



Schriftlicher Entwurf für den 2. Unterrichtsbesuch am

1 Datenvorspann

Name:
Fach: Sport
Lerngruppe: Klasse 9c (24 SuS, 9w/15m)
Zeit: 4. Stunde (11:15 – 12:15)
Schule:
Sportstätte:

Fachseminarleiter:
Hauptseminarleiterin:
Ausbildungslehrerin:
Schulleiterin:
Ausbildungsbeauftragter:

Thema des Unterrichtsvorhabens:

Einführung in das BF/SB Zweikampfsport – Ringen und Kämpfen mit dem Ziel der Durchführung eines regelgeleiteten Klassenturniers unter besonderer Berücksichtigung kooperativer und rücksichtsvoller körperlicher Auseinandersetzung sowie der Anwendung kampfspezifischer Techniken

Thema der Unterrichtsstunde:

O-soto-otoschi – Fußwürfe zur Vorbereitung auf typische Zweikampfsituationen kooperativ erproben

Kernanliegen der Unterrichtsstunde:

Die Schülerinnen und Schüler lernen kriteriengeleitet eine Wurftechnik zur Vorbereitung auf typische Zweikampfsituationen kennen, indem sie in weniger komplexen Zweikampfsituationen kooperativ Fußwürfe erproben und üben.

Inhalt

1	Datenvorspann.....	0
2	Längerfristige Unterrichtszusammenhänge.....	1
2.1	Darstellung des Unterrichtsvorhabens.....	1
2.2	Verlaufsplan.....	2
3	Anhang.....	3

2 Längerfristige Unterrichtszusammenhänge

2.1 Darstellung des Unterrichtsvorhabens

Thema: Einführung in das BF/SB Zweikampfsport – Ringen und Kämpfen mit dem Ziel der Durchführung eines regelgeleiteten Klassenturniers unter besonderer Berücksichtigung kooperativer und rücksichtsvoller körperlicher Auseinandersetzung sowie der Anwendung kampfspezifischer Techniken

1. Kooperationsfähigkeit fördern und Vertrauen schaffen – Durchführung kleiner Spiele zum Abbau von Berührungängsten als Vorbereitung auf das Ringen und Kämpfen
2. Erprobung bekannter und unbekannter kleiner Wettkampfspiele mit unterschiedlichem Anteil an Körperkontakt mit dem Ziel, beim Kämpfen die Zunahme von Körperkontakt zuzulassen sowie regelgeleitetes und verantwortungsbewusstes Verhalten zu fördern
3. Bärenringen – Entwicklung notwendiger situationsbezogener Regeln, um auf regelgeleitete Wettkampfsituationen vorzubereiten
4. Wir lernen richtig zu fallen – Erarbeitung elementarer Teilbewegungen beim Fallen aus verschiedenen Positionen zur Verdeutlichung des Armschlags als Verletzungsprävention
5. Intensivierung der Fallschulung als Grundlage für Temposteigerung und Variation der Handlungen zur Gewährleistung der Sicherheit beim Zweikampf
6. Umdrehen – Halten – Befreien – Kooperatives Erarbeiten von Möglichkeiten zum Lösen typischer Zweikampfsituationen in der Bodenlage
7. O-soto-otoschi – Fußwürfe zur Vorbereitung auf typische Zweikampfsituationen kooperativ erproben
8. Hüftwürfe kooperativ erproben um in typischen Zweikampfsituationen günstige Wurfgelegenheiten zu erkennen und zu nutzen
9. „Hajime!“ – Durchführung eines Klassenturniers unter besonderer Berücksichtigung der zuvor erlernten Regeln und Techniken

2.2 Verlaufsplan

Phase	Inhalt	Organisation / Material	Didaktisch - methodischer Kommentar / Schwierigkeiten
Begrüßung	Begrüßungsritual	Kniesitzkreis	Ein für das Ringen und Kämpfen typisches Begrüßungsritual zur Einstimmung
Erwärmung	Je 2 SuS stehen mit dem Rücken aneinander; sie reichen sich den Medizinball zunächst über Kopf und durch die Beine an; anschließend reichen sie sich den Ball links und rechts vom Körper an	PA, Medizinbälle	Zielorientiertes Erwärmen von Armen, Schultern und Rumpf
Einstieg	4 SuS demonstrieren (mehrfach) einen <i>o-soto-otoschi</i> ; restliche SuS beantworten die Frage: Welche der in den letzten Stunden thematisierten Aspekte findet ihr hier wieder?	Plenum, UG, Mattenfläche	Reflexion der Demo; Verknüpfung der Technik der heutigen Stunde mit Aspekten der vorherigen Stunden (miteinander, Körperkontakt, Vertrauen, Fallschule); falls SuS nur auf technische Merkmale eingehen steuert LAA durch weitere Fragen
Erarbeitung	<p>4 SuS demonstrieren (mehrfach) einen <i>o-soto-otoschi</i>; restliche SuS erhalten Beobachtungsaufgaben:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Beinbewegungen des Werfers – Griff des Werfers – Verhalten des Geworfenen <p>Passive SuS notieren genannte Beobachtungen der MitSuS auf Plakat; gemeinsam wichtigste Bewegungskriterien festlegen</p> <p>Je 2 2er Teams bilden eine Gruppe; je 1 2er Team übt Teilbewegung; anderes Team beobachtet und gibt Rückmeldung; erst nur Auftaktbewegung, dann nur Wurfbewegung; erst nach mehrfachem Erproben gesamter Wurfablauf</p> <p>Je 2 SuS üben den Wurf aus der Bewegung heraus (mit Anhegschritten)</p>	<p>Plenum, UG, Mattenfläche, Plakat</p> <p>PA, GA</p>	<p>LAA grenzt evtl. die wichtigsten Bewegungskriterien auf dem Plakat ein</p> <p>Anforderungsreduzierte Lernsituation; Fehlerprävention durch direkte Rückmeldung; SuS erweitern ihre Kooperations- und Kommunikationsfähigkeit (kriteriengeleitetes Feedback in Übungssituationen); 4 SuS stehen jederzeit für Hilfe, Fragen zur Verfügung, greifen ein, können nochmal demonstrieren</p> <p>Automatisieren von Bewegungsabläufen; technisch-koordinative Fertigkeiten erweitern; individuelle Differenzierung</p>
Reflexion	SuS beschreiben ohne Plakat Bewegungsabfolge; nennen wichtige Aspekte des Wurfes; 1 Team präsentiert Wurf mit Partner	Plenum, UG	SuS reflektieren erprobten Wurf, indem sie zunächst theoretisch die Merkmale nennen und anschließend an einer Präsentation benennen; wichtige Bewegungskriterien durch Praxiserfahrung deutlich geworden
Verabschiedung	Verabschiedungsritual	Kniesitzkreis	Ein für das Ringen und Kämpfen typisches Verabschiedungsritual zum Beenden der Trainingseinheit / der Stunde

3 Anhang

Plakat mit voraussichtlichen SuS-Äußerungen zu Bewegungskriterien

o-soto-otoschí

- Mit linkem Fuß Schritt neben den Partner
- Mit rechtem Fuß Ausfallschritt zur Seite hinter den Partner

- Linke Hand an den rechten Arm des Partners
- Rechte Hand an der Kleidung an der linken Schulter des Partners

- Fallschule
 - Armschlag
 - Körperspannung
 - Kopfhaltung