

Schriftlicher Entwurf für den 2. Unterrichtsbesuch am

Name:

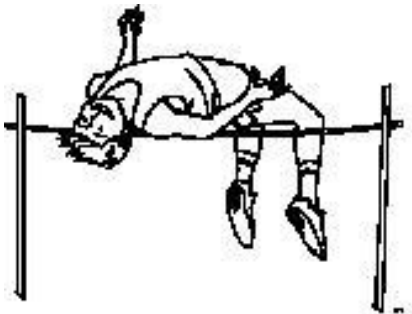
Fach: Sport

Lerngruppe: 7c (31 Schüler)

Zeit: 7.45 – 8.45 Uhr

Ort: Sporthalle der

Fachseminarleiter:



Thema der Unterrichtseinheit:

Erprobung und Ermittlung des individuellen Anlaufpunktes zur Weiterentwicklung des Fosbury-Flops.

Kernanliegen: Die Schüler sollen mittels vorgegebener Anlaufkorridore verschiedene Anlaufpunkte zum Fosbury-Flop erproben, um ihren individuellen optimalen Anlaufpunkt daraus zu ermitteln.

Leitende pädagogische Perspektiven:

Leitende Pädagogische Perspektive:	Wahrnehmungsperspektive verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)
Weitere Pädagogische Perspektive:	Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)
Leitender Inhaltsbereich:	Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik
Weiterer Inhaltsbereich:	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Einordnung der Unterrichtseinheit in das Unterrichtsvorhaben (jeweils Einzelstunden):

1. Erkunden und ermitteln der individuellen und maximalen Sprunghöhe anhand frei gewählter Sprünge über die Zauberschnur.
2. Erproben eines ungewohnten Flugerlebnisses durch Überwinden eines Hindernisses (Mattenberg) mit dem Standflop.
3. Erproben der groben Bewegungsausführung (mit 3 Anlaufschritten) des Fosbury-Flops mit Partnerkorrektur.
- 4. Erprobung und Ermittlung des individuellen Anlaufpunktes zur Weiterentwicklung des Fosbury-Flops.**
5. Der Fosbury-Flop relativ – das Erbringen und Beurteilen von Leistungen unter besonderer Berücksichtigung individueller Voraussetzungen.
6. Reflektion des Fosbury-Flops unter Berücksichtigung der Ergebnisse aus der ersten Unterrichtseinheit.

Angaben zur Lerngruppe

Seit dem 01.02.2010 unterrichte ich die Klasse 7c, bestehend aus 16 Schülerinnen und 15 Schülern, im Rahmen meines BdUs. Im Vergleich zu anderen von mir erlebten Klassen und auch aus Gesprächen mit anderen Lehrern geht hervor, dass es sich um eine sehr aktive und lebhaft Klasse handelt, in der Unterrichtsstörungen häufiger zu beobachten sind.

Im Sportunterricht zeichnet sich dies durch Unruhe im Sitzkreis oder der Nichteinhaltung von Regeln aus. Einige Schüler folgen dem Unterrichtsgeschehen

häufig nicht und lenken ihre Mitschüler mit Nebentätigkeiten ab. Hier gilt es, die Geschehnisse und Entwicklungen permanent im Auge zu halten.

Didaktisch-methodischer Begründungszusammenhang

Das „normale“ Springen gehört zu den natürlichen Fortbewegungsarten des Menschen. Die Disziplin Hochsprung, besonders der Fosbury-Flop stellt dagegen eine technisch hoch anspruchsvolle Bewegung dar, die nicht zu den natürlichen Fortbewegungsarten zu zählen ist. Damit die Schüler langsam an diese Bewegung herangeführt werden, wurde der Fosbury-Flop in der Unterrichtsreihe zergliedert. Nach ersten, frei wählbaren Sprungerfahrungen, wurden die SuS in der zweiten Unterrichtseinheit per Standflop an die rückwärtige Hindernisüberquerung herangeführt. Um den SuS die Angst vor zu tiefem Fall zu nehmen, wurde auf eine konventionelle Hochsprunganlage verzichtet und stattdessen auf einen „Mattenberg“ gesprungen. In der dritten Unterrichtseinheit wurde der Fosbury-Flop auf drei Anlaufschritte erweitert. Die SuS sollten den groben technischen Ablauf in Partnerarbeit erproben.

In der heutigen Unterrichtseinheit soll der Fosbury-Flop um den bislang fehlenden Anlauf erweitert werden. Der Anlauf des Fosbury-Flops setzt sich aus einem Steigerungslauf und der Impulskurve vor dem Sprung zusammen. In dieser Unterrichtsstunde sollen die Schüler einen für sich passenden bzw. optimalen Anlauf entwickeln. Es ist nicht entscheidend, wie viele und wie große Anlaufschritte die Schüler benötigen.

In der Erwärmungsphase ist der Achterlauf mit verschiedenen Tempi bewusst gewählt, um die Schüler an die Kombination von Steigerungslauf und Kurvenlauf zu gewöhnen.

Im weiteren Verlauf der Stunde spielt das Differenzielle Lernen nach Schöllhorn eine Rolle. Diesem zu Folge geht es darum, den Schülern eine Vielzahl an Bewegungserfahrungen zu bieten. Sowohl negative als auch positive Erfahrungen verhelfen den Schülern eine motorische Situation zu verstehen und die eigene Leistung darauf abzustimmen, bzw. zu verbessern. Bezüglich des Anlaufs für den Fosbury-Flop heißt das, dass die Schüler Erfahrungen mit unterschiedlichen Anlaufängen machen sollen. Hierdurch erlangen sie ein Gefühl, welcher Anlauf zu ihnen passt und welcher nicht. Es ist zu erwarten, dass die Schüler sich in ihrer Anlaufschrittzahl und –länge individuell unterscheiden und dass es dadurch zu

unterschiedlichen Anlaufpunkten kommen wird, die die Schüler als „passend“ oder „optimal“ bezeichnen werden. Entscheidend ist, dass den Schülern kein normierter Anlauf vorgegeben wird und dass es daher eine Vielzahl an Lösungsmöglichkeiten gibt.

Die methodische Umsetzung erfolgt, indem die Schüler in 3 Gruppen eingeteilt werden und jede Gruppe an einer eigenen Hochsprunganlage anlaufen und springen soll. Der jeweilige Anlaufpunkt eines jeden Schülers liegt dabei in einem durch Pylone abgestecktem Korridor. In diesem darf der Schüler seinen Anlaufpunkt frei wählen. In jeder der 3 Gruppen ist der Anlaufkorridor verschieden weit von der Hochsprunganlage entfernt. Durch den Wechsel der Stationen läuft so jeder Schüler von unterschiedlichen Weiten an.

Nachdem jede Gruppe jeden Korridor „gesprungen“ ist, soll sich jeder Schüler frei dem von ihm favorisierten Korridor zuordnen. Hier soll jeder Schüler seinen optimalen Anlaufpunkt ermitteln und schließlich mit einem Klebestreifen markieren. Die Pylone zur Absteckung der Korridore bleiben als Orientierungshilfe erhalten. Sollte ein bestimmter Korridor keine oder nur geringen Zulauf erfahren, kann dieser nachträglich vom Lehrer verändert werden, um die Schüler über die drei Anlagen verteilen zu können. Die Klebestreifen dienen dazu, in der Schlussreflektion die Vielfältigkeit der Lösungen erkennen und diskutieren zu können.

Als mögliches Problem könnte auftreten, dass die Schüler die Schüler anstelle eines Kurvenlaufes schräg anlaufen. An dieser Stelle ist es möglich, dass der Kurvenlauf durch den Einsatz weiterer Pylone unterstützt wird.

Als Hochsprunganlagen dienen Mattenberge. Die Gründe hierfür sind vielfältig. Zum einen sind nicht genügend Hochsprungständer verfügbar, so dass das Material begrenzender Faktor ist. Ein weiterer Vorteil ist, dass Mattenberge stabile Gebilde sind und keine gerissene Hochsprunglatte aufgehoben, oder eine Gummileine/Zacharias-Band nach einem Sprung gerichtet werden muss. Hieraus resultiert eine Zeitersparnis. Des Weiteren muss die Anlage nicht durch Schüler gesichert werden, wodurch die Anzahl passiver Schüler sinkt. Entscheidend ist aber ebenso, dass die Schüler an drei Anlagen häufiger den Anlauf üben können, als an zwei Anlagen. In dieser Stunde gilt es den optimalen Anlauf zu finden und nicht neue maximale Höhen zu erreichen. Der Leistungsgedanke, basierend auf dem heute entwickelten Anlauf, wird in den nächsten wieder Stunden in den Fokus rücken.

Phase	Unterrichtsinhalt	Organisation
Begrüßung	<ul style="list-style-type: none"> - kurzes Vorstellen des Besuchs - Darstellung des Themas und des geplanten Verlaufs der Stunde 	<ul style="list-style-type: none"> - Sitzkreis im Mittelkreis
Erwärmung	<ul style="list-style-type: none"> - Achterslalom mit Beschleunigungsabschnitten - Achterslalom als Staffelwettbewerb 	<ul style="list-style-type: none"> - 2 gleichstarke Gruppen laufen einen eigenen Achterslalom, abgesteckt durch Pylonen.
Kognitive Phase I & Aufbau	<ul style="list-style-type: none"> - Klärung wichtiger Merkmale des richtigen Anlaufs, wie <i>Impulskurve schließt sich an geradlinigen Beschleunigungslauf, Geschwindigkeit soll im Anlauf gesteigert werden, gleichmäßige Schrittlänge, keine Trippelschritte</i> usw. - Erklärung des Anlagenaufbaus - Erklärung des vorläufigen inhaltlichen Vorgehens 	<ul style="list-style-type: none"> - Sitzkreis im Mittelkreis - zentrale Merkmale des Anlaufs werden per Plakat präsentiert
Erarbeitung I	<ol style="list-style-type: none"> 1. Jeder Schüler hat 2 Sprünge mit (bekannten) 3 Anlaufschritten zur Eingewöhnung. 2. Schüler wählen einen freien Anlauf aus vorgegebenem Korridor und vollenden diesen mit dem Fosbury-Flop. 3. Die Gruppen tauschen die Stationen (Absprungkorridore). Jede Gruppe muss jeden der drei Korridore gesprungen haben. 	<ul style="list-style-type: none"> - Die Korridore befinden sich in unterschiedlichen Abständen zu den Hochsprunganlagen. - Lehrer sagt Korridorwechsel der Gruppen an.
Kognitive Phase II	<ul style="list-style-type: none"> - Reflektion über die Anläufe in den verschiedenen Stationen. <i>Welcher Anlauf in welchem Korridor hat am besten funktioniert?</i> 	<ul style="list-style-type: none"> - Sitzkreis - Jeder Schüler erhält einen Klebestreifen

	<p><i>Wo gab es die größten Probleme?</i></p> <p>- Aufgabe: Die Schüler dürfen sich selbstständig auf die von ihnen präferierten Korridore verteilen. In diesen sollen sie ihren optimalen Anlaufpunkt erproben und mit dem Klebestreifen markieren.</p>	<p>mit dem seinen optimalen Anlaufpunkt markieren kann.</p>
Erarbeitung II	<p>- Schüler teilen sich selbstständig auf die Korridore auf und ermitteln den optimalen Anlaufpunkt.</p>	<p>- Anlaufpunkte werden mit Klebestreifen markiert.</p>
Abschlussreflektion	<p>- Reflektion über die unterschiedliche Verteilung der Klebestreifen.</p> <p><i>Warum sind die Klebestreifen so individuell verteilt?</i></p> <p><i>Liegen die Gründe in der Schrittlänge oder in der Schrittzahl?</i></p> <p>- Ausblick auf nächste Stunde(n)</p>	<p>- Sitzkreis</p>
Abbau	<p>- Abbau der Stationen & Entfernung der Klebestreifen</p>	<p>- Jede Gruppe baut selbstständig die von ihnen aufgebaute Anlage wieder ab.</p> <p>- Klebestreifen werden von Invaliden (sofern vorhanden) oder von ausgewählten Schülern entfernt.</p>