



Zentrum für schulpraktische Lehrerbildung Essen Seminar Gy/Ge

Schriftlicher Entwurf für den fünften Unterrichtsbesuch am

1 Datenvorspann

Name:

Fach:

Sport

Lerngruppe:

Klasse/Kurs 7a (Anzahl 22 SuS, 7 w / 15 m)

Zeit:

12.07 – 13.15 Uhr

Schule:

Sportstätte:

Sporthalle

Fachseminarleiter/in:

Ausbildungslehrer/in:

Ausbildungsbeauftragte/r:

Inhalt

1	Datenvorspann.....	
2	Längerfristige Unterrichtszusammenhänge.....	1
2.1	Entscheidungen.....	1
2.2	Begründungszusammenhänge	2
2.2.1	Schulische Rahmenbedingungen.....	2
2.2.2	Curriculare Legitimation	2
2.2.3	Fachdidaktische Einordnung	3
2.2.4	Bedeutung der Stunde im UV	4
3	Unterrichtsstunde	4
3.1	Entscheidungen.....	4
3.2	Begründungszusammenhänge	8
3.2.1	Lernvoraussetzungen.....	8
3.2.2	Zentrale Inhalte und didaktische Reduktion.....	8
3.2.3	Didaktisch-methodische Entscheidungen	9
3.2.4	Erwartete Schwierigkeiten und Handlungsalternativen	10
4	Literatur.....	10
5	Anhang	10

2 Längerfristige Unterrichtszusammenhänge

2.1 Entscheidungen

Thema des Unterrichtsvorhabens

Kooperative Erarbeitung unterschiedlicher Parkourtechniken mit dem Ziel der effektiven und schnellen Überwindung im Brennball mit Hindernissen (Parkour-Brennball).

Inhaltsfelder und Inhaltsbereiche

Leitendes Inhaltsfeld: Bewegen an Geräten – Turnen

Weiteres Inhaltsfeld: Das Spielen entdecken – und Spielräume nutzen

Leitender Inhaltsbereich: Wagnis und Verantwortung

Weiterer Inhaltsbereich: Bewegungsgestaltung

Weiterer Inhaltsbereich: Kooperation und **Konkurrenz**

Kompetenzerwartungen (KLP Gymnasium)

Die Schülerinnen und Schüler¹ können

- an Turngeräten (u.a. Boden, Sprunggerät, Reck **oder** Stufenbarren, Balken **oder** Parallelbarren) oder Gerätekombinationen turnerische Bewegungen auf technisch-kordinativ grundlegendem Niveau normungebunden **oder** normgebunden ausführen und verbinden. (BWK)
- an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis und Leistungssituationen bewältigen sowie grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen. (BWK)
- eine turnerische oder akrobatische Gruppengestaltung kooperations- und teamorientiert entwickeln, einüben und präsentieren sowie dazu Ausführungs- und Gestaltungskriterien benennen. (BWK)
- in Gruppen selbstständig, aufgabenorientiert und sozial verträglich üben sowie für sich und andere verantwortlich Aufgaben im Übungs- und Lernprozess übernehmen. (MK)
- Bewegungsgestaltungen und -kombinationen zusammenstellen und präsentieren. (MK)
- sich in turnerischen Übungs- und Lernprozessen fachsprachlich situationsangemessen verständigen sowie grundlegende methodische Prinzipien des Lernens und Übens turnerischer Bewegungen erläutern. (MK)
- Zusammenhänge zwischen Wagnissituationen und individueller technisch-kordinativer Leistungsfähigkeit beurteilen. (UK)

¹ Im Folgenden SuS genannt

- eine Präsentation – allein oder in der Gruppe – nach ausgewählten Kriterien bewerten. (UK)

Gliederung des Unterrichtsvorhabens

1. „Le Parkour“ – ein französischer Trendsport! – Einführung der allgemein gültigen Merkmale, Prinzipien und Kriterien von „Le Parkour“ mittels des Spiels Brennball mit Hindernissen (Parkourbrennball).
2. Von kleinen Hindernissen zu mittelhohen Hindernissen: Kooperative Erarbeitung und Erprobung von Überwindungstechniken über ein mittelhohes Hindernis mit dem Ziel der Umsetzung im Parkourbrennball.
3. **Kooperative Erarbeitung und Erprobung von Bewegungskriterien des „Tic- Tac“ unter Einbeziehung der Wand als Unterstützungs- bzw. Abdruckfläche zur Überwindung von instabilen Hindernissen ohne Handaufsatz mit dem Ziel der Anwendung im Parkourbrennball.**
4. Von mittelhohen Hindernissen zu hohen Hindernissen: Erschließung der notwendigen Bewegungskriterien für eine sichere Landung auf unterschiedlich breiten bzw. hohen Landeflächen beim Präzisionssprung mit dem Ziel der Anwendung im Parkourbrennball.
5. Die Kreativität kennt keine Grenzen: Entwicklung und Gestaltung eines eigenen Geräteparcours zur individuellen Anwendung der verschiedenen „Parkourtechniken“ bzw. motorischen Bewältigungsstrategien von Hindernissen im Parkourbrennball.

2.2 *Begründungszusammenhänge*

2.2.1 **Schulische Rahmenbedingungen**

Im Rahmen der 67,5 Minuten-Taktung hat die Klasse 7a zweimal in der Woche Sport. Die Klasse besteht aus ca. zwei Drittel Jungen und einem Drittel Mädchen, die unterschiedliche körperliche Voraussetzungen mitbringen (siehe didaktisch-methodische Entscheidungen). Die Klasse wird von mir seit den Herbstferien im Rahmen meines Ausbildungsunterrichtes sowohl im Fach Englisch als auch im Fach Sport unterrichtet. In der vorherigen Unterrichtsreihe zum Thema „Volleyball“ zeigte sich stark, dass die SuS einen starken Drang zum Spielen haben, was in dieser Unterrichtsreihe versucht zu integrieren wird. Das Sozialverhalten und die Lernatmosphäre in dieser Klasse kann als gut beschrieben werden.

2.2.2 **Curriculare Legitimation**

Das Unterrichtsvorhaben legitimiert sich durch die Richtlinien und Lehrpläne und den Inhaltsbereich 5 „Bewegen an Geräten – Turnen“. Demnach bietet das „Sich-Bewegen an Geräten für SuS besondere Anreize, Bewegungsgefühl und Bewegungserlebnisse zu entdecken und zu erweitern, Risiken abzuwägen, Ängste zu äußern und zu bewältigen, sowie bewegungstechnisches Können zu entwickeln und Körperbeherrschung zu erfahren und dabei auch gemeinsam zu handeln.“ Aufgrund des motorischen Anspruchs an die neuen Bewegungserfahrungen lässt sich ergänzend das Inhaltsfeld C „Wagnis und Verantwortung“ nennen. Für

jeden Schüler² hängt es von der „individuellen Fähigkeit und Erfahrung ab, wo die Routine endet und das Wagnis beginnt. Dabei wird das Wagnis als eine Grenzsituation verstanden, in der die Schwierigkeit der Aufgabe und die eigenen Fähigkeiten realistisch abzuschätzen sind und dies für sich und andere verantworten zu können.“ (vgl. RuL 2001 S. 36 f.). Das Unterrichtsvorhaben wird ferner mit Hilfe des Brennballspiels in einen spielerischen Kontext eingebunden, so dass ferner das Inhaltsfeld E „Kooperation und Konkurrenz“ Berücksichtigung findet.

2.2.3 Fachdidaktische Einordnung

Die aus Frankreich stammende Trendsportart „Le Parkour“ ist ursprünglich aus dem Begriff „parcours du combattant“ (Wettkampfbereich) entstanden und wird häufig auch als „l'Art du Deplacement“ (die Kunst der Fortbewegung) bezeichnet (vgl. Rochhausen 2010, S.10). Der Parkoursport, der umgangssprachlich „Le Parkour“ genannt wird, setzt sich aus den folgenden drei unterschiedlichen Disziplinen: „Le Parkour“, „Freerunning“ und „Parcouring“ zusammen.

Der Hauptgedanke der Disziplin Le Parkour ist die schnelle und effiziente Bewegung über Hindernisse. Le Parkour grenzt sich insofern von der Disziplin „Freerunning“ ab, als das es beim Freerunning eher um die akrobatische und elegante Art der Hindernisüberquerung geht. Die dritte Disziplin „Parcouring“ vereint die unterschiedlichen Schwerpunkte von Le Parkour und Freerunning, indem unter Zeitdruck schnelle, effiziente und spektakuläre Bewegungen unter dem Aspekt des Wettkampfgedankens miteinander verknüpft werden (vgl. Rochhausen 2010, S.11).

Diese neue Trendsportart stellt meiner Meinung nach für den Schulsport einen großen Gewinn und eine Alternative zum klassischen Turnen dar, da im Gegensatz zu den häufig normierten und ausführungsbetonten Bewegungen des Turnens, die kreative bzw. effektive Bewältigung von Hindernissen im Vordergrund steht, bei der individuelle Lösungswege gefunden werden sollen. Dabei bilden vielseitige und natürliche Bewegungsabläufe zusammen mit akrobatischen Elementen eine selten praktizierte Art des Umgangs mit den klassischen Geräten des Schulturnens.

Darüberhinaus steht Le Parkour im Einklang mit modernen Ansätzen der Trainingswissenschaft und der Sportdidaktik, wie z.B. dem differenziellen Lernen, wonach nicht die strikte Orientierung an einer Idealbewegung, sondern gerade das Ausprobieren verschiedener Lösungsmöglichkeiten und die bewusste Integration von „Bewegungs-Fehlern“ schnellere Lernerfolge gewährleisten sollen³. Hieraus resultiert wiederum die Chance binnendifferenzierende Maßnahmen für leistungsheterogene SuS anzubieten.

Da der Schulsport zum Handeln befähigen und zur Reflexion anregen soll (MSWF NRW, 2001, S. 64.) wird die Unterrichtsreihe „Le Parkour“ größtenteils durch das didaktische Prinzip der „Reflektierten Praxis“ geprägt.

Nach Serwe-Pandrick und Thiele (2012) besteht das Hauptziel darin, die Erfahrungen in und mit der sportlichen Praxis innerhalb des Unterrichts systematisch aufzuarbeiten, um ein zunehmend bewusstes Lernen der SuS zu unterstützen. Eine reflektierte Unterrichtspraxis soll

² mit der männlichen Form ist auch immer die weibliche Form gemeint.

³ (vgl. Baschta, Martin – Subjektive Belastungssteuerung im Sportunterricht.; CUVILLIER Verlag Göttingen 2008, S.129 f.)

demnach ein Prinzip der Unterrichtsgestaltung darstellen, indem die Reflexion als Weg verstanden wird, Praxis und Theorie im Fach Sport zu verbinden (vgl. S.7).

2.2.4 Bedeutung der Stunde im UV

Die heutige Stunde ist die dritte Stunde einer fünfstündigen Unterrichtsreihe zum Thema „Le Parkour“. Während die erste Unterrichtsstunde zum einen dazu diente den SuS die grundlegenden Merkmale von „Le Parkour“ beizubringen und zum anderen die SuS mit dem Spiel „Brennball mit Hindernissen“ vertraut zu machen, zielte die zweite Unterrichtsstunde auf die erste, gezielte Bewegungstechnik von „Le Parkour“, nämlich dem schnellen und effizienten Überwinden von mittelhohen und stabilen Hindernissen, welche im Le Parkour mit dem Fachterminus „Passement“ ausgedrückt wird, hin ab. Die heutige Stunde knüpft an die vorhergegangene Stunde insoweit an, als das bei der Einführung der Bewegungstechnik „Tic Tac“ die mittelhohen Hindernissen weiterhin verwendet werden, sie aber nicht mehr stabil sondern mit Hilfe von Basketbällen / Medizinbällen instabil werden. In der vierten Unterrichtsstunde ist die Progression insoweit gewährleistet als das eine weitere, neue Bewegungstechnik, nämlich der Präzisionsprung eingeführt wird. Die Hindernishöhe wird von mittelhoch zu hoch verändert. Die fünfte und letzte Stunde soll die Kreativität der SuS insofern fördern, als das sie einen eigenen Parkour entwerfen.

3 Unterrichtsstunde

3.1 Entscheidungen

Thema der Stunde

Kooperative Erarbeitung und Erprobung von Bewegungskriterien des „Tic- Tac“ unter Einbeziehung der Wand als Unterstützungs- bzw. Abdruckfläche zur Überwindung von instabilen Hindernissen mit dem Ziel der Anwendung im Brennball mit Hindernissen.

Kernanliegen

Die Schülerinnen und Schüler sollen die Bewegungskriterien des Tic-Tac unter Einbeziehung der Wand als Unterstützungs- bzw. Abdruckfläche über ein instabiles Hindernis ohne Handaufsatz auf dem Kasten in leistungsdifferenzierten Gruppen erarbeiten und üben, mit dem Ziel der Anwendung der neu erlernten Bewegungstechnik im Brennballspiel mit Hindernissen.

Teillernziele⁴

Motorische Ziele: Die SuS sollen...

- die Bewegungstechnik „Tic Tac“ unter Einbeziehung der Wand motorisch umsetzen und in einer Spielform, die Zeitdruck hervorruft, umsetzen.

Kognitive Ziele: Die SuS sollen...

⁴ In Anlehnung an die Kompetenzerwartungen

- die Bewegungskriterien des Tic Tac hinsichtlich Anlauf (-winkel), Absprungbein und Fußesatz benennen und begründen können.
- Die Wagnissituationen individuell einschätzen können.

Sozial-affektive Lernziel: Die SuS sollen...

- „aufgabenorientiert, sozial verträglich“ und kooperativ die Bewegungsaufgabe lösen können.
- ihre Bewegungslösung vor einer Gruppe präsentieren können.

Verlaufsübersicht

<i>Lehrschritte / Lehrformen Intention und Aktivität der Lehrkraft</i>	<i>Inhaltsaspekte (z. B. Gegenstände, Fachbegriffe, Fragestellungen, , Aufgaben ...)</i>	<i>Organisation /Lernformen</i>
Begrüßung (ca. 3 min)	Begrüßung der SuS und Vorstellung des Besuchs Kurze Wiederholung der vorherigen Stundeninhalte (Überwindung mittelhoher Hindernisse) Verweis auf Unterrichtsvorhaben und Ausblick auf die Stunde Sensibilisierung für das Wagnis	Sitzkreis/UG
Erwärmung / Erprobung (ca. 5 min)	Die Klasse wird von der Lehrkraft in zwei gleich starke Teams unterteilt. Die Einteilung ist von der Lehrkraft bereits im Vorfeld der Stunde erfolgt. Das Spiel „Brennball mit Hindernissen“ wird begonnen zu spielen. Es wird nach den Regeln der letzten Stunde gespielt (s. Zentrale Inhalte und didaktische Reduktion). Die Lehrkraft ergänzt die neue Regel, dass die SuS ihre Hand beim Überqueren des Hindernisses nicht auf das Hindernis aufsetzen dürfen. Im besten Fall melden die SuS der Lehrkraft zurück, dass das Überqueren einiger Hindernisse nicht möglich bzw. zu schwer ist. Sollte diese Rückmeldung nicht erfolgen, wird die Lehrkraft das Spiel unterbrechen und die das Problem ansprechen.	Spielform
Problematisierung / Fokussierung (3 – 5 min)	Die Lehrperson fragt die SuS, warum sie mit dem Spiel unzufrieden sind bzw. warum es zu schwer/ nicht möglich ist das Hindernis zu überwinden (fehlen einer Abdruckfläche) und was dabei helfen könnte, dieses Problem zu lösen? Die SuS kommen auf die Wand als Unterstützungs- bzw. Abdruckfläche zu sprechen. Optional: L. führt S. zur Erkenntnis, dass die Wand als Unterstützung- bzw. Abdruckfläche zur Bewältigung eines spezifischen Hindernisses genutzt werden kann.	Sitzkreis

Erarbeitung (ca. 10 min)	<p>SuS erarbeiten in Kleingruppen (ca. 4 - 5 SuS) Bewegungsmerkmale des Tick Tack hinsichtlich Anlauf(-winkel), Absprungbein und Fußeinsatz mit denen das Hindernis überwunden werden kann. Die SuS bestimmen selbst mit welcher Hindernishöhe sie anfangen. Jeder einzelne der Gruppe soll in der Lage sein, die Bewegungsmerkmale vorzustellen und zu demonstrieren.</p> <p><u>Arbeitsauftrag:</u> Erarbeitet gemeinsam Sprünge mit Hilfe der Wand, mit denen ihr das Hindernis ohne Handaufsatz auf dem Hindernis überwinden könnt. Konzentriert Euch dabei auf den Anlauf(-winkel), auf das Absprungbein und auf den Fußeinsatz an der Wand.</p>	Gruppenarbeit
Präsentation (5 min)	2-3 SuS präsentierten den Tic Tac. Die anderen SuS müssen in der Lage sein, die Bewegungsausführung hinsichtlich Anlauf (-winkel), Absprungbein und Fußeinsatz im Nachhinein zu beschreiben und zu begründen.	Halbkreis
Übung (10 min)	Die Übungsphase erfolgt in leistungshomogenen Gruppen. SuS die den zweiteiligen Kasten mit Hilfe des Tic Tac sicher überspringen können, können zum dreiteiligen Kasten wechseln.	Übungsform
Zielspiel / Anwendung (8 min)	Das Spiel Parkourbrennball wird mit Einbezug des Tic-Tac gespielt. Im Vorhinein wurde die Punktezahl für ein zu überquerendes Hindernis von den SuS festgelegt. Evtl. Invaliden übernehmen die Schiedsrichterfunktion	Spielform
Reflexion (3 - 5 min)	Das Zielspiel wird reflektiert.	Sitzkreis
Abbau (ca. 5 min)	<p>Der Abbau erfolgt selbstständig, 2 SuS fahren den Mattenwagen (evtl. Invaliden)</p> <p>Die Lehrperson überwacht den sicherheitsgerechten Abbau</p>	

3.2 Begründungszusammenhänge

3.2.1 Lernvoraussetzungen

Für die heutige Sportstunde, die in der vierten Unterrichtsstunde stattfindet, steht der große Hallenteil der Halle zur Verfügung, was genügend Platz für den Geräteaufbau und für die Spielform „Brennball mit Hindernissen“ erlaubt und die Bewegungszeit der einzelnen SuS fördert. Von den 22 SuS ist eine Schülerin für drei Wochen von der Schule beurlaubt und kann daher nicht an der heutigen Sportstunde teilnehmen. Ein weiterer Schüler ist vom aktiven Sportunterricht bis zur nächsten Stunde befreit. Dieser wird sowohl Schiedsrichtertätigkeiten als auch organisatorische Tätigkeiten im Rahmen der Sportstunde übernehmen. Das verletzungsbedingte oder krankhafte Fehlen von weiteren SuS ist im Vorfeld der heutigen Stunde nicht abzusehen.

3.2.2 Zentrale Inhalte und didaktische Reduktion

Den zentralen Inhalt der heutigen Stunde bildet die Erarbeitung und Übung des Tic-Tac als Bewegungstechnik, um ein instabiles Hindernis ohne Handaufsatz zu überwinden. Da die SuS während des ganzen Unterrichtsvorhabens mit dem Wagnisgedanken konfrontiert werden, werden die SuS zu Beginn jeder Unterrichtsstunde von der Lehrkraft dahingehend sensibilisiert, dass nur die Hindernisse übersprungen/überquert werden, die sich die SuS auch zutrauen. Die Unterrichtsstunde beginnt mit dem Zielspiel. Eine spezielle Erwärmung ist nach Meinung der Lehrkraft nicht notwendig, da die Erprobungsphase eine gleichzeitige Erwärmungsphase darstellt. Hinzu kommt die Tatsache, dass keine Maximalbewegungen am Anfang der Stunde gefordert werden und eine aufeinander anknüpfende Erwärmung aufgrund der Stundenplanung gewährleistet wird. Die Mannschaftseinteilung für das nachfolgende Brennballspiel mit Hindernissen wird aus organisatorischen und aus zeitökonomischen Gründen von der Lehrkraft im Vorhinein vorgenommen. Das Zielspiel Brennball mit Hindernissen wird in der Literatur z.B. von Rochhausen in folgender Variante vorgeschlagen: „Zwei Teams spielen gegeneinander. Das Läuferteam steht am Start. Das Werferteam spielt im Innenraum. Nachdem der erste Läufer einen Ball in den Innenraum geworfen hat, versucht er im Parcours möglichst weit zu laufen, bevor der Ball vom Werferteam in den kleinen Kasten abgelegt oder der Läufer selbst abgeworfen wurde. Sobald der Läufer ein Ruhemal erreicht, darf er nicht mehr abgeworfen werden. Sollt der Ball vom Werferteam in den kleinen Kasten abgelegt werden bevor der Läufer ein Ruhemal oder das Ziel erreicht hat, ist dieser verbrannt und muss zum Team zurückkehren, ohne dass er einen Punkt für sein Team erzielt. Das Läuferteam darf sich mit beliebig vielen Spielern im Parcours aufhalten, jedoch darf jedes Ruhemal nur einmal besetzt werden“ (2010, S.94). Diese Variante wird insofern verändert, als dass der Läufer vom Werferteam nicht abgeworfen werden darf und ein Ruhemal auch zu mehreren Spielern besetzt werden darf. Im Gegensatz zu Rochhausen wird nach jedem Hindernis ein Ruhemal integriert. Dies fördert meiner Meinung nach den Spielfluss insofern, als dass motorisch schwächere SuS mehr Chancen haben den Parcours zu durchlaufen. Darüberhinaus verringert es den Zeitdruck im Spiel und erhöht die Konzentration auf das zu überwindende Hindernis, was

wiederum mit einem geringeren Verletzungsrisiko einhergeht. Nach der Problematisierung erfolgt die Erarbeitungsphase des Tic Tac. In dieser sollen die SuS sich auf den Anlauf (-winkel), auf das Absprungbein und auf den Fußeinsatz an der Wand konzentrieren. Optimaler Weise stellen die SuS fest, dass der Anlaufwinkel nicht zu groß aber auch nicht zu klein gewählt werden sollte. In der Literatur wird der optimale Absprungwinkel mit 45° angegeben. Hier spielt das 3. Newtonsche Gesetz (actio = reactio) eine entscheidende Rolle. Das Absprungbein bildet immer das der Wand entferntere Bein, während das andere Bein das Abstossbein von der Wand bildet. Das Absprungbein kann zusätzlich als Schwungbein eingesetzt werden. Der Fußeinsatz an der Wand dient dazu den Körperschwerpunkt (KSP) anzuhieven, wodurch die Höhe deutlich gesteigert werden kann, als beim Sprung ohne Unterstützungsfläche. Der unterstützende, horizontale Armeinsatz nach oben wird nicht thematisiert, um die SuS nicht zu überfordern.

3.2.3 Didaktisch-methodische Entscheidungen

Der sicherheitsgerechte Aufbau der Geräte ist von der Lehrkraft im Vorhinein der Stunde geschehen. Der Aufbau orientiert sich an den Charakteristika dieser Trendsportart. Daher werden Matten nur verwendet, um die Ruhemale für das Brennballspiel zu kennzeichnen. Da Le Parkour in urbanen Gegenden von den Akteuren betrieben wird und jedes Objekt als Hindernis dienen kann, wird auf Matten vor und nach den Hindernissen (Kästen) als Absicherung verzichtet, da diese zum einen nicht den Charakteristika der Trendsportart entsprechen und zum anderen aus Sicht der Lehrkraft für den Tic-Tac eher kontraproduktiv sind. Die Matten könnten für einige SuS ein zusätzliches motorisches Problem darstellen, da sie eher als zusätzliches Hindernis wahrgenommen werden könnten und den Fokus von der eigentlichen Aufgabe der Hindernisüberquerung mit Hilfe des Tic Tac ablenken könnten. Die Höhe der Hindernisse des Parcours ist unter Berücksichtigung der Binnendifferenzierung von der Lehrkraft unterschiedlich gewählt worden. Hier ist eine individuelle Ausrichtung von Nöten, da in dieser Klasse die körperlichen Voraussetzungen stark heterogen sind, was hinsichtlich der konditionellen Fähigkeit „Kraft“ für das Erreichen des Kernanliegens in der heutigen Stunde unbedingt berücksichtigt werden muss. Es kommen zwei einstufige Kästen, zwei zweistufige Kästen und zwei dreistufige Kästen zum Einsatz.

In der Erarbeitungsphase entscheiden die SuS selbst an welcher Hindernishöhe sie den Tic Tac erproben wollen. Auch in der Übungsphase wird in leistungshomogenen Gruppen gearbeitet. Die SuS sollen jeweils an die Kasten höhe zurückgehen, an der sie zuletzt geturnt haben. Durch diese binnendifferenzierende Maßnahmen können die motorisch leistungsschwächeren SuS den Tic Tac erst einmal an einem niedrigeren Hindernis üben, bevor sie an einen mehrstufigen Kasten wechseln. Motorisch leistungsstärkere SuS haben die Möglichkeit vom zweistufigen Kasten zum dreistufigen Kasten zu wechseln. Voraussetzung hierfür ist, dass sich die Lehrkraft den Tic Tac über den zweistufigen Kasten vorher angeschaut und für gut befunden hat. Da der Geräteaufbau auch im abschließenden Spiel „Brennball mit Hindernissen“ nicht verändert wird, wird die Punktevergabe für das Passieren eines einteiligen, zweiteiligen oder dreiteiligen Kastens von den SuS unter Berücksichtigung der Schwierigkeitsstufe zu Beginn des Spiels festgelegt. Mögliche Punktverteilungen könnten wie folgt aussehen:

einen Punkt für das jeweilige Überqueren eines einteiligen Kastens, zwei Punkte für das jeweilige Überqueren eines zweiteiligen Kastens und drei Punkte für das jeweilige Überqueren eines dreiteiligen Kastens. Die heutige Stunde ist wie das ganze Unterrichtsvorhaben aus mehreren Gründen in das Spiel Brennball mit Hindernissen integriert worden. Erstens unterstützt das Spiel nach Ansicht der Lehrkraft den Hauptgedanken von „Le Parkour“, da es auch hier um das schnelle und effiziente Überqueren eines Hindernisses geht. Zum anderen wird dem Wunsch der SuS nach dem Spielgedanken nachgekommen, was wiederum als motivationsfördernd angesehen werden kann.

3.2.4 Erwartete Schwierigkeiten und Handlungsalternativen

Die Einbettung von „Le Parkour“ in das Brennballspiel kann allerdings auch Probleme mit sich bringen. Der Anforderungscharakter erhöht sich durch die Einbettung in die Spielform und die daraus resultierende Wettkampfsituation enorm. Die Hindernisüberquerung wird sicherlich hektischer, was sich ungünstig auf die Technik auswirken kann. Vor dem Zielspiel wird daher von der Lehrkraft noch mal darauf hingewiesen, dass das sichere Überqueren der Hindernisse im Vordergrund steht. Sollte sich während des Zielspiels herausstellen, dass dieser Hauptgedanke vernachlässigt wird, wird das Zielspiel von Seiten der Lehrkraft unterbrochen und es wird nochmals auf die Sicherheit hingewiesen.

4 Literatur

Ministerium für Schule und Weiterbildung des Landes NRW (Hrsg): Richtlinien und Lehrpläne für die Sekundarstufe I– Gymnasium/Gesamtschule in Nordrhein-Westfalen, Sport, Ritterbach 2001

Rochhausen, Sascha: Parkoursport im Schulturnen. Le Parkour & Freerunning-Praxishandbuch für das Hallentraining mit Kindern und Jugendlichen, Books on Demand GmbH, Norderstedt. (2010)

5 Anhang

Materialien