

2. bewerteter Unterrichtsbesuch

Name:

Fach: Sport

Datum:

Zeit: 1./2. Stunde, 8:15-9:50h

Ort:

Klasse: 5e, BDU

Fachleiter:

Inhaltsbereich: Bewegen an Geräten – Turnen

Perspektiven: Wahrnehmung (A), etwas wagen und verantworten (C), Kooperieren und Wettkämpfen (E)

Thema des Unterrichtsvorhabens: Verbesserung der Wahrnehmung des eigenen Körpers durch (alternative) Nutzung verschiedener Turngeräte

Thema der Unterrichtseinheit: Ein Geräteparcours als Ergebnis verschiedener Stationen zur Körperwahrnehmung

Kernanliegen der UE: Der Geräteparcours soll zum Abschluss des UV noch einmal alle Bewegungsfelder ansprechen und einen motivierenden Faktor darstellen, turnerische Übungen zu turnen.

Feinlernziele des UV: Die SchülerInnen sollen ...

... ihren eigenen Körper in verschiedenen Situationen (z.B. Schwingen, Balancieren) wahrnehmen.

... sich im Raum orientieren lernen.

... sich gegenseitig helfen und helfen lassen.

... nicht ausschließlich normierte Übungen an Turngeräten anwenden, sondern auch Alternativen überlegen und ausprobieren.

... ihre eventuell vorhandenen Ängste vor Turngeräten und –übungen überwinden.

... sich im Auf- und Abbau von Turngeräten üben.

Überblick über das Unterrichtsvorhaben:

1. Verschiedene Rollbewegungen als Einstimmung auf das Thema Bewegung an Geräten - Turnen
2. Baumstammrollen zur Verbesserung der Körperspannung
3. Körperspannung als wichtige Voraussetzung für den Handstand
4. Hilfestellung geben und annehmen am Beispiel Handstand
5. Sprünge als Möglichkeit um Hindernisse zu überwinden
6. Erleben der Stützkraft am Barren
7. Balanceübungen zur Verbesserung des Gleichgewichts
8. Finden des Wendepunktes beim Schwingen an Seilen
9. Geräteparcours als Ergebnis verschiedener Stationen der Körperwahrnehmung

Angaben zur Klasse: Die Klasse 5e setzt sich aus insgesamt 30 SchülerInnen (16 männlich und 14 weiblich) zusammen. Der Kurs ist Teil meines BDU und wird von mir seit Schuljahresbeginn unterrichtet, montags in einer Doppelstunde und freitags in einer Einzelstunde. Die SchülerInnen sind alle sehr bewegungsfreudig und nehmen begeistert am Unterricht teil. Eine allzu große Heterogenität ist in dieser Klasse nicht festzustellen, es sind alle SchülerInnen sehr leistungsfähig und auch im turnerischen Bereich sehr engagiert. Dennoch treten zwei Jungen besonders hervor, die beide am Leistungsstützpunkt Turnen trainiert haben. Besonders erfreulich ist dabei, dass diese beiden Jungen ansonsten nicht sehr positiv auffallen, gerade was das Sozialverhalten betrifft. In diesem UV können sie aber

gefordert werden und ihr Können einbringen (z.B. durch Vorturnen, Hilfestellungen). Übermütig oder waghalsig ist in dieser Klasse kein Schüler, im Gegenteil, die SchülerInnen sind zwar mutig aber auch gewissenhaft und können Ihr Können gut einschätzen. Ein Junge nimmt aufgrund einer Erkrankung bis zu den Weihnachtsferien nur passiv am Unterricht teil, kann aber an den Stationen helfen und auch beim Aufbau mitwirken.

Didaktisch-methodischer Kommentar: Im Verlauf dieses UV zum Geräteturnen und zur alternativen Nutzung von Turngeräten ging es vorrangig darum, dass die SchülerInnen an verschiedenen Geräten diverse Übungen ausprobieren aber auch genormte Übungen turnen. Dabei stand im Vordergrund, dass die SchülerInnen ihren Körper in den jeweiligen Situationen wahrnehmen und eventuelle Ängste dem Geräteturnen gegenüber überwinden. Voraussetzungen wie Körperspannung und Gleichgewicht halten wurden thematisiert, ebenso einfache Hilfestellungen beim Handstand. Die SchülerInnen zeigten sich bislang sehr kreativ und auch aufgeschlossen, viele verschiedene Übungen zu turnen. Die SchülerInnen haben die verschiedenen Stationen, die den heutigen Parcours gestalten, in den vergangenen Stunden selbständig bzw. teilweise mit meiner Hilfe erarbeitet und modifiziert. Die Auswahl stellt die „Lieblingsstationen“ der SchülerInnen dar, soweit ich das nach den jeweiligen Stunden ersehen konnte. Sie kennen sich mit deren Aufbau aus. Einfache aber wichtige Regeln zum Aufbau der Stationen (z.B. nicht auf die Matten springen, keiner turnt bevor ich die Stationen kontrolliert habe) und zum Verhalten während der Übungszeit (z.B. nur ein Schüler pro Station turnt, Abstand halten, nicht drängeln) wurden erarbeitet.

In der heutigen Stunde sollen die SchülerInnen den Parcours selbständig aufbauen und zunächst die für jede Station „typische“ Übung nennen und turnen. Nach einer kurzen Reflexionsphase, in der eventuell auftretende Schwierigkeiten und deren Lösung kurz thematisiert werden sollen, sollen die SchülerInnen den Parcours erneut durchlaufen und nun eigene Übungen erfinden. Diese werden in der abschließenden Reflexionsphase kurz vorgestellt.

In einer der vorangegangenen Stunden trat das Problem auf, dass sich bei einer von mehreren Stationen eine lange Schlange bildete, während die übrigen Stationen teils gar nicht oder nur spärlich besetzt waren. Als Lösungsvorschlag kam von den SchülerInnen, dass man feste Gruppen bildet und nach einer bestimmten Zeit die Station wechselt. Damit heute dieses Problem nicht erneut auftritt, werde ich auf diesen Vorschlag zurückkommen und die Klasse in den jeweiligen Aufbauteams an „ihrer“ Station beginnen und nach ca. 4´ die Station wechseln lassen. So ist sicher gestellt, dass jeder Schüler an jeder Station mehrfach turnen kann. Außerdem ist es so möglich, dass die SchülerInnen sich gegenseitig Hilfestellung geben, wenn dies nötig ist.

Verlaufsplan

Phase	Inhalt	Organisation	Bemerkung/Material
Begrüßung	Vorstellen des Seminarleiters	Sitzkreis	
Einleitung	Wir haben in den letzten Wochen verschiedene Stationen zum Turnen aufgebaut und dabei diverse Übungen ausprobiert.		
	Für heute habe ich einen Parcours mit euren Lieblingsstationen zusammengestellt. Den bauen wir jetzt zunächst auf und dann treffen wir uns im Sitzkreis wieder. Ihr habt bis 8:35 Zeit.	Stationen den Aufbauteams zuteilen	
Aufbau	SchülerInnen bauen selbständig auf, Lehrer kontrolliert die Stationen bzgl. Sicherheit	Fest zugewiesene Stationen	
Erklärung	Zunächst werden alle Stationen der Reihe nach durchlaufen, wobei ihr in euren Aufbauteams zusammenbleibt. Dabei sollen die „typischen“ Übungen jeder Station geturnt werden. Hilfestellungen solltet ihr ggf. einfordern und geben. Wenn ich pfeife (nach ca.4') geht ihr zur nächsten Station weiter.	Sitzkreis	
	Welche Übungen sind die typischen für die einzelnen Stationen?	Meldungen der SchülerInnen	Hocke – Rollen, Handstand, Rad, Flick-Flack
Übungsphase 1	SchülerInnen turnen an den einzelnen Stationen	Kranker Schüler hilft bei den Seilen	
Zwischenreflexion	Soll an dem Parcours oder an der Durchführung etwas geändert werden?	Sitzkreis	z.B. andere Übungen, Augen zu, rückwärts laufen
Übungsphase 2	SchülerInnen turnen erneut, diesmal freie Übungswahl.		
Reflexion	Welche Übungen sind euch eingefallen?	Sitzkreis Meldungen der SchülerInnen Evtl. vorturnen der Übungen	
Abbau	SchülerInnen bauen ihre Station selbständig ab	Aufbauteams = Abbauteams	
Stundenabschluss	Schöne Weihnachten und schöne Ferien!		