



## Schriftlicher Entwurf für den 4. Unterrichtsbesuch am

### 1 Datenvorspann

**Name:**

**Fach:**

Sport

**Lerngruppe:**

5d (30 SuS, davon 16w, 14m)

**Zeit:**

12:30-13:30 Uhr

**Schule:**

**Fachseminarleiter:**

**Fachlehrerin:**

**Kernseminarleiterin:**

**Schulleitung:**

**Ausbildungsbeauftragte:**

---

### Thema des Unterrichtsvorhabens:

„*Ringen und Kämpfen*“ – Einführung in das Kräftemessen in verschiedenen regelgeleiteten Zweikampfsituationen am Boden zur Förderung des fairen und konfliktfreien Umgangs miteinander

### Thema der Unterrichtsstunde:

„*Ich kann auch gewinnen*“ – Problemorientierte und kooperative Erarbeitung von verschiedenen Handicaps beim Mattensumo-Kampf zur Herstellung der Chancengleichheit und Fairness

### Kernanliegen:

Die Schülerinnen und Schüler kämpfen chancengleich bzw. fair gegeneinander, indem sie verschiedene Handicaps in Kleingruppen am *Mattensumo*-Kampf entwickeln, diese mit unterschiedlichen Gegnern erproben und anschließend reflektieren

# Inhalt

<b>1 Datenvorspann .....</b>	<b>0</b>
<b>2 Darstellung der längerfristigen Unterrichtszusammenhänge .....</b>	<b>1</b>
<b>2.1 Themenübersicht des Unterrichtsvorhabens.....</b>	<b>1</b>
<b>2.2 Begründungszusammenhänge .....</b>	<b>1</b>
<b>2.2.1 Schulische und lerngruppenspezifische Rahmenbedingungen .....</b>	<b>1</b>
<b>2.2.2 Curriculare Legitimation .....</b>	<b>3</b>
<b>2.2.3 Fachdidaktische Begründung der Reihenstruktur .....</b>	<b>4</b>
<b>3 Unterrichtsstunde .....</b>	<b>7</b>
<b>3.1 Ziele .....</b>	<b>7</b>
<b>3.2 Begründungszusammenhänge .....</b>	<b>8</b>
<b>3.2.1 Lernausgangslage .....</b>	<b>8</b>
<b>3.2.2 Didaktische Begründung des Schwerpunkts .....</b>	<b>8</b>
<b>3.2.3 Begründung des methodischen Vorgehens.....</b>	<b>10</b>
<b>3.3 Verlaufsplan.....</b>	<b>13</b>
<b>4 Literatur .....</b>	<b>16</b>
<b>5 Anhang.....</b>	<b>17</b>

## 2 Darstellung der längerfristigen Unterrichtszusammenhänge

### 2.1 Themenübersicht des Unterrichtsvorhabens

**Thema:** „*Ich kann auch gewinnen*“ – Problemorientierte und kooperative Erarbeitung von verschiedenen Handicaps beim Mattensumo zur Herstellung der Chancengleichheit und Fairness.

1. „*Wir lernen uns zu vertrauen*“ – Durchführung verschiedener kooperativer Spiele mit Körperkontakt zum Abbau von Berührungängsten und Aufbau von gegenseitigem Vertrauen
2. „*Wir brauchen Regeln*“ – schülerorientierte Erarbeitung von gemeinsamen Regeln und Ritualen anhand verschiedener Zweikampfübungen als Grundlage von fairen und konfliktfreien Kämpfen
3. „*Wir achten auf Regeln*“ – Einführung der Schiedsrichterfunktion bei Kämpfen am Boden um Gegenstände zur Förderung des verantwortungsbewussten Umgangs miteinander
4. „*Schieben, Ziehen, Drücken*“ – kooperative Entwicklung von verschiedenen Angriffstechniken mittels eines Stationsbetriebes zum Lösen typischer Zweikampfsituation um Raum am Boden
5. „*Ich verteidige den Raum*“ – eigenständige Erprobung verschiedener Strategien zur erfolgreichen Verteidigung der Matten beim Mattensumo
6. „***Ich kann auch gewinnen***“ – **Problemorientierte und kooperative Erarbeitung von verschiedenen Handicaps beim Mattensumo zur Herstellung der Chancengleichheit und Fairness.**
7. „*Wir zeigen unseren Lieblingskampf!*“ – Anwendung und Überprüfung der entwickelten Kompetenzen zum fairen und konfliktfreien Kampf mit dem Partner

### 2.2 Begründungszusammenhänge

#### 2.2.1 Schulische und lerngruppenspezifische Rahmenbedingungen

Die Klasse 5d besteht aus 30 Schülerinnen und Schülern und setzt sich aus 16 Mädchen und 14 Jungen zusammen. Ein Schüler fällt des Öfteren durch sein mangelndes Sozialverhalten auf, weshalb eine Vereinbarung über einen sogenannten Laufzettel getroffen wurde, auf dem nach jeder Stunde von Schüler und Lehrkraft das Verhalten eingeschätzt und unterschrieben werden muss. Dies wirkt sich jedoch nicht negativ auf die Teilnahme am Sportunterricht aus, jedoch muss das Verhalten dieses Schülers in sportlichen Phasen besonders in den Blick genommen werden. Ein anderer Schüler der Klasse befindet sich aufgrund einer Verletzung

mit anschließender Operation im Krankenhaus und ist daher nicht im Sportunterricht anwesend. Ein weiterer verletzter Schüler kann für längere Zeit nicht aktiv am Sportunterricht teilnehmen und wird, wie andere inaktive Schülerinnen und Schüler auch, in das Unterrichtsgeschehen mit eingebunden. Durch Beobachtungsaufträge können insbesondere die Reflexionsphasen mitgestaltet und gerade in der Gruppenarbeit die Rolle als Schiedsrichter übernommen und somit als vollwertiges Gruppenmitglied gezählt werden.

Die Lehramtsanwärterin (im Weiteren LAA) ist seit Ende Februar im Rahmen des Ausbildungsunterrichts in der genannten Klasse und hospitierte dort vorrangig in dem noch laufenden Unterrichtsvorhaben zum Thema Hip-Hop. Der Unterricht findet dreistündig im Rahmen einer Doppel- und einer Einzelstunde statt, wobei die Einzelstunde für ein paralleles Unterrichtsvorhaben (UV) zu kleinen kooperativen Spielen genutzt wird. Bei einigen Unterrichtsstunden bot sich ein Teamteaching an, sodass von der LAA eine Hälfte der Klasse phasenweise übernommen wurde und bei Abwesenheit der Sportlehrerin die Schülerinnen und Schüler eigenständig unterrichtet wurden. Dort wurde auf das bereits etablierte Regel- und Ritualrepertoire, welches zu Beginn des Schuljahres von der Sportlehrerin eingeführt wurde, zurückgegriffen.<sup>1</sup> Da die Klasse zu Beginn des Schuljahres neu zusammengesetzt wurde, ist noch keine stabile Klassengemeinschaft vorhanden, an der jedoch aktiv gearbeitet wird.

Die Klasse zeigt sich insgesamt sehr aufgeweckt und dadurch teilweise auch unruhig, sodass stetig an der Einhaltung und Durchsetzung der festgelegten Regeln erinnert und gearbeitet werden muss. Dennoch kann die Klasse im Allgemeinen als sehr sportliche und bewegungsfreudige Gruppe beschrieben werden. Die Schülerinnen und Schüler zeigen zudem eine hohe Sportlichkeit, einige von ihnen treiben auch in ihrer Freizeit Sport (Turnen, Fußball, Hockey, Reiten etc.) und sind somit dem Sportunterricht gegenüber motiviert. Diese sehr positive und lernmotivierte Atmosphäre wirkt sich lernförderlich auf den Sportunterricht aus. In Wettkampfphasen zeigen sie zudem Ehrgeiz.

In Bezug auf Arbeits- und Sozialformen kann festgehalten werden, dass das Versammeln für Gesprächsphasen verinnerlicht wurde. Ein Pfiff zur Aufmerksamkeitsgewinnung sowie ein entsprechendes Handzeichen sorgen dafür, dass die Schülerinnen und Schüler sich in der Hallenmitte einfinden. In den Gesprächsphasen, die zu Beginn des Schuljahres sukzessive etabliert wurden, beteiligen sich die Schülerinnen und Schüler aktiv. Auch wenn für die Gespräche im Sitzkreis Regeln eingeführt wurden, stechen einige Schülerinnen und Schüler durch die Nichtbeachtung dieser Regeln hervor. Das hat zur Konsequenz, dass des Öfteren Ermahnung ausgesprochen werden müssen. Die dennoch vorhandene Motivation der Schülerinnen und Schüler sollte durch kurze Wartezeiten und ein hohes Maß an

---

<sup>1</sup> Beispielsweise: kein Betreten der Halle ohne Lehrkraft, Treffen im Sitzkreis, Ruhesignal durch Herunterzählen

Bewegungszeit, sowie durch Reflexionsanlässe in der Bewegung verstärkt werden. Dadurch kann ein bewusstes und reflektiertes Bewegen sichergestellt werden.

Dadurch, dass das Bewegungsfeld *Kämpfen und Ringen – Zweikampfsport* ebenfalls im Kernlehrplan der Grundschule verpflichtend ist, kann davon ausgegangen werden, dass die Schülerinnen und Schüler bereits einige Vorerfahrungen in diesem Bereich gesammelt haben. Die Vorerfahrungen beziehen sich möglicherweise auf das spielerische Kennenlernen und Entwickeln von Kampfformen, auf die im UV aufgebaut werden kann.

In Gruppenarbeitsphasen zeigt die Klasse Berührungsängste zu dem anderen Geschlecht, weshalb häufig geschlechtshomogene Gruppen gebildet werden. Das parallele UV zu kooperativen Spielen, welches in den Einzelstunden fortgeführt wird, soll jedoch unter anderem dazu beitragen diese Berührungsängste abzubauen.

Zu den äußeren Bedingungen ist anzumerken, dass die Sporthalle sich auf dem Schulgelände befindet und die Schülerinnen und Schüler sich bereits zum Ende der Pause im Bereich vor der Sporthalle einfinden können. Für die Sportstunden steht der Klasse die gesamte Sporthalle zur Verfügung, die ungefähr einem Sporthallendrittel entspricht. Das hat den Vorteil, dass der Unterricht nicht durch andere Klassen gestört wird. In der Halle stehen zwei rollbare Tafeln zur Verfügung, die zur Veranschaulichung und zum Befestigen der Regeln genutzt werden können.

## 2.2.2 Curriculare Legitimation

### Sek I – G9

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

Leitendes Inhaltsfeld	Inhaltliche Schwerpunkte
e.) Kooperation und Konkurrenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Interaktion im Sport</b></li> </ul>
Weiteres Inhaltsfeld	
a.) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Wahrnehmung und Körpererfahrung</b></li> <li>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen</li> </ul>
d.) Leistung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Leistungsverständnis im Sport</b></li> </ul>

<sup>2</sup> Vgl. MSW NRW 2019, S. 22f. 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 der gymnasialen Oberstufe aufgelisteten Schwerpunkte jedes Inhaltsfelds aufgeführt, sondern nur jene, die für den Schwerpunkt des geplanten Unterrichtsvorhabens bzw. der geplanten Stunde relevant sind.

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

Leitendes/r Bewegungsfeld/Sportbereich	Inhaltliche Kerne
9.) Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kämpfen um Raum und Gegenstände</li> <li>• Kämpfen mit – und gegeneinander</li> </ul>

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

BF/SB 9: Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport
<b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz</b>
Die Schülerinnen und Schüler können <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>unter Berücksichtigung der individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner, normungebunden mit- und gegeneinander um Raum und Gegenstände im Stand und am Boden kämpfen,</b></li> <li>• <b>in einfachen Gruppen- und Zweikampfsituationen fair und regelgerecht kämpfen.</b></li> </ul>
<b>Sachkompetenz</b>
Die Schülerinnen und Schüler können <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen</b></li> <li>• <b>sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben.</b></li> </ul>
<b>Methodenkompetenz</b>
Die Schülerinnen und Schüler können <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen</b></li> <li>• <b>in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren</b></li> </ul>
<b>Urteilskompetenz</b>
Die Schülerinnen und Schüler können <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten.</b></li> </ul>

### 2.2.3 Fachdidaktische Begründung der Reihenstruktur

Das UV wird im Rahmen des Bewegungsfeldes *Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport* durchgeführt, wobei die pädagogische Perspektive *Kooperieren, wettkämpfen, sich verständigen* bzw. das Inhaltsfeld *Kooperation und Konkurrenz* im Fokus steht. Das UV ist insbesondere auf Zweikampfformen am Boden unter besonderer Berücksichtigung der zuvor gemeinsam aufgestellten Regeln ausgerichtet, die ein faires und konfliktfreies Kämpfen

<sup>3</sup> Vgl. MSW NRW 2019, S. 27

<sup>4</sup> Vgl. MSW NRW 2019, S. 27, S.22. 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 der gymnasialen Oberstufe aufgelisteten Schwerpunkte jedes Inhaltsfelds aufgeführt, sondern nur jene, die für den Schwerpunkt des geplanten Unterrichtsvorhabens bzw. der geplanten Stunde relevant sind.

ermöglichen. Die Schülerinnen und Schüler sollen Erfahrungen des Kräftemessens bei gleichzeitigem Erleben von Fairness und verantwortlichem Handeln gegenüber anderen sammeln, was sich deutlich von bedrohlichen Situationen des Schlagens, Stoßens, Tretens etc. unterscheidet. Das Kräftemessen steuert die Beherrschung von Emotionen und die Sorge um die körperliche Unversehrtheit der Partnerin/des Partners. Auch in der pädagogischen Perspektive (E) *Kooperieren, wettkämpfen sich verständigen* wird das soziale Mit- bzw. Gegeneinander der Geschlechter im koedukativen Sportunterricht herausgestellt und schließt ein entsprechendes Regelbewusstsein und eine Orientierung an der Idee der Fairness ein (vgl. Rahmenvorgaben für den Schulsport, 2014). Ringen und Kämpfen sind zudem bedeutsame Elemente in der kindlichen Entwicklung und Sozialisation. Besonders jüngere Kinder suchen die Form der Auseinandersetzung, um freudvoll miteinander Kräfte zu messen und spielerisch den Umgang mit Nähe und Distanz zu üben. Darüber hinaus üben sie die eigenen Grenzen zu entdecken, wobei diese Erfahrungen zum Aufbau eines positiven Selbstbildes beitragen und das Vertrauen in sich und andere entwickeln und stabilisieren können (vgl. Beudels, 2008).

Das UV zum Thema Ringen und Kämpfen soll möglichst handlungsorientiert durchgeführt werden. Ziel ist es, den Unterricht ganzheitlich und schüleraktiv zu gestalten, sodass die Schülerinnen und Schüler aus ihrem eigenen Tun lernen. Im Sinne des Doppelauftrages wird ihnen daher ein erfahrungs- und sinnreicher Sportunterricht angeboten, der dazu anregt, das sportliche Handeln zu hinterfragen und daraus Entscheidungen für ihr weiteres sportliches Tun zu entwickeln (vgl. Klingen, 2004). Ein zentraler Aspekt in dem Unterrichtsvorhaben ist zudem die *Reflektierte Praxis in und on action* (vgl. Serwe-Pandrick, 2013). Durch verschiedene Strategien innerhalb der Problemstellung werden die Schülerinnen und Schüler mit Schwierigkeiten konfrontiert. Das Selbstverständliche sportlicher Praktiken wird aufgebrochen, sodass die „Sache“ fragwürdig erscheint und Erkenntnisse im Sport ermöglicht werden. Diese praktischen Erfahrungen werden in gemeinsamen Reflexionsphasen systematisch besprochen, sodass die Schülerinnen und Schüler eine neue Sicht auf sich und den Sport gewinnen (vgl. Serwe-Pandrik, 2013).

Ein weiteres Konzept, welches in diesem UV Berücksichtigung findet, ist das *genetische Lernen*. Es vereint das sachbezogene Prinzip der Problemorientierung mit dem subjektbezogenen Prinzip der Erfahrungsorientierung. Ausgehend von einer initiierten Problemstellung werden die Schülerinnen und Schüler dazu aufgefordert, eigenständig funktionale Lösungen für die gegebenen Bewegungsprobleme hervorzubringen, um im Anschluss weitere Erfahrungen in Form einer funktionalen Optimierung und Erweiterung der eigenen Handlungskonzepte zu bewirken (vgl. Bietz, 2013).

So werden beispielsweise Schülerinnen und Schüler durch eine zu Beginn des Vorhabens aufgeworfene Problemstellung sensibilisiert, dass ein Kämpfen und Ringen ohne Regeln nicht

möglich ist. Ausgehend davon, werden durch ihre erlangten Erfahrungen gemeinsame Regeln und Rituale erschlossen und festgelegt, die das gesamte Unterrichtsvorhaben Bestand haben. Kooperative Spiele und Zweikampfformen mit Körperkontakt dienen zu Beginn des UVs als unverzichtbare Basis für ein faires und freudvolles Kämpfen im Sportunterricht. Durch sie lernen die Schülerinnen und Schüler die Übernahme von Verantwortung für die körperliche und psychische Gesundheit des Kampfparters, einen sensiblen und vorsichtigen Umgang miteinander sowie das Vertrauen zueinander (vgl. Beudels, 2008). Primär geht es jedoch auch darum, Berührungängste abzubauen und den Kontakt unter den Schülerinnen und Schülern zu fördern. Das gesamte UV baut auf dem Kontakt zueinander auf, der von Beginn an thematisiert werden soll. So setzen sich die Schülerinnen und Schülern schrittweise mit verschiedenen Angriffstechniken und Verteidigungsstrategien auseinander, die ihnen helfen verschiedene Partnerwettkämpfe am Boden erfolgreich zu bewältigen. Hier wird insbesondere auf den inhaltlichen Kern des Bewegungsfeldes Bezug genommen und Kämpfe um Gegenstände und Raum mit den Schülerinnen und Schülern thematisiert.

In dem UV liegt der Schwerpunkt auf den Bodenkämpfen. Es wird bewusst auf Kämpfe im Stand verzichtet, da die Schülerinnen und Schüler sich zum einen am Boden sicherer fühlen und zum anderen der Kampf im Stand die Thematisierung des sicheren Fallens voraussetzt.

Im Hinblick auf das *Differenzielle Lernen* (vgl. Schöllhorn, 2005) wird bei der eigenständigen Erarbeitung von Schülerinnen- und Schülerlösungen eine Variation der Bewegungsausübung in Kauf genommen bzw. explizit zugelassen. Diese Variation fördert Aneignungs- und Festigungsprozesse und ist eine Voraussetzung für adaptive, lernfähige Systeme.

Da der unmittelbare Körperkontakt, das Sich-Anfassen und Sich-Spüren im Vordergrund steht, wichtige Erfahrungen des Miteinander im Gegeneinander ermöglicht und eine besondere Vertrautheit schafft, dürfen die Kampfparter im gesamten UV eigenständig ausgewählt werden (vgl. Rahmenvorgaben für den Sport, 2014). Dieses Vorgehen fördert neben der Motivation auch das schrittweise Herantasten des Körperkontakts, mit dem die Schülerinnen und Schüler ohnehin Schwierigkeiten haben. Würde die LAA die Gegner der Zweikämpfe festlegen, so ist vermutlich damit zu rechnen, dass die Schülerinnen und Schüler Hemmungen in Bezug auf den Körperkontakt zeigen.

In dem gesamten UV steht übergeordnet der Fairnessgedanke und das konfliktfreie Kämpfen gegeneinander, welches durch das gemeinsam erarbeitete Regelplakat zu Beginn des Vorhabens deutlich wird. Dieses Plakat wird in jeder Unterrichtsstunde gut sichtbar an die Wand gehängt. Des Weiteren sorgt die Einführung eines Schiedsrichters für faire und konfliktfreie Kämpfe. Die Schülerinnen und Schüler lernen durch die *reflection on action* Regeln und Rituale zu verinnerlichen, Zweikampfsituationen einzuschätzen und Verantwortung für die Einhaltung der Regeln zu übernehmen (vgl. Serwe-Pandrick, 2013). Dadurch, dass jeweils zwei Schiedsrichter in jedem Zweikampf eingesetzt werden, kann die



Einhaltung der Regeln konsequent überprüft werden. Die Schülerinnen und Schüler schulen die Urteilskompetenz, indem sie mit Hilfe von grünen und roten Karten den Schülerinnen und Schüler im Zweikampf anzeigen, ob sie sich während des Kampfes noch im Rahmen der Regeln befinden.

Aus dem Fairnessgedanken ergibt sich auch das Problem der heutigen Stunde, bei dem ein Kampf zwischen zwei unterschiedlich großen Schülern provoziert wird. Die Schülerinnen und Schüler erkennen die Ungleichheit und äußern, dass der Kampf unfair abläuft, da der kleinere Schüler unter den gegebenen Bedingungen nicht gewinnen kann. Ausgehend davon werden sie dazu aufgefordert zu reflektieren, wie die Fairness wiederhergestellt werden kann und Einsatzmöglichkeiten von Handicaps zu entwickeln. Diese Handicaps sollen im Verlauf der Stunde von allen Schülerinnen und Schülern angewendet und geübt werden, sodass der Fairnessgedanke bei Zweikämpfen wiederhergestellt werden kann.

Am Ende des UVs werden die entwickelten Kompetenzen zum fairen und konfliktfreien Kampf mit dem Partner in Form einer Leistungskontrolle überprüft. Die Schülerinnen und Schüler dürfen dazu ihren Lieblingskampf unter Hinzunahme des Schiedsrichters präsentieren und je nach Partner auch Handicaps verwenden.

### **3 Unterrichtsstunde**

#### **3.1 Ziele**

##### **Kernanliegen**

Die Schülerinnen und Schüler kämpfen chancengleich bzw. fair gegeneinander, indem sie verschiedene Handicaps in Kleingruppen am *Mattensumo*-Kampf entwickeln, diese mit unterschiedlichen Gegnern erproben und anschließend reflektieren.

##### **Teillernziele**

Die Schülerinnen und Schüler können

- ... die Regeln und Rituale des Kampfes *Mattensumo* wiederholen.
- ... Handicaps anhand des ihnen zugeteilten Materials im Gruppen erarbeiten.
- ... ihr erarbeitetes Handicap der Klasse präsentieren und erklären.
- ... verschiedene Handicaps auf den Kampf *Mattensumo* anwenden.
- ... den Einsatz eines Handicaps vor dem Hintergrund der Fairness reflektieren.

## **3.2 Begründungszusammenhänge**

### **3.2.1 Lernausgangslage**

Bereits im Verlauf des UVs wurde die Erwärmung mittels kleiner Aufwärmspiele zum Kontaktaufbau durchgeführt, um die Schülerinnen und Schüler für die nachfolgenden Übungen zu sensibilisieren. Durch diese kleinen Spiele zeigten sie sich sehr motiviert, sodass in dieser Unterrichtsstunde ebenfalls daran festgehalten wird.

In den letzten Unterrichtsstunden zeigten die Schülerinnen und Schüler vor allem, dass sie sich auf den Ansatz des differenziellen Lehrens gut einlassen können. Sie entwickelten verschiedene Variationen von Angriffs- und/oder Verteidigungsstrategien und demonstrierten diese in geschlechterhomogenen Zweikämpfen vor der gesamten Klasse. Durch die Honorierung ihres sportlichen Tuns fühlten sie sich motiviert und in ihrem Lernen bestärkt. In den Reflexionsphasen wurde deutlich, dass die Schülerinnen und Schüler ihr Handeln gut beschreiben und der Klasse erklären können. Jedoch muss in diesen Phasen immer wieder auf die Einhaltung der Gesprächsregeln hingewiesen werden, um das Lernen für alle Schülerinnen und Schüler zu ermöglichen. Die Gruppenzusammensetzung durften die Schülerinnen und Schüler eigenständig entscheiden, um die Motivation für die Zweikämpfe zu erhöhen. In diesen Vierergruppen ist das Prinzip bekannt, dass zwei Schülerinnen und Schüler gegeneinander kämpfen, während die anderen zwei Gruppenmitglieder sich außerhalb der Matteninsel befinden und die Schiedsrichterfunktion übernehmen. Dabei achten sie auf die Einhaltung der Regeln und unterstützen ihre Kommentare visuell durch rote und grüne Karten. Werden die Regeln missachtet, haben die Schiedsrichter die Aufgabe den Kampf einzufrieren und die Kampfpartner auf die konkret missachtete Regel hinzuweisen.

In der heutigen Stunde wird ebenfalls in den bekannten Vierergruppen, in denen seit der dritten Stunde gearbeitet wird, festgehalten.

### **3.2.2 Didaktische Begründung des Schwerpunkts**

Die Entwicklung und der Einsatz eines Handicaps für stärkere Schülerinnen und Schüler in Zweikämpfen zur Wiederherstellung der Fairness und Chancengleichheit bildet inhaltlich den heutigen Schwerpunkt der Unterrichtseinheit (UE). Ausgangspunkt ist das Demonstrieren des bekannten Zweikampfes *Mattensumo* mit unterschiedlichen Gegnern, welches Gelegenheit zur *reflection on action* bietet und in den Schwerpunkt der Stunde einleitet (vgl. Serwe-Pandrick, 2013). Beim Mattensumo handelt es sich um einen Zweikampf am Boden, bei dem um Raum gekämpft wird. Zwei Schülerinnen und Schüler befinden sich auf einer Mattenfläche und versuchen sich gegenseitig von der Fläche zu drängen. Die Ausgangsposition ist das Knien gegenüber und erlaubte Techniken sind z.B. das Schieben, Ziehen, Drücken. Wichtig bei diesem Bodenkampf ist, dass er nicht im Stand ausgeführt werden darf (vgl. RGUVV,

2000). Dieser Zweikampf bietet sich als Unterrichtsgegenstand an, da die Schülerinnen und Schüler diesen Zweikampf aus den vergangenen Unterrichtsstunden kennen und somit exemplarisch zur Entwicklung von Handicaps eingesetzt werden kann.

Damit schwächere bzw. unterlegene Schülerinnen und Schüler gegen Stärkere bzw. Überlegenere antreten und gewinnen können, wird in dieser Stunde der Einsatz eines Handicaps fokussiert.

Fachlich gesehen stammen Handicaps aus der Sportart Golf und diese zeichnet sich dadurch aus, dass sich Anfänger und Fortgeschrittene miteinander messen müssen. Der Einsatz des Handicaps kann die Teilnahme gegeneinander auch bei ungleichem Spielpotential ermöglichen. Durch eine Einschränkung entsteht für den leistungsschwächeren Gegner ein Ausgleich gegenüber dem Stärkeren. Unterschiedliche Leistungsstärken werden dadurch weitestgehend nivelliert, um einer heterogenen Gruppe einen spannenden Wettkampf zu ermöglichen (vgl. Deutscher Golf Verband e.V., 2020).

Durch die Zuweisung eines Handicaps und damit verbundene Einschränkung des Kampfpartners werden technische, körperliche und motorische Vorteile gegenüber einem schwächeren Partner ausgeglichen. Auf diese Weise wird dem Prinzip Chancengleichheit Rechnung getragen (vgl. RGUVV, 2000). Das Handicap, welches der Stärkere wählt, erhöht neben der Chancengleichheit ebenfalls Spannung der beiden Kampfgegner. Darüber hinaus können Handicaps auch die Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und die Körpererfahrung erweitern, welches insbesondere bei dem Ausschalten der Sinne oder Körperteile deutlich wird (vgl. Gößling, 2008). Des Weiteren wirkt sich der Kampf gegen einen überlegeneren Partner positiv auf das Selbstbewusstsein aus und ermöglicht Erfolgserlebnisse.

Für die kooperative Entwicklung der Handicaps wird den Schülerinnen und Schüler lediglich das Material vorgegeben, sodass durch die eigenständige Entwicklung von Handicaps eine hohe Schülerbeteiligung gewährleistet ist. Neben einem Tennisball wird ein Tauchring, ein Seil, ein Parteiband, ein Gymnastikball, eine Schlafmaske und eine Hinweiskarte zur Veränderung der Körperpositionen zur Verfügung gestellt. Diese Materialien wurden ausgewählt, um technische, körperliche und motorische Vorteile auszugleichen. Die Bälle könnten in der Hand gehalten oder zwischen die Knie geklemmt werden und damit die angreifenden Körperteile beeinträchtigen. Der Tauchring könnte beispielsweise zur Erschwerung des Gleichgewichts auf den Kopf gelegt werden, mit dem Seil oder dem Parteiband könnten die Beine zusammengebunden oder ein Arm auf dem Rücken fixiert werden und mit der Schlafmaske kann der Sehsinn ausgeschaltet werden. Dies führt zu einer verbesserten Wahrnehmung durch Schärfung der anderen Sinne. Durch die Veränderung der Körperpositionen kann beispielsweise der stärkere Gegner in der Bankposition oder im Sitz rückwärts kämpfen, während der schwächere Gegner im Knien und damit in der besseren

Angriffsposition startet (vgl. Gößling, 2008). Im Sinne des differenziellen Lernens werden unterschiedliche Lösungen der Schülerinnen und Schüler zum Einsatz des Handicaps zugelassen und sind sogar wünschenswert (vgl. Schölnhorn, 2005). Die entwickelten Handicaps weisen möglicherweise unterschiedliche Schwierigkeitsgrade auf und sollen daher in der anschließenden Übungsphase auf den Zweikampf *Mattensumo* angewendet werden. Die zusammengebundenen Beine sind beispielsweise ein schweres Handicap, „da die Beine in der Bodenlage zum Abdrücken, Schwungholen, Drehen, Abklammern etc. benötigt werden und dies nun erheblich eingeschränkt wird“ (Gößling, 2008, S. 143). Die Schülerinnen und Schüler haben jedoch die Möglichkeit die verschiedenen Handicaps zu erproben und die Funktionalität für ihren Zweikampf zu reflektieren. Wünschenswert wäre es, wenn die schwächeren Schülerinnen und Schüler durch den Einsatz der Handicaps Erfolgserlebnisse haben und sich ermutigt fühlen gegen stärkere Gegner anzutreten.

### **3.2.3 Begründung des methodischen Vorgehens**

Die Unterrichtsstruktur folgt im Schwerpunkt einem problemorientierten Ansatz mit Reflektierter Praxis. Im Einstieg wird den Schülerinnen und Schüler der Stundenverlauf transparent gemacht, indem darauf hingewiesen wird, dass in der heutigen UE der Schwerpunkt auf dem fairen Zweikampf liegt. Die Schülerinnen und Schüler sollen in einer selbstständigen Erarbeitung Handicaps entwickeln, um einen Zweikampf fair werden zu lassen.

Die Erwärmung wird wie in den Unterrichtsstunden zuvor durch ein Aufwärmspiel realisiert. Dadurch, dass schnell umgezogene Schülerinnen und Schüler bereits vor dem Beginn der Unterrichtsstunde beim Aufbau der Matteninseln helfen, können diese unmittelbar für das Aufwärmspiel verwendet werden. Für das Aufwärmspiel „2 Füße – 3 Hände“ laufen die Schülerinnen und Schüler zunächst quer durch die Halle. Auf Pfiff der LAA bleiben die Schülerinnen und Schüler stehen und warten auf den Zuruf der Aufgabe. Zunächst wird ihnen die Gruppengröße mitgeteilt, danach erfolgt die vorgegebene Anzahl an Körperteilen, die den Boden berühren darf. Beispielsweise „5 Personen, 4 Hände, 6 Beine, 2 Knie“. Wichtig beim Nennen der Gruppengröße ist, dass auf die Gesamtgröße der Klasse geachtet wird, sodass sich jede/r Schüler/in einer Gruppe anschließen kann. Es ist davon auszugehen, dass sich in den meisten Fällen die gleichen Schülerinnen und Schüler einer Gruppe zuordnen und diese somit geschlechterhomogen sind. Aufwärmspiele erzeugen in dieser fünften Klasse eine hohe Motivation und sensibilisieren gleichzeitig für die nachfolgende Kontaktaufnahme.

Die Erarbeitung des Schwerpunkts der UE erfolgt durch die Demonstrierung des Zweikampfes *Mattensumo*. In dieser Erprobungsphase werden zwei Schülerinnen und Schüler von der LAA ausgewählt, die sich in ihrer Körperstatue hinsichtlich der Größe unterscheiden, um den

Stundenschwerpunkt zu provozieren. Im Sinne der reflektierten Praxis kann hier von einer Verstörung gesprochen werden (vgl. Serwe-Pandrick, 2013).

Um für alle Schülerinnen und Schüler sicherzustellen, dass der Zweikampf *Mattensumo* bekannt ist, werden zuvor noch einmal relevante Regeln und Aspekte, die bei diesem Zweikampf zu beachten sind, von den Schülerinnen und Schülern wiederholt. Erwartbar sind unter anderem das Nennen des Begrüßungsritual, welches signalisiert, dass der Kampfgegner bereit ist und an einen respektvollen Umgang erinnert. Die Ausgangsposition ist das Knien gegenüber, aus welcher versucht werden muss, den Gegner vollständig von der Matte zu drängen. Erlaubte Strategien sind dabei z.B. das Schieben, Drücken, Ziehen, wobei beide Gegner sich auf der Matte befinden müssen und der Stand nicht erlaubt ist. Das Verabschiedungsritual beendet den Kampf.

Im Anschluss kämpfen diese zwei ausgewählten Schüler/innen zwei Mal gegeneinander, um die Problemstellung noch deutlicher werden zu lassen. Das erfahrene Problem wird unmittelbar danach mit den Schülerinnen und Schüler kommuniziert und *on action* reflektiert. Die Schülerinnen und Schüler werden dadurch angehalten, ihre Wahrnehmungen in Bezug auf den durchgeführten Zweikampf zu äußern. Diese Situation dürfte schnell zu dem *Problem* führen, dass die Schülerinnen und Schüler äußern, dass der Kampf auch bei wiederholtem Male nicht fair durchgeführt werden kann, da der/die „kleinere bzw. unterlegene“ Mitschüler/in keine Chance hat, gegen den/die „größeren bzw. überlegeneren“ Schüler/in zu gewinnen. Es ist davon auszugehen, dass angemerkt wird, dass die Gegner im Sinne der Gerechtigkeit bzw. Fairness in der Durchführung gewechselt werden sollten. In dieser Phase liegt der jedoch Fokus auf der Wiederherstellung der Fairness bzw. der Chancengleichheit trotz gleichbleibender Gegner, auf den die Reflexion seitens der LAA gelenkt wird. Die Schülerinnen und Schüler werden somit angehalten über mögliche Lösungsmöglichkeiten nachzudenken, ohne, dass die Gegner gewechselt werden müssen. Sie reflektieren, dass der Einsatz eines Handicaps für den stärkeren Gegner die Chancengleichheit wiederherstellen könnte und somit den Kampf fair ablaufen lassen kann. Um den Schülerinnen und Schüler für die Entwicklung eines Handicaps einen Rahmen zu geben, lenkt die LAA das Unterrichtsgespräch zu den allgemeinen Anforderungen, die an ein Handicap gestellt werden. Dabei sollte herausgestellt werden, dass durch die Einschränkung der Stärkere des Kampfes nicht unterlegen sein, sondern dass das Handicap die Chancengleichheit bzw. Fairness des Kampfes herstellen soll. Handicaps können das Gleichgewicht beeinflussen oder angreifende Körperteile beeinträchtigen und sollten während des gesamten Kampfes eingesetzt werden.

Für die Erarbeitungsphase finden die Schülerinnen und Schüler sich in den bekannten Vierergruppen aus den vergangenen Stunden zusammen. Bei 29 anwesenden Schülerinnen und Schüler bedeutet das, dass sechs Vierergruppen und eine Fünfergruppe gebildet werden.

Je nach Zahl der Anwesenden könnte die Anzahl der Gruppenmitglieder auch auf drei Schülerinnen und Schüler reduziert werden. Wichtig ist jedoch, dass die Schiedsrichterfunktion innerhalb der Gruppe bestehen bleibt. Jeder Vierergruppe bekommt ein anderes Material zur Verfügung gestellt, mit dem ein Handicap für den Kampf *Mattensumo* erarbeitet werden soll. Die LAA gibt die Materialien vor, damit die Erarbeitungsphase durch das Auswählen eines Handicaps nicht unnötig verlängert wird. Dabei ist es vor allem wichtig, dass die allgemeinen Anforderungen, die an ein Handicap gestellt werden, von jeder Gruppe berücksichtigt werden müssen. Diese Anforderungen sind in der Problematisierung gemeinsam besprochen worden und im Arbeitsauftrag wiederzufinden. Damit sichergestellt werden kann, dass die Schülerinnen und Schüler den Arbeitsauftrag verstanden haben, wird ein/e Schüler/in gebeten den Arbeitsauftrag in eigenen Worten zusammenzufassen bzw. „zu übersetzen“.

Die Gruppenmitglieder, die jeweils nicht im Zweikampf aktiv involviert sind, übernehmen die bekannte Funktion des Schiedsrichters. Um dem Arbeitsauftrag Verbindlichkeit zu geben, sollen alle Gruppen im Anschluss ihr entwickeltes Handicap vor der Klasse demonstrieren.

Im Anschluss präsentieren und erklären die einzelnen Gruppen auf der großen Matteninsel in der Mitte ihre erarbeiteten Handicaps anhand des Kampfes *Mattensumo* der gesamten Klasse. Im Sinne des differenziellen Lernens nach Schölhorn (2005) werden unterschiedliche Schülerlösungen zugelassen, sodass in der anschließenden Übungsphase die verschiedenen Handicaps am bekannten Kampf *Mattensumo* erprobt werden können. In dieser Phase wird von einem Stationsbetrieb aus Zeitgründen abgesehen. Stattdessen werden alle Materialien in mehrfacher Ausführung an einem Standort in der Halle zur Verfügung gestellt, sodass jede Gruppe die Möglichkeit hat die verschiedenen Handicaps auszuprobieren. Dabei ist den Schülerinnen und Schülern selbst überlassen, mit welchem Handicap innerhalb der Gruppe der Kampf durchgeführt wird. Ihnen wird lediglich die Aufgabe gegeben, dass verschiedene Handicaps erprobt und im Anschluss zurückgelegt werden sollen.

Um den Umgang untereinander zu fördern, wird in der anschließenden Anwendungsphase ein Wettkampf durchgeführt. Dieser soll den Schülerinnen und Schülern die Möglichkeit geben, unter Hinzunahme des Handicaps auch gegen Mitschüler/innen aus anderen Gruppen anzutreten. Hier wäre es wünschenswert, wenn die Gruppen sich durchmischen und die Schülerinnen und Schüler sich trauen würden, mit stärkeren Mitschülerinnen und Mitschülern zu kämpfen. Dazu wird jede/r Schüler/in aufgefordert insgesamt drei Kämpfe gegen unterschiedliche Gegner durchzuführen. Je nach Gegner darf ein gemeinsam ausgesuchtes Handicap eingesetzt werden. Pro Sieg erhält der Gewinner drei Punkte.

In der Abschlussreflexion werden die verschiedenen Handicaps gemeinsam beurteilt und die Schülerinnen und Schüler reflektieren ihre Erfahrungen.

### 3.3 Verlaufsplan

<b>Lehrschritte / Lehrformen Intention und Aktivität der Lehrkraft</b>	<b>Inhaltsaspekte (z. B. Gegenstände, Fachbegriffe, Fragestellungen, Aufgaben ...)</b>	<b>Lernschritte / Lernformen Intendiertes Schülerverhalten</b>	<b>Organisation</b>
<b>Einstieg</b>			
Koordination des Hallenaufbaus Begrüßung und Vorstellen der Gäste Transparenz über den Stundenverlauf geben	Es werden eine größere Mattenfläche in der Mitte und 7 kleinere Matteninseln aufgebaut  Die SuS werden über das Vorgehen der Stunde informiert	Schnell umgezogene SuS, die bereits in der Halle sind, helfen beim Aufbau. Danach finden sie sich um die große Matte in der Mitte ein	Sitzkreis in der Mitte um die Matteninsel
<b>Erwärmung</b>			
Organisation der Erwärmung	Die Erwärmung bereitet die SuS auf die nachfolgende Belastung vor, regt das HKS an und soll die Motivation fördern	SuS erwärmen sich mit dem Spiel „3 Füße – 2 Hände“ unter Hinzunahme der sieben Matteninseln auf	in der Großgruppe
<b>Erprobung</b>			
Die LAA organisiert den Zweikampf und wählt zwei SuS aus	Wiederholung der wichtigen Regeln, die bei dem Kampf <i>Mattensumo</i> zu beachten sind  Zweikampf zwischen zwei SuS mit unterschiedlicher Größe (2x)	Die SuS wiederholen die wichtigsten Regeln, auf die die zwei SuS vor dem Kampf achten müssen  Zwei SuS mit unterschiedlicher Größe kämpfen im <i>Mattensumo</i> gegeneinander	2 SuS in der Mitte  Die restliche Klasse positioniert sich um die Matten
<b>Problematisierung</b>			
LAA moderiert die Diskussion/Reflexion	<b>Reflection on action:</b> SuS werden dazu aufgefordert, ihre ersten Gedanken/Wahrnehmungen zu dem Zweikampf zu äußern.  SuS sollen darüber nachdenken, wie man diesen Zweikampf gestalten kann, sodass der Fairness	Die SuS reflektieren, dass Fairness bei diesem Kampf nicht eingehalten werden kann, da die SuS unterschiedlich groß sind und damit nicht die gleichen Chancen haben.  SuS erkennen, dass bei dem Zweikampf mit unterschiedlichen Partnern ein Handicap	Sitzkreis um die große Matteninsel

	<p>Gedanke wiederhergestellt wird. Die Gegner sollen dabei nicht gewechselt werden.</p> <p>Wie kann man den Kampf gestalten, sodass er fair abläuft und die Chancengleichheit wiederhergestellt ist?</p> <p>Was muss beachtet werden, wenn wir ein Handicap einsetzen? Welche allgemeinen Anforderungen müssen an ein Handicap gestellt werden?</p>	<p>eingesetzt werden kann, um die Ungleichheit anzupassen bzw. Chancengleichheit herstellt werden kann.</p> <p>SuS nennen die Anforderungen an ein Handicap</p>	
<b>Erarbeitung</b>			
<p>LAA organisiert die Erarbeitungsphase, verteilt die Handicaps an die SuS</p> <p>LAA beobachtet und gibt wenn nötig Unterstützung</p>	<p>SuS sollen in ihren bekannten Vierergruppen ein Handicap mit dem vorgegeben Material entwickeln und den <i>Mattensumo-Kampf</i> damit erproben.</p> <p><u>Aufgabenstellung:</u></p> <p><b>Entwickelt</b> mit dem euch zugeteilten Material ein Handicap für den Kampf Mattensumo (2 Kämpfer – 2 Schiedsrichter)</p> <p>Berücksichtigt, dass das Handicap...</p> <p>...beim Stärkeren im Zweikampf nicht zur Unterlegenheit führt</p> <p>... Chancengleichheit herstellen sollte</p> <p>... den stärkeren Schüler aus dem Gleichgewicht bringen kann oder die angreifenden Körperteile eingeschränkt werden können</p> <p>... den gesamten Kampf über eingesetzt werden sollte</p> <p>Präsentiert im Anschluss euer Handicap!</p>	<p>SuS hören aufmerksam zu, wiederholen den Arbeitsauftrag und verständigen sich in der Gruppe über die Einsatzmöglichkeiten des Handicaps. Im Anschluss erproben sie ihr Handicap.</p> <p>SuS, die als Schiedsrichter fungieren, überprüfen die Einhaltung der Regeln während des Kampfes.</p> <p>SuS organisieren den Wechsel der Schiedsrichter und Kämpfer eigenständig.</p>	<p>Kleingruppen auf den Mattenflächen</p> <p>Tennisball</p> <p>Tauchring</p> <p>Seil</p> <p>Parteiband</p> <p>Gymnastikball</p> <p>Schlafmaske versch.</p> <p>Körperpositionen</p>



<b>Zwischenreflexion</b>			
LAA moderiert die Ergebnisvorstellung	Die SuS stellen ihre erarbeiteten Ergebnisse der Klasse vor.	SuS erklären den Einsatz ihrer Handicaps und demonstrieren dies in einem Zweikampf.	Sitzkreis um die Matteninsel in der Mitte
<b>Übung</b>			
LAA organisiert Übungsphase	SuS sollen mithilfe der erarbeiteten und demonstrierten Ergebnisse den Zweikampf mit unterschiedlichen Handicaps üben. Dabei sollen sie innerhalb der Vierergruppe mit jedem Mitschüler einmal gekämpft haben.  2 SuS kämpfen und 2 SuS fungieren als Schiedsrichter	SuS verständigen sich und organisieren ihre Zweikämpfe innerhalb der Gruppe selbstständig und führen Handicap-Kämpfe mit verschiedenen Materialien aus.	Kleingruppen auf den Matteninseln  Materialien in mehrfacher Ausführung
<b>Anwendung</b>			
LAA organisiert Wettkampf	Wettkampf „3 Kämpfe“ – Jeder SuS führt drei Kämpfe mit Gegnern durch, gegen die er noch nicht gekämpft hat (unter Hinzunahme eines Handicaps) Pro Sieg, 3 Punkte	Die SuS führen selbstorganisiert den Kampf Mattensumo mit Handicap und untersch. Gegnern durch	Kleingruppen auf Matteninseln
<b>Abschlussreflexion</b>			
LAA fordert SuS zur Rückmeldung/Reflexion auf	Beurteilung des Einsatzes des Handicaps. Z.B: Konnte mit dem Einsatz des gewählten Handicaps der Kampf gewonnen werden? Wenn ja/nein, warum? Ist Chancengleichheit entstanden?	SuS reflektieren, dass/ob die Chancenungleichheit durch das Handicap bei unterschiedlichen Partnern angepasst werden konnte.	Sitzkreis um die Matte in der Mitte

## 4 Literatur

- Beudels, W. (2008). Handgreifliche Entwicklungsförderung. Ringen und Kämpfen im Sportunterricht. Sportunterricht, 57 (5), S. 132- 137.
- Bietz, J., Grotehans, D. & Hindemith, I. (2013). Genetisches Lehren im Sportunterricht am Beispiels Kämpfen. Sportunterricht, 62 (12), S. 365-371.
- Deutscher Golf Verband e.V. (2020). Handicap – was ist das eigentlich? Wiesbaden.  
[https://serviceportal.dgv-intranet.de/regularien/vorgabensystem/i536\\_1.cfm](https://serviceportal.dgv-intranet.de/regularien/vorgabensystem/i536_1.cfm)
- Gößling, V. (2008). Handicap-Kämpfe – leicht umsetzbar und vielfältig einsetzbar. Sportunterricht, 57 (5), S. 141-143.
- Klingen, P. (2004). Sinnggebung und Bewegungsvorstellung - zwei zentrale Ausgangspunkte des Fertiglernens. Sportunterricht, 53 (6)
- Ministerium für Schule und Weiterbildung des Landes Nordrhein-Westfalen (2019). Kernlehrplan für die Sekundarstufe I – Gymnasium/Gesamtschule in Nordrhein-Westfalen. Düsseldorf.  
[https://www.schulentwicklung.nrw.de/lehrplaene/lehrplan/210/g9\\_sp\\_klp\\_3426\\_2019\\_06\\_23.pdf](https://www.schulentwicklung.nrw.de/lehrplaene/lehrplan/210/g9_sp_klp_3426_2019_06_23.pdf)
- Ministerium für Schule und Weiterbildung des Landes Nordrhein-Westfalen (2014). Rahmenvorgaben für den Schulsport.  
[https://www.schulsport-nrw.de/fileadmin/user\\_upload/schulsportpraxis\\_und\\_fortbildung/pdf/rahmenvorgaben.pdf](https://www.schulsport-nrw.de/fileadmin/user_upload/schulsportpraxis_und_fortbildung/pdf/rahmenvorgaben.pdf)
- Rheinischer Gemeindeunfallversicherungsverband (RGUVV). (2000). Bausteine und Materialien für die Lehrerfortbildung – Kämpfen im Sportunterricht. Düsseldorf.  
[https://www.dguglug.de/fileadmin/user\\_upload\\_dguglug/Unterrichtseinheiten/Primarstufe/Ringen\\_und\\_kaempfen\\_koennen/ABS\\_2016\\_08\\_Didaktisch\\_methodischer\\_Kommentar.pdf](https://www.dguglug.de/fileadmin/user_upload_dguglug/Unterrichtseinheiten/Primarstufe/Ringen_und_kaempfen_koennen/ABS_2016_08_Didaktisch_methodischer_Kommentar.pdf)
- Schöllhorn, W. (2005). Differenzielles Lehren und Lernen von Bewegung – Durch veränderte Annahmen zu neuen Konsequenzen. In: H. Gabler, U. Göhner & F. Schiebl (Hrsg.), Zur Vernetzung von Forschung und Lehre in Biomechanik, Sportmotorik und Trainingswissenschaft. 6. gemeinsames Symposium der dvs-Sektion Biomechanik, Sportmotorik und Trainingswissenschaft vom 12.-14. Februar 2004 in Tübingen.
- Serwe-Pandrick, E. (2013). Learning by doing and thinking? Zum Unterrichtsprinzip der „reflektierten Praxis“. Sportunterricht, 62 (4), S. 100-106.

## 5 Anhang

### Regelplakat

**Unsere Regeln für Zweikämpfe**

1. Wir beachten die STOPP-Regel! 
2. Wir verletzen uns nicht!  
3. Erlaubt ist z.B. Schieben, Drücken, Ziehen und Hochheben!
4. Wir achten auf einen respektvollen Umgang! 
5. Wir beginnen und beenden den Kampf mit einem Ritual! 
6. Wir kämpfen nur auf den Matten!
7. Wir kämpfen ohne Schuhe und Brille!
8. Wir legen den Schmuck ab und binden die Haaren zusammen 

### Arbeitsauftrag

**Entwickelt mit dem euch zugeteilten Material ein Handicap für den Kampf Mattensumo (2 Kämpfer – 2 Schiedsrichter)**

**Berücksichtigt, dass das Handicap...**

- ...beim Stärkeren im Zweikampf nicht zur Unterlegenheit führt
- ...Chancengleichheit herstellen sollte
- ... den stärkeren Schüler aus dem Gleichgewicht bringen kann oder die angreifenden Körperteile eingeschränkt werden können
- ... den gesamten Kampf über eingesetzt werden sollte

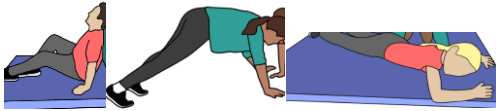
**Präsentiert im Anschluss euer Handicap!**

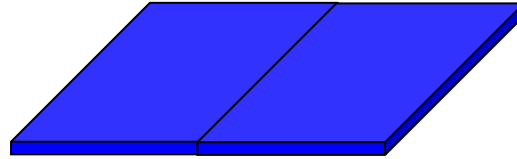
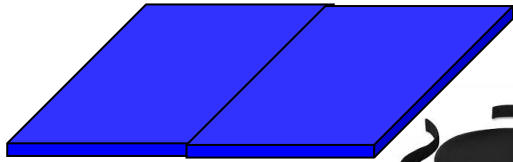
Material:

- Tauchring
- Seil
- Tennisball
- Schlafmaske
- Gymnastikball
- Parteiband
- Karte zu unterschiedlichen Körperpositionen

### Karte zu Körperpositionen

Als Material nutzt eure Gruppe **unterschiedliche Körperpositionen**, die der schwächere Gegner während des Kampfes einnehmen muss. Z.B:





Karte zu Körperpositionen  
Als Material nutzt eine Gruppe unterschiedliche Körperpositionen, die der schwächere Spieler während des Spiels annehmen muss.

