



## Schriftlicher Entwurf für den 5. Unterrichtsbesuch am

### 1 Datenvorspann

**Name:**  
**Fach:** Sport  
**Lerngruppe:** 7b (Anzahl 29 SuS, 11 w/ 18 m)  
**Zeit:** 08:50 – 09:35 Uhr  
**Schule:**  
**Sportstätte:**

**Fachseminarleiter/in:**  
**Kernseminarleiter/in:**  
**Ausbildungslehrer/in:**  
**Schulleiter/In:**  
**Ausbildungsbeauftragte/r:**

---

#### Thema des Unterrichtsvorhabens:

„Das etwas andere «Turngerät»“ – Entwicklung und Gestaltung akrobatischer (Partner-)Figuren und Elemente zur Förderung eines verantwortungsvollen Umgangs miteinander

#### Thema der Unterrichtsstunde:

„Eine runde Sache?!“ – Explorative Gestaltung von Übergängen zwischen (zwei) akrobatischen Figuren durch Anwendung zuvor geübter turnerischer Elemente zur Erweiterung der Gestaltungsmöglichkeiten einer Akrobatik-Kür

#### Kernanliegen der Unterrichtsstunde

Die SuS gestalten den Übergang zweier (Partner-)Akrobatikfiguren, indem sie mögliche Verbindungen in Form turnerischer Elemente erproben und reflektiert anwenden.

## **Inhalt**

1	Datenvorspann.....	0
2	Längerfristige Unterrichtszusammenhänge.....	2
2.1	Darstellung des Unterrichtsvorhabens.....	2
2.2	Begründungszusammenhänge .....	2
2.2.1	Schulische und lerngruppenspezifische Rahmenbedingungen .....	2
2.2.2	Curriculare Legitimation .....	4
2.2.3	Fachdidaktische Begründung der Reihenstruktur .....	6
3	Unterrichtsstunde .....	6
3.1	Ziele .....	6
3.2	Begründungszusammenhänge .....	6
3.2.1	Lernausgangslage .....	6
3.2.2	Didaktische Begründung des Schwerpunkts .....	7
3.2.3	Begründung des methodischen Vorgehens .....	9
3.3	Verlaufsplan.....	12
4	Literatur.....	14
5	Anhang .....	14

## 2 Längerfristige Unterrichtszusammenhänge

### 2.1 Darstellung des Unterrichtsvorhabens

„Das etwas andere «Turngerät»“ – Entwicklung und Gestaltung akrobatischer (Partner-)Figuren und Elemente zur Förderung eines verantwortungsvollen Umgangs miteinander

1. „Auf diese Bank kannst du bauen“ - Kooperative Erarbeitung der Grundposition „Bank“ und der geeigneten Belastungspunkte zur ersten Exploration partnerakrobatischer Figuren
2. „Hoch und runter - aber richtig!“ - Reflektierte Vermittlung und Anwendung des Auf- und Abbaus partnerakrobatischer Figuren zur Entwicklung eines rücksichtsvollen und (gesundheits-)sichernden Umgangs miteinander
3. „Wir fliegen hoch hinaus“ - Erarbeitung der akrobatischen Figur „Flieger“ zur Vermittlung einer weiteren Grundposition (Käfer) unter besonderer Berücksichtigung der Anforderung des permanenten Ausbalancierens
4. **„Eine runde Sache?!“ - Explorative Gestaltung von Übergängen zwischen (zwei) akrobatischen Figuren durch Anwendung zuvor geübter turnerischer Elemente zur Erweiterung der Gestaltungsmöglichkeiten einer Akrobatik-Kür**
5. „Darauf kommt es an!“ – Kooperative Reflexion der bisherigen Ergebnisse zur Entwicklung zentraler Kriterien für die Abschlusspräsentation
6. „Übung macht den Meister“ – Kriteriengeleitetes Üben und Optimierung einer festgelegten Abfolge der Partnerkür zur abschließenden Präsentation der erarbeiteten Ergebnisse

### 2.2 Begründungszusammenhänge

#### 2.2.1 Schulische und lerngruppenspezifische Rahmenbedingungen

Merkmale	Ausprägung	Konsequenzen für den Unterricht
<b>Statistische und allgemeine Angaben</b>	Die Lehramtsanwärterin (im Weiteren LAA) unterrichtet die Klasse seit dem letzten Jahr im Rahmen des bedarfsdeckenden Unterrichts im Fach Deutsch. Im Fach Sport begleitete die LAA die Klasse bereits einige Wochen zu Beginn des Schuljahres und führte auch selbstständig ein UV durch. Im Rahmen des dargestellten gesamten UVs (Turnen) hospitierte die LAA drei Wochen und führte den Unterricht zuvor eine Doppelstunde eigenständig durch. Eine Seiteneinsteigerin war bisher erst einmal während des gesamten Turnunterrichtsvorhabens anwesend. Sie ist turnerisch relativ leistungsstark, jedoch besteht das Problem, dass sie bisher kein Deutsch spricht oder versteht.	Auf ein gemeinsames Regel- und Ritualrepertoire kann ( <u>bedingt</u> ) zurückgegriffen werden. Die LAA kennt die Klasse zwar sehr gut, ist jedoch erst kurze Zeit im Fach Sport anwesend, so dass ein Vertrauensverhältnis besteht, organisatorisch (z.B. Abbau) einige Dinge jedoch noch nicht eingespielt sind.  Die entsprechende Schülerin wird der Gruppe einer Schülerin zugeordnet werden, die sich bereit erklärt hat, sich um sie zu kümmern. Dennoch wird verstärkt darauf zu achten sein, dass sie bestimmte bereits erarbeitete (gesundheitsrelevante) Regeln einhält. Sie kann, sollte sie anwesend sein, nur durch „Nachmachen“ am Unterrichtsgeschehen teilnehmen.
<b>Leistungsfähigkeit und Motivation</b>	Die meisten SuS zeigen eine durchschnittliche Sportlichkeit. Einige Schüler, welche beispielsweise in Ballsportarten sehr leistungsstark sind, haben jedoch enorme	Es werden Differenzierungsmöglichkeiten (unterschiedliche Schwierigkeitsgrade der Figuren) angeboten, um möglichst die Partizipation eines jeden Schülers/ einer jeden Schülerin zu ermöglichen, so

	<p>Schwierigkeiten mit dem gezeigten Gegenstand (Turnen/Akrobatik). Hinzu kommt bei vielen der SuS die Angst vor z.B. Höhe und der fehlende Mut, turnerische Bewegungen auszuführen.</p> <p>Insbesondere drei Schülerinnen (inaktiv in der letzten Doppelstunde) fielen dadurch auf, dass sie sich bereits in den Stunden zum Gegenstand Turnen vor den Übungen und Aufgaben drückten und sich bspw. nicht überzeugen ließen, eine Rückwärtsrolle zu turnen.</p> <p>Die SuS sind in der Regel im Schulsport sehr motiviert. Es war festzustellen, dass Schüler, die sich im Sportunterricht zuvor eher zurücknahmen, nun ihre Rolle darin fanden, andere SuS tragen/ halten zu können und dadurch stärker motiviert waren. Bei anderen SuS hingegen kam es teils zu Frustrationen, da sie nicht die Geduld bzw. den Mut aufbrachten entsprechende Figuren zu turnen.</p> <p>Kognitive Phasen führen oft zu Unruhe und Unkonzentriertheit. Nicht selten denken nur wenige SuS mit, während sich die anderen zurücklehnen bzw. schnell abgelenkt sind.</p>	<p>dass jede/r ihre/seine Rolle im Gruppenprozess findet. Ggf. muss akzeptiert werden, wenn SuS „nur“ eine bestimmte Position einnehmen (z.B. nur die untere Position), oder im Ausnahmefall „nur“ helfen und sichern wollen. Eine entscheidende Rolle wird die Hilfestellung einnehmen, da es vielen SuS nicht möglich ist, turnerische Elemente ohne Hilfestellung auszuführen. Das Sichern durch mindestens eine Person (i.d.R. durch zwei Personen) ist verpflichtend in allen Gruppen, so dass sich jeder Schüler abgesichert fühlen kann. Das Helfen und Sichern wurde zuvor in Form von kleineren Vertrauensübungen explizit thematisiert.</p> <p>Die Ankündigung einer abschließenden Präsentation kann als Motivation dienen, möglichst kreative und „spannende“ Figuren und Übergänge zu erarbeiten. Zwar wird die Aufgabe der LAA darin bestehen, alle SuS zu motivieren, jedoch wird darauf zu achten sein, die Grenzen einiger SuS (insbesondere bedingt durch Körperstatur, koordinativen Fähigkeiten etc.) zu respektieren.</p> <p>Es wird darauf geachtet, Gesprächsphasen möglichst kurz zu halten und diese immer aus der Praxis heraus entstehen zu lassen. Abstrakte Fragen werden von den SuS größtenteils nicht verstanden. Erfragtes muss zuvor in der Praxis erfahren worden sein.</p>
<p><b>Vorkenntnisse/Vorerfahrungen</b></p>	<p>Turnerische Elemente wie beispielsweise Rolle vorwärts, Rolle rückwärts, Streck sprung, (flüchtiger) Handstand (Abrollen aus dem Handstand), Radschlag wurden zuvor intensiv behandelt und teilweise auf Turngeräte übertragen (z.B. Rolle auf dem Schwebebalken, Felgaufschwung, Radschlag auf dem Pferd).</p> <p>Die SuS wurden bisher zum Gegenstand „Akrobatik“ nur eine Doppelstunde unterrichtet. Diese liegt aufgrund eines Feiertages zwei Wochen zurück. In der Doppelstunde wurde insbesondere die Grundposition „Bank“ erarbeitet sowie der gesundheitsbewusste Auf- und Abstieg in der Partnerakrobatik reflektiert. Die SuS erarbeiteten auf Grundlage eines Arbeitsblattes die wichtigsten „Akrobatik-Regeln“ bezüglich der unteren, der oberen Person und den Helfenden und Sichernden sowie einige grundlegende Figuren der Partnerakrobatik (nach Vorlage). Eingeleitet wurde die Doppelstunde durch die Vertrauensübung „Pendel“ anhand derer zentrale Aspekte zum Thema Körperspannung und Vertrauen (durch Helfen und Sichern) reflektiert wurden.</p> <p>In dieser Stunde waren vier SuS nicht anwesend und drei SuS gesundheitsbedingt inaktiv.</p> <p>Eine Schülerin betreibt in ihrer Freizeit gelegentlich rhythmische Sportgymnastik und weist im Vergleich zur Klasse ein überdurchschnittliches Körperbewusstsein</p>	<p>Die turnerischen Elemente, welche als Übergänge genutzt werden können, sind allen SuS (zumindest aus der Beobachterrolle) bekannt, so dass diese als Lösungsmöglichkeiten vorausgesetzt werden können. Sollten die SuS sich schwertun, Ideen zu entwickeln, kann die LAA auf die vorherigen Unterrichtsstunden zum Gegenstand Turnen verweisen.</p> <p>Erste Berührungsängste sollten aufgrund der ersten Doppelstunde, die sehr kleinschrittig gestaltet wurde, abgebaut sein. Dennoch wird darauf zu achten sein, dass die SuS die bereits erarbeiteten „Regeln“ einhalten, da die Erarbeitung bereits zwei Wochen zurückliegt. Es ist anzunehmen, dass sie daher noch nicht verinnerlicht wurden und noch nicht selbstverständlich umgesetzt werden.</p> <p>Insbesondere wird auf die zuvor fehlenden/inaktiven SuS zu achten sein. Diese werden im besten Falle jeweils einer bestehenden Gruppe zugeordnet.</p> <p>Ggf. können in den Gruppen weitere Impulse zur Gestaltung der Übergänge gesetzt werden z.B. durch den Einbau weiterer dynamischer Elemente (versetztes Rad, Rad über den Rücken des Partners</p>

	(Gleichgewichtssinn, Körperspannung) auf. Zwei Schülerinnen betreiben Tanzsport. Sie können den Radschlag und Handstand (fast) ohne Hilfestellung und haben diese bereits auf Turngeräte (Pferd, Schwebebalken) übertragen.	etc.)
<b>Arbeits- und Sozialformen</b>	Rituale: Versammeln im Sitzkreis, Unterarmstütz bei Anwesenheitsüberprüfung, Demonstrationen und Präsentationen auf Mattenfläche im Mittelkreis Jedoch bestand noch keine Möglichkeit der Entwicklung eines Abbau-Rituals.	Zwischendemonstrationen können problemlos eingefügt werden.  Beim Abbau muss verstärkt darauf geachtet werden, dass dieser reibungslos verläuft. Insbesondere das „Gerangel“ am Mattenwaagen konnte aus Zeitgründen noch nicht strukturiert umgangen werden. Ggf. muss die LAA stark eingreifen und lenken. Es werden 4 SuS bestimmt, die den Mattenwaagen herausfahren und festhalten, während die anderen SuS die Matten mindestens zu zweit auf den Mattenwaagen tragen.

## 2.2.2 Curriculare Legitimation

### Sek I

#### Inhaltsfelder und inhaltliche Schwerpunkte<sup>1</sup>

<i>Leitendes Inhaltsfeld</i>	<i>inhaltliche Schwerpunkte</i>
e) <b>Kooperation</b> (und Konkurrenz) <sup>2</sup>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Mit- und Gegeneinander (in kooperativen Sportformen)</b></li> </ul>
<i>Weitere Inhaltsfelder</i>	<i>inhaltliche Schwerpunkte</i>
b) <b>Bewegungsgestaltung</b> <sup>3</sup>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Gestaltungsformen</b> und -kriterien</li> <li>• <b>Variation von Bewegung (u.a. räumlich, zeitlich, dynamisch)</b></li> <li>• Gestaltungsanlässe, Gestaltungsthemen</li> </ul>
a) <b>Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b> <sup>4</sup>	<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>

#### Bewegungsfelder, Sportbereiche und inhaltliche Kerne<sup>5</sup>

<sup>1</sup> Vgl. MSW NRW 2012, S. 17f. Die in diesem Abschnitt fett gedruckten Ausführungen sind für die Akzentuierung des Unterrichtsvorhabens besonders wichtig. Außerdem sind unter den inhaltlichen Schwerpunkten nicht alle der im KLP aufgelisteten Schwerpunkte jedes Inhaltsfelds aufgeführt, sondern nur jene, die für den Schwerpunkt des Unterrichtsvorhabens bzw. der geplanten Stunde relevant sind.

<sup>2</sup> Das dargestellte UV ist ausschließlich auf kooperative Unterrichtsarrangements ausgerichtet. Der Konkurrenzgedachte wird in keiner Situation (explizit) angesteuert.

<sup>3</sup> leitendes Inhaltsfeld der gezeigten Unterrichtsstunde

<sup>4</sup> Das zusätzlich aufgeführte Inhaltsfeld a) wurde mit aufgenommen, da es im gesamten übergreifenden UV zum Gegenstand „Turnen“ und damit auch im dargestellten eingeschobenen UV eine zentrale Rolle spielt.

<sup>5</sup> Vgl. MSW NRW 2012, S. 19f.

<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>Akrobatik</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>• <b>Haltungsaufbau</b></li> </ul>

### Kompetenzerwartungen in den Jahrgangsstufen 7 bis 9<sup>6</sup>

<i>Bewegen an Geräten – Turnen (5)</i>
<b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz</b>
<p><i>Die Schülerinnen und Schüler können</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>an ihre individuelle Leistungsvoraussetzung angepasste Wagnis- und Leistungssituation bewältigen sowie grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen,</b></li> <li>• <b>Eine turnerische oder akrobatische Gruppengestaltung kooperations- und teamorientiert entwickeln, einüben und präsentieren sowie dazu Ausführungs- und Gestaltungskriterien benennen</b></li> </ul>
<b>Methodenkompetenz</b>
<p><i>Die Schülerinnen und Schüler können</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>in Gruppen selbstständig, aufgabenorientiert und sozial verträglich üben sowie für sich und andere verantwortlich Aufgaben im Übungs- und Lernprozess übernehmen,</b></li> <li>• <b>Bewegungsgestaltungen und -kombinationen zusammenstellen und präsentieren.</b></li> </ul>
<b>Urteilskompetenz</b>
<p><i>Die Schülerinnen und Schüler können</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Zusammenhänge zwischen Wagnissituationen und individueller technisch-koordinativer Leistungsfähigkeit beurteilen,</b></li> <li>• <b>eine Präsentation – allein oder in der Gruppe – nach ausgewählten Kriterien bewerten.</b></li> </ul>

<sup>6</sup> Vgl. MSW NRW 2012, S. 29 ff. Die hier aufgeführten Kompetenzerwartungen sind auf jene reduziert, die die Akzentuierung des Unterrichtsvorhabens bestimmen. Besonders wichtige Aspekte – insbesondere auch für die gezeigte Stunde geltend - sind fett gedruckt. Ferner werden an dieser Stelle nur die Kompetenzerwartungen für das leitende Bewegungsfeld/den leitenden Sportbereich dargestellt.

## 2.2.3 Fachdidaktische Begründung der Reihenstruktur

(Darlegung im Entwurf des 2. und 3. Unterrichtsbesuchs)

\*Anmerkung: Das hier dargestellte Unterrichtsvorhaben ist Teil eines Unterrichtsvorhabens zum Gegenstand „(Geräte-)Turnen“. Zuvor erarbeiteten die SuS normungebundene (turnerische) Bewegungen auf einem selbst entworfenen «Spielplatz» (Gerätepark). Zunehmend fand dann die Vermittlung auch normierter turnerischer Bewegungen an den entsprechenden Geräten statt sowie der Transfer der Felgbewegung am Boden (Rolle) auf die Geräte. Parallel wurde intensiv an dem Aufbau von Körperspannung und Gleichgewicht in unterschiedlichen Formen (u.a. in kleinen wettkampforientierten oder kooperativen Spielen) gearbeitet. Die SuS erhalten durch die eingeschobene Reihe zum Gegenstand „Akrobatik“ die Möglichkeit, eine Überprüfung am Turngerät (Barren, Reck, Schwebebalken) durch eine „Mini-Kür“ in der Partnerakrobatik zu ersetzen bzw. auszugleichen.

## 3 Unterrichtsstunde

### 3.1 Ziele

#### Kernanliegen

Die SuS gestalten den Übergang zweier (Partner-)Akrobatikfiguren, indem sie mögliche Verbindungen in Form turnerischer Elemente erproben und reflektiert anwenden.

### 3.2 Begründungszusammenhänge

#### 3.2.1 Lernausgangslage

In der ersten Einheit zum Thema Akrobatik zeigte sich erneut das Problem der fehlenden Körperbewusstheit. Vielen SuS gelang es nur durch vielfältige Rückmeldung (verbal, taktill, visuell) die geforderte Bankposition einzunehmen. Dem Aufbau einer akrobatischen Figur musste demnach immer eine Überprüfung der Körperhaltung vorausgehen, sowie durch teils starke Unterstützung durch die Helfenden (stützen, heben, sichern etc.) ablaufen. Einfache Balancierübungen auf dem Becken eines Partners wurden als erste grundlegende Erfahrungen gesammelt. In allen Gruppen konnten Basis-Figuren der Partnerakrobatik (unter Hinzunahme von Hilfestellung, insbesondere Hilfe beim Auf- und Abstieg) erarbeitet und präsentiert werden.

In der Stunde unmittelbar vor der gezeigten Stunde wird eine weitere Grundposition («Käfer») thematisiert bzw. reflektiert und damit eine weitere akrobatische Figur («Flieger») eingeführt. Für den Unteren fordert diese Figur im Gegensatz zur Bankposition mehr (Stütz-)Kraft im Schulter-Arm Bereich, die bei einigen SuS nicht ausreichen wird um eine vergleichbar schwere Person zu halten, so dass diese Figur in abgewandelter Form bzw. mit unterstützender Hilfe geturnt werden wird. Da der Rücken flach aufliegt, ist jedoch anzunehmen, dass es den SuS einfacher fallen wird, diese Figur hinsichtlich der richtigen Wirbelsäulenhaltung durchzuführen. Die Figur «Flieger» wurde von einigen wenigen SuS bereits auspro-

biert (Differenzierungsaufgabe) und konnte mit Hilfestellung bereits vereinzelt präsentiert werden.<sup>7</sup>

In der vorangegangenen Stunde war zu beobachten, dass die SuS selbstständig darüber entschieden, wer welche Position einnimmt, um bestimmte Figuren zu turnen. Das heißt sie verfügen über eine relativ gute Selbsteinschätzung ihrer konstitutiven Voraussetzungen sowie motorischen und koordinativen Fähigkeiten.

Die SuS sind aus den vorangegangenen Stunden mit dem Arbeiten in Gruppen sowie dem Bearbeiten von Aufgabenstellungen eines Arbeitsblattes vertraut. Zudem wurde in der letzten Unterrichtsstunde vermehrt auf die bildliche Darstellung auf den Arbeitsblättern verwiesen, nach denen sich die SuS richten sollen. Somit kann davon ausgegangen werden, dass sie ebenfalls damit vertraut sind, in der Praxis erarbeitete Figuren mit den Abbildungen zu vergleichen und ggf. anhand dessen zu modifizieren.

### 3.2.2 Didaktische Begründung des Schwerpunkts

Der Schwerpunkt der Unterrichtsstunde liegt darin, dass die SuS grundlegende turnerische Elemente nutzen, um die Übergänge zwischen akrobatischen Figuren sinnvoll<sup>8</sup>, sprich «flüssiger», zu gestalten, damit die Kür zudem «eindrucksvoller», «spannender» und «unterhaltender» auf das Publikum wirkt. Somit sollen die SuS in dieser Stunde mindestens zwei Figuren der Partnerakrobatik (+Hilfestellung) durch turnerische Grundelemente zu einer «Mini-Kür» verbinden und infolgedessen ihre Gestaltungsmöglichkeiten zum Ausbau einer Kür erweitern. In der letzten Stunde wurden einzelne Grundfiguren erarbeitet. Bei der abschließenden Präsentation der Ergebnisse war in allen Fällen ein Leerlauf zwischen den einzelnen akrobatischen Partnerfiguren zu beobachten und die Ungeduld beim «Publikum» bzw. deren Unsicherheit, ob die Kür bereits zu Ende sei, ersichtlich. Ein Schüler äußerte, dass bei den «Profis» mehr Entertainment auf der Bühne geboten werde, eine Präsentation «irgendwie geschmeidiger und spannender» sei. Damit sprach er genau die beobachteten Leerstellen und Pausen des «Umbaus» zum Übergang in die nächste Figur an, die auf das Publikum «langweilig» und wenig «anschaulich» wirken. Die Möglichkeit der kreativen Gestaltung der Übergänge war bzw. ist noch nicht im Bewusstsein der SuS, da sie noch zunehmend auf insbesondere den Auf-/Abbau der akrobatischen Figuren an sich konzentriert sind. Dass die Übergänge Teil der Präsentation und nicht nur Mittel- zum Zweck sind, wurde nur in Ansätzen erkannt und zwar aus Sicht der Beobachter. In der dargestellten Unterrichtsstunde geht es noch nicht darum, eine vollständige Präsentation am Ende der Stunde darbieten zu können, sondern vielmehr darum, dass die SuS mit den ihnen möglichen und bekannten turnerischen Grundelementen Möglichkeiten zur Gestaltung der Übergänge entwickeln, die sie in den Folgestunden nutzen können, um weitere Akrobatik-Figuren «anzuknüpfen», um dann einen dadurch entstehenden Ablauf festzulegen und einzuüben.

Die Aneinanderreihung der einzelnen Figuren durch turnerische Elemente zur Gestaltung fließender Übergänge geht mit einer Steigerung der Komplexität einher und zwar nicht nur

---

<sup>7</sup> Da eine intensive Auseinandersetzung mit dieser Figur erst in der Stunde unmittelbar vor der hier dargestellten stattfinden wird und somit nicht abzuschätzen ist, ob alle Gruppen die Figur ausführen können, werden zusätzlich Figuren mit geringerem Anforderungsgrad angeboten («kleiner Flieger», «Doppelplank»).

<sup>8</sup> „Sinnvoll“ meint, dass die Kür möglichst wenig Leerstellen (Zeit des Ab- und Umbaus, Neupositionierung aufgrund räumlicher Begebenheiten) beinhaltet und gestaltete Übergänge zudem möglichst „spannend“ und „spektakulär“ gestaltet werden.



bezogen auf die Hinzunahme der turnerischen Elemente an sich (Rolle, Handstand, Radschlag etc.), sondern wie in der Erarbeitungsphase I gefordert, auch bezogen auf die entstehende Dynamik hinsichtlich der auszuführenden akrobatischen Figur. Der Ersatz von starren Turngeräten (UV1) durch Menschen als «Turngerät» bedeutete bereits einen enormen Anspruch an die Körperspannung und den Gleichgewichtssinn. Kleinste Veränderungen, insbesondere der unteren Person, bewirken Veränderungen beim Partner, da die Turnenden «in unabhängiger Abhängigkeit voneinander agieren».<sup>9</sup> Diese «Besonderheit» bietet im Gegensatz zum starren Turngerät jedoch auch die Möglichkeit, diese Beweglichkeit/Dynamik zu nutzen, um den Partner in eine bestimmte (z.B. zum Abgang geeignete bodennähere Position) zu bringen. Bisher war es die Aufgabe, einen einmal hergestellten Gleichgewichtszustand möglichst in einer stabilen Position zu halten. Da der Körper niemals starr in einer exakten Position verharrt, bestand die Herausforderung im ständigen Ausbalancieren kleinster Veränderungen in Kooperation mit dem Partner, um die Figur für zumindest einen kurzen Präsentationsmoment zu halten. Der Übergang von der Bank-Position zur Käfer-Position erforderte bereits eine Steigerung der Anforderung und Mitarbeit des Unteren. Bei der Figur «der Flieger» darf nur mit den Füßen ausbalanciert werden, was «neben einer guten Beweglichkeit der Bein- und Hüftbeugemuskulatur ein gutes Feingefühl in den Fußsohlen und eine genaue Wahrnehmung und schnelle Reaktion bei jeder kleinen Lageveränderung des «Fliegers» von der unteren Person verlangt»<sup>10,11</sup> Die Aufgabenstellung, den oberen Turnenden nun nicht zurück auf die Füße zu setzen, sondern kopfüber «abzusetzen» fordert eine zusätzliche Mitarbeit des Unteren. Aller Voraussicht nach, wird der Obere einfordern, dass er weiter zum Boden hinabgelassen wird, um kontrolliert die Hände aufsetzen und abrollen bzw. durch den Handstand abrollen zu können. Die dadurch entstehende Bewegung in der Figur führt also dazu, dass die gehaltene Position kontrolliert «aufgelöst» werden muss. Somit wird sowohl vom Unteren als auch vom Oberen eine kontrollierte Veränderung der haltenden Position gefordert, was zusätzliche Ansprüche an die Koordination, insbesondere an den Gleichgewichtssinn und die Körperspannung stellt. Hierbei wird die Hilfestellung eine zentrale Rolle spielen, um ggf. entstehende Dissbalancen, die zum Sturz führen könnten, auszugleichen. Zudem kann es als zusätzliches Wagnis angesehen werden, aus einer «schwebenden» Position (Horizontale) heraus und aus größerer Höhe (im Vergleich zur Rolle vorwärts am Boden) kopfüber abzugehen. Die erweiterte Aufgabenstellung, weitere selbst wählbare akrobatische Figuren anzuschließen, fordert kreative und eigenständige Lösungen der SuS.<sup>12</sup> Entscheidend ist auch hier das Anbinden der nächsten Figur ohne «unnütze», «unspektakuläre» Laufwege und Leerstellen, sprich einen fließenden Übergang (sowohl Zeit als auch Raum betreffend) zu gestalten.

Am Ende der Stunde sollen die Präsentationen also einen ersichtlichen Unterschied zu den Demonstrationen zu Beginn der Stunde aufweisen. Anders als zu Beginn sind die gezeigten akrobatischen Figuren nun durch turnerische Grundelemente verbunden, so dass die (Mini-)Präsentation (von mindestens zwei akrobatischen Figuren) fließend abläuft. Ggf. werden fortgeschrittene Gruppen weitere Figuren anreihen.

---

<sup>9</sup> Blume, M. (2016). Akrobatik mit Kindern und Jugendlichen. Aachen: Meyer und Meyer, S. 16

<sup>10</sup> ebd., S. 45

<sup>11</sup> Da diese Anforderungen größtenteils nicht erfüllt werden können, können die SuS die Arme als Stütze zur Hilfe nehmen, bzw. die Figur «kleiner Flieger» (Blume 2010, Kap. 9) oder «Doppel-Plank»<sup>11</sup> durchführen.

<sup>12</sup> Es sind auch Lösungen denkbar, bei denen zunächst ein Fuß des oberen Turnenden abgesetzt wird, um dann beispielsweise einen Radschlag am Boden anzuschließen.

Die Ausgangsfigur «Flieger» kann zu Schwierigkeiten führen. Diese Figur stellt nicht nur (wie oben beschrieben) hohe Anforderungen an den Unteren, sondern auch an den Oberen, denn um einen Körper ausbalancieren zu können, muss dieser möglichst fest und angespannt sein. Daher ist die Körperspannung vor allem für die obere Person wichtig. Sie muss den ganzen Körper, so unter Spannung halten, «dass sich kein Körperteil unbewusst verschiebt».<sup>13</sup> Beim Flieger wird dies direkt ersichtlich, da sich die Person nicht heben bzw. ausbalancieren lässt, wenn sie ihren Körper nicht vollkommen anspannt. Dies ist jedoch in ungewöhnlichen Positionen (schweben in der Horizontalen) gar nicht so einfach, da die SuS erst herausfinden müssen, welchen Muskel sie für welche Haltungsänderung «betätigen» müssen.<sup>14</sup> Aus diesen Gründen wird bei vielen SuS die Hilfe weiterer Personen nötig sein, ebenso wie taktile und verbale Hilfen («dicken Zeh strecken», Blick-Steuerung etc.).

Auch wenn der «Flieger» (unter Hinzunahme von Hilfen) funktioniert, ist bei vielen SuS mit einer Angst vor der geforderten Abroll-Bewegung kopfüber zu rechnen, insbesondere, wenn die Bewegung aufgrund fehlender Koordination/Kraft des Unteren nicht kontrolliert ausgeführt werden kann, so dass kein kontrollierter turnerischer Abgang möglich ist. Sollte dies auftreten, ist ein «Rückschritt» zu einer der einfacheren Ausgangs-Figuren im Sinne der Differenzierung oder die Hinzunahme zusätzlicher Hilfen (ggf. dicke Matte) anzustreben.

Bei der Gestaltung der Übergänge muss zudem auf das Einhalten der gesundheitsbewussten Regeln geachtet werden. Es kann sein, dass diese keine Beachtung mehr erhalten, da ein möglichst spektakulärer Abgang in den Fokus der SuS rückt. Das Abspringen vom Rücken eines Turnenden ist nicht erlaubt, um plötzlich auftretende Druckbelastungen zu vermeiden, und wird daher untersagt.<sup>15</sup>

Eine weitere Schwierigkeit könnte darin liegen, dass die Wirkung der integrierten Übergänge ggf. aufgrund von Unsicherheiten während der Ausführung der Figuren nicht so stark wie gewünscht ausfällt. Dies kann beispielsweise daran liegen, dass noch ein hoher Einsatz der Hilfestellung notwendig ist, die Haltungen einiger SuS beispielsweise von den Helfenden überprüft und korrigiert werden müssen. Sollte dieser Fall eintreten, ist dies in der abschließenden Reflexion zu thematisieren. Die SuS können beispielsweise Ideen entwickeln, wie sich das Problem der «stark sichtbaren Hilfestellung» vermindern lässt.<sup>16</sup>

Die Stunde wird insoweit reduziert, als dass lediglich die Erarbeitung *eines* Übergangs zwischen zwei Figuren (eine Figur ist davon vorgeschrieben) bei der Abschlusspräsentation eingefordert wird (s. 3.2.2). Es wird keine Gesamt-Kür gefordert. Der Schwerpunkt liegt auf der Erprobung von Möglichkeiten. Die Präsentationen dienen der Inspiration für alle Gruppen, um in der Folgestunde mit den gezeigten Lösungsmöglichkeiten weiterzuarbeiten. Zudem sind die Figuren der Auswahl anschließender Elemente (AB) bereits größtenteils bekannt und weisen lediglich die eingeführten Grundpositionen («Bank» und «Käfer») auf.

### 3.2.3 Begründung des methodischen Vorgehens

---

<sup>13</sup> Blume, M. (2016), S. 24

<sup>14</sup> ebd.

<sup>15</sup> ebd., S. 36

<sup>16</sup> Denkbar wäre, dass die helfenden und sichernden SuS sich anders positionieren, ebenfalls eine „präsentable“ Haltung einnehmen etc.

Die Klasse wird in 4er- Gruppen eingeteilt, welche bereits aus der vorangegangenen Stunde (größtenteils)<sup>17</sup> bekannt sind, so dass immer zwei SuS turnen und zwei helfen und sichern sowie Tipps als Außenstehende geben können. Aufgrund der diagnostizierten Unsicherheiten und Ängste ist mindestens ein helfender und sichernder Schüler (i.d.R. sogar zwei helfende und sichernde SuS) immer Pflicht (trotz einer möglichen «Wirkungs-Einschränkung» bei der Präsentation). Die Gruppen wurden größtenteils eigenständig gebildet, da Wert daraufgelegt wurde, dass die SuS mit Partnern zusammenarbeiten, denen sie vertrauen, so dass keine großen Berührungsängste bestehen. In jeder Gruppe wird zu Beginn einer jeden Doppelstunde ein Gruppenmanager bestimmt und auf dem AB vermerkt. Dieser ist verantwortlich dafür, dass die Arbeitsaufträge in der Gruppe von jedem verstanden worden sind.<sup>18</sup> Die Arbeitsblätter sind farblich unterschiedlich gestaltet, um ein Durcheinander (Wem gehört welches AB?) zu vermeiden und zugleich eindeutige Gruppenbezeichnungen («rote Gruppe») benutzen zu können. Für die Erarbeitungsphase wurde eine Kreisanordnung der Mattenflächen gewählt, so dass sich keine Gruppe abschotten kann, die Konzentration auf der Hallenmitte liegt (alle fühlen sich mehr in der Verantwortung) und die LAA somit alle Gruppen gleichermaßen ins Blickfeld nehmen kann. Zudem besteht für die SuS durch diese Anordnung die Möglichkeit, sich von anderen Gruppen inspirieren zu lassen, da alle Gruppen ersichtlich sind. Die Präsentations-Mattenfläche in der Mitte der Kreisanordnung ist jederzeit verfügbar für beispielsweise sich anbietende Zwischen-Demos und der Eingangs-/Abschluss-Präsentation, so dass ein Umbau und eine Verlagerung der gesamten Gruppe zu einer Matten-Fläche vermieden werden kann. Die Gruppen turnen auf zwei an der kurzen Seite anliegenden Matten. Größere Gruppen können ggf. eine dritte Matte hinzunehmen, jedoch besteht die Möglichkeit aufgrund der begrenzten Mattenanzahl in der Halle nicht für alle Gruppen. Sollte eine Gruppe zusätzlichen Platz benötigen, liegt ein Läufer bereit, auf dem ausgewichen werden kann. Generell ist die begrenzte Anzahl der für die einzelnen Gruppen zur Verfügung stehenden Matten jedoch nicht negativ zu sehen, da die SuS somit gezwungen werden «raumökonomisch» zu gestalten, das heißt Richtungswechsel (Rückwege) z.B. durch eine Rückwärtsrolle etc. einzubauen. Durch eine anfängliche Demonstration des Ist-Zustandes und der Präsentation des Erarbeiteten am Ende der Stunde ist ein Vergleich dieser beiden «Zustände» möglich.<sup>19</sup> Zudem dient die Abschlusspräsentation mehrerer Gruppen der Veranschaulichung von Möglichkeiten des Einsatzes turnerischer Elemente in einer Akrobatik-Kür. Im besten Falle wird zum Ende der Stunde eine veränderte Wirkung auf das Publikum erzielt, dadurch dass eine fließende Abfolge präsentiert wird.

Lange Gesprächs-Phasen, in denen aufgefallene Probleme und Möglichkeiten rein kognitiv erarbeitet werden, werden vermieden. Durch eine „provozierende“<sup>20</sup> Bewegungsaufgabe zu Beginn der Stunde (Abgang vornüber) wird ein Problem geschaffen, das die SuS auffordert, aus der Praxis heraus Lösungswege zu entwickeln, in diesem Falle also Möglichkeiten eines

---

<sup>17</sup> Wahrscheinlich kommt es zu einigen Veränderungen der Gruppen (evtl. zur Gründung einer zusätzlichen Gruppe) aufgrund der sieben nicht anwesenden/ nicht aktiven SuS in der ersten Doppelstunde.

<sup>18</sup> Diese Methode ist den SuS aus Gruppenarbeitsphasen im Deutschunterricht bekannt.

<sup>19</sup> Es wird angestrebt, dass die eingangs präsentierende Gruppe ihre überarbeitete End-Resultat auch am Ende präsentiert, so dass der Vergleich noch eindeutiger ausfällt. Anderen Gruppen soll jedoch auch die Möglichkeit der Präsentation gewährleistet werden.

<sup>20</sup> Kann im Sinne der „Verstörung“ bei Serve-Pandrick (2013, S.103) verstanden werden. Die sportliche Praxis wird durch ein „gezielt infiltriertes Problem“ (Institut für Sport und Sportwissenschaft der TU, 2013, S. 2) gestört und provoziert damit neue und teils irritierende Erfahrungen.

turnerischen Übergangs vornüber zu entwickeln. Das Lernen soll also durch eine Bewegungsaufgabe initiiert werden, die das Ziel hat, „die Lernenden für die Sache zu gewinnen, so dass sie diese zu ihrer eigenen Aufgabe machen“.<sup>21</sup> Durch diese spezifische Aufgabenstellung (Abgang vornüber) und die Reduktion auf *eine* Figur (bzw. Position: Abgang vornüber aus der Horizontalen) erscheint der Stundenbeginn relativ gelenkt. Jedoch sind die SuS gefordert, eigenständig eine Lösung für das geschaffene „Problem“ zu entwickeln, das heißt, das «Wie» muss von den SuS geklärt und eigenständig erarbeitet werden. Der Möglichkeitsspielraum hierzu ist aufgrund der Vorgaben relativ begrenzt (Vorwärtsrolle, (flüchtiger) Handstand und abrollen). Es wurde sich bewusst für diese Aufgabenstellung entschieden, da alle SuS über das entsprechende „Handwerkszeug“ (Grundelemente des Bodenturnens) verfügen und damit alle Turnenden die Erfahrung des unmittelbaren Übergangs (ohne Absetzen/Zwischenschritt) durch die gewählte Aufgabenstellung erfahren können. Ob sie diese Möglichkeit auch für weitere Figuren nutzen, wird sich im Anschluss zeigen und ist zudem abhängig von den gewählten Figuren. Alternativ hätte auch in der ersten Erarbeitungsphase eine offenere Aufgabenstellung (z.B.: „Schließt zwei Figuren fließend aneinander an.“) gewählt werden können. Es wurde jedoch beabsichtigt, dass sich die SuS stärker auf eine explizite Situation, die gelöst werden muss, fokussieren. Zu viele Möglichkeiten lenken vom eigentlichen „Problem“ ab, so dass sich dazu entschlossen wurde, dieses für alle Gruppen gleichermaßen „zuzuspitzen“. Des Weiteren kann durch die gewählte Aufgabenstellung der Schwerpunkt der Stunde (Übergänge optimieren die Wirkung) von den SuS selbst herausgestellt werden. In der anschließenden Phase (Erarbeitungsphase II) besteht dann Raum für Kreativität und dem Explorieren weiterer Anschlussfiguren mit entsprechenden Übergängen. Die Auswahl der weiteren Figuren (AB) erfolgte hinsichtlich der Machbarkeit, diese miteinander zu verbinden (z.B. Arme des Oberen nicht aufgestützt, um diese zum Abrollen etc. nutzen zu können) und der Vorkenntnisse der SuS (s. erste Doppelstunde des UVs). Damit stehen Figuren zur Auswahl, welche nicht nur den Käfer, sondern auch die Bank als Grundposition aufweisen, so dass für einen fließenden Übergang auch eine Positions-Veränderung der unteren Person eingefordert wird, da die Ausgangsfigur bei allen Gruppen zunächst der Flieger (kleiner Flieger, Doppel-Plank) ist. Während der Erarbeitung in den Gruppen sollen im Sinne der reflektierten Praxis besonders kreative und gute Lösungswege in einer Demonstrations-Phase gezeigt werden. Zum Kontrast können auch ausbaufähige Lösungswege demonstriert werden, anhand derer deutlich wird, woran weiterzuarbeiten und besonders zu achten ist. Die Abbildungen auf den Arbeitsblättern dienen einer klaren Bewegungsvorstellung und der Möglichkeit des Abgleichs mit der Praxis. Damit werden mühselige Bewegungsbeschreibungen vermieden. Zudem ermöglicht der Einsatz von Arbeitsblättern das selbstständige Erarbeiten einer Aufgabe und eine Arbeitsatmosphäre, die Raum für die in der Akrobatik so wichtige Kommunikation und Zusammenarbeit fördert.<sup>22</sup> Abbildungen haben außerdem eine motivierende Wirkung, die Bilder sehen „spektakulär“ aus, erzeugen bei den SuS Begeisterung und eine noch größere Begeisterung, wenn Abgebildetes erfolgreich nachgeturnt werden kann.

---

<sup>21</sup> Laging, R. (2013). Didaktische Prinzipien des Lehrens und Lernens von Bewegungen. *Sportunterricht* 62, (12), S. 359

<sup>22</sup> Blume, M. (2016)., S. 44,45

### 3.3 Verlaufsplan

Phase	Inhaltsaspekte	Lernschritte/ Lernformen/ Intendiertes Schülerverhalten	Organisation/ Medien/ Material
Einstieg	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Präsentation der erarbeiteten akrobatischen Figuren</li> <li>➤ Fokus auf Übergänge zwischen den Figuren (Vergleich zu den „Profis“)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Die SuS werden unmittelbar zu Beginn der gezeigten Stunde mit einem bisher erarbeiteten Gruppenergebnis konfrontiert (Performanz des Ist-Zustandes).</li> <li>➤ Sie äußern sich insbesondere zum Ablauf der Übergänge und schildern ihre Eindrücke.</li> </ul>	5-6 Mattenflächen im Kreis angeordnet (eine Mattenfläche in der Mitte zur Präsentation)
Problematik- sierung/ Erarbeitung	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Turnerischer Abgang der oberen Person beim „Flieger“ (und fließender Übergang zur nächsten Figur)</li> </ul> <p><i>AA: Führt die erste Figur (Flieger, kleiner Flieger od. Doppel-Plank) erneut aus. Der Abgang der oberen Person soll nun vornüber erfolgen, das heißt, der Obere wird nicht zurück auf die Füße gesetzt.</i></p> <p><i>AA*: Schließt eure zweite Figur unmittelbar und fließend nach dem Abgang der oberen Person an.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Die SuS testen aus, wie sie den Abgang der ersten Figur (Flieger, kleiner Flieger oder Doppel-Plank) vornüber gestalten können und suchen (unter Hinzunahme von Hilfestellung) nach turnerischen Möglichkeiten.</li> <li>➤ *Sie verbinden die Figur „Flieger“ mit einer weiteren durch den erarbeiteten turnerischen Abgang (und ggf. weiteren turnerischen Elementen, z.B. Rückwärtsrolle der unteren Person etc.)</li> </ul>	s.o. ggf. zusätzliche Matten AB
Demonstra- tion / Re- flexion	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Demonstration</li> <li>➤ Thematisierung der Übergänge: turnerische Elemente können genutzt werden, um Übergänge „geschmeidiger“, fließender, spektakulärer zu gestalten</li> <li>➤ Schwierigkeit der kontrollierten Balance</li> <li>➤ Raum und Zeit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Die SuS demonstrieren ihre Lösungen.</li> <li>➤ Sie halten fest, dass sich turnerische Elemente zum Verbinden von Figuren einsetzen lassen, um „Leerstellen“, unnötige Wege zu vermeiden.</li> <li>➤ Die Turnenden reflektieren ggf. sich ergebende Schwierigkeiten (Dynamik, zusätzliche Anforderungen → sich bewegende Person ausbalancieren zu müssen, Mut etc. ...)</li> <li>➤ Sie beschreiben die dadurch erzeugte Wirkung („flüssiger“, „spannender“, „harmonischer“ etc. ...).</li> <li>➤ Ggf. äußern sie weitere Möglichkeiten für einen optimierten Übergang zwischen den demonstrierten Figuren (z.B. für die untere Person).</li> </ul>	Die Demonstration erfolgt auf der Mattenfläche in der Mitte der Kreisanordnung. Sitzkreis
Übung / Erarbeitung	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Üben möglicher turnerischer Abgänge/ Übergänge</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Die SuS üben das Abrollen und Verbinden der (zwei) akrobatischen Figuren.</li> </ul>	s.o.

	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Ausprobieren und Einüben von Anschlussfiguren</li> <li>➤ ggf. Ergänzung weiterer akrobatischer Figuren mit turnerischen Elementen als Übergänge</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Sie probieren weitere Möglichkeiten aus, akrobatische Figuren mithilfe turnerischer Grundelemente (Rolle vorwärts, Rolle rückwärts, (flüchtiger) Handstand, Radschlag, Strecksprung ...) zu verbinden, indem sie (eine) weitere akrobatische Figur/en in der Abfolge ergänzen.</li> </ul>	
Präsentation	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Präsentation der „Mini-Kür“ (mind. 2 Gruppen)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Die SuS präsentieren gruppenweise ihre Ergebnisse.</li> </ul>	s.o.
Didakt. Reserve	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ weitere Präsentationen (abhängig von der Zeit)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Weitere Gruppen präsentieren ihre Ergebnisse, insbesondere Gruppen, die noch nicht gezeigte (evt. besonders „spektakuläre“, „spannende“) Übergänge erarbeitet haben oder Gruppen, bei denen noch Verbesserungsmöglichkeiten bestehen.</li> </ul>	s.o.
Reflexion	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Vergleich der anfänglichen Demonstration mit der Präsentation am Ende der Stunde: <i>Inwiefern sind wir den Profis ein Stück nähergekommen?</i></li> <li>➤ ggf. Entwicklung von Ideen zur Wirkungsoptimierung (z.B. bez. der Hilfestellung)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Die SuS beschreiben die (positive) Veränderung der „Mini-Kür“.</li> <li>➤ Sie geben den präsentierenden Gruppen Rückmeldung bezüglich der gestalteten Übergänge und ggf. Verbesserungsvorschläge.</li> </ul>	Sitzkreis

---

## 4 Literatur

- Blume, M. (2010). *Akrobatik mit Kindern und Jugendlichen*. Aachen: Meyer und Meyer.
- Blume, M. (2016). *Akrobatik mit Kindern und Jugendlichen*. Aachen: Meyer und Meyer.
- Institut für Sport und Sportwissenschaft der Technischen Universität Dortmund, Arbeitsbereich „Bildung und Erziehung“. (2013). *Abschlussbericht zum Projekt „Netzwerke Sport in der gymnasialen Oberstufe – von der reflektierten Praxis im Sportunterricht der Sekundarstufe I zur Praxis-Theorie-Verknüpfung in der Sekundarstufe II“*, S. 42-44.
- Laging, R. (2013). Didaktische Prinzipien des Lehrens und Lernens von Bewegungen. *Sportunterricht* 62, (12), S. 355-359.
- Ministerium für Schule und Weiterbildung des Landes Nordrhein-Westfalen (MSW NRW, Hrsg.). (2014). *Rahmenvorgaben für den Schulsport in Nordrhein-Westfalen*. Sport. Ritterbach: Frechen.
- Serwe-Pandrick (2013). E. Learning by doing and thinking. Zum Unterrichtsprinzip der „reflektierten Praxis“. *Sportunterricht* 62 (4), S. 100-106.

Online-Zugriffe

[www.sportunterricht.ch](http://www.sportunterricht.ch) (letzter Zugriff am 06.06.2017)

## 5 Anhang

1 (S. 15) erste Stunde der Doppelstunde

2 (S.16) zweite Stunde der Doppelstunde (UB)

Die Abbildungen sind entnommen aus: <https://www.sportunterricht.ch/lektion/akro/bkd7.php>