



Seminar für das Lehramt
an Gymnasien und Gesamtschulen

Schriftlicher Entwurf für den 5. Unterrichtsbesuch am

Name:
Fach: Sport
Lerngruppe: Klasse 9c (33 SuS, 20 w / 13 m)
Zeit: 08:45 – 09:45
Ort:

Hauptseminarleiter:
Fachseminarleiter:
Kurslehrer:

Thema des Unterrichtsvorhabens

Volley-Spielen – Verbesserung der allgemeinen Spielfähigkeit mit der Technik des Oberen Zuspiels

Pädagogische Perspektiven und Inhaltsbereiche

Leitende Pädagogische Perspektive: A – Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern

Weitere Pädagogische Perspektive: E – Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen

Leitender Inhaltsbereich: 7 – Spielen in und mit Regelstrukturen

Thema der Stunde

Wohin fliegt der Ball? – Die Bedeutung der Spielstellung (verbunden mit einer Drehung des Körpers in die Abspielrichtung) als zentrales Gelingenskriterium für ein gezieltes Pritschen über Eck

Kernanliegen

Die SuS wenden das Obere Zuspiel nach einer Körperdrehung in Abspielrichtung an, um eine frontale Spielstellung im Spiel über Eck zu erreichen, wodurch ein kontrolliertes Pritschen des Balles in Spielsituationen gewährleistet wird.

Geplanter Verlauf

Phase	Inhalt	Organisation / Medien	Didaktisch-methodischer Begründungszusammenhang
Einstieg/ Reflexion	Begrüßung Vorstellen des Besuches Bekanntgabe des Stundenverlaufs	Sitzkreis (SK)	Transparenz
Erwärmung/ Übung	Übungen zum Spiel 1 mit 1 im Oberen Zuspiel	Zauberschnur/ Absperrband, Volleybälle	Festigung des Oberen Zuspiels durch ganzheitliches Üben. Das Bewegungsmuster des Pritschens wird gefestigt und somit das frontale Pritschen sicherer gemacht. Die Übungen werden durch den Lehrer vorgegeben.
Problematisierung / Übung	Spiel 2 mit 2 mit drei Ballkontakten pro Mannschaft - Die SuS sollen die Anzahl der Netzüberquerungen ohne Fehler zählen	Zauberschnur/ Absperrband, Volleybälle	Die benachbarten Gruppen gehen zusammen. Sie sollen nun im Spiel 2 mit 2 spielen. Dabei ist zu beachten, dass der Ball innerhalb der Mannschaft dreimal gespielt wird, bevor dieser über das Netz gespielt wird. Es wird erwartet, dass keine längeren Ballwechsel zustande kommen, da die Präzisionsanforderungen durch das Spiel zu zweit deutlich höher sind als im Spiel 1 mit 1.
Problematisierung / Reflexion	Welche Probleme sind aufgetreten? Mögliche Antworten: - Ball kommt nicht beim Mitspieler an - Ball fällt zu häufig auf den Boden Ursache: - zu wenig Bewegung - der Ball wird nicht frontal gespielt	SK Unterrichtsgespräch Whiteboard	Es werden die entstandenen Probleme durch das Spiel 2 mit 2 (im Gegensatz zum Spiel 1 mit 1) besprochen. Auf Grund möglicher technischer Ursachen, muss evtl. lenkend durch den Lehrer eingegriffen werden. Problematisiert wird das „Spiel über Eck“ und dessen Voraussetzungen für ein sicheres Zuspiel zum Partner. Hierzu muss der Körper in Abspielrichtung gedreht werden, bevor der Ball gepritscht wird.
Erarbeitung / Übung	Spielen zu dritt über Eck (in neuen Übungsgruppen)	Volleybälle	Übung zur Verbesserung der Bewegung für frontales Spiel über Eck. Die Spieler A, B und C stehen im rechten Winkel zueinander. B ist der einzige Spieler, der über Eck spielt. A und C spielen rein frontal. Spieler B muss den ganzen Körper deutlich in die neue Pritschrichtung drehen. Zu Beginn kann B mit Zwischenspiel spielen. Wechsel der Positionen nach 10 Pässen von B.

Reflexion	Was klappt jetzt besser? Was ist wichtig?	SK Unterrichtsgespräch (Whiteboard)	Das frontale Pritschen ist die sicherste Möglichkeit einen genauen Ball zu spielen. Die Schulterstellung (sowie die Füße) zeigen an wohin gespielt werden soll. Diese beiden Aspekte sollen noch einmal besonders hervorgehoben werden.
Anwendung / Übung	Spiel 2 mit 2 mit drei Ballkontakten pro Mannschaft - Die SuS sollen die Anzahl der Netzüberquerungen ohne Fehler zählen	Zauberschnur/ Absperrband, Volleybälle	Das Ausgangsspiel wird noch einmal aufgegriffen. Die SuS sollen in denselben Mannschaften, wie am Anfang der Unterrichtsstunde, miteinander spielen und die Anzahl der Netzüberquerungen des Balles zählen. Es wird erwartet, dass nun eine deutlich höhere Anzahl von Netzüberquerungen gelingt.
Reflexion	Vergleich der Übung „Spiel 2 mit 2 mit drei Ballkontakten“ zum Anfang der Stunde - Was hat sich im Vergleich zum Anfang der Stunde verbessert?	SK Unterrichtsgespräch	Es findet ein Bezug auf die Problematisierung statt. Die SuS vergleichen ihr jetziges Spiel mit dem Spiel am Anfang der Stunde.
Evtl. zweite Anwendung (nur wenn noch ausreichend Zeit)	Spiel 2 gegen 2 als Kaiserturnier	Zauberschnur/ Absperrband, Volleybälle	Durch den Wettkampfcharakter wird die Motivation der SuS gesteigert. Hierbei üben die SuS weiterhin das Spiel über Eck. Des Weiteren bleibt der Anreiz fehlerfrei zu spielen.
Ausstieg	Verabschiedung	SK	

Didaktisch-methodischer Begründungszusammenhang

In der Klasse 9c hospitiere ich seit den Osterferien. Die Klasse ist insgesamt leistungsstark und leistungsbereit.

Das schulinterne Vorgehen im Fach Sport folgt den Richtlinien und Lehrplänen für das Gymnasium in Nordrhein-Westfalen. Im schulinternen Lehrplan ist Volleyball für die Jahrgangsstufe 9 vorgesehen und wird in diesem Unterrichtsvorhaben verwirklicht. Das Volleyball-Spiel ist durch seinen Aspekt des „Volley-Spielens“ für SuS besonders reizvoll. Der Ball muss mit einer kurzzeitigen Berührung und ohne Bodenkontakt gespielt werden.¹ Hierdurch entstehen zwar für den SuS immer wieder neue reizvolle Herausforderungen, jedoch liegt hier das Hauptproblem für ein gelungenes Volley-Spielen in der Schule. Die bereits angesprochene kurzzeitige Ballberührung unter Verwendung alltagsferner Bewegungsformen stellt hohe Anforderungen an die SuS.

Volley zu spielen bedeutet, einen Gegenstand, in diesem Fall einen Ball, direkt weiter zu spielen, ohne, dass dieser den Boden berührt oder gefangen wird.²

Das Problem des Volleyball-Spielens in der Schule liegt in dem Spielen unter Zeitdruck. Die SuS können, durch die vorgegebene kurze Ballkontrolle, einmal veranlasste Bewegungen mit Ball nicht mehr korrigieren. Daher ist es für die SuS erforderlich, die notwendigen Schritte vor dem Ballkontakt einzuleiten. Das Zeitproblem wird in diesem Unterrichtsvorhaben dadurch gelöst, dass der Ball auf tippen darf (nicht muss). Somit wird den SuS mehr Zeit verschafft sich erneut oder besser in Position zum Ball zu bringen, um die entstandene Situation zu lösen.

Angesprochen wurde auch, dass die Bewegungsformen im Volleyball alltagsfern sind. Daher ist es wichtig die Techniken zu automatisieren. Dieses kann nur durch ständiges Wiederholen und Üben von Standards erreicht werden. Dieses legitimiert die Übungen zum frontalen Pritschen am Anfang jeder Sportstunde. Dieses hat mich des Weiteren dazu veranlasst die SuS zunächst nur im Oberen Zuspiel – dem Pritschen – spielen zu lassen. Das Pritschen des Balles bietet den SuS die Möglichkeit sehr genau zu spielen. Demzufolge fällt es den SuS leichter den hohen Präzisionsanforderungen des Volley-Spielens gerecht zu werden.

¹ vgl. H. Rammel: Volleyball im Schulsport, Dortmund 2008, S. 7

² vgl. M. Warm, Volley spielen unterrichten, in: sportpädagogik 1/2002, S. 2

Im Mittelpunkt des Unterrichtsvorhabens steht die Verbesserung grundlegender Wahrnehmungsfähigkeiten wie z.B. Antizipationsfähigkeit, schneller Wechsel der Aufmerksamkeit und angemessenes Reagieren auf unterschiedliche Spielsituationen. Taktisch liegt der Schwerpunkt des Unterrichtsvorhabens auf dem Miteinander-Spielen. Hierdurch wird eine hohe Anzahl von Ballkontakten erzielt. Die bereits angesprochenen komplexen Bewegungen des Volley-Spielens können besser eingeübt und automatisiert werden. Darüber hinaus können durch das gemeinsame Spiel mit der Gegenseite grundlegende Spielstrukturen gemeinsam erarbeitet werden. Der Gedanke des Gegeneinander-Spielens wird nur indirekt durch Spielformen aufgegriffen. Die Spielfähigkeit wird weiter entwickelt sowie die Motivation der SuS erhöht. Eng verbunden mit der Verbesserung der allgemeinen Spielfähigkeit ist die Förderung der Sozialkompetenz der SuS. Diese wird insbesondere durch das gemeinsame Finden von Lösungen für entstandene Problemsituationen gefördert.³

Der Einstieg in das Unterrichtsvorhaben erfolgte auf Wunsch der SuS mit dem Zielspiel, da die SuS versicherten, Volleyball bereits in den vorangegangenen Schuljahren vertiefend eingeübt und gespielt zu haben. Hierbei wurde festgestellt, dass kein Spielfluss zustande kam. Aus diesem und den oben angegebenen Gründen entschloss ich mich das Unterrichtsvorhaben so zu konzipieren, dass für die SuS ein sicheres Spiel mit vielen Ballkontakten entsteht. Die Gründe, weshalb ich mich für das Obere Zuspiel entschieden habe, wurden bereits genannt. Des Weiteren wurde die Anzahl der Spieler reduziert und wird im Verlaufe der Unterrichtseinheit schrittweise erhöht. Durch die Erhöhung der Mannschaftsgröße nimmt für die SuS der Komplexitäts- und Situationsdruck zu. Dieses geschieht durch die Anzahl vieler Spieler auf kleinem Raum. Zur Festigung des Oberen Zuspiels wurden zunächst verschiedene Übungen durchgeführt. Diese Übungen im Spiel 1 mit 1 sollen in der heutigen Unterrichtsstunde für die Erwärmung aufgegriffen und durch den Lehrer vorgegeben werden. Elementar ist, dass die SuS möglichst viele Ballkontakte während dieser Zeit haben. Nur so kann die komplexe Bewegung des Pritschens mit der Zeit automatisiert werden.

Das Volley-Spielen im Oberen Zuspiel wird nun durch das Spielen 2 mit 2 erweitert. Dieses folgt dem Prinzip vom „Bekanntem zum Unbekannten“. Die SuS sollen außerdem mit drei Ballkontakten spielen. Es wird erwartet, dass den SuS relativ wenig Netzüberquerungen gelingen. Dieses soll in der nachfolgenden Reflexionsphase aufgegriffen und erörtert werden. Zentrales Gelingenskriterium für ein gezieltes Pritschen über Eck ist die Spielstellung. Diese gliedert sich in die Schulterstellung und die Fußstellung. Die Spielstellung muss frontal aus-

³ vgl. H. Rammel: Volleyball im Schulsport, Dortmund 2008, S. 14

gerichtet werden. Hierbei ist entscheidend, dass Schulter- und Fußstellung in Abspielrichtung gedreht werden. Dieses impliziert eine Drehung des gesamten Körpers in Abspielrichtung. Durch das dadurch erreichte frontale Pritschen, welches die SuS bereits erlernt haben, wird beim Pritschen über Eck die notwendige Präzision wieder erreicht. Besonders hervorzuheben ist, dass die SuS nicht nur ihre Schulterachse, sondern auch die Füße in Abspielrichtung drehen, um den Ball frontal pritschen zu können. Es ist auch möglich nur die Schulterlängsachse in Abspielrichtung zu bewegen. Jedoch findet hierbei nur eine Rotation des Oberkörpers statt. Hierdurch wird der Körper in sich verdreht, ein präzises Zuspielen deutlich erschwert und von den SuS höchstwahrscheinlich nicht zu leisten sein. Veranschaulicht wird dieses mit Hilfe eines vereinfachten Modells (Magnet-Pappmodell mit drehbaren Füßen und Schulterlängsachse – Über-Kopf-Ansicht) am Whiteboard. Zusätzlich kann ein Schüler als Modell herangezogen werden, um die Ansicht von der Seite zu verdeutlichen. Den SuS soll in dieser Phase gezeigt werden, dass er sich bereits vor dem Ballkontakt so ausrichten muss, dass er frontal zu seinem Mitspieler passen kann. Es wird aufgegriffen, was die SuS schon können – das frontale Zuspiel – und es findet eine Erweiterung – die Drehung des Körpers in Abspielrichtung – statt.

Zur Darlegung dieser Notwendigkeit kann evtl. der Spielaufbau mit drei Ballkontakten herangezogen werden. Dieser soll aber nicht im Kern dieser Stunde behandelt werden, sondern dient den SuS zur Verdeutlichung der Notwendigkeit des Spielens mit drei Ballkontakten, sowie des Spielens über Eck. Der Hinterspieler spielt frontal zum Zuspieler. Der Zuspieler dreht sich bereits vor dem Ballkontakt so, dass er den Ball parallel zum Netz spielen kann. In dieser Zeit bewegt sich der Hinterspieler zum Netz, um dort den Ball auf die andere Seite zu spielen. Das Drehen des Körpers in die Spielstellung erleichtert den Mitspielern das frühzeitige Erkennen der Flugrichtung des Balles. So kann sich der Mitspieler frühzeitig zum Ball bewegen und hat hierdurch viel mehr Zeit den Ball zu spielen. Wenn der Ball am Netz gestellt wird, können die Mitspieler anhand der Spielstellung erkennen, wie dicht der Ball an das Netz gespielt wird und sich so frühzeitig auf ein ungenaues Zuspiel einstellen. Es wird ebenfalls verdeutlicht, dass es notwendig ist den Ball zielgenau zu spielen.⁴

Die in der Problematisierungsphase erläuterten Aspekte sollen nun in einer Übungssituation, in neuen Dreiergruppen, erarbeitet werden. Hierzu üben drei SuS zusammen. Schüler A, B und C stehen im rechten Winkel zueinander. Schüler A pritscht auf Schüler B, Schüler B auf C, C auf B, B auf A. Dabei spielen die Schüler A und C lediglich frontal, der Schüler B erst

⁴ vgl. U. Fischer: Sportiv – Volleyball, Leipzig 2008, S. 75

nach Drehung in Spielstellung. Der Abstand zwischen A und B sowie B und C beträgt ca. 4m. Um Schüler B die Spielsituation zu erleichtern und den zeitlichen Druck zu nehmen, bestehen zwei Möglichkeiten. Zum Einen kann der Winkel von 90 Grad verkleinert und erst allmählich vergrößert werden. Zum Anderen kann Schüler B immer mit Zwischenspiel pritschen und sich dann erst um die 90 Grad drehen um den Ball weiter zu spielen. Wichtig zu Betonen wird sein, dass der ganze Körper in Spielrichtung gedreht wird. Die Füße und die Schulterachse zeigen an, wohin der Ball gespielt wird.⁵

In der anschließenden Reflexionsphase sollen noch einmal die wichtigsten Kriterien für ein gelungenes Pritschen über Eck festgehalten werden. Diese Kriterien sollen nun noch einmal im Spiel 2 mit 2 mit drei Ballkontakten angewandt werden. Die SuS zählen erneut die Anzahl der Netzüberquerungen. Es wird erwartet, dass zu Beginn dieser Phase keine deutlich höhere Anzahl von Netzüberquerungen zustande kommt, da die SuS das Pritschen über Eck nun verbunden mit der Bewegung ausführen. Jedoch erwarte ich von den SuS, dass sich dieses im Verlauf dieser Phase deutlich verbessert und eine höhere Anzahl von Netzüberquerungen erzielt wird. Dieses sollen die SuS abschließend noch einmal reflektieren und den Unterschied der Bewegung zum Ball im Vergleich zum Anfang der Unterrichtsstunde verdeutlichen.

Sollte am Ende der Stunde noch Zeit übrig bleiben, spielen die SuS im Spiel 2 gegen 2 als Kaiserturnier. Eine Erklärung zu dem Schritt vom Miteinander zum Gegeneinander zu wechseln wurde bereits weiter oben gegeben.

Im weiteren Verlauf der Unterrichtsreihe wird der kontrollierte Spielaufbau mit drei Ballkontakten noch einmal aufgegriffen. Hierbei wird die Anzahl der Mitspieler immer weiter erhöht, bis die Anzahl des Zielspieles von sechs Spielern pro Mannschaft erreicht ist. In dieser Zeit werden vor allem auch Laufwege ohne Ball erörtert, sowie das Verhalten der SuS in Abwehrsituationen. Die Reihe wird abgeschlossen mit einem kleinen Turnier.

⁵ vgl. U. Fischer: Sportiv – Volleyball, Leipzig 2008, S. 75

Anhang:

Übungen zur Erwärmung im Spiel 1 mit 1:

- 1.) A und B pritschen ununterbrochen nach auftippen des Balles.
- 2.) A und B pritschen ununterbrochen mit Zwischenspiel.
- 3.) A und B pritschen ununterbrochen ohne Zwischenspiel.
- 4.) A und B pritschen ununterbrochen, nach jedem Ballkontakt mit beiden Händen den Boden berühren.

Literatur:

Fischer, Dr. Ulrich / Zeglowek, Dr. Herbert / Eisenberger, Kerstin: Sportiv – Volleyball, Kopievorlagen für den Volleyballunterricht, Ernst Klett Schulbuchverlag Leipzig GmbH, 3., überarbeitete Auflage, Leipzig 2008

Rammel, Hubert / Barthel, Martin / Fischer, Dr. Ulrich / Müller, Iona / Schlecht, Hans: Volleyball im Schulsport, Handreichungen für den Anfängerunterricht in Primar- und Orientierungsstufe, Westdeutscher Volleyball-Verband e.V., 2. verbesserte Auflage, Dortmund 2008

Warm, Michael: Volley spielen unterrichten, S. 2-5, in: sportpädagogik 1/2002, Volley spielen, Pädagogische Zeitschriften bei Friedrich in Velber in Zusammenarbeit mit Klett, Seelze 2002