

Unterrichtsskizze zur 1. Unterrichtshospitation

Datum:

Name:

Fachleiter:

Fach: Sport

Lerngruppe: 5e (27 SuS)

Zeit: 10.50 – 11.35

Ort:

Thema der Stunde:

Die Vielfalt des Werfens im erlebnisorientierten Leichtathletikunterricht - Vielseitiges Werfen in spielerischen Situationen als eine schülergerechtere Form des leichtathletischen Sich-Bewegens

Ziel der Stunde:

Beginn der Stunde - Ausdauer:

Die SuS sollen durch einen 7-minütigen - am Anfang jeder Einzelstunde stehenden - Ausdauerlauf ihre Leistungsfähigkeit und Ausdauer verbessern sowie lernen, eigene Ziele zu finden und diese beharrlich zu verfolgen (z.B. durchhalten, mit angemessenem Tempo laufen), indem sie ihre Lern- und Leistungsbereitschaft fördern sowie eine positive Einstellung zur Anstrengung entwickeln.

Schwerpunkt der Stunde - Werfen:

Für die SuS sollen Gelegenheiten und Situationen geschaffen werden, in denen sie Wurferfahrungen sammeln können und sich spielerisch angeregt fühlen, das Werfen - als Grundform menschlicher Bewegung und Basis vieler sportlicher Aktivitäten – und ihre Wurffähigkeiten zu erproben. Dadurch sollen sie die Vielfalt des Werfens kennen lernen und diese durch Variation der Zielvorgabe erfahren, indem sie unterschiedlich weit werfen, ein bestimmtes Ziel treffen, mit unterschiedlichen Wurfgeräten und in unterschiedlichen Situationen werfen etc.

Phase	Inhalt	Organisation
Einstieg	<p>Begrüßung, Bekanntgabe der Thematik, Überblick über die Stunde</p> <p>Kurze Wiederholung: Was ist wichtig beim Laufen? Worauf solltet Ihr achten?</p> <ul style="list-style-type: none"> - nicht zu schnell laufen - kontinuierlich laufen - Ziel: 7min. durchhalten ohne zu gehen - Ziel: nach Laufen Puls von ca. 130/140 - nicht stehen bleiben, wenn ruhig weitergehen <p>Ziel: SuS sollen lernen, langsam (mit individuell angemessenem Tempo) zu laufen, damit wenige/keine Gehpausen notwendig werden</p>	Sitzkreis in der Halle
Allgemeine Erwärmung	7min ausdauerndes Laufen, Pulskontrolle	<p>Die SuS stellen sich an einem Kopfende der Halle nebeneinander auf. Auf Pfiff des Lehrers laufen die SuS 7 Minuten in Ausdauer tempo in der Halle vom einen Kopfende zum anderen Kopfende der Halle. L läuft mit.</p> <p>Die SuS finden sich – nach einer kurzen Gehphase – in der Hallenmitte zusammen und ermitteln ihren Puls: L gibt Start und Ende vor (Dauer 30sec.), SuS ermitteln ihren Puls durch Verdoppeln. Kurze Abfrage und Kommentierung der Ergebnisse durch L.</p>
Einstimmung Hauptphase	<p>Erklären der Spielregeln</p> <p>Treibball: Jede Mannschaft stellt sich an einem Kopfende der Halle hinter der Grundlinie auf. Zunächst befindet sich auf der Grundlinie ein Basketball. Dieser muss durch Zielwürfe auf die gegenüberliegende Seite befördert</p>	<p>SuS kommen in der Hallenmitte zusammen (Sitzkreis). L erklärt die elementaren Regeln des Spiels Treibball.</p> <p>Einteilung in die Mannschaften Die SuS stellen sich an der Mittellinie auf, L zählt von 1-4 durch. SuS mit Nummer 1 und 4 gehen zu einem Kopfende</p>

	<p>werden.</p> <p>Mannschaftsbildung Es werden zwei Teams gebildet, die gegeneinander spielen.</p>	<p>der Halle, SuS mit Nummer 2 und 3 zum gegenüberliegenden Kopfende.</p> <p>Voraussichtliches Material: Basketbälle, Medizinbälle, Bänke, Gymnastikbälle, evtl. Softbälle, Volleybälle, hoher Kasten, Fahnenstangen zur Zonenmarkierung</p>
Hauptphase	<p>Treibball Zwei Mannschaften, die sich gegenüberstehen, versuchen den Ball (Basketball/Medizinball) in der Mitte durch Zielwürfe zu treffen und über die gegnerische Ziellinie zu bewegen bzw. die Zielobjekte durch Zielwürfe von einer Bank/einem Kasten auf die gegnerische Seite zu befördern.</p>	<p>Das Spiel Treibball wird in dieser Phase zunächst in seiner Grundform, dann mit verschiedenen Regeländerungen bzw. Spielmaterialänderungen gespielt. Folgende Möglichkeiten sind gegeben:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Medizinball statt Basketball - mehrere Basketbälle bzw. Medizinbälle liegen auf zwei Bänken, die auf der Grundlinie stehen, und müssen dort durch Zielwürfe auf die gegnerische Seite befördert werden - Medizin- bzw. Basketbälle liegen auf einem Kasten (Höhe kann variiert werden) - es liegen verschiedene Ballarten auf Grundlinie/Bänken/Kasten, zudem werden verschiedene Bälle als Wurfgeräte angeboten (Volleybälle, Gymnastikbälle) - die Distanz zum Zielobjekt kann verändert werden (Gesamtgruppe oder individuell) – unterschiedlich weit werfen - Zonen bilden - Wurf aus dem Anlauf heraus <p>Nach einem Durchlauf wird kurz mit den SuS beraten (SuS kommen in der Hallenmitte zusammen), was verändert werden kann bzw. L gibt Veränderungen vor. Während der Umbauphasen spricht L gezielt Schüler an, die ihm beim</p>

		Um-/Aufbau helfen. Übrige Schüler sitzen an den Grundlinien.
Evtl. Abschluss-spiel	Jägerball SuS mit Ball sind Jäger und müssen die anderen abwerfen. Wer abgeworfen wird, muss mit gegrätschten Beinen warten, bis jemand hindurchkriecht. Dann kann weitergespielt werden. (Dieses Spiel wird vom L spontan eingesetzt, falls das vorangehende Spiel nicht die gewünschten Ergebnisse bringt oder es zeitlich geeignet erscheint bzw. es wird als Abschlussspiel gespielt, falls sich in der vorherigen Phase eine zu geringe Bewegungsintensität aufgrund der hohen Schülerzahl zeigt)	(Falls Jägerball – Abbau durch vom L bestimmte SuS) SuS kommen in der Hallenmitte zusammen. L erklärt die elementaren Regeln des Spiels. Es werden 2-4 Softbälle an SuS ausgegeben, die damit zum Jäger bestimmt sind. Evtl. Variation: Wer den Ball fängt, wird zum Jäger.
Abschluss-reflexion	Zusammentragen der Erlebnisse, Erfahrungen etc. durch die SuS. Evtl. weitere Verbesserungs-/Erweiterungsvorschläge zum Spiel Treibball.	SuS treffen sich im Sitzkreis in der Hallenmitte. Die SuS äußern sich zu den Wurfspielen/zur Unterrichtsstunde. Der Abbau erfolgt im Anschluss durch vom L bestimmte SuS.