbereiche**

- 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste
- 9: Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport

### **Überblick über das Unterrichtsvorhaben**

1. Bodenturnen – Wiederholung der Rollbewegungen, der gestreckten, gespannten Handstützelemente sowie der gestreckten Überschlagbewegungen zur Förderung der sportartspezifischen Bewegungen im Capoeira.
2. Entwicklung der Regeln und Rituale für den Capoeira hinsichtlich fairen Verhaltens und Rücksichtnahme.
3. Erproben der Grundtechniken (Bewegung, Meidbewegungen, Grundtritt-, Schlagtechniken) mit der Absicht, einen aufmerksamen Umgang miteinander zu fördern.
4. Selbständiges Erarbeiten einer Partnerchoreographie mit dem Schwerpunkt der Bewegungssicherung und der Anwendung eigenständig ausgesuchter Techniken.
5. **Integration mehrerer Partnerchoreographien unter Berücksichtigung der Wechsel zu einem anderen Partner mit dem Ziel, ein gemeinsames „Spiel“ in der „roda“ (Kreis) auszuführen.**
6. Anwenden der capoeiraspezifischen Techniken im „freien Spiel“ in der „roda“ mit der Absicht, dass alle SuS miteinander „spielen“ (kämpfen) und verantwortungsbewusst miteinander umgehen.

### **Kernanliegen**

---

Die SuS sollen selbständig mit zwei Partnern jeweils eine Partnerchoreographie erarbeiten, damit auch nach einem Wechsel zu einem heterogenen Partner das „Spiel“ in der „roda“ aufrecht erhalten bleibt.

## **Teillernziele**

---

Die SuS sollen

- die Capoeiratechniken mit Namen nennen können.
- ihr Leistungsvermögen realistisch einschätzen können.
- erlernte Einzeltechniken verbessern, vertiefen und miteinander verknüpfen.
- das „Spiel“ in der „roda“ als Form des Bewegungsdialogs erfahren.
- sich untereinander verständigen.
- in der „roda“ präsentieren und miteinander „spielen“.

## **Didaktisch-methodischer Begründungszusammenhang**

---

Die Klasse 9a besteht aus 32 SuS, von denen 21 männlich und 11 weiblich sind. In der bisherigen Hospitations- und Unterrichtszeit konnte ich mich mit den Merkmalen und Besonderheiten der Klasse vertraut machen. Dabei ist mir zunächst aufgefallen, dass hinsichtlich der Arbeitshaltung und Disziplin einige Heterogenitäten zu erkennen sind. So gibt es immer wieder SuS, die ihre Sportsachen nicht dabei haben oder während der Erarbeitungsphasen in den Geräteraum oder die Umkleiden verschwinden. Hinzu kommt, dass die sportliche Leistungsfähigkeit sehr unterschiedlich ist. Einige SuS haben Koordinationsschwierigkeiten und Probleme ihr eigenes Gewicht zu stützen oder gestreckte Überschlagbewegungen auszuführen.

Seit Beginn des Unterrichtsvorhabens des Capoeira liegt die Anwesenheit bei fast 100%, weil dieser neue Gegenstand das Interesse der SuS geweckt hat. Bisher zeichnen sich die SuS durch hohe Motivation und großes Engagement aus. Die Stützelemente und Überschlagbewegungen des Capoeira haben es den SuS erleichtert an diesem Kampf/Tanz teilzunehmen, denn es kommt hier nicht auf eine strikte Bewegungsausführung an.

Dieses Unterrichtsvorhaben steht unter den leitenden pädagogischen Perspektiven (B) „Sich körperlich ausdrücken – Bewegungen gestalten“ und (E) „Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen“ und bewegt sich zwischen den Inhaltsbereichen 6 „Gestalten, Tanzen, darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste“ und 9 „Ringeln und Kämpfen – Zweikampfsport“. Durch die Wahl der Inhaltsbereiche werden mehrere Perspektiven tangiert (Mehrperspektivität, vgl. RuL für die Sek.I – Gymnasium in NRW, 2001, S. 48).

Capoeira, mit dem Schwerpunkt des kooperativen und verantwortungsbewussten Umgangs beim Zweikampfsport(vgl. ebd., S. 107), ist besonders für eine Jahrgangsstufe 9 geeignet. Im Sinne der Schülerorientierung berücksichtigt die Verbindung zwischen den Inhaltsbereichen 9 und 6 und den Perspektiven B und E zum einen den Wunsch der Schülerinnen, sich mit darstellenden und gestalterischen Unterrichtsinhalten zu beschäftigen, zum anderen wird durch die Verbindung versucht, die Bereitschaft und Motivation der Schüler bei der Auseinandersetzung mit Kernbereichen der Perspektiven zu erhöhen, wodurch zudem eine reflexive Koedukation gefördert wird (vgl. ebd., S. 93).

Gerade der Sportunterricht bietet die Möglichkeit, Defizite von Jungen im gestalterischen und darstellenden Bereich auszugleichen, wenn das Thema adäquat gewählt wird. Capoeira, durch eine kurze Sequenz einer DVD vorgestellt, erinnerte die Mehrzahl der SuS an Breakdance. Dieser unmittelbare Lebensweltbezug führte bei den SuS zu einer großen Motivation für dieses Unterrichtsvorhaben.

Der Gegenstand des Unterrichtsvorhabens, das miteinander „spielen“ (kämpfen) in der „roda“ (Kreis), verbindet kämpferisches Können mit tänzerischer Gestaltung. Der explorierende Umgang mit Bewegungen kann dabei nicht nur die Bewegungsfertigkeiten der SuS qualitativ weiterentwickeln, sondern zudem die Gestaltungsfähigkeit (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau; Improvisation etc.) von Bewegungen erhöhen. Neben der motorischen

Sachkompetenz der Körperbeherrschung (v.a. Tritt- und Schlagtechniken), die die SuS im Verlauf des Unterrichtsvorhabens erwerben, wird im Rahmen dieses projekt- und gruppenarbeiterorientierten Unterrichts gemeinsames soziales Lernen gefördert. Dies gelingt dadurch, dass von den SuS Team- und Kommunikationsfähigkeit sowie Verantwortungsbewusstsein für sich und andere erwartet wird.

Die Jungen in dieser Klasse raufen und rangeln sehr gerne. Zu den Mädchen gibt es eine erkennbare Distanz, so dass ein Ringen und Kämpfen mit direktem Körperkontakt fast undenkbar ist. Das nahezu kontaktlose „Spiel“ in der „roda“ erscheint deshalb sinnvoll, um Mädchen und Jungen zu einem gemeinsamen Lernen im Zweikampfsport bzw. Gestalten und Darstellen zu bewegen. Im Verlauf des Unterrichtsvorhabens haben sich häufig homogene Paare gebildet, was aber auch am großen Jungenüberschuss in dieser Klasse liegen kann. Am Ende jeder Stunde standen zwei „rodas“ in denen die Partner miteinander gespielt haben, bei einem Wechsel von nur einem SuS geriet das „Spiel“ ins stocken.

Aus dieser Beobachtung heraus ergab sich die Thematik für diese Stunde, mehrere Partnerchoreographien zusammenzuführen, damit nach einem Wechsel zu einem anderen Partner (v.a. ein geschlechtsheterogener Partner) das „Spiel“ aufrecht erhalten bleibt.

Die kognitive Phase dient zur Einteilung der bisher erlernten Grundtechniken, damit die SuS die Techniken benennen können, um sich so mit den Partnern fachspezifisch verständigen zu können. Da das gezielte Äußern der Begrifflichkeiten nicht zwangsläufig erfolgt, greift der Lehrer ggf. unterstützend ein. Zur Absicherung bringt der Lehrer erneut die Arbeitsblätter aus der letzten Stunde mit. Zum einen dient es der Übersichtlichkeit über das Technikangebot und zum anderen erleichtert es so die Auswahl für die selbständige Erarbeitung der Partnerchoreographien.

In der letzten Stunde haben die SuS schon Partnerchoreographien erarbeitet, die Ergebnisse aber nicht schriftlich fixiert. Die selbständig gewählten Partner aus der letzten Stunde sollen auch zusammen bleiben. SuS die in der letzten Stunde nicht anwesend waren, bekommen vom Lehrer einen Partner zugewiesen (die Zuweisung erfolgt aber aus der Reflexion der vorherigen Stunden und wird nicht erzwungen) und erarbeiten zunächst mit diesem eine Partnerchoreographie. Das Einteilen in zwei „rodas“ erfolgt durch den Lehrer als Garantie für eine nahezu ausgeglichene Besetzung und ausreichend Bewegungszeit. Somit beabsichtigt der Lehrer das gemeinsame Lernen innerhalb der „rodas“ zu fördern, indem die Mädchen von den Jungen (und natürlich umgekehrt) und die „Leistungsschwächeren“ von den „Leistungsstärkeren“ lernen. Die jeweiligen Partner müssen aufeinander eingehen, so dass die Choreographie für beide Partner durchführbar ist.

Auf einem vom Lehrer vorbereiteten Arbeitsblatt wird den SuS gezeigt, wie ein Kontinuum mit verschiedenen Partnern aussehen könnte. Die SuS können in der Erarbeitungsphase aber noch entscheiden, ob sie die vom Lehrer getroffene Wahl beibehalten oder lieber mit einem anderen Partner arbeiten wollen. Sie sind aber verpflichtet auf jeden Fall auch mit einem anderen Geschlecht (gilt für die Mädchen) oder mit einem „Leistungsschwächeren / Leistungsstärkeren“ (gilt für die Jungs) zu arbeiten. Diese Differenzierung wird aufgrund des Jungenüberschusses gemacht. Das Entwickeln der weiteren Choreographie mit einem heterogenen Partner soll dafür sorgen, dass Ängste und Vorbehalte abgebaut werden und die SuS dazu ermutigen, mit jedem beliebigen Partner in der „roda“ zu spielen und verantwortungsbewusst miteinander umzugehen.

Das selbständige Experimentieren mit unterschiedlichen Partnern ermöglicht den SuS, das eigene praktische Handeln zu reflektieren und später bewusst einzusetzen. Dabei wird den SuS deutlich, dass der jeweilige Könnensstand des Partners die Intensität des „Spiels“ vorgibt. So ist das „freie Spiel“ in der „roda“ mit allen SuS der Klasse erreichbar.

Im Sinne der Förderung der Präsentationsfähigkeit, ein zentrales Ziel des Inhaltsbereiches „Gestalten“ und der Perspektive B, werden am Ende zwei „rodas“ aufgebaut und die Ergebnisse der Partnerchoreographien gefestigt und vorgestellt. Das Präsentieren vor der

gesamten Klasse fällt einigen SuS schwer. Genau aus diesem Grunde ist es aber umso wichtiger, sie in einem möglichst positiven, entspannten Umfeld in diesem für Capoeira so wichtigen Bereich zu fördern. Die zwei „rodas“ bedeuten aber auch mehr Bewegungszeit für jeden SuS und durch die Partnerchoreographien sind sie „gezwungen“ am „Spiel“ teilzunehmen, denn wenn möglich, haben sich einige SuS immer wieder versucht vor einer Präsentation zu drücken.

Ein Transfer ist für die SuS im „freien Spiel“ zum Abschluss möglich. Es wird nur eine „roda“ gebildet, in der die SuS frei mit unterschiedlichen Partnern improvisieren können. Für SuS die sich diesen Transfer noch nicht zutrauen, besteht auch weiter die Möglichkeit die Partnerchoreographien zu präsentieren. Es sollen aber alle SuS motiviert werden, sich in der „roda“ zu zeigen und mit jedem Partner frei zu „spielen“. Dafür ist Rücksichtnahme sowie das Erkennen und Antizipieren von Techniken des Partners eine wesentliche Voraussetzung.

Nach der Präsentation und Anwendung soll in einer letzten Phase die Stunde in Bezug auf das Erreichte und auf das weitere Vorgehen in der nächsten Stunde zum Zweck der Transparenz und der Ergebnissicherung reflektiert werden.

#### Literatur:

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

### Verlaufsplan:

Phase	Inhalt	Organisation	Didaktisch-methodischer Kommentar
Einstieg	Begrüßung, Vorstellen des Besuchs. Grobe Skizzierung des Themas und des Verlaufs.	Die SuS betreten die Halle und finden sich nach Ablegen des Schmuckes und der Wertsachen sowie der Kontrolle der Sportkleidung im Sitzkreis in der Hallenmitte zusammen.	Transparenz
Erwärmung	Fangspiel mit Touch: Gefangener bleibt stehen, kann durch einen „Bocksprung“ befreit werden. Gefangener und „Befreier“ sind während des Befreiens geschützt.	Das Aufwärmen wird im bestehenden Sitzkreis durch den L erklärt. 2/3 Fänger durch Leibchen markiert.	Freudvoller Beginn / Motivation. Das Fangspiel ist den SuS vertraut. Sie werden aber heute darauf hingewiesen, dass sie den „Bock“ nicht zu niedrig stellen sollen, damit der „Befreier“ auch wirklich springen muss. Neu ist ebenfalls der Schutz der Befreiung, denn in den letzten Stunden war es so, dass wenig befreit wurde, weil die Fänger auf diese Situation gewartet haben und sogleich erneut zuschlugen.
Spezifische Erwärmung	1. Bewegung auf allen Vieren wie eine Katze oder ein Hund. (Nur Hände und Füße dürfen den Boden berühren.) 2. wie 1., jetzt aber rückwärtig 3. „O Au“ – das Rad 4. Schubkarre oder ggf. Handstand laufen	Nach der Erwärmung kommen die SuS in einem Stehkreis zusammen und der L bildet 4 Riegen. Jede Riege teilt sich und stellt sich an der Tennisgrundlinie gegenüber auf. Bei Fragen demonstriert ein SuS oder der L.	Spezifische Erwärmung für das weitere Unterrichtsgeschehen. Zu 1.: Durch die Bewegung auf allen Vieren wird die Stützkraft gestärkt und es erfolgt eine spezifische Vorbereitung der Muskulatur auf die kommenden Belastungen. Zu 2.: siehe 1. Diese Bewegung ist eine Meidbewegung des Capoeira und Bestandteil des „Spiels“. Zu 3.: Durch das Rad üben die SuS ein dynamisches Gleichgewicht. Es dient beim Capoeira zum Ausweichen aber auch kopfüber anzugreifen. Die SuS dürfen sowohl das offene Rad der Capoeira Regional als auch das „geschlossene“ Rad der Capoeira Angola nutzen,



	<p>erlernten Grundtechniken. Entwickelt eine weitere Choreographie mit dem (schon vorher festgelegten) Partner, der nach dem Wechsel in die „roda“ kommt, damit das „Spiel“ erhalten bleibt.</p> <p>Am Ende sollt ihr in der Lage sein, eure Choreographien in der „roda“ als Kontinuum zu präsentieren.</p>	<p>Der L legt zwei „rodas“ fest.</p>	<p>Das Einteilen in zwei „rodas“ erfolgt durch den Lehrer als Garantie für eine nahezu ausgeglichene Besetzung. Somit beabsichtigt der Lehrer das gemeinsame Lernen innerhalb der „rodas“ zu fördern, indem die Mädchen von den Jungen (und natürlich umgekehrt) und die „Leistungsschwächeren“ von den „Leistungsstärkeren“ lernen. Die jeweiligen Partner müssen aufeinander eingehen, so dass die Choreographie für beide Partner durchführbar ist. Auf einem vom Lehrer vorbereiteten Arbeitsblatt wird den SuS gezeigt, wie ein Kontinuum mit verschiedenen Partnern aussehen könnte. Die SuS können in der Erarbeitungsphase aber noch entscheiden, ob sie die vom Lehrer getroffene Wahl beibehalten oder lieber mit einem anderen Partner arbeiten wollen. Sie sind aber verpflichtet auf jeden Fall auch mit einem anderen Geschlecht (gilt für die Mädchen) oder mit einem „Leistungsschwächeren / Leistungsstärkeren“ (gilt für die Jungs) zu arbeiten. Diese Differenzierung wird aufgrund des Jungenüberschusses gemacht. Das Entwickeln der weiteren Choreographie mit</p>
--	--	--------------------------------------	--

			einem heterogenen Partner soll dafür sorgen, dass Ängste und Vorbehalte abgebaut werden und die SuS dazu ermutigen, mit jedem beliebigen Partner in der „roda“ zu spielen und verantwortungsbewusst miteinander umzugehen.
Erarbeitungsphase I	Die SuS arbeiten an der Gestaltung ihres „Spiels“ und bereiten die Präsentation vor. Dementsprechend füllen sie die AB aus.	Jede „roda“ geht in eine Hallenhälfte. Die Partner verteilen sich in dieser Hallenhälfte. L geht beratend, motivierend und unterstützend herum. Sollten Invaliden anwesend sein, unterstützen diese den L, indem sie ebenfalls herumlaufen und in den Kleingruppen Tipps geben. Im Hintergrund läuft Capoeira Musik.	Durch selbständiges Experimentieren wird den SuS bewusst, dass die Auswahl von Einzeltechniken zu einer Choreographie (noch) nicht willkürlich erfolgen kann, sondern sich nach dem Könnensstand beider Partner richtet.
Kurzreflexion	Möglicher Reflexionsansatz: Schwierigkeiten mit dem neuen Partner. Wo treten Probleme auf? Wie kann die Choreographie erleichtert werden?	Sitzkreis in der Hallenmitte. S-L-Gespräch	In dieser Phase sollen die SuS ihre Lern-/ Bewegungserfahrungen reflektieren. SuS haben die Möglichkeit, ihre gemachten Erfahrungen und Beobachtungen zu verbalisieren und das Bewegungsverhalten zu begründen. Sie machen sich über den eigenen Lernprozess Gedanken. Eine geeignete Auswahl an Techniken zu finden, sich diese zu merken und das Einstellen auf einen neuen Partner, bereitet einigen SuS Schwierigkeiten. Als gemeinsamer Lösungsansatz wird festgehalten, dass die SuS sich absprechen müssen, keine zu spektakulären Techniken ausgewählt werden und die Geschwindigkeit der Ausführung verlangsamt wird.
Erarbeitungsphase II	Fortführung der Erarbeitung unter Einbeziehung der	siehe Erarbeitungsphase I	Die Umsetzung der Aufgabe unter Berücksichtigung der möglichen Problemlösung

	angesprochenen Lösungsansätze.		wird Erfolgserlebnisse für die SuS bringen und sie dadurch weiter motivieren.
Präsentation und Anwendung	SuS präsentieren ihre Choreographien in der „roda“	Die zwei „rodas“ bauen sich jeweils in ihrer Hallenhälfte auf. Musik leitet das „Spiel“ ein. Falls Invaliden vorhanden sind, spielen diese die Musikinstrumente. Das „Spiel“ beginnt bei den Musikinstrumenten, der so genannten „batteria“. L beobachtet zuerst in einer „roda“, während der Fachlehrer in der anderen „roda“ ist.	SuS sichern und festigen ihre erprobten Choreographien und werden durch die Anwendung im „Spiel“ motiviert.  Bei ausreichend vorhandener Zeit besteht für die SuS die Möglichkeit frei in der „roda“ zu improvisieren mit möglichst vielen unterschiedlichen Partnern. Denn das Ziel des UV ist, dass alle SuS miteinander „spielen“ und das ohne vorher eingeübte Choreographie. Rücksichtnahme, verantwortungsvolles Handeln sowie das Erkennen / Antizipieren von Techniken des Partners sind dafür Voraussetzung.
Abschlussreflexion	Zusammenfassung der Ergebnisse seitens der SuS.  Ausblick auf die nächste	Sitzkreis in der Hallenmitte.	SuS sollen ihre Erfahrungen verbalisieren und reflektieren, indem sie an der Reflexionsphase aktiv teilnehmen. Durch die Reflexion der Choreographien in der „roda“ werden gemeinsame Probleme deutlich und entsprechende Lösungen besprochen, die im weiteren Verlauf des UV helfen, das „freie Spiel“ und den verantwortungsvollen Umgang miteinander zu fördern. Ausblick und Motivation für den weiteren

	Stunde.		Unterrichtsverlauf => Transparenz für die SuS
--	---------	--	---



## **Anhang**

---

### **Arbeitsblatt 1**

## **Capoeira**

### **Aufgaben:**

1. Verfeinert noch einmal eure Partnerchoreographie der letzten Stunde mit den erlernten Grundtechniken.
2. Entwickelt eine weitere Choreographie mit dem (schon vorher festgelegten) Partner, der nach dem Wechsel in die „roda“ kommt, damit das „Spiel“ erhalten bleibt.

Am Ende sollt ihr in der Lage sein, eure Choreographien in der „roda“ als Kontinuum zu präsentieren!

### **Reihenfolge der Techniken in der Partnerchoreographie**

**Partner A:**

**Partner B:**

### **Reihenfolge der Techniken mit neuem Partner (nach dem Wechsel in der „roda“)**

**Partner A:**

**Partner B:**

### Arbeitsblatt 2

#### Partnerchoreografien mit Wechsel in der roda zu einem neuen Partner

Die fett markierten Namen bilden die Paare der letzten Stunde.

Zwei „rodas“ für ein mögliches Kontinuum mit Wechsel der Partner, wobei ihr aber noch entscheiden könnt, ob ihr meine getroffene Wahl beibehalten oder lieber mit einem anderen Partner arbeiten wollt. Berücksichtigt aber, dass euer zweiter Partner auf jeden Fall vom anderen Geschlecht ist (gilt für die Mädchen) oder aber motorisch etwas „schwächer/stärker“ ist (gilt für die Jungs).

##### **Roda 1:**

<b>Julian P.</b>	=> <b>Jan</b>
Jan	=> Anna
<b>Anna</b>	=> <b>Linda</b>
Linda	=> Rene
<b>Rene</b>	=> <b>Christian</b>
Christian	=> Marisa
<b>Marisa</b>	=> <b>Victoria</b>
Victoria	=> Benedikt
<b>Benedikt</b>	=> <b>Philip</b>
Philip	=> Joana
<b>Joana</b>	=> <b>Karina</b>
Karina	=> Pascal
<b>Pascal</b>	=> <b>Ertugrul</b>
Ertugrul	=> Mohamed
<b>Mohamed</b>	=> <b>Talip</b>
Talip	=> Julian P.

##### **Roda 2:**

<b>Dimitri</b>	=> <b>Maksim</b>
Maksim	=> Aline
<b>Aline</b>	=> <b>Mara</b>
Mara	=> Rene
<b>Rene</b>	=> <b>Björn</b>
Björn	=> Thuy
<b>Thuy</b>	=> <b>Selma</b>
Selma	=> Max
<b>Max</b>	=> <b>Maximilian</b>
Maximilian	=> Patrick
<b>Patrick</b>	=> <b>Alina</b>
Alina	=> Ruben
<b>Ruben</b>	=> <b>Simon</b>
Simon	=> Julian S.
<b>Julian S.</b>	=> <b>Can</b>
Can	=> Dimitri