



Seminar für das Lehramt  
an Gymnasien und Gesamtschulen

## Schriftlicher Entwurf für den 6. Unterrichtsbesuch am

**Name:**

**Fach:** Sport

**Lerngruppe:** Klasse 11, 30SuS (18w/12m)

**Zeit:** 14.00 - 15.00 Uhr

**Ort:** Essen

**Fachseminarleiter:**

**Schulleiter:**

**Ausbildungslehrer:**

### Thema des Unterrichtsvorhabens

Spiele in selbst entwickelten Regelstrukturen am Beispiel von (Ultimate) Frisbee: Erarbeitung spielerischer, technischer und taktischer Handlungskompetenzen für das Spiel mit der Frisbee-Scheibe.

### Pädagogische Perspektiven und Inhaltsbereiche

Leitende Pädagogische Perspektive: E) Kooperieren, Wettkämpfen und sich verständigen

Weitere Pädagogische Perspektive: A) Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrung erfahren

Leitender Inhaltsbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen

Ergänzend: Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

### Überblick über den Verlauf des Unterrichtsvorhabens

**1.** Sich kennenlernen mit Hilfe kleiner Frisbee-Spiele mit der Absicht kommunikative und kooperative Prozesse der Kursteilnehmer in Gang zu bringen und dabei mit dem neuen Gegenstand vertraut zu werden

**2.** Explorativer Einstieg in das Spiel mit der Scheibe an Hand unterschiedlicher Frisbee-Scheiben und ihren spezifischen Flugeigenschaften mit der Absicht den SuS mit der/den wesentlichen Wurf- und Fangtechnik(en) vertraut zu machen.

**3.** Was macht ein Spiel zu einem Spiel? Entwicklung eines kleinen Frisbee-Spiels auf der Grundlage von Fair Play mit der Absicht die Veränderbarkeit von Spielregeln in Abhängigkeit von der Lerngruppe aufzuzeigen.

**4.** Durchführung eines Kaiserturniers zu dem selbst entwickelten Frisbee-Spiel mit der Absicht die entwickelten Regeln im Spiel zu reflektieren und die Spielfähigkeit der SuS zu fördern.

**5. Verbesserung der Spielfähigkeit in unübersichtlichen Situationen bzw. Drucksituationen an Hand eines spielgemäßen Konzepts mit der Absicht das Zusammenspiel der SuS im Team zu verbessern.**

**6.** Was ist Ultimate Frisbee? Von der Spielidee zu einem Spiel in selbst vereinbarten Regelstrukturen mit der Absicht den SuS ein weiteres Frisbee-Spiel aufzuzeigen.

**7.** Durchführung eines Kaiserturniers zum Ultimate Frisbee mit der Absicht dem Spieldrang der SuS zum Abschluss des Unterrichtsvorhabens Rechnung zu tragen.

### **Kernanliegen**

Die Schülerinnen und Schüler<sup>1</sup> sollen in dieser Stunde das Zusammenspiel und damit den Spielfluss und den Spielspaß im eigenen Team verbessern, indem sie im Rahmen eines spielgemäßen Konzepts adäquate Verhaltensmaßnahmen entwickeln, um unübersichtliche Situationen/Drucksituationen zu vermeiden.

### **Didaktisch-methodischer Kommentar**

Der in der heutigen Stunde thematisierte Gegenstand schließt mit seiner Aspektuierung inhaltlich an der vorherigen Stunde an, in der die SuS ein Kaiserturnier zu dem von ihnen entwickelten Spiel<sup>2</sup> durchführten. Das Fazit dieser Stunde bestand darin, dass der Spielfluß noch sehr oft durch Fehlwürfe und Fangfehler gestört wird. Noch genauer wurde herausgestellt, dass dies vor allem das Werfen und Fangen unter Druck oder in unübersichtlichen Situationen (d.h. in Situationen, in der der Scheibenbesitzer nicht weiß, wen er anspielen soll) betrifft. Aus diesem Grund soll das oben genannte Bewegungsproblem in dieser Stunde aufgegriffen und angegangen werden, indem sich die SuS in einem spielgemäßen Konzept Schritt für Schritt erarbeiten, wie man unübersichtliche Situationen oder Drucksituationen durch Freilaufen und Anbieten vermeidet.

Nach einer ersten Gewöhnungsphase haben noch immer viele SuS Schwierigkeiten mit den Flugeigenschaften der Scheibe. Wesentliche Grundprinzipien des Scheibenflugs wie der Drall (Rotation der Scheibe um ihre Längsachse), die Abwurfneigung (seitliche Abweichung aus der Horizontalen) und die Kipptendenz wurden mit den SuS bereits erarbeitet. Als Techniken sind den SuS die Rückhand als Wurftechnik und das einhändige (links und rechts) und beidhändige Fangen (Sandwichcatch) bekannt. Bei den Spielformen dieser Stunde sind jedoch keine bestimmten Techniken verlangt, vielmehr sollen die SuS mehr Sicherheit beim Fangen und Werfen in spielnahen Situationen gewinnen.

Das methodische Konzept ist so angelegt, dass sich die Komplexität von Spielform zu Spielform steigert (vom einfachen zum komplexen). Angefangen wird mit 5er-Fangen<sup>3</sup>, das den SuS bereits bekannt ist. Das Spiel wird ergänzt durch die STOP-Regel<sup>4</sup>: Diese Regel sollen die SuS nutzen, die sich in einer Drucksituation befinden, d.h. sich beim Abspielen der Scheibe durch einen Gegenspieler unter Druck gesetzt fühlen oder die keine sinnvolle An-

---

<sup>1</sup> Im Folgenden als SuS bezeichnet.

<sup>2</sup> Die Beschreibung des Spiels und die ausgehandelten Regeln sind im Anhang zu finden.

<sup>3</sup> Bei dem Spiel 5er-Fangen spielen zwei Teams gegeneinander. Das Team, das die Scheibe hat, versucht 5 Pässe (laut zählen) innerhalb der eigenen Mannschaft zu spielen, ohne dass der Gegner die Scheibe berührt bzw. diese auf dem Boden landet. Gelingt dies, so bekommt die Mannschaft einen Punkt. Misslingt es, muss das Team, welches in Scheibenbesitz ist, wieder von Vorne beginnen.

<sup>4</sup> Die STOP-Regel besagt, dass ein scheibenbesitzender Spieler, der sich unter Druck gesetzt fühlt, laut STOP rufen und die Scheibe als visuelle Unterstützung nach oben halten kann. Ab diesem Zeitpunkt dürfen sich nur noch die eigenen Mitspieler bewegen. Gegner dürfen sich so lange nicht bewegen, bis die Scheibe abgespielt worden ist.

spielstation erkennen können. In solchen Situationen reagieren viele SuS sehr hektisch und werfen die Scheibe unkontrolliert weg, was in den meisten Fällen zu einem Scheibenverlust führt. Die STOP-Regel soll genau das verhindern, indem sie die SuS für ihr wenig sinnvolles Verhalten in Drucksituationen und unübersichtlichen Situationen sensibilisiert, ihnen die Hektik nimmt und dafür Zeit und Raum für ein überlegtes Abspiel gibt. Die SuS sollen ermuntert werden mit diesen Situationen souveräner umzugehen und durch mehr Absprachen im Team ein verbessertes Zusammenspiel zu ermöglichen.

In der kognitiven Phase soll der Sinn dieser STOP-Regel für das Agieren in unübersichtlichen Situationen/Drucksituationen transparent werden. Darüber hinaus soll geklärt werden, wie es dazu kommen kann, dass manche Teams seltener die STOP-Regel in Anspruch nehmen mussten als andere. Diese Frage ist sehr wichtig, um die Bedeutung des sich Freilaufens und Anbieters für die Vermeidung von Drucksituationen herauszukristallisieren. An dieser Stelle ist es wichtig für die SuS zu klären, was Freilaufen und Anbieten überhaupt konkret heißt. Wohin sollen sie laufen und welcher Bereich ist für ein Anspiel günstig oder ungünstig? Diese Fragen sollen im Zusammenhang mit der Erklärung und Visualisierung des Begriffes „Deckungsschatten“ erläutert werden. Die SuS werden dazu angehalten miteinander zu kommunizieren, um sich schneller darüber im Klaren zu werden, wann sie gut anspielbar sind und wann sie ihre Position verändern sollten.

Mit diesen wichtigen theoretischen Erkenntnissen sollen die SuS in die nächste Praxisphase gehen und versuchen dies anzuwenden. Da auf zwei Feldern nebeneinander gespielt wird, ist es auch möglich das Spiel von weniger „erfolgreichen“ Gruppen kurz zu unterbrechen, um die anderen Gruppen zu beobachten. In jedem Fall soll ein Fehlverhalten (sei es von dem Scheibenbesitzer oder von seinem Team) durch ein Freeze<sup>5</sup> für die Lerngruppe bewusst gemacht werden.

Es wäre auch möglich gewesen die SuS das Freilaufen und Anbieten mit einer Übung im Überzahlspiel separat üben zu lassen. Zugunsten der größeren Spielnähe und einer stringenter Reduktion der STOP-Regel wurde sich aber für die oben beschriebene Vorgehensweise entschieden. Als Alternative soll die Idee aber im Hinterkopf behalten werden und im Bedarfsfall Anwendung finden.

Zugunsten der höheren Spielzeit werden zwei Spielfelder parallel genutzt. Dies erschwert zwar den Überblick und verhindert es jede Fehlentscheidung durch ein Freeze zu verdeutlichen, aber in diesem Fall ist es wichtiger, dass die SuS genügend Anwendungszeit erhalten, um ihr Verhalten beim Freilaufen und Anbieten zu verbessern. Zudem sollen die SuS dazu angeregt werden miteinander zu kommunizieren und sich gegenseitig im Team zu benachrichtigen, wenn man sich unvorteilhaft positioniert hat.

Im Folgenden soll es darum gehen die STOP-Regel zugunsten eines höheren Spielflusses und einem gesteigerten Anspruch an die Mitspieler langsam zu reduzieren. Dies geschieht dadurch, dass die Zeit, in der die STOP-Regel gilt, verringert wird und die Mitspieler dadurch weniger Zeit haben sich zu positionieren.

In Abhängigkeit von dem Entwicklungsprozess der Gruppen und der zur Verfügung stehenden Zeit könnte an dieser Stelle auch differenziert werden: Wenn es noch Teams gibt, die das Freilaufen und Anspielen nicht oder nur unzureichend in ihr Spiel mit der Scheibe einbauen konnten, dann bleibt für diese die reduzierte STOP-Regel weiterhin erhalten. Teams, denen dies keine oder nur wenige Schwierigkeiten bereitet, müssen auf die STOP-Regel verzichten.

Generell sollte außerdem festgehalten werden, dass der sichere, kurze Pass immer dem weiten, unsicheren Pass vorzuziehen ist, da es bei diesem in den meisten Fällen zu einem Schei-

---

<sup>5</sup> „Freeze“ bedeutet, dass alle Spieler auf ein akustisches Signal (Pfeife) hin in ihrer momentanen Bewegung einfrieren und die Spielsituation kurz analysiert wird. Den SuS ist diese methodische Hilfe bekannt.

benverlust kommt. Dies sollte mit der steigenden motorischen Qualität der Ausführungen langsam abgebaut werden, da ein weiter Pass auch immer den Vorteil des Raumgewinns beinhaltet, der sicheren Spielern nicht verweigert werden sollte.

### Geplanter Verlauf

Phase	Geplantes Vorgehen / Inhalt	Unterrichtsform/ Medien/ Geräte	Didaktisch-methodischer Kommentar / Organisation
Einstieg,	Begrüßung, Vorstellen der Besucher, L. erklärt den SuS kurz die Erwärmung.	Sitzkreis, Verteilung der Frisbee-Scheiben	Aufnahme  SuS ist die Form der Erwärmung bekannt.
Erwärmung	SuS werfen sich zu zweit in der Bewegung ein. Alle bekannten Fang und Wurftechniken sollen wiederholt werden.	Gassenaufstellung	SuS stimmen sich auf das Stunden-thema ein. (Sportartspezifische Erwärmung, Motivation sich zu bewegen)
Problematik- sierung  Über- leitung zur Erar- beitung	L. stellt Frage, welches Problem in der letzten Stunde (Kaiserturnier) besonders deutlich geworden ist. L. erklärt den SuS den weiteren Vorgang (5er-Fangen). Regeln werden kurz wiederholt und L. ergänzt die STOP-Regel. Gruppeneinteilung erfolgt durch L. Arbeitsauftrag: „Versucht euch in eurer Gruppe die Frisbee 5 Mal zuzuspielen ohne dass der Gegner die Scheibe berührt oder diese zu Boden fällt. Wenn kein sicheres/kontrolliertes Abspiel mehr möglich ist, verwendet die STOP-Regel! Ein Pfiff bedeutet Freeze!“ Teams werden vom Turnier übernommen.	Sitzkreis, Frisbees werden in die Mitte des Kreises gelegt          Partei- bänder	Rückbezug zur letzten Stunde wird hergestellt. SuS wird Gang der Stunde/Reihe deutlich. Der Arbeitsauftrag soll die nächste Phase strukturieren und den SuS die Möglichkeit geben Fragen zu stellen. Durch die Abwandlung des Spiels von 10er-Fangen zu 5er-Fangen wird die Möglichkeit ein Erfolgserlebnis zu erreichen erleichtert. Durch die geplante Gruppeneinteilung wird bewusst eine leistungsheterogene Gruppe erreicht.
Praxis- phase I (Erpro- bung)	SuS spielen in vier Teams auf zwei Feldern gegeneinander 5-er-Fangen. Punkte werden selbständig gezählt. SuS sollen die Pässe laut mitzählen. Ggfs. unterbricht der L. die Spielsituation durch ein Freeze.	Spiel auf 2 Feldern, 2 Frisbees	Die Gruppen erproben die neue Regel zur Entlastung von Drucksituationen. Durch das laute Zählen wird auf der einen Seite immer deutlich, wie viele Pässe bis zum Punktgewinn fehlen (Spannungsbogen) und auf der anderen Seite wird dadurch die Aufmerksamkeit der einzelnen SuS erhöht.
kogni- tive Phase	L. fragt →nach dem Nutzen der STOP-Regel für die Arbeit an dem Bewegungsproblem →nach Problemen mit der STOP-Regel →warum einige Teams die STOP-Regel seltener einsetzen mussten als	Sitzkreis, White-board	Durch die Fragen sollen die SuS dazu angeregt werden sich mit den Ursachen des Bewegungsproblems auseinanderzusetzen. Ggfs. wird die STOP-Regel durch die Äußerungen verändert (z.B. mit einer Zeitbeschränkung). SuS soll durch die Visualisierung klar werden,

	andere L. erklärt und visualisiert <sup>6</sup> die Bedeutung des Begriffs Deckungsschatten. Es wird festgehalten, wohin der Mitspieler ohne Scheibe laufen soll. <sup>7</sup>		dass es einen Bereich gibt, indem sie nicht sicher angespielt werden können und dass dieser Bereich immer größer wird, desto mehr der Scheibenbesitzer unter Druck gesetzt wird.
Überleitung zu Praxisphase II	L. fragt, wie diese Erkenntnisse in das selbst entwickelte Spiel mit der Scheibe transportiert werden könnten. L. notiert Vorschläge. Weitere Vorgehensweise wird abgesprochen. → „Spielt euer Frisbee-Spiel mit der STOP-Regel. Versucht durch Freilaufen und Anbieten aus dem Deckungsschatten eures Gegenspielers das Aufkommen von Drucksituationen so gut es geht zu vermeiden. Sprecht miteinander, um ein erfolgreiches Abspiel zu ermöglichen. Ansonsten nutzt weiterhin die STOP-Regel.“	Sitzkreis Whiteboard	SuS sollen durch die reflektierte Praxis ihr Bewegungshandeln in der nächsten Praxisphase optimieren. Durch die Abgabe der Verantwortung an die SuS fühlen sich diese für das Gelingen ihrer Ideen stärker verantwortlich und können sich mit ihrem Spiel besser identifizieren. Dies steigert auch die kommunikative Kompetenz der SuS. Die Visualisierung auf dem Whiteboard macht die Weiterentwicklung für die SuS deutlich.
Praxisphase II	Die 4 Teams spielen auf 2 Feldern das selbst entwickelte Frisbee-Spiel. Die STOP-Regel wird beibehalten. Ggfs. unterbricht der L. die Spielsituation durch ein Freeze oder für eine Beobachtung von Teams untereinander.	Spiel auf zwei Feldern, zwei Frisbees	Die gemachten und reflektierten Erfahrungen sollen in der zweiten Praxisphase umgesetzt werden. Freistehende SuS sollen sich bemerkbar machen, was die Kommunikation untereinander fördern soll.
kognitive Phase	L. fragt, wie die SuS für sich selbst den Lerngewinn in dieser Situation einschätzen. Bei a) und c): L. spricht bestimmten Schüler an, bei dem sie ein adäquates Verhalten in Drucksituationen beobachten konnte oder fragt, wie man sich in Drucksituationen verhalten sollte, wenn es die STOP-Regel nicht mehr gäbe. Weitere Vorgehensweise wird abgesprochen	Sitzkreis	Aus der ersten Frage kann abgeleitet werden, ob die SuS das zuvor reflektierte angenommen haben und umsetzen konnten oder ob sich noch viele unsicher fühlen. Dies soll darüber entscheiden, wie weiter verfahren wird: a) alle Teams haben sich besser bewegt und konnten Drucksituationen mehr und mehr vermeiden = Abbau der STOP-Regel b) die Teams fühle sich noch sehr unsicher bei der Vermeidung von Drucksituationen = weiteres Üben mit reduzierter STOP-Regel c) Mischform von a) und b) = Differenzierung
Vorbereitung Praxisphase	In Abhängigkeit von den Aussagen in der kognitiven Phase (a-c) sollen die SuS entscheiden, ob sie mit oder ohne STOP-Regel weiterspielen.	Sitzkreis	Durch die Möglichkeit zur Differenzierung orientiert sich die Planung und Durchführung an dem Entwicklungsprozess der einzelnen SuS. Auf diese

<sup>6</sup> Mögliches Tafelbild ist im Anhang einsehbar.

<sup>7</sup> Liste im Anhang.

III	„Spielt euer Frisbee-Spiel und versucht dabei weiter durch Freilaufen und Anbieten das Aufkommen vor Drucksituationen zu vermeiden. Kommt ihr dennoch in eine Drucksituation, dann bringt euren Körper zwischen Gegner und Scheibe und versucht euren Mitspieler kontrolliert anzuspielen oder benutzt die STOP-Regel.“		Weise können auch sehr leistungsheterogene Gruppen miteinander und gegeneinander spielen, ohne dass das Spiel für beide Parteien unbefriedigend wird. Starke Gruppen können sich weiterentwickeln und schwächere bekommen die Chance noch einmal zu üben ohne dass die Gruppen getrennt werden und erneuter organisatorischer Aufwand in Kauf genommen werden muss.
Praxisphase III	Die SuS spielen gegeneinander ihr Frisbee-Spiel (entweder mit oder ohne STOP-Regel).	Spiel auf zwei Feldern, zwei Frisbees	Dadurch, dass schwächere Gruppen noch die STOP-Regel in Anspruch nehmen dürfen, wird für diese die Druck-Situation entschärft.
Ab-schluss Refle-xion, Verabschiedung	Die SuS reflektieren auf Impuls der L. die Inhalte dieser Stunde. Die SuS sollen ihre Eindrücke aus dem Spiel beschreiben und in Beziehung zu der Erarbeitung setzen. →Konnte das Spiel im Team verbessert werden? Kriterien: Spielfluss, Spielspaß, Ergebnisse Die L. verabschiedet sich bei der Klasse.	Sitzkreis	Effektiver Lernzuwachs soll reflektiert werden. Individuelle Wahrnehmungen des Stundeninhalts werden festgehalten. Ausblick auf die weitere Entwicklung kann so in Abhängigkeit mit den Schüleräußerungen gegeben werden. Die Verabschiedung stellt vor allem eine Form des wertschätzenden Umgangs miteinander dar. Zudem soll diese Phase den SuS zeigen, dass guter Unterricht nur dann funktioniert, wenn Interaktion von beiden Seiten stattfindet.

## Anhang

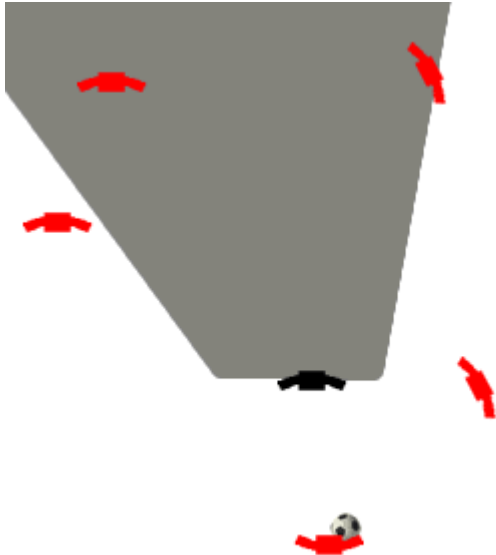
### **Beschreibung des Frisbee-Spiels der SuS**

In dem Spiel der SuS können Punkte erzielt werden, indem ein Spieler aus dem eigenen Team, der auf einem kleinen Kasten steht, angespielt wird. Fängt dieser, so gibt es einen Punkt. Die SuS haben sich auf folgende Regeln geeinigt:

- ➔ Nach einem Punktgewinn wird die Scheibe an die gegnerische Mannschaft weitergegeben.
- ➔ Nach Bodenberührung bekommt die andere Mannschaft die Scheibe.
- ➔ Mit der Scheibe in der Hand ist nur der Sternschritt erlaubt.
- ➔ Der Kasten befindet sich in einem Torkreis, den kein Spieler (weder Angreifer noch Verteidiger) betreten darf.

- ➔ Es gilt „The spirit of the game“ – alle Probleme (z.B. Verstoß gegen Regeln oder Foulspiel) werden von den Teams selber gelöst.

## Deckungsschatten



Copyright by [www.Soccerdrills.de](http://www.Soccerdrills.de)

In der nächsten Graphik soll deutlich zu erkennen sein, dass der Deckungsschatten sich, mit der Nähe des Ballführers zum Abwehrspieler, in der Größe verändert. Je dichter der Ballbesitzer beim Verteidiger ist, desto größer wird der Deckungsschatten.

## Wohin wird freigelaufen?

Der Mitspieler ohne Scheibe läuft...

- in den freien, vom Gegner nicht beherrschten Raum (aus dem Deckungsschatten)
- in einen Raum, den der Spieler am Ball einblicken und in den er abspielen kann
- zum Spieler am Ball.

## Quellenangaben

- Praxisbücher Sport, Faszination Frisbee: Übungen, Spiele, Wettkämpfe (Neumann, Kittsteiner, Laßleben)
- [www.discsport.net](http://www.discsport.net)
- [www.frisbeesportverband.de](http://www.frisbeesportverband.de)
- [www.soccerdrills.de](http://www.soccerdrills.de)
- [www.sportunterricht.de/ultimate](http://www.sportunterricht.de/ultimate)