

Studienseminar für das Lehramt der Sekundarstufe II - Essen -

Schriftlicher Entwurf für den ersten Unterrichtsbesuch am

Name:
Fach: Sport
Lerngruppe: Klasse 6c / (14 männlich /10 weiblich)
Zeit: 11.55 Uhr bis 12.40 Uhr
Ort:

Fachlehrer:

HS-Leiterin:

FachleiterIn:

Thema des Unterrichtsvorhabens

Der Weitsprung in der Leichtathletik unter besonderer Berücksichtigung der Schrittweitsprungtechnik

Pädagogische Perspektiven und Inhaltsbereiche

- A : Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrung erweitern

Laufen; **Springen**, Werfen - Leichtathletik

Überblick über das Unterrichtsvorhaben

- 1. Übungsformen zur Einführung in die Schrittweitsprungtechnik unter dem Aspekt des Herausfindens von Sprung- und Schwungbein**
2. Erarbeitung der Landung zweckmäßige Flugbewegung
3. Erarbeitung einer individuellen Anlaufgeschwindigkeit für einen kontrollierten Absprung beim Weitspringen.

Unterrichtsziel

Die SuS sollen die Schrittsprungtechnik kennen lernen, indem sie zunächst ihr Schwungbein herausfinden und dieses nach dem Absprung weitgehend vorn halten, um eine möglichst lange Schritthaltung beizubehalten.

Verlaufsplan

Phase	Inhalt	Organisation/ Unterrichtsform/ Medien/Geräte	Didaktisch- methodischer Kommentar
Einstieg	Begrüßung/Bekanntgabe des Stundenthemas	Sitzkreis	Transparenz, Auf- nahme
Erwärmung Dehnung	Dreiminütiges Durchlaufen des Parcours nach Anweisung des Lehrers L: zeigt spezielle Dehnübungen für die Beine	Parcours wurde bereits vom Lehrer aufgebaut SuS bilden einen großen Kreis	Allgemeine und spezielle Erwärmung, Motivation/ freudvoller Beginn/ Spezielle Dehnung der Beinmuskulatur um Sprungverletzunge n vorzubeugen
Erarbeitung	Schüler bauen gemeinsam drei Absprungstationen auf.	Schüler stellen sich in drei Gruppen auf und bekommen vom Lehrer eine Aufbauplan für die Absprungstationen.	Schüler bauen selbständig nach einem Aufbauplan eine Absprungstation auf.
Erarbeitung	Demonstration des Absprungs über die Station durch einen Schüler	Schüler stellen sich in drei Gruppen auf und springen anschließend über die Stationen	Schüler werden für den optimalen Absprung sensibilisiert.
Reflexion	L: Wie seid ihr über die Hindernisse gesprungen? L: Hab ihr ein bestimmtes Bein mit dem ihr häufiger/ lieber abspringt? L: Das Bein mit dem ihr abspringt nennt man das Absprungbein. L: Was passiert mit dem anderen Bein? L: Warum wird es herangezogen? L: Was erreich ich dadurch? Das zweite Bein nennt man Schwungbein. Wieso wird es als Schwungbein bezeichnet?	Sitzkreis	Einstimmung auf den Absprung mit dem Absprungbein

Ich hospitiere in dieser Gruppe seit ca. fünf Wochen und habe bisher nur zwei Stunden in dieser Lerngruppe selbständig unterrichtet, daher ist es für mich schwierig alle Namen der Schülerinnen und Schüler zu kennen.

Die Lerngruppe besteht aus 10 Mädchen und 14 Jungen. In dieser Lerngruppe hat eine Schülerin Diabetes. Diese Schülerin muss daher zu Beginn des Unterrichts ihren Blutzuckerwert überprüfen. Bis auf die eine Schülerin gibt es in dieser Gruppe keine besonderen Auffälligkeiten. Die Lerngruppe hat zwei mal die Woche eine Einzelstunde Sportunterricht.

Die Reihe legitimiert sich aufgrund der Vorgaben der Richtlinien und Lehrplänen aus dem Inhaltsbereich *Laufen; Springen, Werfen - Leichtathletik*. Die gewählten pädagogischen Perspektiven beziehen sich auf die in den Richtlinien empfohlenen, wobei die Perspektiven A planungsleitend für das Unterrichtsvorhaben ist (vgl. RuL 2001, S.35).

Ich habe mich für diesen Unterrichtsvorhaben aus folgenden Gründen entschieden:

Am 31.05.2005 findet an unserer Schule das Schulsportfest statt. Daher ist es für die Schülerinnen und Schüler wichtig, dass sie verschiedene Disziplinen der Leichtathletik kennen lernen. Das Abspringen stellt für alle speziellen Sprungtechniken des Hoch-, Weit- und Hochweitspringens eine wichtige Voraussetzung dar. Es ist daher wichtig die Bedeutung der Technik in entsprechenden Lern- und Übungsprozessen, die Aufmerksamkeit der Schülerinnen und Schüler auf die Koordination des Anlaufs und Absprungs zu richten. Dabei ist es wichtig, dass die Schüler ein optimales Absprungverhalten eigenständig erproben und bewerten können.

In entsprechenden Übungsstationen, sollen die Schüler ihr Absprungbein herausfinden und dieses bewusst aktiv einsetzen. Die Schülerinnen und Schüler sollen die Bedeutung des Schwungbeineinsatzes spüren, verstehen und anwenden können.

Wichtig ist, dass die Schüler im Rahmen ihrer Möglichkeiten überhaupt erste Erfahrungen beim Springen machen. Für diesen pädagogischen Ansatz bieten die Stationen eine gute Voraussetzung und Möglichkeit der Erprobung des Absprungs zu lernen.

Springen über verschiedene Hindernisse, mit wechselnden Aufgabenstellungen ist für Schüler sehr motivierend.

Zu Beginn der Stunde wurde aus Zeitgründen ein Laufparcours von mir selbst aufgebaut. Ich habe bewusst Schülerinnen und Schüler in bestimmten Phasen des Unterrichts an der Gestaltung und Organisation beteiligt, damit sie lernen, selbstständig Stationen aufzubauen.

Literatur:

Grundlagen der Leichtathletik: das Standardwerk für Ausbildung und Praxis / Karl-Heinz Bauersfeld; Gerd Schröter u.a – 4., vollst. überarb. und erw. Aufl. – Berlin Sportverl., 1992

Ministerium für Schule, Wissenschaft und Forschung des Landes NRW (Hg.): Richtlinien und Lehrpläne für die Sekundarstufe I - Gesamtschule in Nordrhein-Westfalen, Sport. Frechen 2001.

Anhang

Aufbauplan

Zauberschnur

Station 1



Station 2



Station 3



Karton

