

Unterrichtsskizze

Lerngruppe: 10b (11m/18w)

Thema der Stunde: Vom Rugby-Touch (körperfern) zum Rugby (körpernah) als einführende Einheit zum Kämpfen und Ringen und besonderer Betonung des verantwortvollen Umgangs mit Körpernähe und zunehmender Intensität von Körperkontakt

Ziel der Stunde: Die SuS sollen lernen in körperlich konfrontativen und kämpferischen Situationen den gegenüber so wahrzunehmen, dass ein respekt- und verantwortvolles Miteinander gewahrt bleibt. Sie sollen dabei die Sinnhaftigkeit von regelhaften Absprachen und Vereinbarungen erfahren und verbalisieren.

Phase	Inhalt	Kommentar
Einstieg	Begrüßung, Bekanntgabe der Thematik	Die Gruppe trifft sich im Sitzkreis in der Halle, um den Stundenbeginn zu signalisieren und die Aufmerksamkeit auf die Thematik zu lenken. Zu viele Nachfragen werden nicht zugelassen, um Ängste und Befürchtungen, die evtl. bei einigen vorhanden sind, nicht zu verstärken und eine möglichst unvoreingenommene Haltung zu behalten.
Einstimmung	Kettenfangen	Das Spiel eignet sich als Einstieg, da es sowohl Körperkontakt als auch Zieh-, Schiebe und Haltebewegungen impliziert. Dadurch wird ein akzentuierter Krafteinsatz gefordert, der evtl. in einer ersten Kurzreflexion in Hinblick auf schnellere Erschöpfung und Überlastung thematisiert werden kann. Am Anfang steht die Klärung der Regeln und der Spielweise, da schon längere Zeit dieses Spiel nicht mehr gespielt wurde. Es werden mehrere, nicht zu lange dauernde Durchgänge gespielt, um eine kurzweilige, motivierende und bewegungsintensive Phase zu bekommen. Ggf. werden die Regeln modifiziert, falls die gewünschten Effekte nicht so eintreten.
Aufbau	Zwei Matteninseln aus einem Weichboden und drei kleinen Matten werden an den Hallenden eingerichtet.	Der Aufbau ist bekannt, liegt aber schon längere Zeit zurück und wird deshalb noch mal kurz wiederholt. SuS werden namentlich zum Aufbau zugeordnet.
Erarbeitung I	Es werden vier Teams gebildet, die in zwei Durchgängen gegeneinander spielen sollen.	Zu Beginn werden die elementaren Spielregeln wiederholt, da das Spiel zwar bekannt ist, aber schon längere Zeit nicht mehr gespielt wurde. Sollten im Spiel dann Probleme auftreten, wird kurz unterbrochen und mit Hilfe der beobachtenden Teams, die nicht spielen, diese besprochen. Auch hier findet ein geringer Körperkontakt statt, der schon

		Ansätze beinhaltet, wie mit den Gegenspielern umgegangen werden soll.
Reflexion	Über einen Impuls, ob mehr Freiheiten im Spiel den Reiz des Spiels erhöhen könnten, sollen die SuS Vorschläge entwickeln und diskutieren, wie mehr körperliche Intensität im Gegeneinander zugelassen werden kann.	Das bloße Berühren des Gegners soll nicht mehr genügen, um jemanden zu stoppen. Als Lösung wird ein Halten über einen gewissen Zeitraum angestrebt. Dieser Zeitraum kann unterschiedlich bestimmt sein. Entweder über eine Zeit von drei Sekunden, oder wenn jemand stehen bleibt, oder ein Signal gibt. Das sollen die SuS mit meiner Hilfe entscheiden. Ein regelungebundenes Aufhalten des Gegenspielers soll es nicht geben, um Verletzungen zu vermeiden und Ängste nicht zu verstärken, die dann evtl. in Verweigerungshaltungen münden könnten.
Erarbeitung II	Exploratives Spielen mit den neuen Regeln mit akzentuierter Beobachtung durch die nicht spielenden Teams	Auftretende Probleme wie Grenzüberschreitungen, Kontakt zwischen Jungen und Mädchen, Stärkeren und Schwächeren etc. werden in dieser Phase in Kurzreflexionen immer wieder thematisiert, um ein rücksichtsvolles Spielverhalten zu provozieren. Aktionen wie z.B. Treten oder Schlagen etc. werden benannt und als nicht wünschenswert bzw. erlaubt bewertet.
Evtl. Übungsphase	Halteübungen in Partnerarbeit	Sollte das Spiel nicht sinnvoll weiterspielt werden können, wird es unterbrochen, um das motorische Agieren des Haltens und Schiebens zu verdeutlichen. Insbesondere kritische Angriffspunkte und die problematischen koedukativen Aspekte werden thematisiert.
Abschlussreflexion und kognitive Sicherung	Wesentliche Bewegungsmerkmale des Haltens, Schiebens und Drückens sowie verbotene Aktionen wie Treten etc. werden noch mal herausgestellt und begründet.	Es soll hier keine Diskussion mehr geben, sondern nur noch wesentliche Unterrichtsergebnisse prägnant benannt werden, um sie zu sichern für die Anknüpfung in der nächsten Stunde.
Cool down	Ruhiges Auslaufen	Die SuS sollen sich beruhigen und in einer entspannten Stimmung die Halle verlassen.