

4. Unterrichtsbesuch im Fach Sport

Name:

Schule:

Lerngruppe: 5c

Fachleiter:

Hauptseminarleiterin:

Schulleiterin:

Ausbildungskordinator:

Datum:

Zeit: 11.45 – 13.20 Uhr (5. + 6. Stunde)

Inhaltsbereich: Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport

Pädagogische Perspektive: Kooperieren, wettkämpfen, sich verständigen

Thema der Stunde: Einführung in die Unterrichtsreihe Ringen und Kämpfen anhand der Durchführung verschiedener körperkontaktbezogener Spielformen mit dem Ziel, Berührungshängste bei den SuS abzubauen und einen vertrauensvolleren Umgang miteinander zu fördern.

Kernanliegen: Die SuS sollen anhand der vorgegebenen Bewegungsformen spielerisch vorhandene Berührungshängste abbauen, Vertrauen zu den Mitschülern aufbauen und durch gemeinsames

Lösen von Bewegungsaufgaben ihre
Kommunikation untereinander verbessern.

Einordnung der Stunde in das Unterrichtsvorhaben

Das Unterrichtsvorhaben ist dem Inhaltsbereich neun „Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport“ unter der pädagogischen Perspektive E „Kooperieren, wettkämpfen, sich verständigen“ der Richtlinien der Sekundarstufe I für Gymnasium / Gesamtschule 2001 zuzuordnen. Die heutige Doppelstunde stellt die erste von insgesamt fünf geplanten Doppelstunden dar. In der heutigen Doppelstunde geht es vor allem darum, vorhandene Berührungängste zwischen den SuS abzubauen, um eine Grundlage zum späteren Ringen und Kämpfen mit Partnerkontakt zu schaffen. Um das Verhältnis der SuS weiter zu verbessern, liegt der Schwerpunkt der zweiten Doppelstunde auch auf kooperativen Spielformen (Mattenfloß, Achter-Rudern), um die Basis für einen gewaltfreien und fairen Umgang miteinander auszubauen. Bei auftretenden Konflikten können die Ursachen dann thematisiert werden. In der nächsten Stunde sollen Regeln anhand von einfachen Zieh- und Schiebekämpfen mit einem Partner (z.B. Hahnenkampf, Kampf um den Medizinball) spielerisch erarbeitet werden, um dann in der letzten Doppelstunde zum Ringen und Raufen in komplexen Situationen überzugehen (Tigerfangen, von der Matte drängen, Dreiländerkampf etc.) Die SuS sollen lernen, Körperlichkeiten zu akzeptieren, sich an Regeln zu halten und erkennen, dass dadurch u.a. die Grundlage für ein freudvolles Miteinander geschaffen werden kann.

Didaktisch-methodische Überlegungen

Rangeln und Raufen gehört zum Alltag von vielen Kindern und Jugendlichen. Allerdings wird aus dem anfänglichen Spass oft bitterer Ernst, wenn einer der Beteiligten Grenzen des anderen bewusst oder unbewusst überschreitet. Deshalb wird diese Form der Bewegungsfreude von Erwachsenen missbilligt und im Ansatz unterbunden. Der Sportunterricht bietet den SuS Raum, ihre körperlichen Kräfte in einem verantwortungsbewussten Miteinander zu messen. Dazu müssen sie lernen, die Emotionen ihres Gegenübers und ihre eigenen Bedürfnisse zu erspüren sowie sich an Regeln und Rituale zu halten. Auf diese Art und Weise kann ein solches Unterrichtsvorhaben dazu beitragen, Gewalt unter den SuS zu mindern und zugleich körperliche Auseinandersetzung mit positiven Erlebnissen belegen.

Am Anfang dieser Unterrichtsreihe steht die Aufnahme bzw. Akzeptanz von Körperkontakt und der Aufbau von Vertrauen im Vordergrund. In der kurzen Zeit, in der ich diese Lerngruppe erlebt habe, konnte ich eine große Kluft zwischen männlichen und weiblichen SuS bemerken, die sich z.B. durch eine aggressiv geforderte Trennung nach Geschlechtern bei Spielen äußert. Zwangsläufig, sich aus der Schüleranzahl ergebene gemischte Partnergruppen werden von der Klasse ausgelacht und führen beinahe zu Verzweiflungstränen bei den Betroffenen. Körperkontakte werden dementsprechend absolut gemieden. Bei Bedarf soll die Aufmerksamkeit der SuS auch auf eine Absprache von allgemeingültigen Verhaltensregeln sowie gegenseitiger Akzeptanz gelenkt werden, da es offensichtlich in dieser Lerngruppe Gewohnheit ist, Schwächere auszulachen und einzelne SuS bei der Lehrerin anzuschwärzen. Da die Klasse erst seit einem halben Jahr in dieser Konstellation das Gymnasium besucht, kann die Unterrichtsreihe dazu beitragen, dass sich die SuS besser kennen- und schätzen lernen, was sich positiv auf das soziale Gefüge der Lerngruppe auswirken und eventuelle bereits vorhandene Distanzen zwischen SuS verkleinern kann.

Verlaufsplan:

Phase	Unterrichtsgeschehen	Medien / Geräte	Aktions- und Sozialformen	Didaktisch-methodischer Kommentar
Einstieg	Begrüßung Vorstellung des Besuchs Allgemeine ansage bezüglich des Stundenthemas („Heute werden wir viele verschiedene Spiele spielen, bei denen ihr Spass haben werdet!“)		Sitzkreis	Der Beginn der Stunde wird durch das Zusammenfinden im Sitzkreis verdeutlicht, um die SuS in Aufnahmebereitschaft zu versetzen. Um bei den SuS nicht vorab schon eine Widerstandshaltung gegenüber Körperkontakt zu erzeugen, wird die Vorstellung des Stundeninhalts absichtlich ganz allgemein gehalten.
Allgemeine Erwärmung	<u>Spiel: Zombie</u> Ø alle SuS versuchen, sich gegenseitig mit Softbällen abzuwerfen Ø wird ein S getroffen, muss er an die Seite und warten, bis der S., der ihn getroffen hat, selbst an den Rand muss.	2 Softbälle, Markierung der Wartezone	Durcheinander laufen	Da die Lerngruppe sich aus 35 SuS zusammensetzt, soll mit dieser Spielform zunächst dem Bewegungsdrang der SuS Rechnung getragen werden, die in den ersten vier Schulstunden mehr oder weniger still sitzen mussten. Hierbei können sie sich austoben und dürfen dabei ihre Energien auch durch Rufen und Schreien abbauen. Das Spiel ist ihnen bekannt und soll auch Sicherheit in der Situation geben (Anwesenheit des Besuchs).
Hinführung	<u>Spiel: Kettenfangen</u> Ø zwei SuS bilden die erste „Kette“ und versuchen, andere SuS zu fangen Ø der gefangene S. reiht sich dann an die Kette an, bis alle SuS gefangen		Laufen	Spielerisch müssen sich die SuS bei diesem Fangspiel an den Händen fassen und somit ersten Körperkontakt herstellen.

	sind			
Hauptteil	<u>Spiel: Mc Donalds</u> <ul style="list-style-type: none"> Ø auf Pfiff + Zuruf der L. müssen die SuS die Nahrungsmittel nachbilden Ø <u>Hamburger</u>: SuS legen sich bäuchlings auf den Boden Ø <u>Cola</u>: SuS bleiben einbeinig stehen und strecken einen Arm nach oben. Ø <u>Pommes (gemischt)</u>: 5 SuS legen sich nebeneinander auf eine kl. Matte und decken sich mit der anderen Matte zu (Pommestüte) Ø <u>Big Mac(gemischt)</u>: 2 SuS legen sich längs übereinander Ø <u>Super Big Mac (gemischt)</u>: ein S. legt sich auf den Boden, 2 andere dürfen sich quer darüber legen Ø <u>Michshake</u>: 2 SuS fassen sich an den Händen + schütteln sich Ø <u>Chicken McNuggets</u>: alle SuS stellen gackernde Hühner dar. 	10 kl. blaue Matten, Pfeiffe	Laufen	Bei dieser Spielform müssen sich die SuS übereinander legen, „Pommestüten“ bilden und somit in engeren Körperkontakt treten. Um zu verhindern, dass sich ausschließlich reine Jungen bzw. Mädchengruppen bilden, erfolgt hin und wieder die Spielanleitung „gemischte“ Pommes oder Big Mäcs.
	<u>Spielform: Flussüberquerung</u> <ul style="list-style-type: none"> Ø alle SuS befinden sich in einer von der L. vorgegebenen Reihenfolge auf zwei Bänken, Ziel des Spieles ist es, dass alle SuS am Ende in der 	2 Schwedenbänke		Die SuS sollen sich gegenseitig helfen, an einander vorbei zu klettern, um die gestellte Aufgabe zu lösen. Die Aufgabe, die umgedrehte Reihenfolge herzustellen, soll im Mittelpunkt stehen, damit sie SuS ihre Aufmerksamkeit nicht zu intensiv auf die

	<p>gleichen Reihenfolge am anderen Ende der Bank stehen.</p> <p>Ø SuS, die den Boden berühren, müssen ausscheiden.</p>			<p>Körperberührungen lenken, sondern das Ziel des Spieles erreichen wollen. So müssen sie auf spielerische Art und Weise miteinander kooperieren und sich anfassen. Die L. gibt die Reihenfolge vor, da sie ansonsten nicht nachvollziehen kann, ob die SuS die gestellte Aufgabe bewältigt haben.</p>
	<p><u>Spielform: Baumstammpendel</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Erklärung: Bei vielen Übungen, vor allem beim Turnen, z.B. beim Handstand, brauchen wir Körperspannung, d.h., ihr müsst euch steif wie ein Brett machen können. Um das zu üben, machen wir die nächste Übung. Wichtig dabei ist, dass ihr den Partner auf keinen Fall fallen lasst!“ • Die Übung wird vorgemacht und erläutert. <p>Ø 2 SuS stehen einander gegenüber und „pendeln“ einen S. zwischen ihnen her</p> <p>Ø Variation: mit geschlossenen Augen</p> <p>Ø 5-6 SuS (gemischt)</p>		<p>Kleingruppen mit 3-4 SuS</p>	<p>Die L. erklärt, dass es in vielen Bereichen des Sports wichtig ist, seinen Körper „steif wie ein Brett“ zu machen (z.B. Turnen), um den SuS zu ermöglichen, den Sinn der Übung zu verstehen. Tatsächlich sollen die SuS zueinander Vertrauen fassen und lernen, dass Körperberührungen in Ordnung sind, wenn sie den anderen vertrauen können, sie nicht fallen zu lassen und sie auch wirklich nur an erlaubten Stellen zu berühren. Die L. gibt nach den dreier Gruppen gemischte Gruppen vor, um den SuS die Gelegenheit zu geben, sich auch im Umgang mit dem anderen Geschlecht zu üben.</p>
Schlussphase	<p>Die L. hebt gelungene Aspekte der Stunde besonders positiv hervor, in denen vor allem männliche und weibliche SuS gut</p>		<p>Sitzkreis</p>	<p>Die SuS sollen durch das Verhalten der L. motiviert werden, ihre bisherigen Verhaltensweisen (auslachen der gemischten Paare) aufzubrechen und den Kontakt</p>

	miteinander kooperiert haben.			<p>mit den andersgeschlechtlichen Mitschülern als normal bzw. positiv erleben. Die L. lenkt an dieser Stelle nicht die Aufmerksamkeit der SuS auf den eigentlichen Sinn der Spielformen, da die SuS offenbar in der Vergangenheit Körperkontakt gemieden wurde.</p> <p><u>Mögliche Ursache:</u></p> <ul style="list-style-type: none">∅ die SuS sind unsicher im Umgang mit körperkontaktreichen Spielformen, vor allem mit dem anderen Geschlecht, da sie im Umgang mit ihrer eigenen Körperlichkeit und die der anderen nicht sicher sind.∅ es gilt als eine Regel in der Klasse, dem anderen Geschlecht nicht nahe zu kommen, gemischte Paare werden von den anderen ausgelacht, niemand möchte sich zum Gespött der Klasse machen.
--	-------------------------------	--	--	---