



**Zentrum für schulpraktische Lehrerbildung Essen  
Seminar Gymnasium/Gesamtschule**

## **Schriftlicher Entwurf für den 4. Unterrichtsbesuch am im Fach Sport**

### **Thema der Stunde:**

**Sensibilisierung für die Bedeutung der Hilfestellung beim Bewe-  
gungslernen im Turnen am Beispiel eines Stationsbetriebes zum  
Felgaufschwung vorlings rückwärts am Reck**

### **Datenvorspann**

**Studienreferendar:**

**Fach:** Sport

**Lerngruppe:** Klasse 5e (31 SuS, 17w/ 14m)

**Zeit:** 07<sup>55</sup> – 08<sup>55</sup>Uhr

**Schule:**

**Sportstätte:** Turnhalle A

**Fachseminarleiter:**

**Ausbildungsbetreuerin:**

**Ausbildungslehrer:**

**Schulleiterin:**

**Anwesende Gäste:**

# Inhaltsverzeichnis

Datenvorspann .....	1
Inhaltsverzeichnis .....	2
<b>1 Unterrichtsstunde.....</b>	<b>3</b>
<b>1.1 Entscheidungen.....</b>	<b>3</b>
1.1.1 Thema der Stunde .....	3
1.1.2 Kernanliegen.....	3
1.1.3 Verlaufsskizze.....	4
<b>1.2 Begründungszusammenhänge .....</b>	<b>5</b>
1.2.1 Personale Bedingungsanalyse.....	5
1.2.2 Zentrale Inhalte und didaktische Reduktion .....	6
1.2.3 Didaktisch-methodische Entscheidungen .....	8
1.2.4 Erwartete Schwierigkeiten und Handlungsalternativen .....	9
<b>2 Längerfristige Unterrichtszusammenhänge .....</b>	<b>10</b>
<b>2.1 Entscheidungen.....</b>	<b>10</b>
2.1.1 Thema des Unterrichtsvorhabens .....	10
2.1.2 Einordnung der Stunde im Unterrichtsvorhaben .....	10
2.1.3 Inhaltsfelder und inhaltliche Schwerpunkte .....	11
2.1.4 Bewegungsfelder, Sportbereiche und inhaltliche Kerne.....	11
2.1.5 Kompetenzerwartungen in den Jahrgangsstufen 5 & 6 .....	12
<b>2.2 Begründungszusammenhänge .....</b>	<b>13</b>
2.2.1 Bedeutung der Stunde im Unterrichtsvorhaben .....	13
<b>Literatur .....</b>	<b>13</b>
<b>Anhang .....</b>	<b>14</b>

# 1 Unterrichtsstunde

## 1.1 Entscheidungen

### 1.1.1 Thema der Stunde

Sensibilisierung für die Bedeutung der Hilfestellung beim Bewegungslernen im Turnen am Beispiel eines Stationsbetriebes zum Felgaufschwung vorlings rückwärts am Reck

### 1.1.2 Kernanliegen

Die Schülerinnen und Schüler<sup>1</sup> erarbeiten und reflektieren Aspekte der Hilfestellung (Gründe für Hilfestellung, Vorteile und Sicherheitsaspekte) in Kleingruppen, um durch deren Anwendung die qualitative Durchführung der einzelnen Stationsübungen zu optimieren.

---

<sup>1</sup> Im Folgenden mit 'SuS' abgekürzt

## 1.1.3 Verlaufsskizze

<i>Lehrschritte / Lehrformen Intention und Aktivität der Lehrkraft</i>	<i>Inhaltsaspekte (z. B. Gegenstände, Fachbegriffe, Fragestellungen, , Aufgaben ...)</i>	<i>Lernschritte / Lernformen/ Intendiertes Schülerverhalten</i>	<i>Organisation/ Medien/ Material</i>
<b>Einstieg</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Begrüßung</li> <li>• Schmuckkontrolle</li> <li>• Schaffen von Transparenz</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verletzungsprophylaxe</li> <li>• Vorwissensaktivierung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die SuS benennen in einer kurzen Wiederholung, welche Inhalte zum Reckturnen in der vergangenen Stunde behandelt wurden</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sitzkreis in der Hallenmitte</li> </ul>
<b>Erwärmung</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Der LAA benennt Anzahl der Gruppenmitglieder und Körperteile, die den Boden berühren dürfen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Atomspiel:</b> Aktivierung des Herz-Kreislauf-Systems</li> <li>• Einteilung von 7-8 Gruppen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die SuS bewegen sich in der freien Hallenhälfte und finden sich in entsprechenden Kleingruppen zusammen</li> <li>• Die SuS finden sich in 3er/ 4er/ 5er Gruppen zusammen, die für die gesamte Stunde bestehen bleiben</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ganze Gruppe</li> <li>• 7-8 Gruppen</li> </ul>
<b>Übergang zur Erprobungsphase</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Organisation der nächsten Phase</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die Gruppen werden an die Stationen verteilt und bekommen den Auftrag die jeweilige Aufgabe zu lösen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die SuS hören zu und stellen ggf. Rückfragen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SuS verteilt an die Stationen</li> </ul>
<b>Erprobung</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Der LAA beobachtet den Ablauf des Stationsbetriebes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die Aufgaben an den Stationen werden ohne weitere Vorgaben bearbeitet (s. Stationskarten)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die SuS bearbeiten selbständig in ihren Kleingruppen eine Station</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kleingruppen</li> <li>• 4 Stationen x 2</li> <li>• Stationskarten</li> </ul>
<b>Zwischenreflexion</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Moderation</li> <li>• Erläuterung der nächsten Phase</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflexion über den Ablauf der ersten Versuche</li> <li>• Ermittlung von Handlungsalternativen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die SuS benennen ihre Schwierigkeiten bei der Durchführung der einzelnen Stationen</li> <li>• Die SuS benennen die Hilfestellung als eine Möglichkeit, die Durchführung der Bewegung zu erleichtern</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sitzkreis</li> <li>• UG</li> </ul>
<b>Erarbeitung und Anwendung</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Der LAA beobachtet den Ablauf des Stationsbetriebes und gibt den Kleingruppen Tipps zur Hilfestellung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die Aufgaben an den Stationen werden mit der Vorgabe bearbeitet, Hilfestellung zu leisten (s. Stationskarten)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die SuS bearbeiten selbständig in ihren Kleingruppen eine Station</li> <li>• SuS die nicht aktiv teilnehmen können, leisten Hilfestellung</li> <li>• <b>Stationsbetrieb:</b> Jede Gruppe wechselt auf ein akustisches Signal nach ca. 5 Minuten die Station im Uhrzeigersinn (s. Anhang)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 4er Gruppen</li> <li>• 4 Stationen x 2</li> <li>• Stationskarten</li> </ul>
<b>Vertiefendes Üben/ Anwendung</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Der LAA beobachtet den Ablauf des Stationsbetriebes und gibt Hilfestellung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vertiefendes Üben an den Stationen</li> <li>• Annäherung an die Zielbewegung durch Reduktion der Hilfsmittel (Station 5)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die Gruppen können eine Station ihrer Wahl vertiefend üben</li> <li>• Die methodischen Hilfen an Station 4 werden entfernt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• s.o.</li> <li>• 5 Stationen</li> </ul>
<b>Abbau</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Der LAA hilft beim Verräumen der Geräte</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• gemeinsamer Abbau</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die SuS bauen die Stationen gruppenweise ab</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 4er Gruppen</li> </ul>
<b>Abschluss</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Moderation</li> <li>• Verabschiedung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflexion zu den Aspekten der Hilfestellung</li> <li>• Ausblick auf die nächsten Stunden</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die SuS benennen die wichtigsten Aspekte, die es bei der Hilfestellung zu beachten gilt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sitzkreis</li> <li>• L-S</li> </ul>

## 1.2 Begründungszusammenhänge

### 1.2.1 Personale Bedingungsanalyse

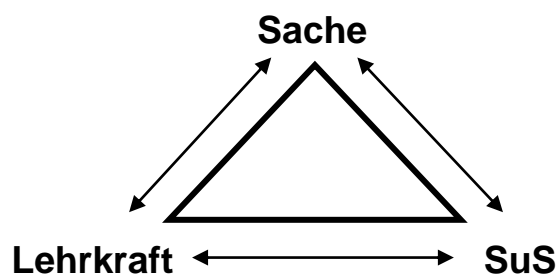
Bei der Klasse 5e, in der 17 Schülerinnen und 14 Schüler sind, handelt es sich um eine Lerngruppe, die insgesamt sehr gute sportmotorische Voraussetzungen für das Unterrichtsvorhaben mit sich bringt. Einige SuS sind in Sportvereinen, was sich in der motivierten Herangehensweise der SuS an neue Herausforderungen im Sportunterricht widerspiegelt. Zwei Schülerinnen bringen Vorerfahrungen im Bereich Turnen mit, sodass sie im Sinne einer Binnendifferenzierung in manchen Situationen anspruchsvollere Zusatzaufgaben bekommen haben.

Ein Mädchen, das etwas kräftiger gebaut ist, hatte am Boden bisher weniger Schwierigkeiten mit den Bewegungsaufgaben. Allerdings wirkt sich, das für sie noch ungünstigere Kraft-Last-Verhältnis beim Reckturnen auf die Bewegungsqualität aus. Daher wird die Schülerin in dieser Stunde vom LAA mehr durch Hilfestellung unterstützt werden als andere SuS, es sei denn es stellt sich heraus, dass sie die Aufgaben ohne weitere Probleme meistern kann.

Einige SuS der Klasse haben noch ein sehr starkes Kommunikationsbedürfnis und sehen den Spotunterricht eher als eine Art verlängerte Pause mit Bewegungsaufgaben. Sicherlich bestimmen in der 5. Klasse eher spielerische Elemente den Sportunterricht. Dennoch muss den SuS klar werden, dass der Sportunterricht auch aus Phasen besteht, in denen sie zuhören müssen und u. U. eigene Ideen einbringen sollen (Reflexionsphasen). Um dies zu gewährleisten, wird seitens des LAAs die *Fokussierung der Aufmerksamkeit* in den entsprechenden Phasen explizit eingefordert, was zu Verzögerungen führen kann. Insgesamt wird sich die Situation jedoch vermutlich anders darstellen, als es teilweise in bisherigen Stunden der Fall war, da den SuS mitgeteilt wurde, dass Gäste anwesend sein werden und sich dieser Umstand bisher immer positiv auf die Arbeitsatmosphäre ausgewirkt hat.

## 1.2.2 Zentrale Inhalte und didaktische Reduktion

Der Schwerpunkt der heutigen Stunde liegt darauf, den SuS zu vermitteln, weshalb die Hilfestellung beim Erlernen von Bewegungen im Turnen wichtig ist. Dazu wird ein Stationsbetrieb von den SuS in Kleingruppen durchlaufen in dem die einzelnen Bewegungsaufgaben bewusst sehr offen formuliert sind. Sicher lassen sich die Aufgaben auch ohne Hilfe bewältigen und einige SuS könnten sie auf Anhieb schaffen. Der Großteil der Klasse wird jedoch Schwierigkeiten damit haben. Dieser Umstand wird genutzt, um die Bedeutung der Hilfestellung zu thematisieren. Konkret wird im Sinne eines *erfahrungsorientierten Ansatzes* das sportliche Handeln der SuS in der Erprobungsphase als Ansatzpunkt gewählt, um Möglichkeiten einer vereinfachten Lösung der Bewegungsaufgaben zu eruieren. Dadurch wird eine Verbindlichkeit zwischen der personalen Ebene (SuS) und der Sachebene (in dem Fall die Hilfestellung zur Verbesserung der Übungen zum Felgaufschwung) hergestellt und somit den SuS der Sinn kooperativen Verhaltens beim Geräteturnen erschlossen (s. didaktisches Dreieck).



Die gegenseitige Hilfestellung unter SuS nimmt aus vielerlei Hinsicht im Turnunterricht eine zentrale Rolle ein. Zum einen ist beim Geräteturnen eine Mithilfe seitens der SuS unersetzlich, da ansonsten immer nur eine/r unter den Augen des Lehrers turnen könnte und so keine sinnvolle Übungsfrequenz erreicht werden könnte. Daher sollten die SuS so früh wie möglich mit der Hilfestellung vertraut gemacht werden. Allerdings ist die Voraussetzung dafür gerade bei jüngeren SuS und großen Klassen ein strukturierter Ablauf. Dies wird in der Stunde durch den Stationsbetrieb gewährleistet, bei dem immer nur kleine Gruppen von SuS an einer Station tätig sind und sich somit ganz auf ihre Aufgabe konzentrieren können.

Neben den *organisatorischen Aspekten*, die die Hilfestellung im Turnunterricht mit sich bringt, spielt außerdem der *Aspekt des sozialen Handelns* eine wichtige Rolle. Dadurch dass immer wieder Hilfestellungen im Turnen gegeben werden müssen, ist das Turnen auch eine Teamleistung. Hierzu müssen die SuS miteinander koope-

rieren und sich verständigen, d. h. konkret, dass die SuS nicht nur auf motorischer Ebene kooperieren sollen, sondern dabei auch miteinander kommunizieren müssen. Besonders bei jüngeren SuS, die sich schneller ablenken lassen, muss die Lehrkraft deshalb die Verantwortung für die MitschülerInnen in den Vordergrund stellen. Entsprechendes Handeln seitens der SuS wird daher in der Stunde am Ende der Zwischenreflexion für die folgende Erarbeitungsphase explizit eingefordert.

Schließlich sei noch der *psychologische Aspekt* erwähnt. Vor allem der Turner hat bei neuen Aufgaben mit der Angst zu kämpfen. Doch nicht nur die Angst vor der unbekanntem Aufgabe ist es, die ihn bremst, sondern ebenso kann die Angst daher rühren, dass Zweifeln an der Kompetenz des Helfers bestehen. Bei der kooperativen Überwindung dieser Angst steckt im gegenseitigen Helfen allerdings die Chance, die neue Handlungsfähigkeit gemeinsam zu entwickeln. Daher profitiert nicht nur der Turner davon, sondern auch der Helfer erlangt neue Erkenntnisse über den Bewegungsablauf. Die Lehrkraft muss dabei berücksichtigen, dass der Helfer oftmals unter Zeitdruck steht und seinen Helfergriff unter ungünstigen Bedingungen ansetzen muss. Sollten aus diesem Grund sichtbare Schwierigkeiten entstehen, wird in der Stunde von der Lehrkraft interveniert, indem Tipps zur richtigen Hilfestellung an die Gruppe gegeben werden. Insgesamt sollen sich die SuS die Hilfestellungen jedoch weitestgehend selbstständig erarbeiten. Auch dies wird vor der Erarbeitung an den Stationen als Handlungsziel von der Lehrkraft ausgegeben und im weiteren Verlauf der Stunde überprüft.

Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass alle SuS die Hilfeleistungen im Turnunterricht erlernen und selbst anwenden können sollten, da diese auf der einen Seite zum motorischen Lernprozess gehören und andererseits durch sie „Sozialisationsprozesse initiiert [werden können].“ (Timmermann, 2000, S. 23).

Die zentralen *technisch-koordinativen Grundanforderungen* des Felgumschwungs vorlings rückwärts am Reck werden in der geplanten Stunde durch die unterschiedlichen Übungsformen ansatzweise deutlich, allerdings werden sie nicht explizit thematisiert. Vielmehr dient der Stationsbetrieb zum Erlernen der neuen Technik als Medium, um den SuS die Bedeutung der Hilfestellung zu verdeutlichen. Ein vertiefendes Üben an einem Reck ohne jegliche methodische Hilfe wird im Sinne der Binnendifferenzierung zwar angeboten, soll aber schwerpunktmäßig erst in der folgenden Unterrichtseinheit behandelt werden. Daher wird an dieser Stelle auf eine vertiefende Sachanalyse der Technik verzichtet.

### 1.2.3 Didaktisch-methodische Entscheidungen

Die Bewegung des Felgaufschwungs vorlings rückwärts stellt die eleganteste Möglichkeit dar beim Reckturnen aus einer Bewegung in den Stütz zu gelangen. Bei einem ungünstigen Kraft-Last-Verhältnis ist diese Bewegung allerdings auch sehr anspruchsvoll. Deshalb sind die Hinweise des Lehrers sowie die methodischen Hilfen besonders notwendig. Da es sich überwiegend um unbekannte Aufbauten handelt, bleibt außerdem zu beachten, ob es SuS gibt die aus Gründen der Angst Schwierigkeiten bei der Durchführung der entsprechenden Übungen haben.

Der Aufbau der Geräte wird wegen der Zeitknappheit vom LAA persönlich vor der Stunde vorgenommen. Dies garantiert zum einen den reibungslosen Einstieg in die Stunde und führt andererseits dazu dass die SuS mehr Bewegungszeit an den Stationen haben. Würde es sich um eine Doppelstunde von 90 Minuten handeln, würde der Aufbau entsprechend von den SuS durchgeführt. Da der Abbau erfahrungsgemäß deutlich schneller verläuft, wird dieser am Ende der Stunde gruppenweise und mit Hilfe des LAAs stattfinden.

Für die Erwärmung ist das Atomspiel geplant, bei dem es darum geht, sich mit einer bestimmten Anzahl von Mitschülern zusammen zu finden sowie mit der angesagten Anzahl von Körperteilen den Boden zu berühren. Das Spiel erfüllt damit zwei-erlei Funktionen im Hinblick auf den Stundeninhalt. Zum einen soll durch die Einteilung der Lerngruppe in Kleingruppen eine ungezwungene Organisation der Gruppen für die Arbeit an den Stationen erfolgen. Zum anderen dient das Spiel dem Abbau von Berührungängsten, die für das Leisten der Hilfestellung im Turnen hinderlich wären.

Es kann vorkommen, dass vereinzelt Gruppen schon in der Erprobung auf die Idee kommen, Hilfestellung zum Lösen der Bewegungsaufgaben anzuwenden. Sollte dies der Fall sein, können diejenigen SuS in der ersten Zwischenreflexion benennen, wie sie die Aufgaben bearbeitet haben und weshalb es bei ihnen gut funktioniert hat. Sollte die Praxis jedoch zeigen, dass *alle* Gruppen bei der ersten Erprobung Hilfestellung leisten, wird die Phase dahingehend ausgedehnt, dass die Gruppen noch eine weitere Station bearbeiten sollen. Insgesamt ist damit zu rechnen, dass die Bearbeitung einer Station je Gruppe ausreichen wird, um die Problematik mangelnden kooperativen Verhaltens exemplarisch herausstellen und in einer kurzen Zwischenreflexion thematisieren zu können. Somit stellt der Übergang zwischen Erprobung und Erarbeitung gewissermaßen eine Schlüsselstelle für den gesamten Stundenverlauf dar. Hier muss deutlich werden, dass die SuS erkennen, wie ihr (möglicherweise



egoistisches) Handeln zu einem unbefriedigenden Ergebnis geführt hat. Dies soll von den SuS entsprechend benannt werden und als Handlungsalternative soll anschließend die Hilfestellung zur verbesserten Durchführung herausgestellt werden.

In der Erarbeitungsphase wird der LAA zu den einzelnen Gruppen gehen und Hinweise zur Hilfestellung geben. Dabei kommt es weniger darauf an, dass eine lehrbuchmäßige Idealvorstellung von Hilfestellung vermittelt wird, sondern eher, dass den SuS Tipps zu ihren Ideen gegeben werden. Das können z.B. Hinweise in Bezug auf die Positionierung einzelner Helfer sein, die Notwendigkeit der Kommunikation untereinander oder aber sicherheitsrelevante Aspekte. Ziel ist es, dass alle Gruppen die 4 Stationen durchlaufen und währenddessen vom LAA unterstützt werden. Der Lernfortschritt vollzieht sich somit in den Kleingruppen und wird nicht mehr im Plenum demonstriert. Vielmehr sollen am Ende der Stunde noch einmal von den SuS benannt werden, warum es wichtig ist Hilfestellung zu geben (erleichterte Ausführung der Bewegung, einfacheres Bewegungslernen, Sicherheitsaspekte) und worauf dabei zu achten ist (richtiger Griff, der Turner bestimmt das Tempo, Positionierung). Dadurch bleibt dem LAA in der Erarbeitungszeit mehr Zeit für die individuelle Betreuung, die gerade in jüngeren Lerngruppen von besonderer Bedeutung ist.

#### **1.2.4 Erwartete Schwierigkeiten und Handlungsalternativen**

Das Atomspiel am Anfang der Stunde könnte insofern zu einem Problem werden, da die Anzahl der männlichen und weiblichen SuS in der Klasse nicht glatt durch 4 teilbar ist. Da weder Jungen noch Mädchen gezwungen werden sollen, mit dem jeweils anderen Geschlecht zusammen arbeiten zu müssen, werden wenn alle SuS anwesend sein sollten, die 8 Gruppen wie folgt zusammengesetzt werden: 2 Jungengruppen á 4 Schüler sowie 2 mit 3 Schülern und 3 Mädchengruppen á 4 SuS sowie eine Gruppe mit 5 Schülerinnen. Alles andere würde zu einer unnötigen Unruhe und kontraproduktiven Arbeitsatmosphäre führen. Die Bearbeitung der einzelnen Stationen ist ohne weiteres so durchführbar, solange mindestens 3 SuS in einer Gruppe arbeiten.

Sollte es in der Erarbeitung sichtlich zu Problemen kommen, z. B. dass die SuS gar nicht wissen, wie sie die Aufgabe bearbeiten könnten und es mehreren Gruppen so ergeht, wird eine Station exemplarisch im Plenum vorgeführt und der Arbeitsauftrag geklärt. Sollten die SuS die Aufgaben jedoch schneller lösen als erwartet, werden ihnen zusätzliche Impulse gegeben, wie sie ihre Durchführung noch weiter optimieren könnten.

## 2 Längerfristige Unterrichtszusammenhänge

### 2.1 Entscheidungen

#### 2.1.1 Thema des Unterrichtsvorhabens

*Turnen ist Teamwork!* – Vielfältige Bewegungserfahrungen im Boden- und Geräte-turnen zur Förderung der kooperativen Handlungsfähigkeit

#### 2.1.2 Einordnung der Stunde im Unterrichtsvorhaben

##### Gliederung des Unterrichtsvorhabens

Unterrichtseinheiten	Themen/ Inhalte
1. UE (1./ 2. Std.)	Erprobung verschiedener Varianten der Rolle vorwärts und rückwärts mit Hilfe von Stationsübungen in Kleingruppen
2. UE (3./ 4. Std.)	<i>Die Welt steht auf dem Kopf!</i> – Erarbeitung von Hand- und Kopfständen unter besonderer Berücksichtigung die nötige Körperspannung aufzubauen und aufrecht zu erhalten
3. UE (5.-7. Std.)	Kombinierte Bewegungserfahrungen im Turnen – Erarbeitung des Handstands mit anschließendem Abrollen in Kleingruppenarbeit
4. UE (8./ 9. Std.)	<i>Turnen ist doch gar nicht schwer!</i> – Spielerische Erprobung verschiedener Geräte (Ringe, Barren, Reck) zur Erweiterung des Bewegungsrepertoires
5. UE (10. Std.)	Erprobung vielfältiger Bewegungsmöglichkeiten am Reck mit dem Ziel die Körperspannung bei Rotationsbewegungen aufrechtzuerhalten
<b>6. UE (11./ 12. Std.)</b>	<b>Sensibilisierung für die Bedeutung der Hilfestellung beim Bewegungslernen im Turnen am Beispiel eines Stationsbetriebes zum Felgaufschwung vorlings rückwärts am Reck</b>
7. UE (13.-15. Std.)	Einüben der technisch-koordinativen Grundanforderungen zum Felgaufschwung am Reck in Kleingruppen
8. UE (16./ 17. Std.)	Überprüfung der kooperativen Handlungsfähigkeit in Kleingruppen im Hinblick auf die Hilfestellung beim Felgaufschwung am Reck

### 2.1.3 Inhaltsfelder und inhaltliche Schwerpunkte<sup>2</sup>

<i>Leitendes Inhaltsfeld</i>	<i>inhaltliche Schwerpunkte</i>
e) Konkurrenz und <b>Kooperation</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)</li> <li>• <b>soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen</b></li> </ul>
<i>Weiteres Inhaltsfeld</i>	<i>inhaltliche Schwerpunkte</i>
f) Gesundheit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Unfall- und Verletzungsprophylaxe</b></li> </ul>
a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Wahrnehmung und Körpererfahrung</b></li> <li>• <b>Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen</b></li> <li>• Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens</li> </ul>

### 2.1.4 Bewegungsfelder, Sportbereiche und inhaltliche Kerne<sup>3</sup>

<i>Leitendes/r Bewegungsfeld/ Sportbereich</i>	<i>inhaltliche Kerne</i>
<b>5) Bewegen an Geräten – Turnen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Turnen an Geräten</b> (Bank oder Balken, Barren oder <b>Reck</b>, Boden, Sprunggerät)</li> <li>• <b>Turnen an Gerätebahnen oder -kombinationen</b></li> </ul>
<i>Weiteres/r Bewegungsfeld/ Sportbereich</i>	<i>inhaltliche Kerne</i>
<b>1) Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Auf- und Abwärmen</li> </ul>

<sup>2</sup> Vgl. MSW NRW 2012, S. 17f. Die in diesem Abschnitt fett gedruckten Inhalte sind für die Akzentuierung der Lehrprobe besonders wichtig. Außerdem sind unter den inhaltlichen Schwerpunkten nicht alle der im KLP G8 aufgelisteten Schwerpunkte jedes Inhaltsfelds aufgeführt, sondern nur jene, die eine Rolle für den Schwerpunkt der geplanten Stunde spielen werden.

<sup>3</sup> Vgl. MSW NRW 2012, S. 19f.

## 2.1.5 Kompetenzerwartungen in den Jahrgangsstufen 5 & 6<sup>4</sup>

<b><i>Bewegen an Geräten – Turnen (5)</i></b>
<b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz</b>
<p><i>Die Schülerinnen und Schüler können</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>technisch-koordinative</b> und ästhetisch-gestalterische <b>Grundanforderungen</b> (z. B. Rollen, Stützen, Balancieren, Springen, Hängen, <b>Schwingen</b>) <b>bewältigen</b> und ihre zentralen Merkmale beschreiben,</li><li>• eine für das Turnen grundlegende Körperspannung aufbauen und aufrecht erhalten,</li><li>• in turnerischen Wagnissituationen für sich und andere <b>umsichtig und verantwortungsbewusst handeln sowie Kriterien für sicherheits- und gesundheitsförderliches Verhalten benennen und anwenden.</b></li></ul>
<b>Methodenkompetenz</b>
<p><i>Die Schülerinnen und Schüler können</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Turngeräte sicher auf- und abbauen, <b>den Unterrichts- und Übungsprozess beim Turnen durch sicherheitsbewusstes Verhalten aufrecht erhalten sowie kooperativ beim Bewegen an Geräten Hilfen geben.</b></li></ul>
<b>Urteilskompetenz</b>
<p><i>Die Schülerinnen und Schüler können</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• turnerische Präsentationen einschätzen und nach ausgewählten Kriterien (z. B. Schwierigkeit, Ausführungsqualität) bewerten.</li></ul>

<sup>4</sup> vgl. MSW NRW, 2012, S. 25. Die hier aufgeführten Kompetenzen sind auf jene reduziert, die für das Kernanliegen der Stunde eine Rolle spielen. Besonders wichtige Aspekte sind fett gedruckt. Ferner werden an dieser Stelle nur die Kompetenzerwartungen für das leitende Bewegungsfeld/ den leitenden Sportbereich behandelt.

## **2.2 Begründungszusammenhänge**

### **2.2.1 Bedeutung der Stunde im Unterrichtsvorhaben**

Mit der heutigen Stunde wird gewissermaßen die letzte Sequenz des Unterrichtsvorhabens begonnen. Da am Ende des Vorhabens auch eine Leistungsüberprüfung im Hinblick auf die Hilfestellung am Reck in Kleingruppen erfolgen soll, wird dafür mit der Stunde eine Basis geschaffen, indem die SuS für die Bedeutung der Hilfestellung sensibilisiert werden. Im gesamten Unterrichtsvorhaben wurde immer wieder in Kleingruppen gearbeitet, sodass dies keine neue Erfahrung für die SuS darstellt. Insbesondere in der 2. und 3. Unterrichtseinheit konnten die SuS erste Vorerfahrungen zum Thema Hilfestellung sammeln, die in der heutigen Stunde bei Bedarf nochmal angesprochen werden.

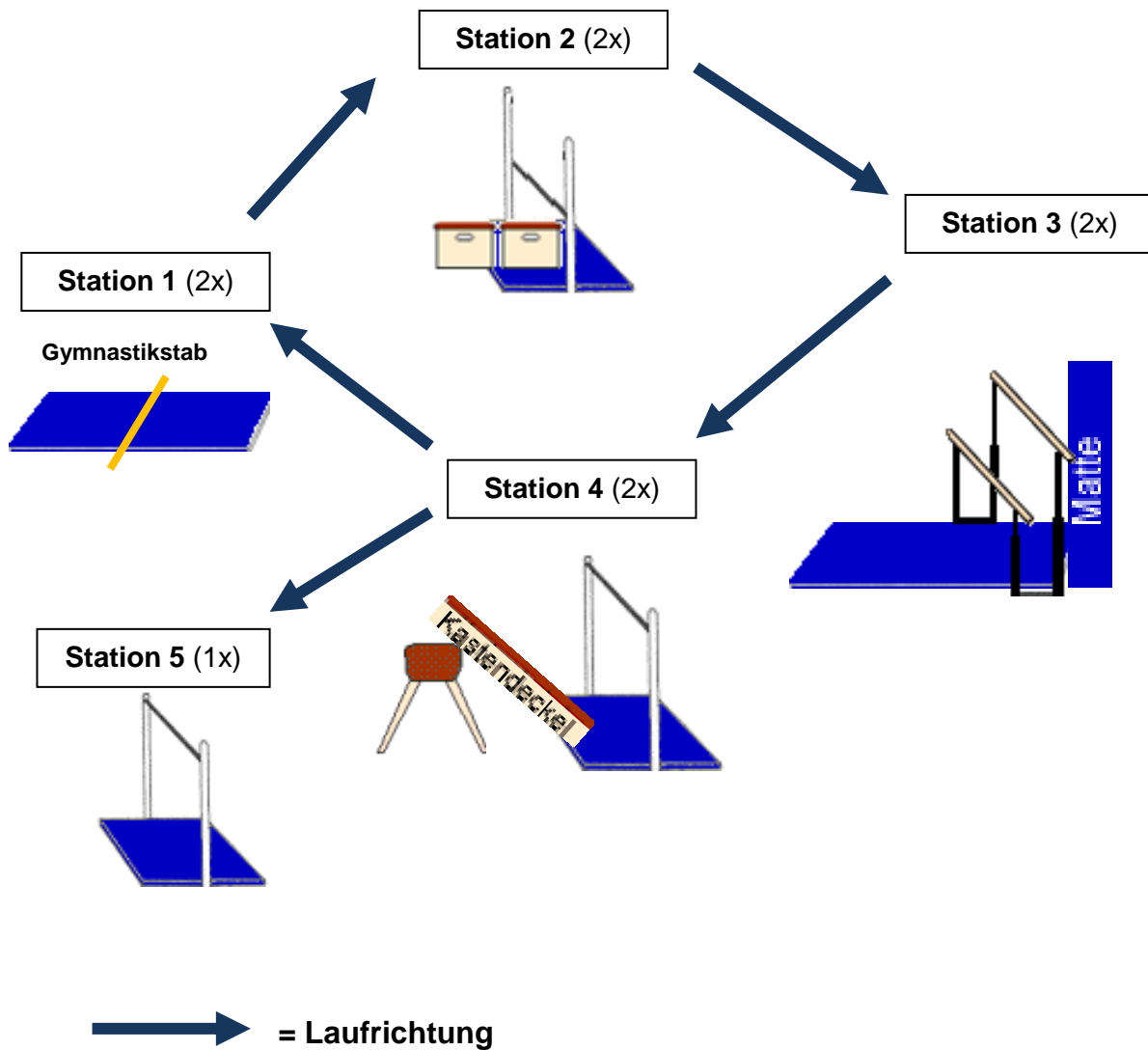
## **Literatur**

MSW NRW (Ministerium für Schule und Weiterbildung des Landes Nordrhein-Westfalen). (2012). *Kernlehrplan für das Gymnasium – Sekundarstufe I in Nordrhein-Westfalen. Sport*. Ritterbach: Frechen.

Timmermann, H. (2000). *Geräteturnen: Lehren und Lernen*. Wiebelsheim: Limpert.

## Anhang

### Stationsaufbau<sup>5</sup>



Für weitere Erläuterungen zu den einzelnen Stationen s. nächste Seite!

<sup>5</sup> Die Anordnung der einzelnen Stationen wird in der Halle anders sein als in der Abbildung. Diese dient lediglich zum besseren Verständnis der einzelnen Stationen und dem Laufweg, den die SuS gehen sollen. (selbst erstellte Darstellung)

Station	Ablauf	bildliche Darstellung <sup>6</sup>		
1)	<p>1 Kind liegt in der Rückenlage auf der Matte und hält den Stab vor dem Bauch. 2 Kinder stehen seitlich daneben und halten den Stab an den Enden fest.</p> <p>Das liegende Kind bringt durch Anziehen der Beine den Po über den Stab. Die beiden anderen heben den Stab mitsamt dem Kind in die Höhe. Das übende Kind befindet sich jetzt im Stütz auf dem Stab.</p>			
2)	<p>2 Recks, darunter stehen 2 Kleinkästen. Abstand zur Reckstange etwa 40cm.</p> <p>Das Kind liegt in der Rückenlage auf dem Kasten und fasst die Reckstange. Es bringt durch Anhocken der Beine den Körper über die Stange in den Stütz.</p>			
3)	<p>Ein Barren steht vor einer Weichbodenmatte, die SchülerInnen „klettern“, am Holm haltend, mit den Füßen die Wand hoch, bis die Hüfte über den Holm dreht.</p>			
4)	<p>Ablauf wie bei 3), mit dem Unterschied, dass die brusthohe Reckstange statt des Barrens benutzt wird und ein schräges Kastenoberteil die Funktion der Matte ersetzt.</p>			
5)	<p>Entfernen einer methodischen Hilfe aus 4). Hilfestellung durch die Lehrkraft.</p>			

<sup>6</sup> Die Darstellungen dienen lediglich zum besseren Verständnis der einzelnen Stationen und haben keinen Anspruch auf Vollständigkeit (Quellen: <http://www.gymfacts.ch> & <http://www.nibelungen-turngau.de/>)

# Station 1

Versucht euch wie der Junge auf dem Bild um den Gymnastikstab zu drehen.

2 Kinder halten dabei den Stab an der Seite fest!

1.



2.





# Station 2

Versucht euch wie das Mädchen auf dem Bild durch Anhocken der Beine mit einer Rückwärtsrolle um die Reckstange zu drehen!



# Station 3

Versucht wie der Junge auf dem Bild an der Matte hochzulaufen und euch um den Barrenholm zu drehen!



# Station 4

Versucht wie das Mädchen auf dem Bild den Kastendeckel hochzulaufen und euch um die Reckstange zu drehen!



# Station 5

Versucht den **Felgaufschwung** nun am freien Reck wie der Junge auf den Bildern!

