



Seminar für das Lehramt an Gymnasien und Gesamtschulen

Schriftlicher Entwurf für den 4. Unterrichtsbesuch am

Name:
Fach: Sport
Lerngruppe: 7 d (31 SuS)
Zeit: 11.50 Uhr
Ort:

Fachseminarleiter:

Thema des Unterrichtsvorhabens

Einführung der Trendsportart „Le Parcour“ mit dem Ziel einen selbst erstellten Hindernispacours unter Einhaltung der Kriterien Schnelligkeit, Effektivität und Bewegungsfluss zu durchlaufen.

Pädagogische Perspektiven und Inhaltsbereiche

Leitende Pädagogische Perspektive:
Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern (A)
Weitere Pädagogische Perspektive:
Etwas wagen und verantworten (C)

Leitender Inhaltsbereich:
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (Inhaltsbereich 1)
Weiterer Inhaltsbereich:
Bewegen an Geräten – Turnen (Inhaltsbereich 5)

Thema der Stunde

Entwicklung individueller Möglichkeiten Hindernisse mit unterschiedlichem Schwierigkeitsgrad zu überwinden, um den Bewegungsfluss nach einem Übungsdurchlauf im Vergleich zum Anfang der Stunde zu verbessern.

Kernanliegen

Die SuS sollen in einer offenen Unterrichtssituation verschiedene individuelle Möglichkeiten entwickeln, um den Bewegungsfluss beim Überqueren eines Hindernisses nach einem Übungsdurchlauf an Stationen mit verschiedenem Schwierigkeitsgrad zu optimieren.

Geplanter Verlauf

Phase	Geplantes Vorgehen / Inhalt	Organisation/Unterrichtsform/ Medien/Geräte	Didaktisch-methodischer Kommentar
Einstieg 5 min.	Begrüßung Hinweis auf das bereits bekannte Kriterium des Bewegungsflusses beim Überwinden von Hindernissen im „Le Parcour“. Begriff Bewegungsfluss erläutern lassen → „Ohne Unterbrechung“,... Erklärung des Aufwärmspiels.	Sitzkreis	In dieser Phase muss seitens der Lehrperson verstärkt auf die Einhaltung des Sitzkreises und Gesprächsregeln achten, da es in den vorangegangenen Stunden diesbezüglich Probleme gab. Es kann also sein, dass die Phase etwas länger dauert.
Erwärmung/Problemmatisierung 10 min.	Fangen mit Befreiungsmöglichkeit durch überspringen des Gefangenen, welcher in der Bankstellung kniet.	2 Fänger Stehkreis für die Besprechung. Wir müssen üben einen Bewegungsfluss einzuhalten.	Die Überwindung der gefangenen Person mit anschließendem Weiterlaufen, soll die SuS zu einem flüssigen Bewegungsablauf führen. Es wird schon hier thematisiert, dass es schwierig sein kann, ein Hindernis zu überqueren ohne eine Unterbrechung der Bewegung zu riskieren. Es wird deutlich auf eine gegenseitige Rücksichtnahme hingewiesen. Die SuS sollen sich subjektiv einschätzen.
Erarbeitung 15 min.	Entwickeln von verschiedenen Möglichkeiten Hindernisse mit unterschiedlichem Schwierigkeitsgrad zu überwinden.	Aufbau von fünf Stationen mit unterschiedlichem Schwierigkeitsgrad. Ein Invalide fährt den Mattenwagen zu den einzelnen Stationen. Die SuS wählen eine Station, die sie sich zutrauen zu überwinden und probieren diese aus. Es wird von den Invaliden ein Gesamtbild über die Verteilung der SuS an den Stationen erhoben. Überqueren der Hindernisse mit der Vorgabe mindestens 2 verschiedene Möglichkeiten zu entwickeln und auf den Bewegungsfluss zu achten. Invaliden sichern, wenn gewünscht.	Die Lehrkraft muss explizit auf ein genaues Lesen der Stationskarten hinweisen. Aufgrund der Heterogenität der SuS muss die Bandbreite der angebotenen Station hoch sein. Dies soll gewährleisten, dass jeder eine Station findet, die seinen Anforderungen entspricht..

Präsentation 10 min.	Präsentation der Möglichkeiten zur flüssigen Überwindung eines Hindernisses.	Die SuS stellen sich im Halbkreis auf, um die jeweilige Station gut sehen zu können. Die SuS präsentieren ihre Ergebnisse für das jeweilige Hindernis.	Das Vorstellen aller erarbeiteten Möglichkeiten würde zu viel Zeit in Anspruch nehmen. Deshalb wird nur eine bestimmte Auswahl präsentiert. Jeder bringt andere Voraussetzungen mit, so dass nicht nur eine Lösung die Beste sein muss. Dieser Punkt muss von der Lehrkraft deutlich hervorgehoben werden. Die SuS werden durch die Lösungsvorschläge motiviert, sich der nächsten höheren Herausforderung zu stellen, wenn die einfachere Station flüssig überwunden werden kann.
Übungsphase 10 min.	Einüben der vorgestellten Möglichkeiten.	Die SuS bekommen Zeit, um die gesehenen Überquerungsmöglichkeiten auszuprobieren und an schwierigere Stationen zu gehen, wenn sie die einfache Station flüssig überwinden können. Auch hier wird, auf Zeichen der Lehrkraft, von den Invaliden das Gesamtbild über die Verteilung der SuS an den Stationen erhoben.	In dieser Phase gilt es die präsentierten Möglichkeiten für sich selbst zu nutzen, um eventuelle Ängste zu überwinden. Anhand der Verteilung der SuS an den Stationen, lassen sich Rückschlüsse auf den Lernzuwachs vermuten.
Abschlussreflexion 4 min.	Reflexion über den Fortschritt	Stehkreis Die SuS sollen den Anfangszustand mit dem Endzustand in Bezug auf den Bewegungsfluss vergleichen.	Die erhobene Stationsverteilung der Invaliden bietet die Möglichkeit der Verdeutlichung des Ergebnisses.
Abbau 5 min.	Abbauen der Geräte	Die SuS bauen mit Hilfe der Invaliden die Stationen ab.	Erst wenn alle Geräte ordnungsgemäß im Geräteraum verstaut sind dürfen die SuS die Sporthalle verlassen. Hier gab es in der Vergangenheit große Probleme. Zur Verstärkung müssen die SuS nach dem Abbau noch einmal zur Verabschiedung im Kreis zusammenkommen.
Puffer			Wenn noch Zeit ist, wird das Aufwärmspiel noch einmal gespielt.
Abschlussspiel 10 min.	Fangen mit Befreiungsmöglichkeit durch überspringen des Gefangenen, welcher in der Bankstellung kniet.	Die SuS spielen das Spiel nun erneut mit der Vorgabe auf einen flüssigen Bewegungsablauf zu achten.	Alle SuS könne sich noch einmal ausgelassen bewegen.

Didaktisch-methodischer Begründungszusammenhang

Bedingungsanalyse

Die SuS dieses Kurses haben in den vergangenen Wochen gezeigt, dass sie Schwierigkeiten mit der Einhaltung von grundsätzlichen Regeln haben. Die Erfahrungen haben deutlich gemacht, dass gegen dieses Problem nur eine klar durchstrukturierte und geplante Vorgehensweise hilft. Vor allem in der vorangegangenen UE (Unterrichtseinheit) hat sich dieser Umstand gezeigt. Eine spontane Umstellung des Stundenverlaufplans endete in einem großen Chaos, den SuS wurde nicht deutlich, welches Ziel verfolgt wurde und sie reagierten mit großem Unmut und Unruhe bis hin zur totalen Leistungsverweigerung. Vor diesem Hintergrund steht neben dem inhaltlichen Schwerpunkt der Stunde eine genaue Durchführung der UE nach Plan für die Lehrperson im Mittelpunkt.

Die räumlichen Voraussetzungen in Zusammenhang mit der Anzahl der SuS (31) einer siebten Klasse stellen eine große Herausforderung dar. Da das Thema einen hohen Materialeinsatz erfordert, wird dieser Umstand noch verstärkt. Die Stationen sind so ausgewählt, dass die SuS sie in relativ kurzer Zeit selbsttätig aufbauen können und der Materialeinsatz möglichst gering gehalten wird. Die vorliegende UE ist die dritte des Unterrichtsvorhabens (UV). Aufgrund der Erfahrungen in der vorangegangenen UE kann der Ablauf des UVs nicht wie anfangs geplant durchgeführt werden, so dass an dieser Stelle ein inhaltlicher Schnitt erfolgt, der das UV in eine andere Richtung lenken wird. In der ersten UE war es nötig, die SuS an die Sportart „Le Parcours“ heranzuführen. Die SuS konnten ihre Erfahrungen ausdrücken und es wurde über die Sinnrichtung dieser Sportart reflektiert. Die Kriterien Schnelligkeit, Effektivität und Bewegungsfluss sowie die grundsätzliche eigenverantwortliche Einschätzung der eigenen Fähigkeiten wurden betont. Besondere Beachtung fand auch der Ablauf des Aufbaus der vorgegebenen Hindernisse. Die SuS durchliefen den Parcours mit der Vorgabe auf ihr individuelles Sicherheitsbedürfnis zu achten und konnten so erste körperliche Erfahrungen im Umgang mit den Hindernissen sammeln. Die zweite UE sollte das Abrollen als Möglichkeit eines sicheren und effektiven Abschlusses der Hindernisüberquerung mit der optimalen Möglichkeit zum Weiterlaufen thematisieren. Aufgrund der oben beschriebenen Problematik, war diese UE allerdings nicht zielführend. Als Konsequenz galt es nun Überlegungen anzustellen, die zum einen eine klarere Strukturierung der folgenden Unterrichtseinheiten und zum anderen einen sinnvolleren Bezug zur Altersklasse der SuS zum Ziel haben. So werden die Inhalte im weiteren Verlauf des UVs nicht mehr die Vermittlung spezifischer technischer Fähigkeiten der Sportart „Le Parcours“ sein, sondern auf die allgemeinen Kriterien wie Schnelligkeit, Effektivität, Bewegungsfluss bei der Überwindung der Hindernisse abzielen. Die Herangehensweise kann als offener bezeichnet werden. Dies stellt allerdings keinen Widerspruch zu dem geforderten strukturierten Vorgehen dar. In den nächsten beiden UEs werden also die Kriterien Schnelligkeit und Effektivität berücksichtigt, um dann zum Abschluss einen Parcours zu erstellen, der es allen SuS ermöglicht ihre Fortschritte in einem Abschlusslauf zu zeigen.

Der Schwerpunkt „Bewegungsfluss“ stellt eine Herausforderung im Bereich der Sachanalyse und Reduktion dar. Um den SuS einen leichteren Zugang zu ermöglichen, wird der Begriff übersetzt mit Umschreibungen wie: „Ohne Unterbrechung“, „Ohne Pause“, „Durchlaufen“, „Nicht stehen bleiben“, welche es den SuS zusätzlich ermöglichen sollen, ihren eigenen Lauf bezüglich dieses Kriteriums besser einzuschätzen. Es wird für die SuS leichter sein festzustellen: „Ich bin ohne Unterbrechungen durchgelaufen.“, „Ich habe nur zweimal gestoppt.“, als mit dem Begriff Bewegungsfluss zu arbeiten. Aus diesem Grund ist auch die Klärung des Begriffes am Anfang der UE zentral, um eine mögliche Progression innerhalb der UE überhaupt beschreiben zu können. Dies ist ein schwer umzusetzender Punkt für die SuS und in der Planung recht schlecht zu berücksichtigen, so dass es hier am Ende zu Problemen kommen kann. Ich erhoffe mir durch den Einsatz der Invaliden eine etwas objektivere Einschätzung, auch wenn diese nicht den gesamten Kurs im Blick haben können. Die Verteilung der SuS an den Stationen kann Rückschlüsse über den Lernzuwachs geben. Hier ist allerdings besonders darauf zu achten, dass eine Vermischung von zwei Gründen für den Stationswechsel verantwortlich ist. Neben dem Erreichen eines guten Bewegungsflusses steht auch die Überwindung der Angst im Focus. Es kann also sein, dass SuS an eine schwierigere Station gehen, ohne den Bewegungsfluss verbessert zu haben. Dem entgegenzuwirken ist Aufgabe der Lehrkraft während der Übungsphase.

Die Art und Weise wie die Hindernisse überwunden werden, untersteht keinen technischen Beschränkungen. Es ist wichtig, dass die SuS für alle Möglichkeiten offen bleiben, damit sie sich nachher auch unter Berücksichtigung der eigenen Fähigkeiten durch einen Hindernisparcours bewegen können. So wird es zum Beispiel bei der Längskastenüberquerung eventuell SuS geben, die am flüssigsten über das Hindernis kommen, indem sie es sofort im Ganzen überspringen, für andere SuS kann es bezüglich des Bewegungsflusses von Vorteil sein, erst auf den Kasten zu springen. Ebenso ist die grundsätzliche Auswahl der Stationen mit verschiedenen Schwierigkeitsstufen im Sinne einer Leistungsdifferenzierung erforderlich. Die Heterogenität dieses Kurses reicht von einer Gruppe von 5-6 Mädchen, für die es eine Herausforderung darstellt über einen kleinen Kasten zu springen bis hin zu einer Gruppe von 4-5 Jungen, die den Längskasten ohne Mühe überqueren können. Desweiteren war es Voraussetzung bei der Wahl der Stationen, einen flüssigen Bewegungsablauf so zu ermöglichen, dass er auch als solcher von den SuS verstanden werden konnte. Aus diesem Grund ist die Grundanlage – das Springen über einen Kasten mit anschließendem Weiterlaufen bis zum Hütchen – in allen Stationen gleich.

Legitimation des UVs

Die Reihe legitimiert sich aufgrund der Vorgaben der Richtlinien aus dem Inhaltsbereich „Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen“ (Inhaltsbereich 1). Die gewählten pädagogischen Perspektiven beziehen sich auf die in den Richtlinien Empfohlenen, wobei die Perspektiven A und C planungsleitend für das UV sind. Die Perspektive A besagt, dass „sich über die Erweiterung des Bewegungskönnens auch die Wahrnehmungsfähigkeit differenzieren lässt. Und genau diese Wahrnehmungsfähigkeit sei für die Entwicklung und das Lernen im Kindes- und Jugendalter grundlegend.“ (RuL, 2001 S. 27)

„Der erkundende,..., Umgang mit der materialen Umgebung und die Erschließung von Körpererfahrungen durch Bewegung sollen daher ebenso in den Sportunterricht aller Schulstufen wie die Einweisung in funktionale Bewegungstechniken des Sports gehören. Mit dem individuellen Bewegungsrepertoire entwickeln sich zugleich die Wahrnehmung der Welt und des eigenen Körpers.“ (RuL, 2001 S. 27).

„Indem sinnliche Empfindungen, die mit Bewegungen verbunden sind, im Sport durch eigenes Tun erschlossen und kontrolliert werden, stärken sie zugleich das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten.“ (vgl. RuL, 2001 S. 27).

Und genau das ist ein Punkt in der vorliegenden UE. Die SuS erschließen sich die Überquerungsmöglichkeiten selbst und üben sie solange, bis sie sie kontrollieren können. Die pädagogischen Perspektiven geben in diesen Zeilen den Kern der Sportart „Le Parcours“ für den Schulsport wieder.

In der Perspektive C wird verdeutlicht, dass „derjenige etwas wagt, der aus eigener Entscheidung eine herausfordernde Situation mit unsicherem Ausgang aufsucht und sich bemüht, diese im Wesentlichen mit den eigenen Fähigkeiten zu bestehen. Besonders dann, wenn der feste Stand auf dem Boden, die gewohnte Position im Raum aufgegeben wird, wenn sich erhöhte Anforderungen an das Gleichgewicht und die Steuerungsfähigkeit stellen, liegt es nahe, die Situation als Wagnis zu empfinden.“ (RuL, 2001 S. 29) Die SuS sind in dieser UE dazu aufgefordert den Schwierigkeitsgrad selbst zu bestimmen und begeben sich dann in die oben beschriebene Situation.

„Das Wagnis ist eine Grenzsituation, in der die Schwierigkeit der Aufgabe und die eigenen Fähigkeiten realistisch abzuschätzen und die Folgen für sich und andere verantwortlich zu kalkulieren sind.“ (RuL, 2001 S. 29).

In den Schwerpunkten des Sportunterrichts für die Jahrgangsstufen 7/8 ist festgehalten, dass „die Bewegungs-, Körper- und Spielerfahrungen stabilisiert, vertieft und erweitert werden sollen.

Deshalb ist eine mehrperspektivische Vermittlung in diesen Jahrgängen besonders zu beachten, um den Heranwachsenden zu einer autonomen und differenzierten Sinnfindung für ihr sportliches Tun zu verhelfen.“ (vgl. RuL, 2001 S. 53). Die Mehrperspektivität ist durch das Ansprechen der beiden oben genannten pädagogischen Perspektiven in dieser Stunde gegeben.

In den weiteren Grundsätzen für Unterrichtsgestaltung steht unter dem Begriffspaar „Individualisieren und Integrieren“, dass „eine Individualisierung dann erreicht wird wenn eine Vielfalt an Bewegungsangeboten und –arrangements bereit gestellt wird. Diese Form der Differenzierung von Unterricht ermöglicht es, die besondere Situation von Mädchen und Jungen, von leistungsstärkeren und

leistungsschwächeren, von bewegungsfreudigen und weniger motivierten Kindern und Jugendlichen in der Unterrichtsplanung zu berücksichtigen und allen Beteiligten Lern- und Leistungsfortschritte zu ermöglichen.“ (vgl. RuL, 2001 S. 56)

„Ein Schritt im weiteren Verlauf des UVs muss es allerdings sein, dass Neben dieser individuellen Differenzierung auch integrative und gemeinsame Lernprozesse initiiert werden.“ (vgl. RuL, 2001 S.56)

Methodik

Die Methodik des vorliegenden UVs basiert auf einer offenen Herangehensweise, die nur sehr wenig geschlossen wird. Der Gegenstand „Le Parcours“ setzt voraus, dass jeder Läufer sich nur die Dinge zutraut, in denen er sich sicher fühlt und die er geübt hat. Das eigene Sicherheitsbedürfnis ist allerdings bei allen SuS unterschiedlich, so dass nicht zu verlangen ist, dass alle auf die gleiche Art und Weise ein bestimmtes Hindernis überqueren. Es geht darum die SuS an die Grundkriterien heranzuführen und ihnen nicht kleinschrittig bestimmte Techniken beizubringen. Die SuS sollen mündig selbst entscheiden, wie sie am besten an ihr Ziel kommen und den Weg dahin offen und induktiv vollziehen. Es ist allerdings denkbar und vielleicht sogar nötig bei der Bearbeitung der Kriterien Effektivität und Schnelligkeit auf einige technische Möglichkeiten einzugehen, die bei der Erfüllung dieser Kriterien helfen. Dies ist in der vorliegenden UE nicht nötig, da ein Bewegungsfluss auch ohne spezielle Parcours-Techniken auskommen kann. Die starke Differenzierung aus dieser UE macht es allerdings auch nötig, verstärkt auf die Integration in den folgenden UEs zu achten, da alle SuS des Kurses am Ende einen Hindernisparcours unter Berücksichtigung der erarbeiteten Kriterien durchlaufen sollen und hier nur noch geringfügiger differenziert werden kann. Dies wird durch einen kooperativen Ansatz in einer der nächsten UEs gewährleistet werden. Im Bereich des Kriteriums Schnelligkeit ist es denkbar verschiedene Staffelvariationen durchzuführen, in denen deutlich wird, dass eine Absprache innerhalb der Gruppe nötig ist, um zu gewinnen.

Literatur- und Quellenverzeichnis

- Ministerium für Schule, Wissenschaft und Forschung des Landes NRW (Hg.): Richtlinien und Lehrpläne für die Sekundarstufe I – Gesamtschule in Nordrhein-Westfalen, Sport. Frechen, 2001.

Anhang



Station 5



Station 4



Station 3



Station 2



Station 1

Tür

Tür

Station 1

Aufbau:

1. Schaut zuerst auf den Hallenübersichtsplan, um euch zu orientieren wo die Station aufgebaut werden muss.
2. Legt genau fest, wer welche Materialien holt.

Aufgabe:

1. Überquert die drei Kästen und läuft dann noch weiter bis zum Hütchen.
2. Jeder entwickelt zwei verschiedene Möglichkeiten für sich selbst, um die Station ohne Unterbrechungen zu durchlaufen!



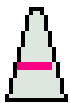
Station 2

Aufbau:

1. Schaut zuerst auf den Hallenübersichtsplan, um euch zu orientieren wo die Station aufgebaut werden muss.
2. Legt genau fest, wer welche Materialien holt.

Aufgabe:

1. Überquert die drei Kästen und läuft dann noch weiter bis zum Hütchen.
2. Jeder entwickelt drei verschiedene Möglichkeiten für sich selbst, um die Station ohne Unterbrechungen zu durchlaufen!



Start

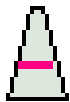
Station 3

Aufbau:

1. Schaut zuerst auf den Hallenübersichtsplan, um euch zu orientieren wo die Station aufgebaut werden muss.
2. Legt genau fest, wer welche Materialien holt.

Aufgabe:

1. Überquert den Kasten, springt auf die Matte und läuft dann noch weiter bis zum Hütchen.
2. Jeder entwickelt drei verschiedene Möglichkeiten für sich selbst, um die Station ohne Unterbrechungen zu durchlaufen!



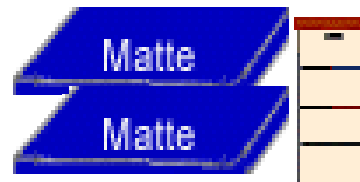
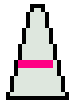
Station 4

Aufbau:

1. Schaut zuerst auf den Hallenübersichtsplan, um euch zu orientieren wo die Station aufgebaut werden muss.
2. Legt genau fest, wer welche Materialien holt.

Aufgabe:

1. Überquert den Kasten, springt auf die Matte und läuft dann noch weiter bis zum Hütchen.
2. Jeder entwickelt zwei verschiedene Möglichkeiten für sich selbst, um die Station ohne Unterbrechungen zu durchlaufen!



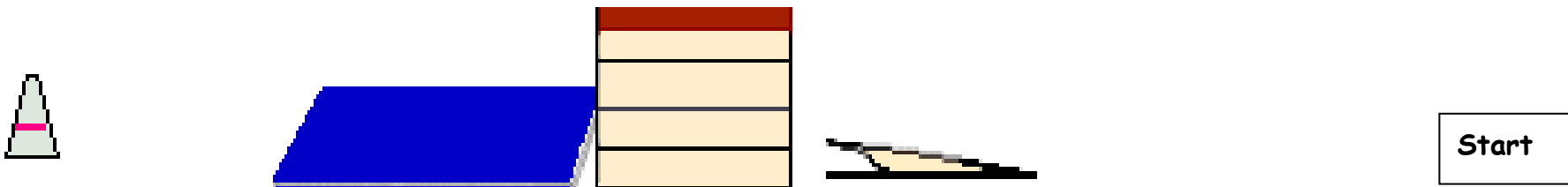
Station 5

Aufbau:

1. Schaut zuerst auf den Hallenübersichtsplan, um euch zu orientieren wo die Station aufgebaut werden muss.
2. Legt genau fest, wer welche Materialien holt.

Aufgabe:

1. Überquert den Kasten, springt auf die Matte und läuft dann noch weiter bis zum Hütchen.
2. Jeder entwickelt drei verschiedene Möglichkeiten für sich selbst, um die Station ohne Unterbrechungen zu durchlaufen!



Beobachtungsbogen

Aufgabe:

1. Notiere die Verteilung deiner Mitschüler auf die Stationen, wenn du dazu aufgefordert wirst.
2. Nutze dazu die Tabelle unten.
3. Benutze keine Namen. Schreibe nur auf, wie viele deiner Mitschüler an der jeweiligen Station stehen.

	Station 1	Station 2	Station 3	Station 4	Station 5
Anzahl am Anfang					
Anzahl am Ende					

