



**Kurz gefasste schriftliche Planung für den ersten Unterrichtsbesuch  
im Fach Sport**

**Name:**  
**Lerngruppe:** Klasse 5e  
**Zeit:** 8:50-9:35 Uhr  
**Schule:**  
**Sportstätte:**

**Anwesend:**  
**Für das ZfsL**  
**Fachseminarleiter/in:**

**Für die Schule**  
**Ausbildungslehrerin:**

---

***Thema der Stunde***

Erarbeitung und Erprobung differenzierter Überwindungsmöglichkeiten von Hindernissen im Le Parkour

***Kernanliegen***

Die SuS erarbeiten und erproben differenzierte Überwindungsmöglichkeiten von Hindernissen im Stationsbetrieb mit dem Ziel, diese zu einem flüssigen Run zu verbinden.

# 1 Verlaufsübersicht

<b>Lehrschritte / Lehrformen Intention und Aktivität der Lehrkraft (Was macht die Lehr- kraft?)</b>	<b>Inhaltsaspekte (z. B. Gegenstände, Fachbegriffe, Fragestellungen, , Auf- gaben ...) (Was ist die Sache?)</b>	<b>Lernschritte / Lernformen Intendiertes Schülerverhalten (Was machen die SuS?)</b>	<b>Organisation/ Mate- rial</b>
Einstieg			
Begrüßung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Begrüßung</li> <li>• Vorstellen der Gäste</li> <li>• Ausblick Stundenverlauf</li> </ul>	SuS hören zu und stellen ggf. Rückfragen	Sitzkreis
Erwärmung			
L. erklärt das Spiel und ruft die Kommandos in die Halle und macht ggf. Bewegungen vor	Aktivierung des Herz-Kreislauf-Systems	SuS bewegen sich frei in der Halle. Auf die Kommandos Feuer, Wasser und Sturm führen die SuS bestimmte Bewegungsaufgaben durch. Die Fortbewegungsart wechselt (laufen, hopsen, hüpfen).	Ganze Gruppe aufgebauter Parcours (bereits aufgebaut)
Problematisierung			
L. thematisiert, was das Bewertungskriterium „flüssig“ im Zusammenhang mit der Bewältigung des Parcours bedeutet → Transparenz im Hinblick auf die Zielbewegung	Kriterium „flüssig“ bedeutet: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gleichmäßige, aber individuelle Geschwindigkeit</li> <li>• Kein stehen bleiben zwischen, unmittelbar vor oder auf den Hindernissen</li> <li>• Sicheres Überwinden</li> </ul>	SuS nehmen aktiv am Unterrichtsgespräch teil und erarbeiten zusammen mit L. die wichtigsten Merkmale des Bewertungskriteriums „flüssig“	Sitzkreis
L. fordert die SuS auf, den aufgebauten Parcours „flüssig“ zu durchlaufen. Wartende SuS sowie nicht aktive SuS erhalten einen Beobachtungsauftrag.	Durchlaufen des Parcours durch sicheres Überqueren der Hindernisse. Beobachtungsauftrag: Wird der Parcours flüssig durchlaufen?	SuS durchlaufen den Parcours, die Bewegungsausführung bei der Überquerung der Hindernisse ist dabei sehr unterschiedlich. Auch die Geschwindigkeit der SuS ist heterogen. Vielen SuS gelingt es nicht, den Parcours „flüssig“ zu durchlaufen. Gründe: keine Lösungen zur Überwindung der Hindernisse & evtl. Stau durch zu geringen Abstand zum Vorläufer	Ganze Gruppe Geräteparcours

Zwischenreflexion			
L. moderiert und erfragt die Beobachtungen der SuS. Warum konnte der Parcours nicht flüssig durchlaufen werden?	Reflexion über die Beobachtungen und das Empfinden der SuS. Ermittlung des Grundes für die Probleme.	SuS melden zurück, dass der Parcours nicht flüssig durchlaufen werden konnte. SuS fordern Übung der einzelnen Stationen ein, um ein flüssiges Durchlaufen zu ermöglichen und schlagen vor mehr Abstand zu halten.	Sitzkreis
Erarbeitung			
L. teilt die Klasse in Gruppen auf und verteilt diese an die Stationen zur Erarbeitung verschiedener Möglichkeiten zur Überwindung der Hindernisse	Durchführung der verschiedenen Stationen im Rundlaufsystem	SuS erarbeiten an den Stationen verschiedene Überwindungsmöglichkeiten für die vorgegebenen Hindernisse. Die SuS beginnen mit der einfachsten Bewegung und steigern den Schwierigkeitsgrad selbstständig	Stationenbetrieb, Stationskarten mit differenzierten Überwindungsmöglichkeiten
Erprobung			
L. fordert die SuS auf die erarbeiteten Möglichkeiten zur Überquerung zu nutzen und den Parcours flüssig zu durchlaufen. Nicht laufende sowie inaktive SuS werden aufgefordert zu beobachten.	Durchlaufen des Parcours durch sicheres Überqueren der Hindernisse. Beobachtungsauftrag: Wird der Parcours flüssiger durchlaufen als vorher?	SuS durchlaufen den Parcours, die Bewegungsausführung bei der Überquerung der Hindernisse ist dabei flüssiger. Die Geschwindigkeit der SuS bleibt heterogen.	Ganze Gruppe Parcours
Abschluss			
L. fordert kurz zur Rückmeldung auf und gibt Ausblick auf die nächste Stunde. L. organisiert den Abbau der Geräte.	Reflexion über den zweiten Run durch den Parcours. Ausblick auf die nächste Stunde. Abbau.	SuS melden zurück, dass der Parcours im zweiten Run flüssiger bewältigt wurde.  SuS bauen die Stationen ab.	Sitzkreis

## **2 Literatur**

Rochhausen, Sascha: Parkoursport im Schulturnen. Books on Demand. 2009

## **3 Anhang**

Stationskarten