

6. Unterrichtsbesuch im Fach Sport am

Studienreferendarin:

Schule: Gymnasium

Stufe: 11

Stunde/Raum: 8. und 9. Stunde (14.30 – 16.00 Uhr), Turnhalle

Fachseminarleiter:

Schulleiter:

Thema des Unterrichtsvorhabens:

„Hochsprung absolut und relativ“ – Die Bedeutung der motorischen Leistung sowie ihrer Messung und Bewertung im Sportunterricht am Beispiel Hochsprung.

Thema der Unterrichtseinheit:

„Nicht nur die Höhe zählt“ - Erproben, Auswerten und Vergleichen absoluter und relativer Leistungsmessung beim Hochsprung mit dem Ziel, den Einfluss von Körpergröße und Sprungkraft auf die Sprunghöhe zu erarbeiten und damit die Relativität von Leistung erfahrbar zu machen.

Pädagogische Perspektiven und Inhaltsbereiche:

Leitende Pädagogische Perspektive: Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)

Weitere pädagogische Perspektiven: Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern (A)

Leitender Inhaltsbereich: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Weitere Inhaltsbereiche: Wissen erwerben und Sport begreifen

Kernanliegen:

Die SuS sollen erfahren, dass die Faktoren Körpergröße und Sprungkraft Einfluss auf die Leistungsmessung im Hochsprung haben, indem sie Formen der absoluten und relativen Leistungsmessung kennenlernen, erproben und vergleichen und

dadurch die Relativität von eigenen und fremden motorischen Leistungen erfahren und erkennen.

Teillernziele:

Die SuS sollen:

- à die eigene und fremde Sprungleistung besser verstehen und einschätzen können
- à durch die Unterscheidung von absoluter und relativer Leistungsmessung die Leistung anderer anerkennen und wertschätzen

Einordnen der Einheit in das Unterrichtsvorhaben

1. Doppelstunde: Ausprobieren verschiedener Techniken im Hochsprung und Finden einer eigenen Technik, um die individuelle maximale Höhe zu erreichen.
2. Doppelstunde: „Nicht nur die Höhe zählt“ - Erproben, Auswerten und Vergleichen absoluter und relativer Leistungsmessung beim Hochsprung mit dem Ziel, den Einfluss von Körpergröße und Sprungkraft auf die Sprunghöhe zu erarbeiten und damit die Relativität von Leistung erfahrbar zu machen.
3. Doppelstunde: Entwickeln, Erproben und Auswerten eigener relativer Wettkampfformen im Hochsprung und Auswahl eines Sprungwettbewerbes, der als Wettkampf innerhalb des Kurses durchgeführt werden kann.
4. Doppelstunde: Durchführung des Kurswettkampfs.

Didaktisch-methodischer Kommentar:

Zu der in den Richtlinien vorgesehenen Obligatorik für das Fach Sport gehört die Beschäftigung mit dem Inhaltsbereich 3 „Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik“¹. Das Unterrichtsvorhaben ‚Hochsprung absolut und relativ‘ steht dabei unter der Pädagogischen Perspektive D: „Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen“². Die Schwerpunkte liegen in dieser Stunde im Kennenlernen, Erproben und Vergleichen von absoluten und relativen Leistungsmessungen im Hochsprung. Dabei

¹ Ministerium für Schule, Jugend und Kinder des Landes Nordrhein-Westfalen 1999: Richtlinien und Lehrpläne für die Sekundarstufe II Gymnasium/Gesamtschule – Sport. Frechen: Ritterbach.

² ebd.

sollen die SuS den Einfluss der Faktoren Körpergröße und Sprungkraft auf die Leistungsmessung und dadurch die Relativität eigener und fremder motorischer Leistung erfahren und erkennen. Die Fähigkeit, eigene und fremde Leistungen besser einordnen und verstehen zu können, soll die sozialen Erfahrungen der SuS fördern.

Der Gedanke des Leistungsvergleichs ist bei vielen SuS unablässig vorhanden und gehört zum Sport dazu, hat aber gerade in der Leichtathletik den Nachteil, dass er oft nur für die motorisch starken Schülerinnen und Schüler interessant ist. In diesem Unterrichtsvorhaben soll durch das Aufgreifen des Wettkampfgedankens die Chance genutzt werden konstruktiv und pädagogisch auf den Leistungsbegriff der SuS einzuwirken. Sie sollen erfahren, dass durch ein absolutes Bewertungssystem für einige SuS die Gefahr besteht andauernd zu den Schwachen und zu den Verlierern zu gehören, weil gerade eine geringe Körpergröße und ein hohes Körpergewicht auch bei bester Technik keine Höchstleistungen zulassen. Daher sollen die SuS erkennen, dass ein kritisches Hinterfragen der absoluten Leistungsmessung im Sportunterricht notwendig ist.

Die Begeisterung vieler SuS für die klassische Leichtathletik hält sich in Grenzen. Durch relative Wettkampfformen kann ein positives Verhältnis zur Leichtathletik und zum Sportunterricht im Allgemeinen gefördert und die Leistungsbereitschaft der SuS gesteigert werden. Wenn nicht immer dieselben SuS bei Wettkämpfen auf den hinteren Rängen landen sollen, können solche neuen Wettkampfformen für mehr Spannung und Abwechslung sorgen. Außerdem können die für den Hochsprung körperlich weniger geeigneten SuS durch mehr Chancengerechtigkeit bei diesen relativen Formen des Wettbewerbs besser motiviert werden diese und andere leichtathletische Disziplinen auch im Wettkampf als interessant und Freude bringend zu empfinden.!

Einige SuS habe ich bereits in dem bedarfsdeckenden Unterricht der Jahrgangsstufe 10 kennengelernt. Die SuS sind mir überwiegend positiv zugewandt. Leider lässt das konzentrierte und produktive Arbeiten besonders in Form von Gruppenarbeit noch zu wünschen übrig. Daher wurde in dieser Unterrichtseinheit bewusst darauf verzichtet die SuS in Gruppen selbstständig relative Wettkampfformen im Hochsprung entwickeln zu lassen. Auf der Basis der Ergebnisse dieser Unterrichtseinheit sollen die SuS in der nächsten Stunde weitere leistungstragende bzw. leistungsbeeinflussende Faktoren für den Hochsprung wie Gewicht, Anlaufform und -

geschwindigkeit oder Sprungtechnik in der selbstständigen Erarbeitung von relativen Wettbewerben berücksichtigen.

Nach den bisherigen Unterrichtserfahrungen sind teilweise deutlich heterogene Leistungen im Bereich Hochsprung zu erkennen.

Aufgrund der Tatsache, dass einige SuS (voraussichtlich vier SuS) verletzt sind und nicht aktiv am Sportunterricht teilnehmen können, plane ich diese bei der Begleitung und Durchführung der Wettkämpfe einzusetzen, bei den kognitiven Aufgaben in die Gruppe der aktiven SuS zu integrieren und besonders darauf zu achten, dass sich diese inaktiven SuS in den Problematisierungs- und Reflexionsphasen einbringen. Eine Schülerin, die Hemmungen und Ängste hat sich am Hochsprung zu beteiligen, soll motiviert werden am Jump- and Reach-Test teilzunehmen, weil bei dieser Übung kein Hindernis zu überwinden ist, ansonsten nimmt sie wie die übrigen inaktiven SuS an den kognitiven Phasen des Unterrichts teil.

Der Gegenstand Hochsprung ist für dieses Unterrichtsvorhaben besonders geeignet, weil er sehr konkret und anschaulich unterschiedliche körperliche und motorische Voraussetzungen und deren Einfluss auf die Sprunghöhe, also die absolute Leistung, sichtbar werden lässt.

Die heutige Unterrichtsstunde steht in engem Zusammenhang mit der vorangegangenen Unterrichtsstunde.

In der letzten Stunde wurden mit den SuS Kriterien erarbeitet, wie das Aufwärmen sinnvoll aufgebaut werden muss, um eine hochsprungspezifische Erwärmung zu ermöglichen. Daher können sich die SuS selbstständig in Form des Schattenlaufens aufwärmen.

Die Gruppeneinteilung für die Erarbeitungsphase erfolgt seitens der Lehrerin, um eine leistungsheterogene Gruppe zu ermöglichen, weil schon in der Gruppe die Unterschiede deutlich und von den SuS erarbeitet werden sollen, die sich aus den körperlichen Voraussetzungen der SuS ergeben.

In der ersten Erarbeitungsphase sollen die SuS in zwei Gruppen an zwei Stationen einen Hochsprungwettbewerb durchführen. In diesem Wettkampf sollen die SuS ihre individuelle maximale Höhe erreichen, dabei sind nicht mehr als sechs Sprünge pro SuS erlaubt. Es wurde bewusst auf die Überquerung einer Hochsprunglatte verzichtet und eine Zauberschnur gewählt, um Hemmungen und Ängste bei den SuS zu vermeiden und das Verletzungsrisiko zu minimieren. Die Zauberschnur ist mit

zwei kleinen Glöckchen versehen, um einen ungültigen Sprung zu verdeutlichen. Die Auswahl der Anlaufform, des Absprungs (einbeinig oder beidbeinig) und der Überquerungstechnik ist den SuS überlassen. Bereits in der letzten Stunde haben die SuS verschiedene Sprungtechniken ausprobiert, um die Technik zu finden mit der sie ihre maximale Sprunghöhe erreichen. Dabei wählten alle SuS eine bogenartige, hochsprungspezifische Anlaufform, einen einbeinigen Absprung und eine seitliche oder rückwärtige Überquerung der Schnur. Die individuelle Bestleistung mit Namen und Platzierung in der jeweiligen Gruppe wird auf Ergebnisbögen von den nichtaktiven SuS gesammelt. Anschließend werden zum Zweck der Übersichtlichkeit die Ergebnisse der Gesamtgruppe auf einem Plakat schriftlich festgehalten, um dies in der anschließenden Reflexionsphase als Gesprächgrundlage zu nutzen.

Die Problematisierungsphase wird durch einen visuellen Impuls eingeleitet. Eine Karikatur verdeutlicht die Problematik der traditionellen Leistungsmessung im Hochsprung des Sportunterrichts. Die SuS werden durch diesen Impuls auf die spezifische Thematik der Unterrichtsstunde hingelenkt und ihr emotionales Interesse daran wird verstärkt.

Die einleitende Erarbeitungsphase ermöglicht den SuS die Erfahrung mit der absoluten Leistungsmessung und, ausgelöst durch die Karikatur, die Problematik dieser Bewertung zu erkennen und sich die Frage nach einer relativen Leistungsmessung zu stellen. Daher erfolgt die Problematisierung der Leistungsmessung anhand der Karikatur erst in dieser Phase des Unterrichts, zugleich wird für die SuS zu diesem Zeitpunkt, das Ziel dieser Unterrichtseinheit transparent.

Die SuS sollen in der Problematisierungsphase, anhand der Karikatur leistungsbeeinflussende Faktoren im Hochsprung erkennen und benennen wie Körpergröße, Gewicht, Erfahrung, allgemeine Sportlichkeit, Schnelligkeit, Technik, Sprungkraft usw.. Anschließend sollen die SuS die Platzierung der Gesamtgruppe aus der ersten Erarbeitungsphase aufgrund der genannten Leistungsfaktoren reflektieren.

In der zweiten Erarbeitungsphase sollen die SuS auf der Grundlage von Stationskarten in ihren Gruppen zwei relative Wettkampfformen (Jump- and Reach-Test / Differenz zwischen Körpergröße und Sprunghöhe) kennenlernen und erproben. Das Festhalten der Platzierungen aus diesen beiden Wettkampfformen auf dem Plakat soll dazu dienen, in der Abschlussreflexion einen Überblick über die

Ergebnisse aller drei Wettkämpfe der Gesamtgruppe zu bieten, damit konkrete Anhaltspunkte für die Abschlussreflexion geliefert werden. Die jeweiligen Gruppen sollen sich außerdem überlegen welche in der Problematisierungsphase erarbeiteten Leistungsfaktoren in den relativen Wettkampfformen berücksichtigt worden sind.

In der Abschlussreflexion erfolgt ein Austausch über die Veränderung in der Platzierung der drei Wettkampfformen. Anschließend wird die Frage in Rückbezug auf die Karikatur erörtert, inwieweit die relativen Wettkampfformen eine gerechtere Leistungsmessung als die absolute Bewertung darstellen. Dabei sollen die SuS die Leistungsfaktoren, die in den relativen Wettkämpfen Berücksichtigung gefunden haben, benennen. Abschließend sollen die SuS überlegen welche weiteren Leistungsfaktoren in relativen Wettkämpfen berücksichtigt werden können und wie ein solcher Wettkampf aussehen könnte.

Literatur:

Ministerium für Schule, Jugend und Kinder des Landes Nordrhein-Westfalen 1999:
**Richtlinien und Lehrpläne für die Sekundarstufe II
Gymnasium/Gesamtschule – Sport.** Frechen: Ritterbach.

Kultusminister des Landes Nordrhein-Westfalen (Hrsg.): **Richtlinien und Lehrpläne
für den Sport in den Schulen im Lande Nordrhein-Westfalen. Bd.I
Allgemeiner Teil.** Köln 1980

Prof. Dr. Ralf Laging (Hrsg.): **Allgemeine und spezielle Ansätze zur Vermittlung
von Bewegung, Spiel und Sport. Leichtathletik – Laufen, Springen, Werfen.**

www.uni-marburg.de/.../laging/lehmaterial_laging/vl_allgemeine_spezielle_Ansaetze_didaktik/vl_m4_blatt_11

Verlaufsplan

Phase	Handlungsschritte	Didaktische Überlegungen / Anmerkungen	Arbeits- und Sozialformen	Medien / Material
Einstieg	Begrüßung der Schüler und Schülerinnen	Kein informierender Einstieg à Ziel der Stunde soll den SuS erst in der Problematisierungsphase bewusst werden, um Erfahrungen in der ersten Erarbeitungsphase nicht zu stören	Lehrervortrag Sitzkreis	---
Aufwärm- und Aufbauphase	Schattenlaufen mit besonderer Berücksichtigung hochsprungspezifischer Beanspruchung Einteilung in 2 Gruppen durch die Lehrerin Aufbau erfolgt durch Gruppen	Sportartspezifischer Bezug; Selbstständigkeit der SuS wird gefördert Leistungsheterogene Gruppen in Bezug auf Hochsprung sind gewährleistet, damit unterschiedliche körperliche Voraussetzung und deren Einfluss auf die Sprunghöhe deutlich werden	Gruppen	---
1. Erarbeitungsphase	Alle SuS versuchen in höchstens 6 Sprüngen ihre maximale Höhe zu erreichen; Anfangshöhe und Sprungtechnik können selbst gewählt werden. Nichtaktive SuS führen den Wettkampf durch und notieren die	Messung der absoluten Sprunghöhe; Möglichkeit, die Problematik der absoluten Leistungsmessung den SuS erfahrbar zu machen Nichtaktive SuS werden aktiv in den Unterrichtsprozess mit	Gruppenarbeit	Hochsprungständer, kl. Matten, große blaue Matten, Zauberschnüre, Glöckchen

	jeweilige individuelle Bestleistung auf einem Ergebnisbogen. Anschließend wird die Platzierung der SuS innerhalb der Gesamtgruppe auf dem Plakat festgehalten.	einbezogen Gesprächsgrundlage für Problematisierungsphase		
Problematisierungsphase	Karikatur als Impuls; Die SuS sollen anhand der Karikatur leistungsbeeinflussende Faktoren im Hochsprung erkennen und benennen und die Platzierung der Gesamtgruppe aus der ersten Erarbeitungsphase aufgrund der genannten Leistungsfaktoren reflektieren.	Transparenz des Zieles der Stunde; Verstärkung der Motivation und des Interesses der SuS Verdeutlichung der Problematik der traditionellen Leistungsmessung im Hochsprung des Sportunterrichts	Unterrichtsgespräch; Halbkreis vor dem Plakat	Plakat mit Karikatur; Plakat mit Platzierung des ersten Wettkampfs
2. Erarbeitungsphase	Zwei Stationen: 1. Jump- and Reach-Test; Notieren der Differenz zwischen Sprunghöhe des JuR-Tests und der absoluten Sprunghöhe aus dem ersten Wettkampf auf dem Ergebnisbogen. 2. Differenz zur Körpergröße; Drei Sprünge über die Zauberschnur. Der höchste Sprung wird in Differenz zur Körpergröße gemessen und auf dem Ergebnisbogen notiert. Die Gruppen sollen beide Stationen durchlaufen. Außerdem soll innerhalb der Gruppe überlegt werden, welche in der Problematisierungsphase erarbeiteten Leistungsfaktoren in den relativen Wettkampfformen berücksichtigt worden sind.	Erproben und Erfahren relativer Leistungsmessung; Förderung der Selbstständigkeit durch eigene Erarbeitung der Stationen	Gruppenarbeit an Stationen	Kl. Kästen, Stationskarten, Magnesia, Maßband

	Die nichtaktiven SuS begleiten die Gruppen an den Stationen, notieren Ergebnisse und übertragen diese auf das Plakat.	konkrete Anhaltspunkte für die Abschlussreflexion		
Abschlussreflexion	<p>Austausch über die Veränderungen in der Platzierung innerhalb der drei Wettkampfformen. Inwieweit stellen die relativen Wettkampfformen eine gerechtere Leistungsmessung als die absolute Messung dar.</p> <p>In Ausblick auf die nächste Stunde: Welche Leistungsfaktoren können zusätzlich in relativen Leistungsvergleichen berücksichtigt werden und wie könnten solche Wettkämpfe aussehen?</p> <p>à Abbau durch die SuS</p>	<p>Schaffung der Voraussetzung für die Anwendung relativer Bewertungsformen im weiteren Verlauf des Unterrichtsvorhabens</p> <p>Vorbereitung auf die Aufgaben der nächsten Stunde</p>	Unterrichtsgespräch Halbkreis vor dem Plakat	Plakat mit Karikatur; Plakat mit Platzierungen der drei Wettkämpfe