



Seminar für das Lehramt an Gymnasien und Gesamtschulen

Schriftlicher Entwurf für den 2. Unterrichtsbesuch am

Name:
Fach: Sport
Lerngruppe: 9d 23 SuS (23w), BdU
Zeit: 5. Stunde (12.00 – 12.45 Uhr)
Ort: (gr. Turnhalle),

Fachseminarleiter:

Thema des Unterrichtsvorhabens

Einfache und komplexere Sprünge mit dem Minitrampolin- das eigene und fremde Bewegungskönnen einschätzen lernen und kriteriengeleitetes Feedback geben

Pädagogische Perspektiven und Inhaltsbereiche

Leitende Pädagogische Perspektive: (D) das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen
Weitere Pädagogische Perspektive: (A) Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern

Leitender Inhaltsbereich: Bewegen an Geräten- Turnen (5)

Überblick über den Verlauf des Unterrichtsvorhabens

- 1) Einführung in das Thema Minitrampolin mit Schwerpunkt auf Sicherheit und Aufbau. Ausprobieren von Fußsprüngen. (Vorgabe: keine Überschlagbewegungen, beidbeiniges Abspringen und Landen) (große Halle)
- 2) Welche Bewegungskriterien sind für einen gelungenen Sprung wichtig? Selbständiges Erarbeiten von Kriterien zur Bewertung von Sprüngen in Kleingruppen (kleine Halle)
- 3) Wiederholung der Fußsprünge unter besonderen Berücksichtigung der Körperspannung und Landungssicherheit (große Halle) → nur 5 Schülerinnen anwesend
- 4) Das Anwenden der selbst gefundenen Bewertungskriterien in Teams mit Hilfe des Bewertungsbogens zur Feststellung individueller „Baustellen“**
- 5) Stationen zu den in der vorherigen Stunde gefundenen „Baustellen“ mit speziellen Übungen zu verschiedenen Bereichen

Thema der Stunde

Das Anwenden der selbst gefundenen Bewertungskriterien in Teams mit Hilfe des Bewertungsbogens zur Feststellung individueller „Baustellen“

Kernanliegen

Die Schülerinnen sollen sich gegenseitig mit den selbst gefundenen Bewertungskriterien bei 3 Sprüngen bewerten.

Ergänzende Zielaspekte

Die Schülerinnen sollen zielgerichtet miteinander fachspezifisch kommunizieren und ihr Bewegungssehen schulen.

Außerdem sollen die Schülerinnen eine kriteriengeleitete, individuelle Rückmeldung zu ihren gezeigten Sprüngen bekommen,

Angaben zur Lerngruppe

Die Klasse 9d besteht aus 23 Schülerinnen. Ich habe die Lerngruppe seit Oktober 2009 alleine unterrichtet (BdU), da die Kollegin aus gesundheitlichen Gründen vertreten werden musste. Ich habe die Klasse nur einstündig vertreten, jetzt allerdings zweimal pro Woche. Schwierig sind vor allem die räumlichen und zeitlichen Gegebenheiten: so haben die Schülerinnen generell nur Einzelstunden Sport, wovon eine Stunde einmal die Woche in der großen Halle stattfindet und die zweite im Wechsel in der großen Halle oder der Gymnastikhalle.

In der Klasse gibt es wenige sportliche Mädchen, die wenig Angst haben und schon in der ersten Stunde des neuen Themas gefragt haben, ob sie nicht einen Salto springen dürfen. Viele wiederum sind vorsichtig und schüchtern, sind aber während der Fußsprünge immer mutiger geworden.

Es gibt eine Schülerin, die nie am Sportunterricht teilnimmt, weil sie ein Attest hat. Sie wird immer für verschiedene Tätigkeiten eingesetzt.

Geplanter Verlauf

Phase	Geplantes Vorgehen / Inhalt	Unterrichtsform/ Medien/Geräte	Didaktisch-methodischer Kommentar / Organisation
Einstieg 5 Min	Begrüßung, Bekanntgabe des Stundenthemas	Halbkreis	Transparenz, Einstimmung auf die Stunde
Allgemeine Erwärmung I 10 Minuten	Die Schülerinnen und die Referendarin laufen durch die Halle. Auf einen Pfiff macht die Referendarin eine Übung vor und alle Schülerinnen machen sie nach.	Musikanlage+Cd	Die Schülerinnen sollen sich spezifisch aufwärmen, deshalb werden Bewegungen durchgeführt, die die Schülerinnen für das folgende Trampolinspringen brauchen werden. Um ihnen die Angst vor der neuen Situation ein wenig zu nehmen, wird die Referendarin mitlaufen und Kommandos geben. Die Übungen sind z.B. Unterarmstütz vorlings, schnelle Skippings, Strecksprung, Armkreis, Dehnen der Oberschenkelinnenseite
Besprechung	Kurze Erklärung des weiteren Vorgehens und Austeilen der Bewer-	Halbkreis, Bilder der verschiede-	Die Wiederholung der Körperhaltungen und das Zeigen der Bilder soll den Schülerinnen eine Hilfe sein, damit sie ein

5 Minuten	tungsbögen Wiederholung: wie ist die Körperhaltung bei den verschiedenen Sprüngen?	nen Sprünge werden ausgehängt	Bewegungsbild haben mit dem sie die Leistung ihrer Mitschülerinnen vergleichen können.
Erarbeitung 10-15 Minuten	Üben der Sprünge in Teams und Bewerten der Sprünge mit Hilfe des Bewertungsbogens	2er Gruppen an 2 Anlagen	Die Schülerinnen sollen sich wieder an das Fliegen und Landen gewöhnen. In der letzten Stunde waren nur 5 Schülerinnen anwesend, so dass besonders die Schülerinnen, die nicht anwesend waren, wieder das Gefühl für das Tuch bekommen müssen. Die Schülerinnen sollen 3 verschiedene Sprünge zeigen, bei denen die Bewegungsqualität überprüft werden soll. Die Invaliden werden zum Tipps geben und für Korrekturen eingesetzt. Sie achten mit auf die richtige Bewegungsausführung.
Reflexion 5 Minuten	Wie habt ihr euch gefühlt? Was hat sich während des Übens verändert? Verschiedene Schwierigkeitsgrade der einzelnen Sprünge.	Halbkreis	Die Schülerinnen sollen lernen über ihr Empfinden bei Bewegungen zu sprechen und in Worte fassen was sich verändert, wenn man überprüft wird. Die Schülerinnen sollen lernen sich kriteriengeleitet mit Bewegungen auseinander zu setzen. Außerdem sollen sie sich mit der Frage auseinandersetzen, welche Sprünge eine hohe Anforderung an den Springer haben und welche eher nicht und dies auch begründen.
Abbau	Die Schülerinnen bauen die Trampoline ab und räumen die Matten weg		Die Schülerinnen sollen das Wegräumen der Materialien üben.

Didaktisch-methodischer Begründungszusammenhang

Die heutige Unterrichtsstunde ist Teil des folgenden Unterrichtsvorhabens „Einfache und komplexere Sprünge mit dem Minitrampolin- das eigene und fremde Bewegungskönnen einschätzen lernen und kriteriengeleitet Bewerten“. Die leitende pädagogische Perspektive, dem das Unterrichtsvorhaben zu Grunde liegt, ist (D) das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen.

Die Schülerinnen hatten vorher noch keine schulischen Erfahrungen mit dem Minitrampolin gemacht, allerdings hatten manche Schülerinnen außerschulische Vorkenntnisse vorzuweisen. Das Minitrampolin an sich hat einen hohen Aufforderungscharakter, jedoch beläuft sich das Unterrichtsvorhaben nur auf ca. 5 Einzelstunden, da ich die Klasse bald wieder abgeben muss. Ursprünglich sollte in dem Unterrichtsvorhaben und auch in der heutigen Stunde eine andere Zielsetzung verfolgt werden, die jedoch nicht möglich gewesen wäre, da den Schülerinnen manche basics fehlen. Viele haben noch Probleme mit der Körperspannung, andere

wiederum bei der Landung und eine Schülerin ist in der ersten Stunde permanent mit einem Fuß abgesprungen. Um die spezifischen Schwachstellen in der Bewegung heraus zu finden sollen die Schülerinnen sich in die „Lehrerposition“ hineinversetzen und anhand der selbst gefundenen Kriterien eine individuelle Rückmeldung geben was bereits vorhanden ist und was noch verbessert werden kann.

Die Legitimation bekommt das Vorgehen in der Stunde durch die Richtlinien und Kernlehrpläne des Landes NRW. In der pädagogischen Perspektive „(D) Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen“ geht es besonders darum, dass die Schülerinnen und Schüler anhand ihres individuellen Leistungsfortschritts bewertet werden und nicht durch den Vergleich mit anderen (Vgl. S. 37). Deshalb bekommt jede Schülerin einen Bewegungsbogen, der von ihrer Partnerin ausgefüllt wird, damit in den darauf folgenden Stunden an den spezifischen Problemen individuell gearbeitet werden kann.

Außerdem ist es im Sport ebenfalls besonders wichtig zu kooperieren und sich zu verständigen. Viele Schülerinnen verständigen sich mit ihren Klassenkameradinnen gut, jedoch gibt es ein paar Schülerinnen, denen die Verständigung schwer fällt. Durch die Partnerarbeit sollen sie in die Gruppe mit eingebunden werden.

Das Warmmachen soll akzentuiert stattfinden, da die Muskeln, Bänder und Sehnen aufgewärmt und gedehnt werden müssen. Die ausgewählten Übungen (Unterarmstütz vorlings, Armkreisen, Streck sprung, schnelle Skippings auf der Stelle) sollen die verschiedenen Bereiche ansprechen, die beim Minitrampolin gefordert sind: Körperspannung, beidbeinige Landung, Armschwung und Anlauf. Außerdem sollen die Adduktoren gedehnt werden, damit bei der Grätsche und beim Grätschwinkelsprung keine Muskelverletzungen an der Innenseite der Oberschenkel auftreten. Das Aufwärmen wird von der Referendarin aktiv begleitet, da den Schülerinnen somit das Einfinden in die ungewohnte Situation (Fachleiter, Zuschauer) erleichtert werden soll. Die Musik dient zur zusätzlichen Motivierung der Schülerinnen.

Das Einspringen (spezielles Aufwärmen) ist ebenfalls besonders wichtig, damit die Schülerinnen wieder ein Gefühl für das Sprungtuch bekommen. Eine hohe Sprungfrequenz ist durch den Aufbau von 2 Anlagen gegeben.

Die Schülerinnen sollen sich ihren Partner selbst suchen, damit die Motivation aufrechterhalten wird.

In der abschließenden Reflexion soll es neben dem Gespräch über die Partnerarbeit auch um die Frage gehen, welche Sprünge einen hohen Schwierigkeitsgrad aufweisen und deshalb mit einer besseren Note bewertet würden. Der Schwierigkeitsgrad der Sprünge wurde von den Schülerinnen auch als Bewertungskriterium genannt, allerdings ist er auf dem Bogen nicht vermerkt.

Literatur- und Quellenverzeichnis

Ministerium für Schule, Wissenschaft und Forschung (Hrsg.): **Richtlinien und Lehrpläne für die Sek I – Gymnasium in Nordrhein-Westfalen**. Düsseldorf: Ritterbach, 2001.

www.hochsauerlandsport.de/uploads/media/MiniTrampolin.pdf

Anhang

Bewertungskriterien

Name:

Sprungart	Beidbeiniger Absprung	Körperspannung/ Haltung	Landungssicherheit	Sprunghöhe