



Seminar für das Lehramt an Gymnasien und Gesamtschulen

Schriftlicher Entwurf für den 4. Unterrichtsbesuch am

Name:
Fach: Sport
Lerngruppe: Sport GK 10 (26 SuS, 14w/12m)
Zeit: 14.25-15.55 Uhr
Ort:

Fachseminarleiter:

Thema des Unterrichtsvorhabens: „Gemeinsam sind wir stark“-Die kooperative Erarbeitung einer akrobatischen Zirkuskür unter dem Aspekt der positiven Abhängigkeit durch Rollenverteilung am Beispiel der Partnerakrobatik

Pädagogische Perspektiven und Inhaltsbereiche

Leitende Pädagogische Perspektive:

B: Sich körperlich ausdrücken, Bewegung gestalten

Weitere Pädagogische Perspektive:

A: Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrung erweitern

C: Etwas wagen und verantworten

D: Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen

E: **Kooperieren**, wettkämpfen, und sich **verständigen**

Leitender Inhaltsbereich: Bewegen an Geräten - Turnen

Weiterer Inhaltsbereich: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Überblick über den Verlauf des Unterrichtsvorhabens

Das Unterrichtsvorhaben: „Gemeinsam sind wir stark“-Die kooperative Erarbeitung einer akrobatischen Zirkuskür unter dem Aspekt der positiven Abhängigkeit durch Rollenverteilung am Beispiel der Partnerakrobatik läuft nun seit vier Doppelstunden. Der Einstieg in dieses Unterrichtsvorhaben erfolgte mit Hilfe der Erlebnispädagogik- wir haben gemeinsam eine „Reise zum Himalaya“ gemacht. Diese Reise diente dazu ersten Körperkontakt und Vertrauen zuzulassen und zu schöpfen. Im weiteren Verlauf haben sich dann die festen Paare gefunden. Zur stärkeren Identifizierung haben die SuS Namen für ihre Teams gefunden mit dem sie am Ende des Unterrichtsvorhabens als „Showact“ in der Zirkusshow auftreten.

Anfängliche kooperative Übungen zum Vertrauen/ Kontakt, Gleichgewicht und der Körperspannung stärkten die positive Abhängigkeit untereinander und schafften die Grundlage für das akrobatische Turnen. In der vergangenen Woche haben die SuS mit großem Erfolg die Figur des Stuhls gemeistert. Die weiteren Figuren Flieger und Waage, welche ebenfalls zur Auswahl standen, wurden nur von einem Teil der SuS erfolgreich umgesetzt. Die heutige Stunde soll den SuS am Beispiel des Handstands exemplarisch aufzeigen wie man turnerische Elemente in die Akrobatik integrieren kann und induktiv darauf vorbereiten flüssige Verbindungen zwischen den einzelnen akrobatischen Figuren herzustellen, was Thema in einer der Folgestunden sein wird.

Thema der Stunde: „Wir stellen die Welt auf den Kopf“- Die kooperative Erarbeitung der partnerakrobatischen Figur `Schulterstutz` unter besonderer Berücksichtigung des turnerischen Elements Handstand

Kernanliegen: Die SuS sollen das Stehen Kopfüber erfahren, erproben und in der Partnerakrobatik anwenden, indem sie die akrobatische Figur des Schulterstutzes kooperativ erarbeiten und präsentieren.

Ergänzende Ziaspekte

- Die SuS sollen sichere Hilfestellung leisten
- Die SuS sollen die Kommunikation untereinander verbessern
- Die SuS sollen sich gegenseitig korrigieren und ein Feedback geben

Didaktisch-methodischer Begründungszusammenhang

Akrobatik als Gegenstand im Sportunterricht erfreut sich in den letzten Jahren immer mehr an Beliebtheit und ist längst keine Seltenheit mehr in Schule und Sportunterricht. Der Gegenstand selbst lässt sich einerseits durch den Inhaltsbereich Bewegen an Geräten- Turnen¹ legitimieren andererseits lässt sich dieser Gegenstand prima mit den Inhalten der Pädagogischen Perspektiven, welche obligatorisch für die Jahrgangsstufe 11 (also jetzige 10) sind², verbinden.

In Bezug auf die heutige Stunde lassen sich folgende Bemerkungen zur Lerngruppe formulieren: Nikolaj K. ist für das ganze Unterrichtsvorhaben krank geschrieben und wird als Invalide Assistenzaufgaben von mir übernehmen (ebd. Verlaufsplan). In den vergangenen Stunden wurde Nikolaj bereits mit Kamera- und Feedbackarbeit betreut, außerdem wird er in der abschließenden Zirkusvorstellung als Zirkusdirektor fungieren. Durch Nikolajs Erkrankung ist die Anzahl des Kurses ungerade geworden, so dass es eine 3er Gruppe gibt in der zusammengearbeitet wird. Desweiteren sind die Paarkonstellationen Bastian und Enthursan sowie Falk und Marcel zu nennen, denen das Arbeiten aufgrund ihrer Körpergröße, Gewicht und fehlendem Muts sichtlich schwer fällt.

Die heutige Unterrichtsstunde wird sich darauf konzentrieren den Handstand als turnerisches Element in die Partnerakrobatik zu integrieren. Dieses Stundenthema lässt sich folgendermaßen legitimieren: der Handstand vereint in seiner Bewegung wesentliche Merkmale, die auch in der Akrobatik Voraussetzung für ein erfolgreiches Arbeiten sind: Halte- und Stützkraft sowie Körperspannung. Zudem gibt es viele akrobatische Figuren in der Partnerakrobatik, in

¹ Vgl. Lehrplan Sek II, S.14.

² Ebd. S.7f.

denen der Handstand Teil der Figur ist. Damit die SuS innerhalb des Unterrichtsvorhabens den Schwierigkeitsgrad der Figuren steigern können, ist die Thematisierung des Handstands inklusive Hilfestellung eine wichtige Voraussetzung.

Die Erwärmung mit Hilfe des Atomspiels soll die SuS auf die folgende Stunde einstimmen. Wesentliche Merkmale der Stunde werden hier bereits angesprochen und finden sich auch im Laufe des Unterrichtsvorhabens immer wieder: Kommunikation, Körperspannung, Stütz- und Haltekraft, Körperkontakt, Gleichgewicht, Vertrauen, Kooperation, Kreativität und Spaß. Um Letzteres noch ein wenig zu steigern wird das Aufwärmen mit Musik passieren.

Die Erwärmung wird heute zum ersten Mal durchgeführt, so dass das Spiel zu Beginn der Stunde erklärt werden muss. Den SuS ist aber der Arbeitsauftrag, dass nur eine bestimmte Anzahl von Füßen und Händen den Boden berühren dürfen, bereits bekannt, somit erhoffe ich mir ein schnelles Umsetzen des Spiels. Da sich die SuS auf Socken bewegen wird das Lauftempo gemäßigt sein (Sicherheitsaspekt), aber dennoch ausreichend genug, um das HKS anzuregen, was zugleich eine weitere Intention des Aufwärmens ist.

Das deduktive Vorgehen dieser Stunde ist zum einen damit zu begründen, dass die SuS lernen sollen eine sichere Hilfestellung beim Handstand zu geben, um anschließend eine sichere selbstständige Anwendung in der Erarbeitung der partnerakrobatischen Figur des Schulter Sitzes umsetzen zu können, zum anderen damit, dass sie sicher erfahren sollen, wie es sich anfühlt den Körper auf den Händen zu tragen und „die Welt auf den Kopf zu stellen“.

Das kleinschrittige Vorgehen zur Einführung des Handstands ist aus dem Grunde gewählt, weil vorangegangene Stunden gezeigt haben, dass 2/3 des Kurses den Handstand nicht können und sich der Inhalt Akrobatik als ein beliebtes aber auch sensibles Thema herausgestellt hat, bei dem die SuS nicht überfordert oder verängstigt werden sollen.

Für den Fall, dass der Handstand schnell sehr gut klappen sollte habe ich für die Erarbeitung der partnerakrobatischen Figur zwei weitere Figuren parat. Diese dienen desweiteren einer Binnendifferenzierung innerhalb der Anwendungsphase, da 1/3 des Kurses den Handstand bereits kann und möglicherweise schneller sein könnte mit der Erarbeitung des Schulter Sitzes als die restlichen SuS. Somit könnten diese SuS eine weitere Aufgabe erhalten, in der sie die partnerakrobatischen Figuren des Schulterstandes und des Schulter Sitzes auf der Bank entwickeln sollen. Diese stellen insofern eine Binnendifferenzierung dar, weil bei diesen Figuren der Handstand frei gestanden werden muss (vgl. Anhang).

Die abschließende Präsentation soll dokumentieren inwieweit das Kernanliegen, die Erarbeitung des Schulter Sitzes unter Anwendung des Handstands, realisiert worden ist. Hierbei sollen die SuS sich gegenseitig eine Rückmeldung hinsichtlich der Qualität der Ausführung aber auch der Kooperation untereinander geben, d.h. sie sollen beobachten, ob ein Kommando zum Auf- und Abbau gegeben wird, wie stabil die Figur ist und ob genügend Körperspannung aufgebaut wird.

Das Arbeiten in 4er Gruppen bietet sich für diese Stunde an, da es sich organisatorisch als äußerst praktisch erweist. Zum einen bietet diese Anzahl in den Gruppen eine optimale Voraussetzung für die Hilfestellung, bei der jeweils ein Helfer seitlich zum Turnenden steht (bei der Einführung des Handstands gibt es zwei Helfer und einen Feedbackgeber, bei der Erarbeitung der akrobatischen Figur wird mit zwei Helfern geturnt). Außerdem bietet die 4er Gruppe den Vorteil, dass Erfolgserlebnisse schneller zustande kommen, da sich die Paare untereinander austauschen können und möglicherweise eine neue Rollenverteilung einnehmen, mit der ein Gelingen der Figur möglich ist. Zudem können sich die SuS bei so einem körperbetontem Inhalt besser aufeinander einlassen wenn sie zusammen bleiben, anstatt dauernd die Paar-Partner zu wechseln.

Die Schwierigkeiten der heutigen Stunde könnten darin bestehen, dass nur wenige SuS es schaffen in den Handstand aufzuschwingen bzw. diesen zu selbstständig zu stehen. Durch die Arbeit in den Kleingruppen und der damit verbundenen Hilfegebung erhoffe ich mir jedoch

ein produktives Ergebnis, da die Figur zum Schluss mit oder ohne Hilfestellung präsentiert werden kann, entscheidend ist, dass sie zum Schluss gestanden wird (vgl. Anhang). Eine weitere Möglichkeit dieser Schwierigkeit vorzubeugen wäre (wenn es die Größenverhältnisse zulassen) der Aufbau in den Schultersitz mit Hilfe des Kopfstandes, welcher den SuS möglicherweise leichter fallen wird, da es ein „Dreistand“ ist.

Literatur- und Quellenverzeichnis

Lehrplan für die gymnasiale Oberstufe Fach Sport, Land NRW.

M. Blume „Akrobatik“, Meyer & Meyer Verlag, Aachen 1992.

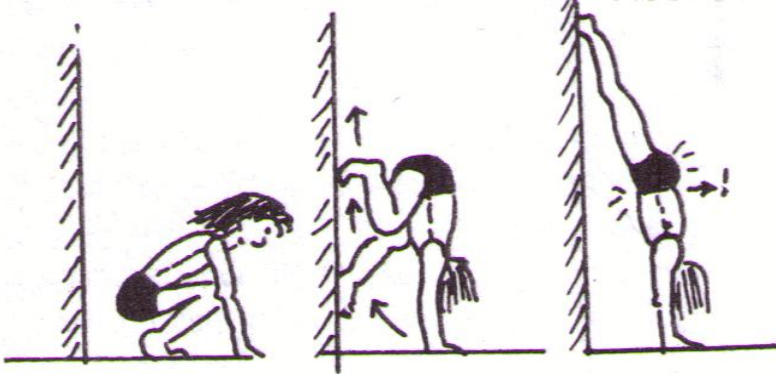
B. & G. Huismann „Akrobatik“, Rowohlt Verlag, Hamburg 1988.

<http://www.sportunterricht.de/akro/schulterreihe.html>, 28.3.2011, 15.33 Uhr.

http://www.google.de/imgres?imgurl=http://www.kloeverweb.de/rocknroll/pic/nico.jpg&imgrefurl=http://www.kloeverweb.de/rocknroll/show-pic/schulter.html&usq=__3k8oQZLSkJoDDl-OORGsTqMoFFs=&h=500&w=363&sz=71&hl=de&start=1&zoom=0&itbs=1&tbnid=aYYKIIoJ4AoIEM:&tbnh=130&tbnw=94&prev=/images%3Fq%3Dschultersitz%26hl%3Dde%26client%3Dfirefox-a%26rls%3Dorg.mozilla:de:official%26channel%3Ds%26tbs%3Disch:1&ei=VgORTdafEMvJ4gbN_bWoCw. 28.3.2011, 23.15 Uhr.

Anhang

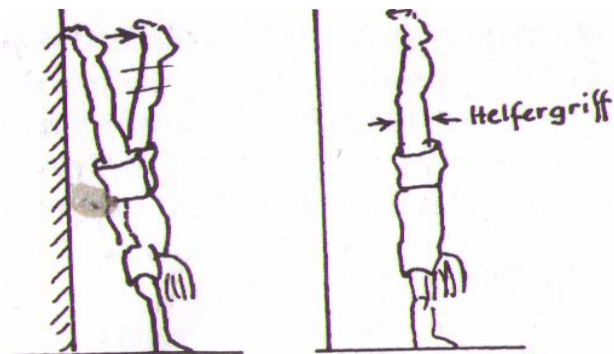
Übung 1: Handstand gegen die Wand



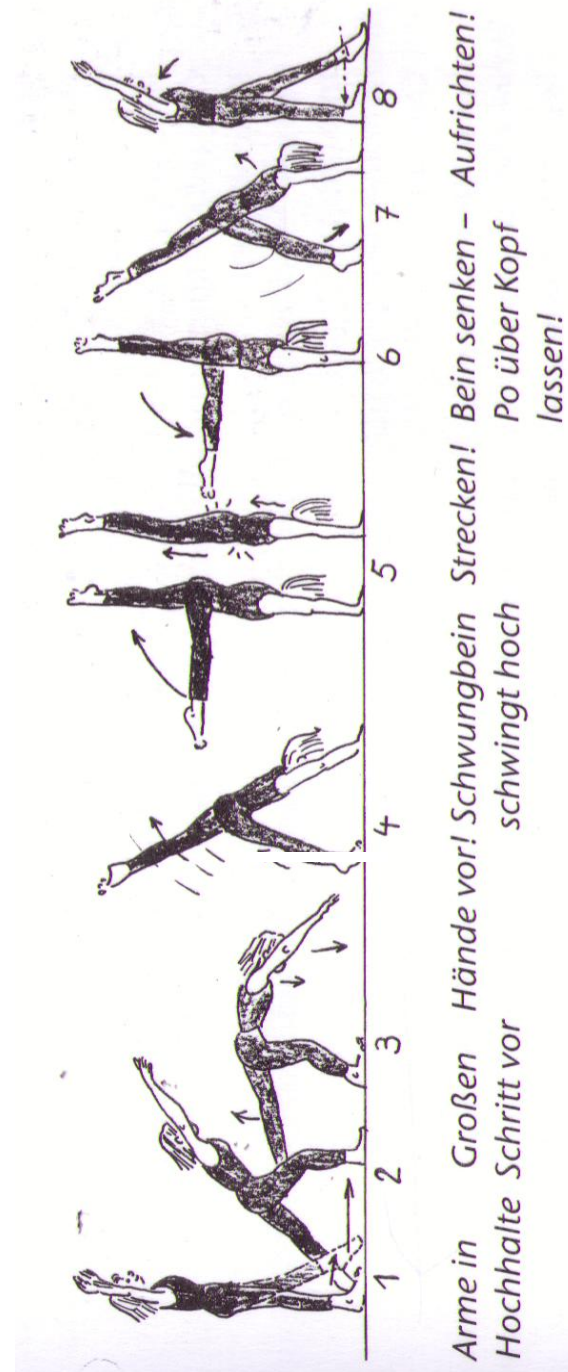
Beobachtungsmerkmale

1. Bildet der ganze Körper eine gerade Linie?
2. Ist der Bauch eingezogen?
3. Ist der Po angespannt?
4. Ist der Kopf in Verlängerung des Körpers?
5. Sind die Arme durchgestreckt und schulterbreit auseinander?

Übung 2: Handstand von der Wand lösen



- Drückt euch mit etwas Schwung von der Wand ab und versucht, das Gleichgewicht zu finden!

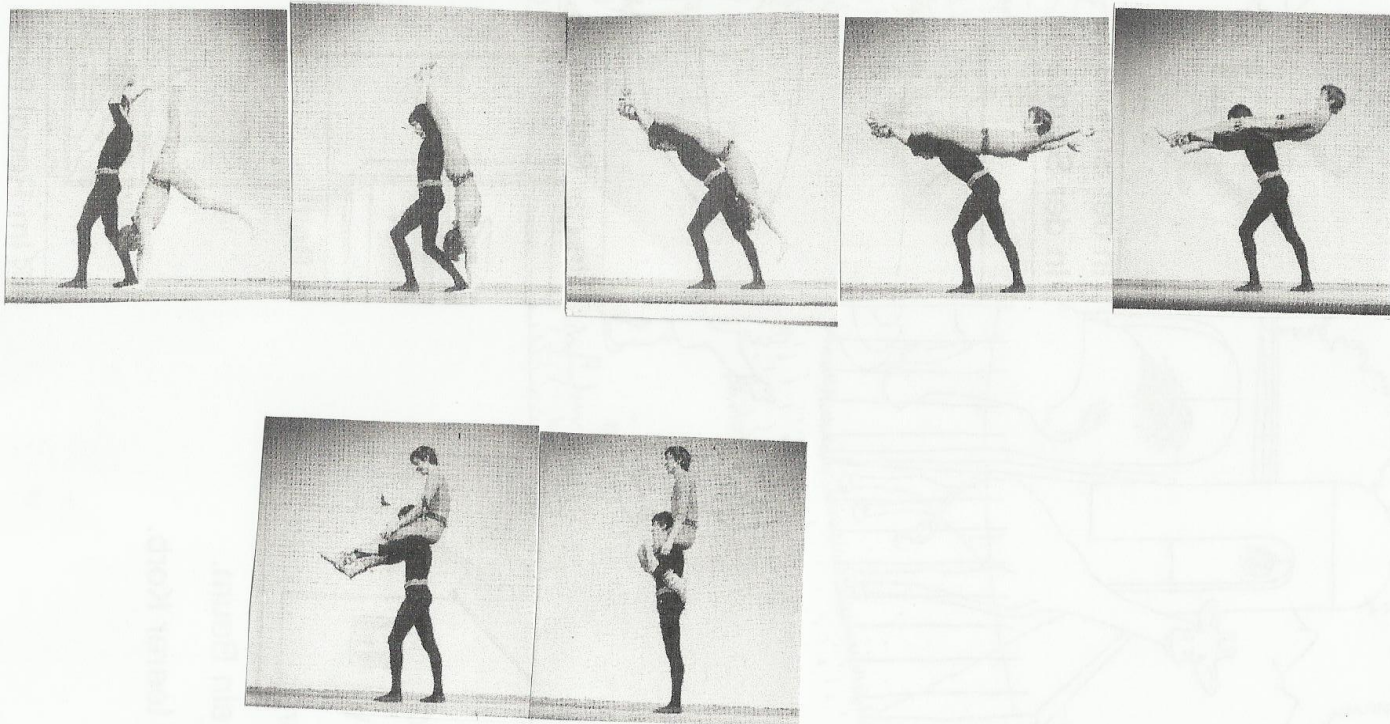


Schultersitz



Quelle:

http://www.google.de/imgres?imgurl=http://www.kloeverweb.de/rocknroll/pic/nico.jpg&imgrefurl=http://www.kloeverweb.de/rocknroll/show-pic/schulter.html&usq=3k8oQZLSkJoDDI-OQRGsTqMoFFs=&h=500&w=363&sz=71&hl=de&start=1&zoom=0&itbs=1&tbnid=aYYKlIoJ4AoIEM:&tbnh=130&tbnw=94&rev=/images%3Fq%3Dschultersitz%26hl%3Dde%26client%3Dfirefox-a%26rls%3Dorg.mozilla:de:official%26channel%3Ds%26tbs%3Disch:1&ei=VgORTdafEMvJ4gbN_bWoCw. Montag, 28.3.2011, 23.15 Uhr.

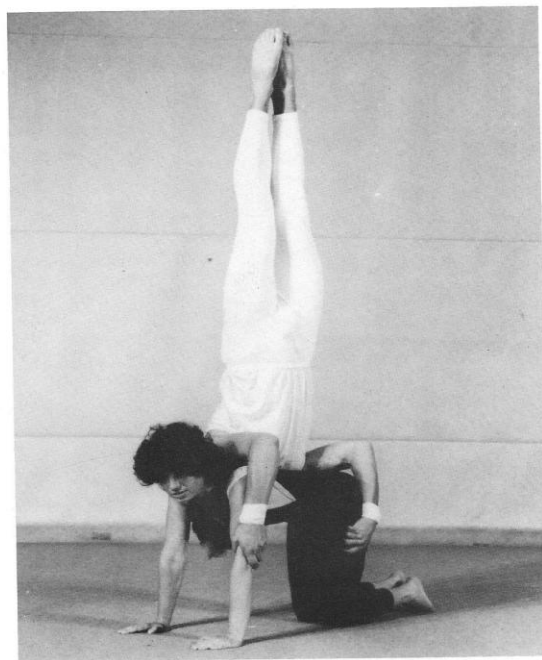


Quelle: B. & G. Huismann „Akrobatik“, Rowohlt Verlag, Hamburg 1988, 13. Schultersitz.

Optionale Figuren (Binnendifferenzierung)

Schulterstand auf der Bank

Der Schulterstand auf der Bank *

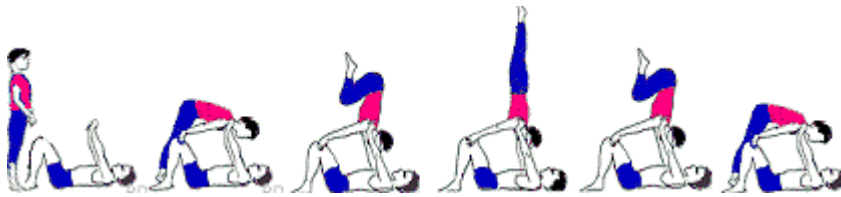


99

Hilfestellung: Zwei SuS stehen seitlich und unterstützen die Bewegung durch Klammergriff am Oberschenkel.

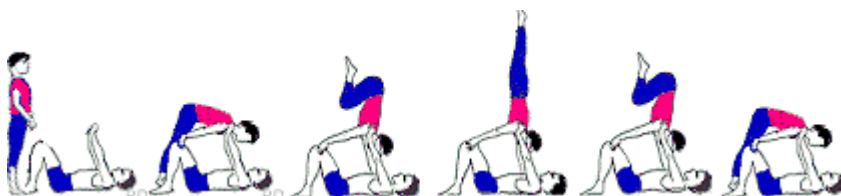
Quelle: M. Blume „Akrobatik“, Meyer & Meyer Verlag, Aachen 1992, S.99.

Schulterstand



Quelle: <http://www.sportunterricht.de/akro/schulterreihe.html>, 28.3.2011,15.33 Uhr.

Schulterstand



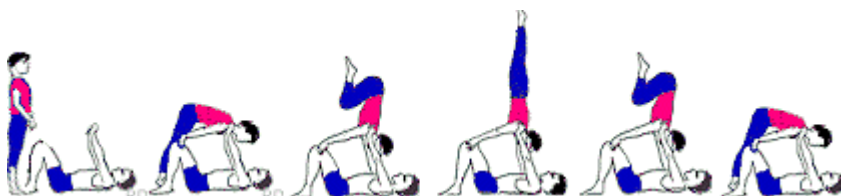
Quelle: <http://www.sportunterricht.de/akro/schulterreihe.html>, 28.3.2011,15.33 Uhr.

Schulterstand



Quelle: <http://www.sportunterricht.de/akro/schulterreihe.html>, 28.3.2011,15.33 Uhr.

Schulterstand



Quelle: <http://www.sportunterricht.de/akro/schulterreihe.html>, 28.3.2011,15.33 Uhr.