

## Unterrichtsskizze zum 1. (beratenden) Unterrichtsbesuch

Datum:            Name:    Fach: Sport    Lerngruppe: 6C (18w/11m)    Zeit: 7.55-8.55    Fachlehrer:    Ort:

**Thema der Stunde:** Verbindung von Technik und Regeln im Handballspiel unter koordinativen Gesichtspunkten: Torwurf im Sprung unter Berücksichtigung der Dreischrittregel

**Kernanliegen:** Die Schüler und Schülerinnen sollen die eigenen koordinativen Fähigkeiten trainieren, indem der Abwurf in der Luft in Verbindung mit dem Dribbeln gemäß der Dreischrittregel geübt wird.

### Verlaufsplan

| Phase                  | Unterrichtsinhalt                                                                                                                                                                                                                    | Organisation                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Begrüßung              | kurzes Vorstellen des Besuchs und grobe Skizzierung des Themas und des geplanten Verlaufs der Stunde                                                                                                                                 | Treffen im Sitzkreis                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Erwärmung              | Schattenlauf mit Dribbeln                                                                                                                                                                                                            | Invalide verteilen Bälle                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Teambildung und Aufbau | Die 6 Mannschaften von letzter Stunden werden vorgelesen und bauen die verschiedenen Stationen der letzten Woche auf                                                                                                                 | Mannschaften stellen sich bei Hütchen auf, Invalide verteilen Parteibänder.<br><br>Den jeweiligen Mannschaften werden die einzelnen Aufgaben beim Aufbau zugewiesen (Sprungbretter und je einen kleinen Kasten holen 1 und 2, Weichboden holen 3 und 4, Kastenteile holen 5 und 6) Die geraden Mannschaften sind für den linken Kreis verantwortlich, die ungeraden für den rechten Kreis. |
| Einstimmungsspiel      | Wurf im Sprung auf ein Tore an den Stationen von letzter Woche. Ohne TW. Mannschaft, die die meisten Tore wirft hat gewonnen                                                                                                         | Geworfen wird nach der Reihenfolge: Station 1, 2 dann 3. Es wird erst geworfen, wenn Ball geholt wurde. Nach dem Wurf an neuer Station anstellen.<br>Die Tore werden von den jeweiligen Gruppen laut mitgezählt.<br>Die Invaliden stehen neben Tor und rollen Bälle zur Seite.                                                                                                             |
| Problematisierung      | <u>Reflexion:</u> Beschreibt, wie der Sprungwurf ausgeführt wurde! Wo gab es Probleme?<br><u>Mögliche Antworten:</u> Regeleinhaltung, Koordination (Ball-Absprung), Wann wird geprellt?<br><br>Falls gewünschte Antwort nicht kommt: | Sitzkreis, Bälle unter der Bank                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

|                          |                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                          | <p>Aus der Übung von letzter Woche ist noch eine Sache offen geblieben:<br/>Wann wird geprellt?</p> <p>Umbau der Stationen</p>                                                                                  | <p>Die Mannschaftsführer der jeweiligen Mannschaften erhalten nun Stationskarten, anhand derer die Stationen umgebaut werden sollen. Wichtiger Hinweis: Sprungbrett von Station 1 muss außerhalb des Handballfeldes an Wand gelehnt werden.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p>Erarbeitungsphase</p> | <p>Üben an Stationen:<br/>Station 1: verbale Hilfe für den Rhythmus,<br/>Station 2: Gerätehilfe zum richtigen Beineinsatz (Kastentreppe)<br/>Station 3: Gerätehilfe für verlängerte Flugphase (Sprungbrett)</p> | <p><u>Station 1:</u> Pylone, die anzeigt, an welcher Stelle der Ball zum letzten Mal geprellt werden muss.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>→ Verbale Hilfe zur Rhythmisierung der Schrittfolge links-rechts-links</li> <li>→ Visualisierung des Ortes des letzten Prellens durch Pylone</li> </ul> <p><u>Station 2:</u> Weichbodenmatte liegt im Wurfkreis, davor zweiteiliger und einteiliger Kastendeckel (=Kastentreppe), Pylone markiert die Position, an der zuletzt aufgetippt wird</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>→ Aufbau mit Weichboden motiviert SuS zur aktiven Mitarbeit</li> <li>→ Visualisierung des Ortes des letzten Prellens durch Pylone</li> <li>→ Kastentreppe ist Gerätehilfe: zwingt SuS zu rhythmischen Schritten</li> <li>→ Weichboden: SuS konzentrieren sich weniger auf die Landung und können im Sprung abwerfen (Erfolg motiviert)</li> </ul> <p><u>Station 3:</u> Sprungbrett liegt am Wurfkreis, Pylone markiert die Position, an der zuletzt geprellt wird</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>→ Visualisierung des Ortes des letzten Prellens durch Pylone</li> <li>→ Sprungbrett ermöglicht/motiviert zu dynamischen und somit rhythmischen Schrittfolge</li> <li>→ Durch vergrößerte Sprunghöhe längere Zeit zum Abwurf in der Luft (Torerfolg motiviert SuS)</li> <li>→</li> </ul> <p>Zunächst postiert sich je eine Mannschaft an einer Station (von L. durch Stationskarten zugewiesen) und erarbeitet kurz anhand der Stationskarte, was und wie an der jeweiligen Station geübt werden soll.</p> |

|                        |                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                        |                                                                                                                                                                                                                     | <p>Nach etwa 3 Minuten wird die Lerngruppe an einem Wurfkreis versammelt, an dem die jeweiligen Gruppen kurz die Übungen demonstrieren.</p> <p>Wichtig ist hier der Hinweis, dass die SuS nach der festgelegten Reihenfolge werfen sollen, damit Verletzungen beim Holen des Balles vermieden werden. Invalide stehen neben dem Tor und rollen Bälle zur Seite weg.</p> <p>Durchlauf der Stationen: nach 5 Minuten erfolgt ein Pfiff als Signal für das Wechseln der Stationen</p> <p>L. beobachtet zunächst die Übungsphase und verbessert dann gezielt einzelne SuS</p>                               |
| Reflexion              | Äußert euch zu den Übungen, welche war am besten? Begründet! Wofür sind sie hilfreich?                                                                                                                              | Sitzkreis, Bälle unter Bank                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Übung                  | <u>Arbeitsauftrag:</u> Übt an den Stationen, die euch am besten geholfen haben. Diejenigen, die die Schrittfolge und den Sprungwurf in Kombination bereits beherrschen werfen aus dem Dribbeln aufs Tor (Station 1) | <p>Wahrscheinlich kommt es in dieser Übungsphase zu einer Überbelegung an Station 2, da diese durch die Weichbodenmatte eine große Bewegungsmotivation bei den SuS hervorruft und hier die Dribbel -Schritt- Koordination durch die Kastentreppe stark erleichtert wird.</p> <p>Da den bewegungsschwächeren SuS jedoch ermöglicht werden soll von den Erfahrungen der stärkeren SuS zu profitieren, soll trotz möglicher Überfüllung einer Station an der „besten“ Station geübt werden. Vermutlich spüren die schwächeren SuS nämlich nicht auf Anhieb welche Station am geeignetsten für sie ist.</p> |
| Anwendung im Wettkampf | Anfangsspiel erneut Spielen, allerdings mit Pylonen zur Markierung und Torwart. Nur die im Sprung unter Berücksichtigung der Schrittregel geworfenen Bälle zählen.                                                  | Ein Schüler wird jeweils zum Torwart ernannt und geht zum gegnerischen Wurfkreis. Hier wird ein Schiedsrichter pro Kreis benötigt. Einen Invaliden einzuteilen ist schwierig, da er wahrscheinlich nur schwer erkennen kann, ob die Schrittregel eingehalten wurde. Außerdem ist für einen eventuell                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

|                    |                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                    |                                                                                                                                   | <p>schüchternen Schüler die Position als alleiniger Schiedsrichter in einem unübersichtlichen Spiel ungünstig. Der Torwart hat auch nur bedingt die Möglichkeit als Schiedsrichter zu agieren, da er sich auf den Wurf und nicht auf die Schritte konzentrieren wird. Es könnten Diskussionen auftreten, die die Freude am Wettkampf stark beeinträchtigen könnten. Aus diesem Grund werden der Fachlehrer und ich an je einem Kreis als Schiedsrichter fungieren.</p> |
| Abschlussreflexion | <p>Falls keine Verbesserung deutlich wird: woran kann dies liegen?<br/>Verabschiedung<br/>Fachlehrer übernimmt die Lerngruppe</p> | Sitzkreis                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

## Station 1: Höre den Rhythmus

### Aufgabe:

Am Hütchen zum **letzten Mal** prellen mit Partnerhilfe:

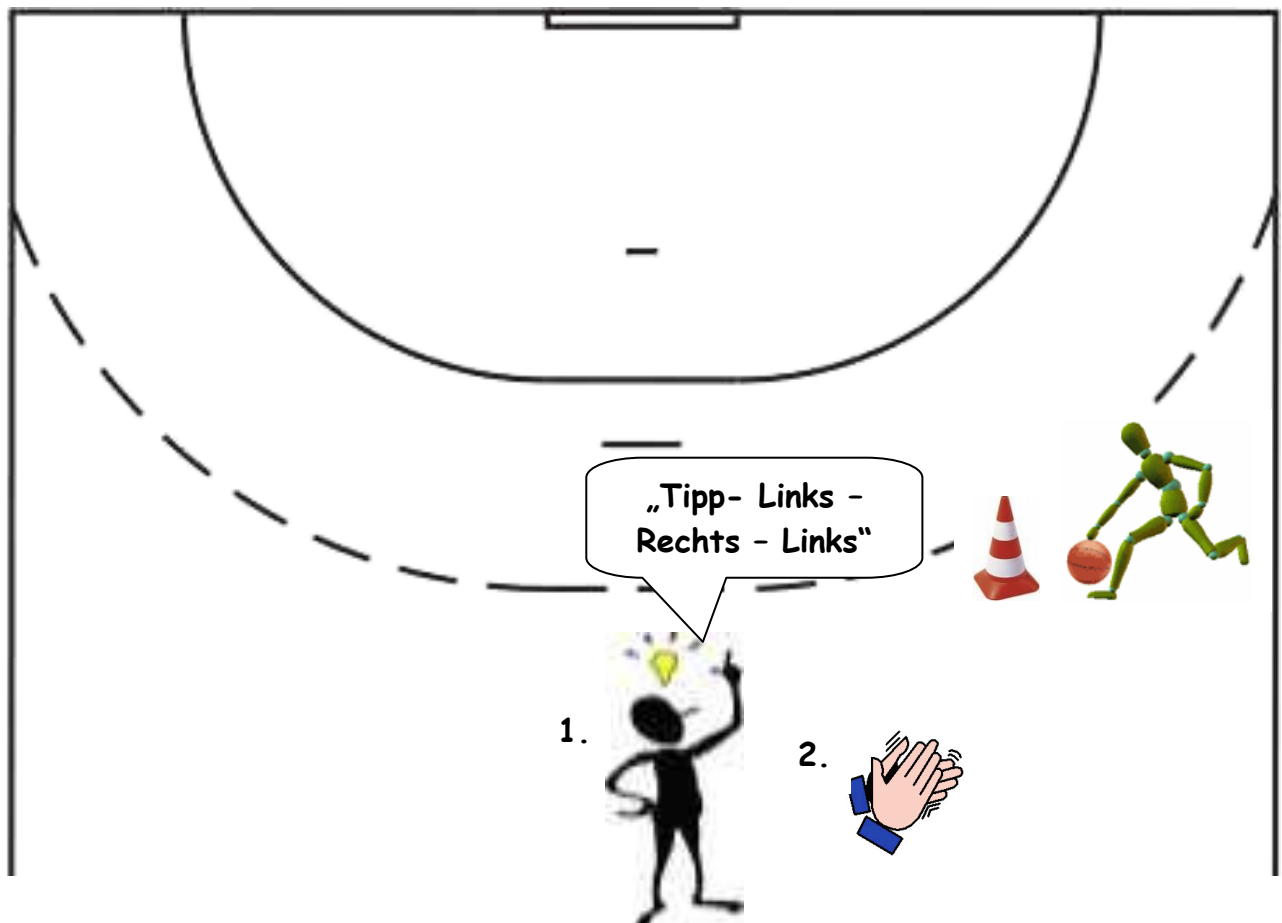
1. Partner zählt deine Schritte laut mit: „Tipp- Links -Rechts -Links“

2. Der Partner klatscht den Rhythmus deiner Schritte mit:



### Aufbau:

Hütchen steht etwa **4 Schritte** vom Kreis entfernt



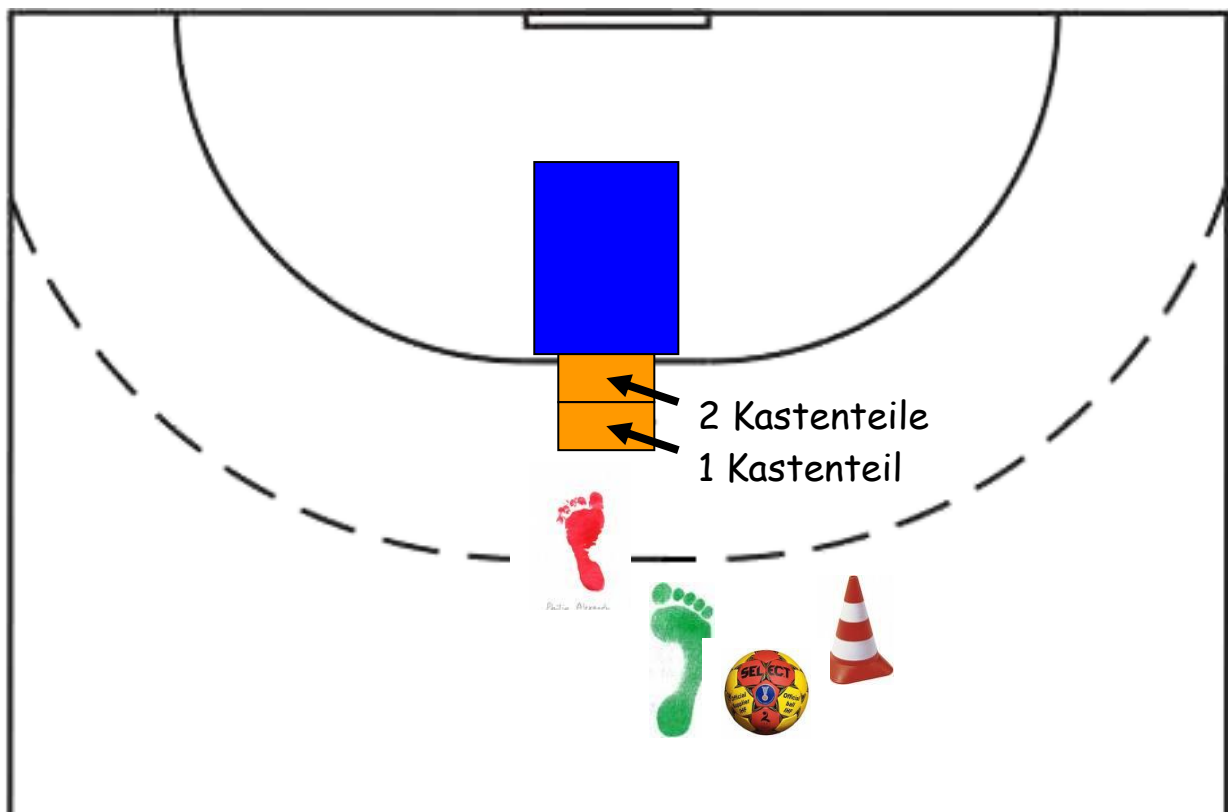
## Station 2: Drei Schritte und Wurf

### Aufgabe:

Beim Hütchen zum **letzten Mal** prellen, dann 3 Schritte und Sprungwurf

### Aufbau:

Hütchen auf Höhe des **vorletzten Schrittes** vor erstem Kastendeckel



## Station 3: Sprung und Wurf

### Aufgabe:

Beim Hütchen zum **letzten Mal** prellen



Aufbau: Sprungbrett an Wurfkreis, Hütchen etwa **3 Schritte** vor Sprungbrett

