



Seminar für das Lehramt
an Gymnasien und Gesamtschulen

Schriftlicher Entwurf für den 3. Unterrichtsbesuch am

Name:
Fach: Sport
Lerngruppe: 6c (19 S, w)
Zeit: 11.45- 12.45
Ort:

Fachseminarleiter:
Hauptseminarleiter:
Ausbildungslehrerin:
Ausbildungskordinator:
Schulleiterin:

Thema des Unterrichtsvorhabens

Einführung in vielfältige Ring- und Kampfformen zur Förderung eines rücksichtvollen, verantwortungsbewussten und fairen Umgangs im Zweikampf

Pädagogische Perspektiven und Inhaltsbereiche

Leitende Pädagogische Perspektive: Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E)

Ergänzende Pädagogische Perspektive: Wahrnehmungsfähigkeit verbessern,

Bewegungserfahrungen erweitern (A)

Leitender Inhaltsbereich: Ringen und Kämpfen -Zweikampfsport (9)

Thema der Stunde

Erarbeitung von Angriffstechniken im Mattensumo aus dem Kniestand zur Förderung einer kontrollierten Auseinandersetzung mit dem eigenen Krafteinsatz

Kernanliegen

Die Schülerinnen sollen in Kleingruppen Angriffstechniken im Mattensumo aus dem Kniestand erarbeiten und beim „Mattenkönig“ anwenden, um einen Gegner mit Hilfe kontrollierter Krafteinsätze zu Fall zu bringen.

Geplanter Stundenverlauf

Phase	Unterrichtsinhalt	Organisation/ Kommentar
Einstieg	Begrüßung und Vorstellen des Besuchs Bekanntgabe des Stundenthemas Durchführung des Rituals und Verweis auf das Regelplakat	Sitzkreis Transparenz für die S Signalisiert den Beginn der Stunde und den rücksichtsvollen Umgang miteinander
Erwärmen	<u>Sandwichspiel</u> → Pommes (zu 5 zusammen stehen) → Sandwich (2 übereinander) → Hamburger (3 übereinander) → Cheeseburger (4 übereinander)	Motorische Einstimmung Bewegungsaufgaben beim Laufen zur Aktivierung Schaffen von Körperkontakt und verantwortlichem Handeln Von weniger Körperberührung zu viel Körperberührung als Vorbereitung auf die Kämpfe
Hinführung	<u>Vorstellen der Kampfform mit Demo durch L und S</u> Kniestand und an Schultern fassen; Ziel: der Kampf ist beendet, wenn ein anderes Körperteil außer die Knie die Matte berührt (oder eine Kämpfende die Matte verlässt) → Erinnerung an Zeichen für Kampfbeginn Ausziehen der Schuhe	Sammeln im Sitzkreis um eine Matteninsel Schaffen einer Bewegungsvorstellung Sicherheitsförderung
Erproben	Bildung von 6er Gruppen durch L (3 Gruppen) S verteilen sich an ihre Matten und erproben die neue Kampfform. Die passiven S jeder Gruppe beobachten und sind Schiedsrichter.	Offener Stundeneinstieg ermöglicht Ausprobieren und Erkunden, da diese Rollenzuweisung neu ist (Angreifer- und Verteidiger zugleich) Erkennen der Schwierigkeit, jemanden zu Fall zu bringen
Kognitive Phase	„Ich habe gesehen, dass einige Probleme hatten, den Partner zu Fall zu bringen oder von der Matte zu drängen. Woran liegt das?“ <i>Problem:</i> Die Kämpfer drücken gegeneinander und keiner gibt nach 1- 2 Paare, die es geschafft haben, demonstrieren exemplarisch	Reflexion der Erprobungsphase Formulieren des Problems Berücksichtigung der S, die das Problem gelöst

	<p>„Was muss ich also anders machen, damit ich jemanden besiege?“ → Zuerst ziehen, dann drehen, dann schieben <i>Problematisierung</i> „Wie schaffe ich es nun, meinen Gegner auf der Matte zu Fall zu bringen?“</p>	haben und gleichzeitig Anregung der anderen S Kerngedanke
Erarbeitung	<p><u>Arbeitsauftrag</u> „Erarbeitet in eurer Gruppe eine Technik, mit der ihr den Gegner möglichst schnell zu Fall bringt!“</p>	Offener Auftrag lässt kreatives Arbeiten an dem Problem zu (Problemlösung) Die S, die es schon geschafft haben, optimieren ihre Technik bzw. finden Alternativen
Präsentation und Reflexion	<p>Ein bis zwei Gruppen präsentieren exemplarisch ihre Lösungen. Die anderen S beschreiben und ergänzen. <i>Herausarbeiten wichtiger Kriterien:</i> Fixieren des gegnerischen Körpers und Drehen um den Widerstand; zuerst ziehen, dann drehen, dann schieben (Nah am Gegner kämpfen) <u>Frage zu Voraussetzungen</u> „Wie habt ihr einen stabilen Stand?“ <i>Antworten:</i> breite Kniestellung, Gewichtsverteilung</p>	Visualisierung des Erarbeiteten auf Flipchart Es gibt sehr viele verschiedene Lösungsmöglichkeiten, so dass hier flexibel weiter damit umgegangen wird
Anwendung im Spiel	<p><u>Anwendung des Erarbeiteten im Spiel „Mattenkönig“</u> Die vorgestellten und besprochenen Techniken werden von den S umgesetzt und geübt. Die Gruppen werden dafür neu gemischt.</p>	Umsetzung und Einüben des Erlernten Durch das Mischen bleibt die Spannung und Motivation erhalten Aus zeitlichen Gründen wird evtl. nur eine Gruppe berücksichtigt, die anderen beobachten und müssen es in der nächsten Stunde besser machen
Abschluss	<p><u>Reflexion der Stunde</u> „Hat es im Spiel besser geklappt, den Gegner zu Fall zu bringen als am Anfang? Wenn ja warum?“ „Womit müssen wir uns jetzt weiter beschäftigen?“ → Raumverteidigung <u>Ritualdurchführung und Verabschiedung</u></p>	Reflexion über Lernprogression Ausblick Kennzeichnet das Ende der Stunde

Didaktisch- methodischer Begründungszusammenhang:

Bei der Klasse 6c handelt es sich um eine relativ kleine Klasse mit nur maximal 19 Schülerinnen. Da die Doppelstunde immer für den Schwimmunterricht genutzt wird, findet die Unterrichtsreihe zum Ringen und Kämpfen nur einmal wöchentlich in der Einzelstunde statt. Die Schülerinnen sind sehr lebhaft und haben viel Freude an Bewegung und dem Sportunterricht, wodurch sie sehr leicht zu begeistern und motivieren sind. Durch kaum bzw. nicht vorhandene Vorerfahrungen, haben die Schülerinnen sehr homogene Lernvoraussetzungen.

Das Unterrichtsvorhaben ist dem Inhaltsbereich 9 „Ringen und Kämpfen -Zweikampfsport“ unter der leitenden pädagogischen Perspektive E „Kooperieren, Wettkämpfen und sich verständigen“ und ergänzend der pädagogischen Perspektive A „Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern“ den Richtlinien und Lehrplänen der Sekundarstufe I für Gymnasien zugeordnet (vgl. MSWWF, 2001) In dem Unterrichtsvorhaben soll es darum gehen, „vielfältige Formen des Miteinander- Kämpfens zu erproben und zu erlernen, aber auch darum, den ‚verantwortungsvollen Umgang mit dem Partner bzw. mit der Partnerin‘ zu verstehen und zu beherrsigen“ (ebd., S. 109). Die pädagogische Perspektive A findet nur indirekt Berücksichtigung, da sie die Stunden nicht explizit thematisch beeinflusst, sondern einen Rahmen bildet. Es „[stehen] vermehrt Kämpfe mit engem Körperkontakt im Mittelpunkt [], [wodurch] dieses Unterrichtsvorhaben intensive Körper- und Bewegungserfahrungen [erschließt]“ (ebd, S. 104).

Die heutige Stunde stellt die vierte Stunde im Unterrichtsvorhaben „Einführung in vielfältige Ring- und Kampfformen zur Förderung eines rücksichtvollen, verantwortungsbewussten und fairen Umgangs im Zweikampf“ dar. In der ersten Stunde erhielten die Schülerinnen zunächst Gelegenheit, mit Körperkontakt vertraut zu werden und somit Berührungängste abzubauen. Durch verschiedene Spielformen wurden unterrichtsbegleitend erste Regeln für einen fairen und verantwortungsvollen Umgang miteinander entwickelt und verschriftlicht. Diese werden zu Beginn jeder Stunde aufgehängt und gegebenenfalls ergänzt. Die zweite Stunde umfasste Gleichgewichtskämpfe des Schiebens und Ziehens zur Anwendung und Variation der optimalen Standposition. In der dritten Stunde folgte der Kampf um einen Gegenstand (Medizinball), bei dem die Entwicklung effektiver Angriffs- und Verteidigungsmöglichkeiten im Mittelpunkt stand. Als Erweiterung des Sumo- ringens soll die darauffolgende Stunde den Kampf um den Raum thematisieren, der bei den Schülerinnen die Grundlagen für den in der letzten Stunde anstehenden Sumo- Wettkampf schafft- nämlich das auf die Matte zwingen des

Gegners (4. Std.) und das aus dem Ring drängen des Gegners (5. Std.) als Kriterium für einen Sieg.

Die Unterrichtsstunde wurde so konzipiert, dass ein problemorientiertes Vorgehen erfolgen kann. Durch eine vorangehende Erprobung können die Schülerinnen das Problem erkennen und dadurch auch den Sinn einer Lösungsfindung sehen. Die Erarbeitung der Lösung soll den individuellen Fertigkeiten der Schülerinnen entsprechen und ihre Kreativität fördern. Dieser pädagogische Ansatz wird unterstützt durch die Wahl der Unterrichtsmethoden. Durch die Arbeit in Kleingruppen werden die Schülerinnen an der Gestaltung und Organisation des Unterrichts beteiligt und lernen so, selbstständig und selbsttätig Probleme zu finden und zu lösen. Durch die Aussicht auf Präsentation (Motivation) werden Phantasie und Kreativität hervorgerufen. Dies wird gleichzeitig dadurch unterstützt, dass es nicht „die“ richtige Lösung gibt, sondern verschiedene Lösungen zum Ziel führen. Jedoch sollten hier die Kriterien „Fixieren des Gegners und Drehen um diesen Widerstand“ bzw. „ziehen, drehen und schieben“ leitend sein, da so eine Willkür vermieden wird, eine Verständigung über die Lösung der Aufgabe und somit eine Lernprogression stattfindet. In der heutigen Stunde kämpfen die Schülerinnen erstmalig auf dem Boden direkt gegeneinander. Das Sumo- ringen bietet sich dafür besonders an, da das Verletzungsrisiko aufgrund der niedrigen Fallhöhe gering gehalten wird. Die Entscheidung den Kampf nicht aus der tiefen Bankstellung, sondern aus dem Kniestand zu beginnen liegt darin begründet, dass diese Position eher an die Lebenswelt und Vorstellungskraft der Schülerinnen anknüpft. Eine neue Herausforderung ist dabei die Rollenzuweisung des Angreifers und Verteidigers. Die Schülerinnen starten in einer gleichberechtigten Ausgangsposition und erst im Verlauf des Kampfes ergeben sich Angreifer- und Verteidigerrollen. In der Erarbeitungsphase wird die Bewegungsanforderung auf die Angreiferrolle reduziert, da dies die schwierigere Position darstellt, sowie die Schülerinnen nicht überfordert. Durch das beidarmige Angreifen des Gegners und dem Ausführen der oben aufgeführten Kriterien, hat der Angreifer die Chance- im Sinne eines rücksichtsvollen Umgangs miteinander, den Gegner sanft auf den Boden abzulegen. Zielorientiert führt diese Bewegung zur Lösung des Arbeitsauftrages, eine effektive Angriffstechnik zu entwickeln, die den Gegner zügig und erfolgreich in die Verteidigerrolle zwingt. In der Anwendungsphase kann es aufgrund zeitlichen Mangels zu einer exemplarischen Reduktion auf eine kämpfende Gruppe kommen. Dies ist im Hinblick auf das Ziel der Stunde nicht weiter schlimm, da im Sinne von reflektierter Praxis alle Schülerinnen eine Lernprogression erfahren, die jedoch erst in der nächsten Stunde in Gänze umgesetzt werden kann.

Literatur

MSWWF (Hrsg.) (2001). Richtlinien und Lehrpläne für die Sekundarstufe I. Sport. Frechen: Ritterbach

RGUVV (Hrsg.) (2000). Kämpfen im Sportunterricht. Bausteine und Materialien für die Lehrerfortbildung.

Essen: Lemke.

Anhang

Tafelbild

Angriff im Mattensumo

Technik:

- ➔ Fixieren des Gegners
- ➔ Drehen des Gegners um das feste Körperteil

**Wie: Zuerst ziehen, dann drehen,
dann schieben**

Voraussetzung:

1. Breiter Stand
2. Gewichtsverteilung