

Unterrichtsskizze aus der Intensivphase 2008

Datum: 19.02.2008

Name:

Fach: Sport

Lerngruppe: 10c (11w/ 11m)

Zeit: 4./5.Std

Ort: Gesamtschule Saarn, Mülheim

Thema der Stunde:

Fortsetzung der Reihe „Kleine Spiele“ mit besonderer Berücksichtigung der Wettkampf- und Kooperationsfähigkeit in Kleingruppen

Ziel der Stunde:

Die Schülerinnen und Schüler sollen durch gruppeninterne Absprachen einen möglichst erfolgreichen Bewegungswettkampf absolvieren und somit ihr Team zum „Police-Academy-winner“ machen.

Verlaufsplan:

Phase	Inhalt	Organisation
Einstieg	Begrüßung, Vorstellung, Bekanntgabe der Thematik	Die SuS betreten die Halle und warten auf den Stundenbeginn sitzend an dem von ihnen gewohnten Platz vor dem Haupteingang. Nach vollzähligem Erscheinen in der Halle, Ablegen des Schmuckes und der Wertsachen sowie der Kontrolle der Sportkleidung, wird den Schülern das heutige Thema „Police Academy“ vorgestellt. Die ganze Einheit soll nach diesem Motto verlaufen, indem die Lehrkräfte Ausbilder einer Polizeischule und die SuS die Auszubildenden (=Kadetten) darstellen.
Erwärmung	Kettenfangen; Schattenlauf	Kettenfangen: Unter allen SuS wird ein Fängerpaar bestimmt, das, sich an den Händen haltend, versucht, zwei weitere SuS zu fangen, die sich frei in einem durch Hütchen begrenzten Raum bewegen. Diese trennen sich vom Fängerpaar und bilden ein zweites Fängerpaar, bis alle Schüler gefangen sind. Schattenlaufen: Alle SuS suchen sich einen Partner. Einer bewegt sich auf irgendeine Art und Weise fort, auch die Bewegungsrichtung und -schnelligkeit steht diesem Schüler frei. Der andere versucht, alle diese Bewegungen zu imitieren und somit zu seinem ‚Schatten‘ zu werden. Auf Anweisung der Lehrkraft werden die Rollen getauscht.
Gruppenbildung und Aufbau	Die SuS gehen zu 4. zusammen in gemischte Kleingruppen. Je 2 Kleingruppen bauen unter Anleitung einer Lehrkraft eine Station auf, sodass 3 vollständige Stationen entstehen.	Die Gruppenbildung ist so geplant, dass sich immer ein Mädchenpaar mit einem Jungenpaar zu einer 4er-Kleingruppe zusammenschließt, sodass 6 etwa gleich starke Gruppen entstehen. Jeder der 3 Lehrkräfte baut nun mit jeweils 2 Kleingruppen eine Station auf. Station I: Wurfparcours Der Aufbau wird nach einer Skizze vollzogen, die vom Referendar erläutert wird. Dazu benötigen die Schüler vier hohe und zwei kleine Kästen, zwei Weichbodenmatten, sechs Pylone und sechs Bälle. Aufbau siehe Skizze Station II: Nahkampfausbildung 2 Schüler tragen eine Längsbank in die Mitte des Hallenteils und stellen sie auf die Sitzfläche

		<p>(umgedrehte Bank) parallel zu den Seitenwänden)Grundlinien Volleyball/Handballfeld). Zwei Schülerinnen holen den Mattenwagen. Die Übrigen helfen mit, die Matten aufzubauen (wenn möglich 8 Bodenmatten) und ordnen diese, mit der kurzen Seite zur Bank gerichtet, links und rechts von der Holbeckbank auf (sodass auf jeder Seite vier Bodenmatten liegen). Invalide muss auf die Schlaufen der Matten achten.</p> <p>Station III: Bewegungs-ABC Der Aufbau ist so geplant, dass nebeneinander 2 identische Parcours entstehen. Am Startpunkt befindet sich ein Sack mit Buchstaben-Täfelchen. Erst werden 5 Pylonen/Hütchen in regelmäßigen Abständen hintereinander aufgestellt. Dahinter werden 6-8 Reifen überlappend aneinandergelegt. Dahinter wird eine Bank längs platziert. Hinter dieser Bank steht ein kleiner Kasten mit einem Zettel und einem Stift darauf. Hinter den Kästen befindet sich ein mit Pylonen/Hütchen abgesteckter Kreis, der später die Strafrunde darstellt. Im Anschluss daran erhält jede Kleingruppe einen Zettel mit ihrem Gruppennamen und einen Stift, um auf diesem Zettel ihre Punktzahl zu notieren, die sie in jedem Spiel erworben haben. (Diese Arbeit könnte auch von den Invaliden übernommen werden. Diese kontrollieren auch mit, dass alles seine Richtigkeit hat.)</p>
<p>1. Durchgang</p>	<p>Schüler erhalten Anweisungen über die Regeln und Durchführung der jeweiligen Station und starten auf Kommando des Lehrers in den Wettkampf. Beendet ist dieser, wenn die vorgegebene Zeit abgelaufen ist.</p>	<p>Station I: Alle sechs Teams stehen am Start der jeweiligen Spielstation. Beim Startsignal tritt das erste Paar gegeneinander an. Nach Überwindung des Hindernisparcours (s. Skizze), müssen die jeweiligen Schüler versuchen die auf einem Kasten stehenden Pylone abzuwerfen. Dafür stehen ihnen drei Bälle zu Verfügung, die nach dem Werfen wieder eingesammelt werden müssen. Nachdem Einsammeln der Bälle laufen die Schüler an der jeweiligen Außenlinie zurück. Erst wenn sie den Startpunkt wieder erreicht haben, darf der nächste aus dem Team starten. Jeder erfolgreiche Treffer zählt einen Punkt. Das Spiel ist dann beendet, wenn die Zeit abgepfiffen wird. Die Ergebnisse können von einem „Invaliden“ auf dem jeweiligen Teambblatt eingetragen werden.</p> <p>Station II: Beide Teams müssen gegeneinander antreten: Jeweils ein Teammitglied jeder Mannschaft muss sich auf den ‚Schwebebalken‘ begeben. Ziel ist es, den ‚Gegner‘ seitlich hinunterzuschubsen. Das Drücken ist nur auf den Deltamuskel erlaubt. Auf jeden Fall sind Schubsen nach hinten sowie Schlagen im Allg. untersagt. Dies dauert die erste Runde des Parcours Station 3. Hiernach (2. Runde Station 3) wird die Bank von den Invaliden o. a. zur Glaswand weggetragen. Die Matten werden zusammen geschoben. Nun gibt es den Liegestütz-Kontest, bei dem die Teammitglieder versuchen, ihren jeweiligen Partner im Liegestütz die Arme so wegzuziehen, dass dieser auf den Boden fällt.</p> <p>Für jedes Hinunterschubsen und jedes zu Boden bringen erhält die jeweilige Mannschaft einen Punkt. Invalide und Lehrer sind Schiedsrichter. Invalide hat</p>

		<p>zudem das Teambblatt, um Ergebnisse einzutragen.</p> <p>Station III: Die jeweils Ersten der zwei Kleingruppen sollen aus dem Sack einen Buchstaben ziehen und mit diesem den ganzen Parcours bewältigen, er darf nicht verloren gehen. Zunächst sollen die Starter jedes Teams auf einem Fuß um die Hütchen im Slalom hüfen. Danach sollen sie Tippelschritte durch die Reifen ausführen. An der Bank sollen sie sich bäuchlings entlang ziehen. Dann sollen sie mit dem Anfangsbuchstaben, der auf ihrem Plättchen steht, die verschiedenen Kategorien (Stadt, Land, Star, Polizei) ausfüllen. Gelingt dies nicht, muss für jede fehlende Kategorie eine Strafrunde beidbeinig gehüpft werden. Ist dies geschehen, wird der gleiche Parcours diesmal rückwärts absolviert und mit dem nächsten Teammitglied abgeschlagen. Erst dann darf ein neuer Buchstabe gezogen werden. Nach 10 min. wird die Station gewechselt (siehe Skizze). Zum Abschluss werden die Punkte eingetragen.</p>
2. Durchgang	Gruppen wechseln an neue Station und erhalten Anweisungen zur Funktionsweise.	SuS führen Wettkampf an ihrer 2.Station durch und tragen im Anschluss ihre Punkte ein.
3. Durchgang	Gruppen wechseln an letzte Station, erhalten Anweisungen und	SuS führen Wettkampf an ihrer 3.Station durch und tragen im Anschluss ihre Punkte ein.
Abbau und Zählen der Punkte	Schüler sollen unter Kontrolle der Lehrkräfte die Materialien wegräumen.	Nach Beendung der 3.Station sollen die Schüler die Materialien wegräumen. Die Lehrer unterstützen und kontrollieren dies. Währenddessen errechnen die Invaliden die Gesamtergebnisse und damit die Rangliste.
Siegerehrung	Alle Gruppen erhalten gestaffelt nach Positionierung im Wettkampf einen Preis.	Schüler kommen im Sitzkreis zusammen. Lehrkräfte geben die Rangliste bekannt und übergeben einem Vertreter jedes Teams einen kleinen Preis. Auch Invaliden erhalten ein ‚Dankeschön‘ fürs Mithelfen.
Dank und Abschied	Lehrkräfte bedanken sich für Aufmerksamkeit und gute Mitarbeit. Dann verabschieden sie sich.	SuS befinden sich bei Dank und Abschied noch immer im Sitzkreis.