



**Schriftlicher Entwurf zur unterrichtspraktischen Prüfung
gemäß § 34 Abs. 4 OVP am 17. Mai 2010 im Fach Sport**

Thema der Stunde:

Erproben und Reflektieren des Differentiellen Lernens am Beispiel Hochsprung

1 Thema des Unterrichtsvorhabens:	Differentielles Lernen im Schulsport
2 Thema der Unterrichtsstunde:	Erproben und Reflektieren des Differentiellen Lernens am Beispiel Hochsprung
3 Kernanliegen:	Die SuS erproben in einem erweiterten Lösungsraum Differenzen im Hochsprung. Sie sammeln Bewegungserfahrungen und verbessern ihre Wahrnehmung. Abschließend reflektieren sie Vor- und Nachteile des Differentiellen Lernens für den Schulsport.
4 Pädagogische Perspektive:	(A) – Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern
5 Inhaltsbereiche:	IB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen IB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik IB 10: Wissen erwerben und Sport begreifen

6 Überlegungen zu den unterrichtlichen Voraussetzungen

6.1 Allgemeine Voraussetzungen

Im zweistündig stattfindenden Kurs „Sport I“ der Jahrgangsstufe 12 bildet "Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik" ein profilbildendes Bewegungsfeld. Darüber hinaus wurde aus dem zweiten Bewegungsfeld „Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele" die Sportart Fußball ausgewählt. Sinnvollerweise findet die leichtathletische Ausbildung überwiegend nach und vor den Sommerferien auf dem Sportplatz und die Fußballausbildung im Winter in der Halle statt. Zugunsten der Planungssicherheit habe ich mich entschieden, diese Stunde wetterunabhängig in

der Halle durchzuführen. Aufgrund einiger Planänderungen steht uns am Montag wahrscheinlich die ganze Halle zur Verfügung, was leider eine absolute Ausnahme darstellt. Obwohl theoretisch allen SuS zu Beginn des Schuljahres die Wahl der profilbildenden Bewegungsfelder frei stand, hat es bei einigen SuS den Anschein, als zählten weder Fußball noch Leichtathletik als Unterrichtsgegenstände zu ihren „bevorzugten Sportarten“. In dem Kurs sind zurzeit 28 SuS (6w./22m.).

6.2 Bemerkungen zur Lerngruppe

Die extrem leistungsheterogene Lerngruppe stellt den Lehrenden¹ inhaltsunabhängig vor Probleme: Auf der einen Seite gibt es einige leistungsstarke und motivierte Vereinssportler, die in Erprobungs- und Reflexionsphasen sehr engagiert mitarbeiten. Diese werden durch ein breites Mittelfeld von bewegungstalentierten Sportlern ergänzt. Auf der anderen Seite stehen einige SuS, die zumindest praktisch weder dem Fußball noch der Leichtathletik viel abgewinnen können. Isoliert wäre es problemlos möglich, die sportartspezifischen individuellen Fertigkeiten der Gruppen zu verbessern. Allerdings würde ein solches Vorgehen dem Doppelauftrag des Schulsports nicht gerecht. Die auffällige Leistungsheterogenität hängt wohl auch mit dem hohen Anteil an SuS zusammen, die zu Beginn des Schuljahres von verschiedenen Realschulen gekommen sind. Außerdem wurde einigen SuS, die wohl lieber einen anderen Kurs gewählt hätten, auch der Sportkurs zugewiesen.

In Bezug auf die Motivation aller SuS in den Problematisierungs- und Reflexionsphasen des Unterrichts sowie vor allem den Gelenkstellen des Unterrichts ergibt sich aus einer tolerablen Schwäche des Kurses eine große Stärke: In der Regel beginnt der Großteil der SuS die Erarbeitungsphasen eher zurückhaltend. Beispielsweise agieren die SuS auch in Erwärmungs- und Spielformen mit hohem Aufforderungscharakter „recht gelassen“, teilweise wenig bewegungsintensiv und ruhig. Im Gegensatz dazu demonstrieren die SuS mit eben jener Gelassenheit ein meist sehr konzentriertes Verhalten in den Reflexionsphasen und zeigen, dass sie selbstständig, konzentriert und problemorientiert gearbeitet haben. Die Lernatmosphäre ist positiv und es gibt keine die Koedukation betreffenden Probleme. Obwohl sich die Zahl der nicht aktiv teilnehmenden SuS in den vergangenen Wochen

¹ Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird in diesem Entwurf auf die weibliche bzw. männliche Form bei Begriffen wie Schüler, Lehrer etc. verzichtet. In relevanten Fällen wird dies gekennzeichnet.

auf ein akzeptables Niveau reduziert hat, bleibt der Verdacht, dass gerade die schwächeren SuS sich gelegentlich eine kleine „Auszeit“ nehmen, nicht aktiv teilnehmen oder gar nicht erst erscheinen.

Seit einigen Wochen ist ein „zurückgestufter“ Schüler aus der Jahrgangsstufe 13 in den Kurs gekommen, der unter LuL als verhaltensauffällig und schwer integrierbar gilt, sich aber bislang durchaus integrationswillig und kooperativ zeigt.

Auf das Vorhaben bezogen setzen wir uns heute zum dritten Mal mit dem Unterrichtsgegenstand Differentielles Lernen auseinander. Bedauerlicherweise konnten relativ viele SuS an einer der beiden vorangegangenen Doppelstunden nicht teilnehmen. Obwohl der Gegenstand also für niemanden ganz neu ist, sind im Umgang mit dem Differentiellen Lernen also noch Unsicherheiten zu erwarten.

6.3 Einordnung der Examenstunde in das Unterrichtsvorhaben

Die diese Stunde abschließende Reflexionsphase bedeutet auf das Gesamtvorhaben bezogen eine Zwischenreflexion und zielt darauf ab, die praktisch erprobten grundlegenden Unterschiede zwischen herkömmlichen programmtheoretischen methodischen Übungsreihen² (ausschließlich an **der** Idealtechnik orientiert und hauptsächlich mit Bildreihen und Fehlerkorrekturen arbeitend) und dem systemdynamischen Differentiellen Lernen³ herauszustellen und zu sichern.

Zur Einführung des Gegenstands dieses Unterrichtsvorhabens haben wir in einer Doppelstunde anhand der bekannten Sportart Hürdenlauf Grundsätze des Differentiellen Lernens thematisiert (Thema: Einführung in das Differentielle Lernen am Beispiel der bekannten Sportart Hürdenlauf). In der letzten Doppelstunde haben die SuS sich mit überwiegend vorgegebenen Differenzen der Hochsprung-Grundelemente „Anlauf“ und „Absprung“ beschäftigt. Während diese Phasen in der heutigen Stunde wiederholt werden, setzen sich die SuS in den Erprobungsphasen vor allem mit dem Grundelement „Flugphase (Lattenüberquerung)“ auseinander. Es geht hierbei stets um Wahrnehmung von Differenzen als Folge motorischer Variationen.

² Vgl. Bauersfeld/Schröter, 1986, S. 245ff.

³ Vgl. 7

Nachdem diese erprobt sind, gilt es, in den kommenden Doppelstunden zunehmend

- günstige Kombinationen der Variationen zu erproben
- Differenzen abzubauen (Annäherung an die Idealtechnik)
- Leistung zu verbessern
- die Wahrnehmungsfähigkeit zu verbessern
- und im Umgang mit dem Differentiellen Lernen sicherer zu werden.

7 Methodisch - didaktische Überlegungen

Wie bereits anhand der vorangegangenen Thematisierung von „Regeländerungen im Sportspiel“ geschehen, begründet sich auch dieses Unterrichtsvorhaben vor allem durch die Heterogenität der Lerngruppe. Die hochaktuelle Methodik des Differentiellen Lernens bietet sowohl für schwächere als auch für leistungsstarke SuS einen neuen Zugang zum Erwerb leichtathletischer Fähigkeiten und Fertigkeiten. Anstatt kontraproduktive individuelle „Bewegungsfehler“ mit Hilfe von Bildreihen und dem monotonen Wiederholen zu „bekämpfen“, erfahren die SuS beim Differentiellen Lernen handlungsorientiert die Folgen verschiedener „Differenzen innerhalb eines erweiterten Lösungsraumes“ im Rahmen der praktischen Auseinandersetzung. Dieser Ansatz soll im vorliegenden Unterrichtsvorhaben erprobt und reflektiert werden.

Das Erlernen einer Hochsprungtechnik, bzw. des „Fosbury Flops“, zählt zu den gängigen Unterrichtsvorhaben der gymnasialen Mittel- und vor allem Oberstufe. Allerdings enden diese Vorhaben für einen nicht unbeträchtlichen Teil der SuS weder mit befriedigenden übersprungenen Höhen, noch mit nennenswerten Annäherungen an **die** Idealtechnik. Da ich die Chancen für einige SuS innerhalb von Wochen einen ansatzweise kriterienkonformen Fosbury Flop zu erlernen als sehr gering einschätze, rückt dieses Vorhaben - die unerreichbare ideale Ausführung dieser Technik - in den Hintergrund. Das Differentielle Lernen am Beispiel Hochsprung fokussiert das bewusste bzw. unbewusste „Finden“ des situativen, individuellen Optimums der Bewegung. Im Gegensatz zum traditionellen Ansatz zum Erlernen generalisierter motorischer Programme durch hohe Wiederholungszahlen geht es beim systemdynamischen differentiellen Ansatz um die selbst organisierte such- und erfahrungsprozessorientierte Annäherung an die **individuelle** Idealtechnik. Statt

nach dem Prinzip „**Grobkoordination → Feinkoordination → Feinstkoordination**“ zu verfahren, lauten die Lernschritte bei diesem Ansatz „**Variabilität → Instabilität → Selbstorganisation**“. Schöllhorn (1999) geht davon aus, dass größere Abweichungen von der so genannten Idealtechnik eine fundamentale Bedeutung für den Erkenntnisgewinn haben und die Fähigkeit verbessert wird, sich an neue Situationen im Bereich eines Lösungsraums besser und variabel anzupassen.⁴ Der individuelle Erkenntnisgewinn ergibt sich aus der individuellen Reflexion der Wahrnehmung der eigenen Bewegungsdifferenzen.

Neben individuellen, optimalen Lösungen und nachweislich besseren Lern- und Behaltensleistungen bietet Differentielles Lernen im Sinne der Richtlinien für die Oberstufe auch noch die Möglichkeit, zu einer größeren Selbstständigkeit und Eigenverantwortlichkeit der Schüler gelangen. Durch die provoziert und zunächst gewollt großen Schwankungen (Differenzen) wird beim differentiell Lernenden die gewünschte Selbstorganisation ausgelöst. Im Leistungssportbereich konnten zahlreiche Studien bereits beweisen, dass dieser systemdynamische Ansatz große Lern- und Trainingserfolge zur Folge hat.⁵

Beim Differenziellen Lernen wird davon ausgegangen, dass durch das Ausführen möglicher Fehler das individuelle Optimum vom Athleten selber gefunden wird. Je besser sich der Athlet an verschiedenste Bewegungsvariationen anpassen kann, desto besser versteht er, warum und welche Bewegungskriterien Vorteile beinhalten und desto besser werden seine Leistungen bei (wahrscheinlicher) weiterer Annäherung an die allgemeine Idealtechnik.

Die einstmaligen Neuerungen durch Fosbury (Fosbury-Flop) und O'Brien (O'Brien-Kugelstoßtechnik) belegen eindrucksvoll, was für bahnbrechende Folgen die Suche nach eigenen Wegen, fernab bestehender Leitbilder haben kann. Im Leistungssport führte Differentielles Lernen als Ergänzung zum traditionellen Training bereits wissenschaftlich abgesichert zu großen Leistungssteigerungen.⁶ Zur Motivation der SuS haben wir einleitend über den Basketballer Donald Thomas gesprochen, der in nur 18 Monaten bei den Weltmeisterschaften 2007 in Osaka vom totalen Anfänger zum Hochsprungweltmeister (2,37m trotz einer Technik fernab des Bewegungsideals) wurde. Als weitere Beispiele wurden die Kugelstoßerin Veronika

⁴ Vgl. Ostermann, 2009, S. 1

⁵ Vgl. Ostermann, 2009, S. 2

⁶ Vgl. Ostermann, 2009, S. 2

Watzek (Stoß nach einarmigem Rad) und der in den 1970er Jahren mit beachtlichem Erfolg praktizierte „Salto-Weitsprung“ genannt.

Zum aktuellen Stand sind innerhalb der Theorie des Differentiellen Lernens drei Strategien für das gewünschte Finden von Bewegungsdifferenzen vorgesehen: Differenzielles Lernen und Lehren durch

- 1) Anweisungen des Lehrers,
- 2) Spiel und Übungsformen oder
- 3) forschendes Lernen

Da 2) dem Anspruch der „wissenschaftspropädeutischen Ausbildung“⁷ in der gymnasialen Oberstufe wohl nicht gerecht würde, die SuS und ich aber gänzlich unerfahren mit dem Differenziellen Lernen sind und 3. wohl für Anfänger ungeeignet ist, entscheide ich mich konform zu den Empfehlungen der Theoretiker für Strategie 1: Differenzielles Lernen durch Anweisungen des Lehrers.

Im Sinne der in den Richtlinien für die Oberstufe geforderten wissenschaftspropädeutischen Ausbildung in der Oberstufe stellt dieses Unterrichtsvorhaben vor allem Anforderungen in den Bereichen

- des selbstständigen Lernens und Arbeitens und
- an die Urteils- und Reflexionsfähigkeit der SuS.⁸

Bezug auf die Prinzipien eines erziehenden Sportunterrichts nehmend, stehen folglich Erfahrungs- und Handlungsorientierung im Zentrum des Vorhabens, was sich auch im Thema widerspiegelt.⁹

Auch wenn diese Stunde durchaus Anforderungen im Bereich der „Pädagogischen Perspektive (D) – Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen“ stellt, geht es im Kern um

- die differenzierte Wahrnehmung körperlicher Befindlichkeiten,
- die Erfahrung der Veränderbarkeit vorgegebener Bewegungsmuster,
- die Erschließung von Einsichten, die den Zusammenhang zwischen sportlicher Betätigung und Körperempfinden betreffen,
- den für diese Alterstufe besonders geeigneten, sich wechselseitig stärkenden Zusammenhang zwischen differenzierter Wahrnehmung und kreativer Bewegungsgestaltung

⁷ Vgl. MSW NRW, 2007, S.XI

⁸ Vgl. MSW NRW, 2007, S.XII

⁹ Vgl. MSW NRW, 2007, S.XLV ff.

und damit um die Pädagogische Perspektive „(A) – Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern“.¹⁰ Analog hierzu thematisiert diese Stunde vor allem den „Inhaltsbereich 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen“, da die Bewegungsanlässe dieses Inhaltsbereichs die Konzentration auf die individuelle Bewegungskörperausführung besonders nahe legen.¹¹ Neben selbstverständlich ebenfalls abgedecktem „Inhaltsbereich 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik“ geht es im Sinne des „Inhaltsbereichs 10: Wissen erwerben und Sport begreifen“ vor allem um den Kenntniserwerb über Lernwege, die zu einem besseren Verständnis und Gelingen des Bewegungsvollzuges führen und um das Reflektieren und Einordnen von Lernerfahrungen.¹² Die Gesamtplanung des Vorhabens ist demnach vor allem methodenorientiert:

Problemlösungsstrategien und Lernprozesse werden vermehrt in arbeitsteiligen, kooperativen und damit Kommunikation fordernden und fördernden Arbeitsformen entwickelt und Lernerfahrungen ausgetauscht und reflektiert (Vgl. MSW NRW, 2007, S.29).

Somit lässt sich dieses Unterrichtsvorhaben mit Hilfe der Richtlinien und Lehrpläne legitimieren. Da hier lediglich auf die Pflichtbindungen der profilbildenden Inhaltsbereiche in den Lehrplänen verwiesen wird, ergeben sich auch bei der Legitimation durch die schulinternen Lehrpläne keinerlei Probleme.

Auf die methodische Vorgehensweise im Differentiellen Lernen bezogen arbeiten die SuS während der ersten Erprobungsphase wohl überwiegend an der Phase „B - Finden und Erproben von Variationen der Grundelemente“. Während der Fokus der letzten Stunde auf die Erprobung und Wahrnehmung von „Anlauf- und Absprungvariationen“ gerichtet war, liegt das Hauptaugenmerk heute auf „Absprung“ und vor allem der Flugphase (Lattenüberquerung). Das Grundelement Landung (in L-Form) wird von allen SuS ausreichend beherrscht, es hat keinen großen Einfluss auf die übersprungene Höhe und wird deshalb nicht explizit besprochen. Darüber hinaus bin ich der Meinung, dass die Landung aus Sicherheitsgründen nicht für Experimente geeignet ist.

Gemäß der „lehrerzentrierten Strategie 1“ des Differentiellen Lernens, für die ich mich entschieden habe, wird eine strukturierte und gesteuerte Exploration empfohlen.

¹⁰ Vgl. MSW NRW, 2007, S.5 ff.

¹¹ Vgl. MSW NRW, 2007, S.XXXVIII

¹² Vgl. MSW NRW, 2007, S.XLIII

„Waren im Leichtathletikunterricht bisher Korrekturen und Anweisungen die Regel, könnten die Schüler einen abrupten Wechsel zu einem eigenständigen, forschenden Lernen als "Show" oder auch als Überforderung empfinden. In diesem Fall wäre eine langsame Anbahnung durch allmähliche Vergrößerung der Variationen, nicht nur in der Bewegungsausführung, sondern auch im Unterrichtsstil, vielleicht sinnvoll.“ (Beckmann, 2009, S.62)

Dies bedeutet im Sinne der Theorie selbstverständlich nicht, dass zufällig auftretende einzelne Differenzen nicht ausprobiert und thematisiert werden dürften. Aufgrund der allgemeinen Unerfahrenheit mit dem Differentiellen Lernen und vor dem Hintergrund der vielen vorgegebenen Alternativen bleibt allerdings abzuwarten, ob die SuS tatsächlich weitere Möglichkeiten finden. Kreativität ist in jedem Fall erwünscht. Die Grenzen des Variationsspielraums in diesem Unterrichtsvorhaben markieren Sicherheit und Regeln: Neben der „Landungsmatte“ liegen kleine Matten und dahinter eine dicke Matte. Nachdem die SuS in der letzten Stunde kurz mit ein- bzw. beidbeinigem Absprung experimentieren durften, muss der Absprung in der heutigen Stunde im Einklang mit den Wettkampfgeln einbeinig sein. Die SuS wissen, dass der Absprung vor der Schnurmitte erfolgen muss. Da insbesondere in dieser Stunde die Erprobung und Reflexion der Methode fokussiert werden sollen, wird an beiden Hochsprunganlagen mit „Säckchenschnur“ statt Stangen gearbeitet, damit alle SuS sich auf Wahrnehmung und Bewegungserfahrungen konzentrieren können und niemand aus „Angst vor der Landung auf der Stange“ gehemmt oder abgelenkt ist. Die Höhen an den Sprunganlagen werden bei 1,10m bzw. 1,35m festgesetzt, da nicht die Annäherung an die individuell erreichbare maximale Sprunghöhe im Zentrum des Interesses steht, sondern weil es dem Differentiellen Lernen entsprechend zunächst vor allem um das Ausprobieren verschiedener Differenzen geht. Ferner wird keine Zeit mit permanenter Neujustierung der „Säckchenschnur“ verloren.

Nach einer kurzen Zwischenreflexion sollen die SuS in der zweiten Erprobungsphase zu „Phase C: Erproben von Kombinationsmöglichkeiten der Bewegungsvariationen“ übergehen. Sollten „verletzte oder kranke“ SuS anwesend sein, werden diese auf Plakaten „für sinnvoll befundene Variations-Kombinationen“ sammeln. Diese werden ihnen von den „aktiven“ explorierenden SuS mitgeteilt.

Um den im „Auftrag für die gymnasiale Oberstufe“ formulierten Ansprüchen, den SuS Hilfen zu persönlicher Entfaltung in sozialer Verantwortlichkeit zu geben¹³ gerecht zu werden, sollen die SuS sich bei Wahrnehmungs-, Beobachtungs- und Reflexionsprozessen in Partnerarbeit gegenseitig unterstützen. Um dies zu initiieren, arbeiten jeweils zwei SuS an einem Beobachtungsbogen, den sie jeweils auf Vorder- bzw. Rückseite ausfüllen müssen. Ähnlich wie in kooperativen Unterrichtsformen vollzieht sich die Binnendifferenzierung quasi von alleine durch individuelle Explorationswege und -geschwindigkeiten beim Erlernen dieser koordinativ anspruchsvollen Disziplin.

Auch wenn bereits in der ersten Stunde erkennbar war, dass sich die meisten SuS mit jedem Versuch relativ kontinuierlich der Idealtechnik nähern, wäre es weder theoriekonform noch im Sinne des Kernanliegens dieser Stunde, zu diesem frühen Zeitpunkt im Vorhaben die biomechanischen Hintergründe zu hinterfragen. Deshalb soll es in der inhaltlichen Reflexion nur kurz darum gehen, mit wie vielen und welchen Kombinationen von Variationen die SuS erfolgreich waren. In der letzten Stunde kamen die SuS bei „Anlauf“ und „Absprung“ auf über 15 Kombinationen.

Zur methodischen Auswertung der Stunde befindet sich auf den Beobachtungsbögen¹⁴ aller SuS zur Vorbereitung der gemeinsamen Reflexion am Stundenende eine „T-Kreuztabelle“, die mit Hilfe der folgenden Frage ausgewertet werden soll: „Studien belegen vor allem den Erfolg von DL im Leistungssport. Warum ist Differentielles Lernen für den Sportunterricht in der Schule geeignet/nicht geeignet?“. Da diese Reflexion bezogen auf das Gesamtvorhaben eine Zwischenreflexion darstellt, soll diese Frage auch dazu dienen, Unsicherheiten im Umgang mit dem Differentiellen Lernen zu erkennen bei einigen SuS zu erkennen. Für einen Vergleich des Differentiellen Lernens mit traditionellen Verfahren reichen die Erfahrungen der SuS noch nicht aus. Je nach verbleibender Restzeit werde ich mehr oder weniger Feedbackaussagen der SuS sammeln. Die Bögen werden eingesammelt und von mir zu Hause ausgewertet.

¹³ Vgl. MSW NRW, 2007, S.XI

¹⁴ Siehe Anhang

8 Literatur

Bauersfeld/Schröter (1986). Grundlagen der Leichtathletik. Berlin: Sportverlag

Beckmann, Hendrik (2009). Differenziell springen. Zeitschrift Sportpädagogik, 33 (2), S. 59-63

Kimmeskamp, Stefan (2009). Differenzielles Lernen (DL) als eine Möglichkeit zur Individualisierung und Öffnung von Sportunterricht im Bereich der Technikschiulung – Ein Einstieg in ein neues!? Lern- und Lehrkonzept. Zugriff am 3.05.2010 unter <http://fssport.de/texte/SkriptDL.pdf>.

Ministerium für Schule und Weiterbildung des Landes Land Nordrhein-Westfalen (Hrsg.) (2007). Richtlinien und Lehrpläne für die Sekundarstufe II – Gymnasium/Gesamtschule in Nordrhein-Westfalen. Frechen: Ritterbach

Ostermann, Dirk (2009). Differenzielles Lernen in Abgrenzung zum programmtheoretischen Lernen. Unveröffentlichtes Manuskript. Essen: Studienseminar

Schöllhorn, Wolfgang (1999) Individualität, ein vernachlässigter Parameter. Zeitschrift Leistungssport 29 (2), S.5-11

Strebe, Sandro (2009). Differenzielles Lernen in der Leichtathletik. Zeitschrift Sport Praxis, 50 (5), S. 17-20

9 Versicherung

Ich versichere, dass ich die schriftliche Planung eigenständig verfasst, keine anderen Quellen und Hilfsmittel als die angegebenen benutzt und die Stellen der schriftlichen Planung, die anderen Werken dem Wortlaut oder Sinn nach entnommen sind, in jedem einzelnen Fall unter Angabe der Quelle als Entlehnung kenntlich gemacht habe. Das Gleiche gilt auch für beigegebene Zeichnungen, Kartenskizzen und Darstellungen.

10 Verlaufsplan

Phase	Inhaltliche Schwerpunkte/ Operationen	Organisation/ Geräte/ Medien	Kurzkomentar
Einstieg Problematisierung	<ul style="list-style-type: none"> Begrüßung im „Bankviereck“ Vorstellen der Prüfungskommission Erörterung der Stundenplanung 	LV	Drei Bänke stehen in U-Form
Erwärmung	<ul style="list-style-type: none"> Fangspiel „Differentielles Aufwärmen“ in einem Hallendrittel 		Großer Aufforderungscharakter und hohe Bewegungsintensität. Letztere sollte sich im Spielverlauf langsam steigern und es sollten Sprünge enthalten sein. Die Feldgröße beträgt ca. 2/3 eines Hallendrittels
Erprobungsphase I	<ul style="list-style-type: none"> Besprechung der Arbeitsaufträge Verteilen der Beobachtungsbögen SuS finden und erproben selbstständig Bewegungsvariationen von „Absprung“ und „Flugphase“ 	Beobachtungsbögen	Die SuS unterstützen sich hierbei gegenseitig indem sie gemeinsam reflektieren.
Zwischenreflexion	<ul style="list-style-type: none"> Gibt es Probleme? Fokus auf Finden günstiger Kombinationen legen Zettel ausfüllen Gedanken über die „grüne Frage“ machen! Erinnerung an gegenseitige Unterstützung 	UG, LV	Diese Zwischenreflexion soll den SuS vor allem noch mal den Zusammenhang von Kombinationen und Variationen verdeutlichen. Außerdem werde ich nochmal auf die gegenseitige Unterstützung hinweisen.
Erprobungsphase II	<ul style="list-style-type: none"> SuS finden und erproben selbstständig Kombinationsmöglichkeiten und schreiben diese auf ein Plakat. Gedanken über „grüne Frage“ machen 		Nicht jeder Absprung passt zu jeder Flugphase. Die zunehmende Akzentuierung von Kombinationen bedingt vermutlich bei den meisten SuS eine weitere Annäherung an die Idealtechnik.
Inhaltliche Reflexion	<ul style="list-style-type: none"> Wie viele verschiedene Variationen habt Ihr gefunden? 	UG/ Plakat, Beobachtungsbögen	Diese inhaltliche Reflexion dient als Einstieg in die Reflexionsphase des Unterrichtsgegenstandes Differentielles Lernen
Abschluss: Methodische Reflexion	<ul style="list-style-type: none"> Die methodische Auswertung der Stunde erfolgt „über das Beantworten“ der grünen Frage auf den Beobachtungsbögen. 	UG/ Plakat, Beobachtungsbögen	Im Plenum besprechen wir, ob und warum das Differentielle Lernen auch im Sportunterricht seine Berechtigung hat. Einleitend werden wir klären, ob es grundsätzliche Probleme mit oder Vorbehalte gegen die Methode gibt.

11 Anhang

11.1 Beobachtungsbogen

Differentielles Lernen im Hochsprung

Name:

2. Grund- element Absprung		Steil	Flach
		Mit Schwungbeineinsatz	Ohne
		Mit Armeinsatz	Ohne
	Absprungfuß	„Lattenfern“	„Lattennah“
	Wohin zeigt der Absprungbeinfuß?	Spitze zur Latte	
		Schräg	
		Parallel	
	Wohin dreht sich das Schwungbein?	Zur Latte	Von der Latte weg?
Eure Differenzen: Seid kreativ!			
3. Grund- element Flug- hase	Bei Lattenüberquerung	Hüfte gestreckt	Bogenspannung
		Sitzende Position	Arme greifen über die Latte
	Beine	Geschlossen	Gegrätscht
		Angezogen	Gestreckt
	Eure Differenzen: Seid kreativ!		
4. Landung	L-Form		
Studien belegen vor allem den Erfolg von DL im Leistungssport. Warum ist DL für den Sportunterricht in der Schule geeignet/nicht geeignet?	geeignet, weil		
	nicht geeignet, weil		



Die Kugelstoßerin Veronika Watzek mit eigenwilliger Technik