



## Seminar für das Lehramt an Gymnasien und Gesamtschulen

### Schriftlicher Entwurf für den 5. Unterrichtsbesuch am

**Name:**  
**Fach:** Sport  
**Lerngruppe:** 10 (24 SuS, 6w/18m)  
**Zeit:** 10:05 – 11:35 Uhr  
**Ort:**  
**Ausbildungslehrerin:**  
**Fachseminarleiter:**

#### **Thema des Unterrichtsvorhabens**

Vertiefung des Verständnisses der Pädagogischen Perspektive „Etwas wagen und verantworten“ am Beispiel der Trendsportart „Le Parkour“ unter besonderer Berücksichtigung einer selbständigen Entwicklung von Gerätearrangements.

#### **Pädagogische Perspektiven und Inhaltsbereiche**

Leitende Pädagogische Perspektive:

Etwas wagen und verantworten (C)

Weitere Pädagogische Perspektive:

Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)

Leitender Inhaltsbereich:

Bewegen an Geräten (5)

Weiterer Inhaltsbereich:

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen (1)

#### **Thema der Stunde**

Erarbeitung und Anwendung von Kriterien zur Differenzierung in der Trendsportart Parkour durch Präsentation, Erprobung und Reflexion von in Schülergruppen eigenverantwortlich entwickelten Parkour-Stationen zur Entwicklung eines reflektierten Umgangs mit Leistungsheterogenität.

#### **Kernanliegen**

Die SuS sollen Kriterien zur Differenzierung erarbeiten und anwenden, indem sie eigenverantwortlich entwickelte Parkour-Stationen durchlaufen, reflektieren und die erarbeiteten Kriterien zur Optimierung auf eine ausgewählte Station exemplarisch übertragen, um Leistungsheterogenität beim Aufbau von Parkour-Stationen besser berücksichtigen zu können.

#### **Vernetzung der Unterrichtsstunde**

Die heutige Unterrichtseinheit stellt die achte und neunte Unterrichtsstunde des Unterrichtsvorhabens dar. Zu Beginn des Unterrichtsvorhabens wurden anhand ausgewählter Videosequenzen, Hintergrundinformationen und ausgewählte Bewegun-

gen zu „Le Parkour“ wiederholt, da die letzte Unterrichtreihe zu diesem Thema bereits drei Jahre zurückliegt. Die SuS sollten zu Beginn einen Basisaufbau explorativ bewältigen, um einen erneuten Bewegungseindruck im Hinblick auf das „Wagnis“ zu vermitteln und einen Überblick über den Leistungsstand der Lerngruppe zu erhalten. In der Auseinandersetzung mit den unterschiedlichen Hindernissen wurde der Lehrkraft als auch den SuS deutlich, dass die SuS mit einigen Bewegungsgrundformen Schwierigkeiten haben. Daher wurde gemeinsam mit den SuS das weitere Vorgehen des Unterrichtsvorhabens geplant. In den folgenden zwei Unterrichtseinheiten wurden die Bewegungsmerkmale eines energieabbauenden Abrollens nach unterschiedlich weiten und tiefen Sprüngen erarbeitet. In diesem Zusammenhang wurden auch die Prinzipien des gegenseitigen Helfens und Sicherns am Beispiel einer möglichen Hilfestellung beim Katzensprung thematisiert, demonstriert und durchgeführt. Das gegenseitige Helfen und Sichern war ebenfalls Bestandteil bei der Erarbeitung der wesentlichen Bewegungsmerkmale des Präzisionssprungs mit besonderer Berücksichtigung der Selbsteinschätzung. Im weiteren Verlauf haben die SuS erneut unterschiedliche Hindernisse in einem vorgegebenen Geräteparcour mit Hilfe individueller Bewegungslösungen überwunden. Als Vorbereitung für die heutige Unterrichtseinheit sollten die SuS in Kleingruppen eigene Gerätestationen mit mehreren Elementen nach folgenden Vorgaben entwickelt: die Stationen sollen für *jeden* eine überwindbare Herausforderung darstellen. Die Station soll für jeden Schüler eine überwindbare Herausforderung darstellen und die Sicherheit soll gewährleistet sein. In der heutigen Unterrichtsstunde werden die einzelnen Stationen präsentiert, von den anderen Kleingruppen mit Hilfe individueller Bewegungslösungen überwunden und dahingehend überprüft, inwieweit die entwickelten Stationen das vorgegebene Kriterium der Differenzierung (Herausforderung/Anpassbarkeit) erfüllen. Es sollen allgemeine Differenzierungsmöglichkeiten formuliert werden, die exemplarisch an einer bereits aufgebauten Station angewendet werden sollen. In der nächsten Unterrichtseinheit sollen ggf. auch die anderen Stationen im Hinblick auf Differenzierung anhand der formulierten Differenzierungsmöglichkeiten optimiert werden. Danach sollen die entwickelten Stationen von den SuS als zusammenhängender Geräteparcour in einem Lauf bewältigt werden. Die SuS sollen beurteilen, ob sich der Parcour für einen Lauf eignet und ihn gegebenenfalls verändern bzw. optimieren. Zum Abschluss soll der Geräteparcour unter Zeitdruck in einem „Run“ als Beispiel für den unterschiedlichen Umgang mit dem Parkourziel „Effektivität“ bewältigt werden.

### **Didaktisch-methodischer Begründungszusammenhang**

Der Sportkurs der Jahrgangsstufe 10 wird seit drei Wochen (sechs Unterrichtseinheiten) im Rahmen des Ausbildungsunterrichts von mir unterrichtet. Der Kurs besteht aus 6 Schülerinnen und 18 Schülern. Die SuS haben bereits in der Jahrgangsstufe 7 ein Unterrichtsvorhaben zu „Le Parkour“ durchgeführt, in der verschiedene „Parkour-Techniken“ bereits vermittelt wurden. Trotzdem war eine intensivere Wiederholung grundlegender Techniken wie das sichere Landen, Abrollen und der Präzisionssprung notwendig, um Verletzungen vorzubeugen und grundlegende Techniken aufzufrischen. Hinsichtlich der bisherigen unterrichtlichen Erfahrungen mit Parkour zeigten sich große Unterschiede im Bereich der Bewegungsrealisation und dem eingegangenen Wagnis. Die große Leistungsheterogenität der Gruppe war auch ein wesentlicher Grund für eine intensivere Auseinandersetzung mit dem Thema Differenzierung im Rahmen dieses Unterrichtsvorhabens.

Das Unterrichtsvorhaben legitimiert sich durch die Vorgaben in den Richtlinien und Lehrplänen des Landes NRW aus dem Inhaltsbereich 5 *Bewegen an Geräten* (vgl. RuL 1999, S. 14) sowie dem sportbereichsübergreifenden Inhaltsbereich 1 *Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen* (vgl. RuL 1999, S. 18f).

Durch die starke mediale Präsenz von Parkour, gerade in den von Schülerinnen und Schülern häufig besuchten Videoportalen, besteht ein hohes Interesse seitens der Schülerschaft, diese Bewegungskunst im Unterricht zu behandeln. Häufig ist dieses Interesse gepaart mit Ängsten vor den zum Teil extremen Bewegungen und den daraus möglicherweise resultierenden Verletzungen. Die leitende Pädagogische Perspektive *„Etwas wagen und verantworten“* drückt die Gradwanderung zwischen Risiken und Bewegungserfahrungen in gewagten Situationen aus. *„Das Wagnis ist eine Grenzsituation, in der die Schwierigkeit der Aufgabe und die eigenen Fähigkeiten realistisch abzuschätzen und die Folgen für sich und andere verantwortlich zu kalkulieren sind.“* (ebd. XXXIII)

Die Angst vor Verletzungen ist bei den Schülern unterschiedlich ausgeprägt und führt dazu, dass die Gefährdungen durch eine Bewegungsaufgabe bzw. durch ein Hindernis subjektiv unterschiedlich hoch empfunden werden. Eine langsame Annäherung und Differenzierung ermöglicht jedem Schüler ein für ihn angemessenes Wagnis einzugehen. Dies hilft allen SuS das Risiko kalkulierbar zu machen, aber nicht das subjektiv empfundene Ungewisse und „Kribbeln“, die den Reiz einer wagen Situation ausmachen, zu minimieren. Letztlich bleibt aber die Einschätzung der eigenen Leistungsfähigkeit entscheidend, damit Risiken kalkulierbar bleiben und eine Selbstüberschätzung nicht zu Verletzungen führt. Aufgrund der großen Leistungsheterogenität der Gruppe ist eine intensivere Auseinander die Auseinandersetzung

„Lernprozesse sollen sich am Leitbild aktiven und selbstständigen Arbeitens orientieren.“ (ebd., XIX) Aus diesem Grund sollen die SuS selbständig Stationen auf der Grundlage vorgegebener Kriterien entwickeln und reflektieren. Außerdem stellt es für die SuS einen großen Reiz dar eigene Stationen zu entwickeln und zu erproben. Ich habe mich bewusst für eine offene Aufgabenstellung hinsichtlich der Gestaltung der Stationen entschieden, damit den SuS vollständige kreative Freiheit gewährt werden kann und möglichst vielfältige Gerätekombinationen entstehen.

Da die Differenzierung an den Stationen neben der Sicherheit das wesentliche Ziel darstellt, ist es sinnvoll eine Station möglichst von leistungsstärkeren und leistungsschwächeren SuS gemeinsam entwickeln zu lassen. Daher habe ich fünf heterogene Gruppen mit 4-6 SuS eingeteilt. Die Unterschiede im Leistungsvermögen der SuS bewirkt, dass vermutlich bessere Ergebnisse im Hinblick auf Differenzierung erzielt werden. Zudem lernen die SuS mit Unterschieden in der Leistungsfähigkeit oder mit individuellen Grenzen und Ängsten offen umzugehen. Das Ziel der Gruppe ist durch Differenzierung (z.B. unterschiedliche Höhen, unterschiedliche Abstände der Geräte, durch Einsatz von Gerätehilfen und mehr oder weniger Partnerhilfen) an den jeweiligen Stationen diese Unterschiede zu überwinden und jeden Schüler zu fordern als auch zu fördern. Die Heterogenität der Gruppen ist auch von Vorteil für die Bewertung der Stationen durch die Gruppen, weil hierbei das Feedback von leistungsstärkeren und leistungsschwächeren SuS gemeinsam gefällt werden muss und hierdurch die Differenzierungsmöglichkeiten ausgiebiger reflektiert werden.

Nachdem die SuS ihre bereits zuvor entwickelten Stationen aufgebaut haben, soll mir zunächst Bescheid gegeben werden, damit ich die einzelnen Stationen kurz auf

gravierende Sicherheitsmängel (z.B. nicht gesicherter Barrenholm) hin untersuchen kann. Die Präsentation der jeweils eigenen Station findet vor dem Plenum statt. Da gravierende Sicherheitsmängel bereits durch die Lehrkraft behoben wurden, werden kleinere Sicherheitsmängel nur dann thematisiert, wenn ein Schüler sie anspricht. Ganz im Sinne einer „richtig verstandenen Sicherheitserziehung“ der Rahmenvorgaben für den Schulsport geht es nicht darum, „(...) alle möglichen Gefahrenmomente auszuschalten. Schülerinnen und Schüler sollten vielmehr lernen, Risiken zu erkennen, einzuschätzen und in gefährlichen Situationen angemessen zu handeln.“ (ebd. XXXIII) Neben der mündlichen Präsentation sollen mögliche Bewältigungsstrategien (Differenzierung) kurz demonstriert werden, um den SuS unterschiedliche Möglichkeiten der Bewältigung exemplarisch vorzustellen. Obwohl zur Parkour-Definition das Finden von individuell-originellen Bewegungsausführungen gehört, ist es notwendig dass die einzelnen Gruppen ihre Grundüberlegungen zur Station kurz vorstellen, damit das Plenum auf Möglichkeiten der Differenzierung hingewiesen wird, die in der nächsten Phase angewendet werden können und bewertet werden sollen.

Die Durchführungsphase bietet den SuS Gelegenheit die Stationen zu durchlaufen und im Hinblick auf Differenzierungsmöglichkeiten zu überprüfen. Ich habe bewusst in dieser Phase auf das schriftliche fixieren von Differenzierungsmöglichkeiten verzichtet, da die Stationen in der Reflektionsphase visuell zur Verfügung stehen und den SuS die Eindrücke durch den gegenseitigen Austausch noch ausreichend präsent sein werden.

In der Reflexionsphase werden exemplarisch zwei bis drei Stationen besprochen. Es wird eine Station besprochen, die über viele Differenzierungsmöglichkeiten verfügt, um daraus möglichst viele allgemeine Differenzierungsmöglichkeiten abzuleiten. Falls noch einzelne fehlen, dann werden diese mit Hilfe einer weiteren Station benannt, an der die noch fehlenden Möglichkeiten der Differenzierung deutlich werden. Die genannten Kriterien *unterschiedliche Höhen der Geräte, unterschiedliche Abstände der Geräte, unterschiedliche Breiten der Geräteoberflächen, Einsatz von Gerätehilfen, mehr oder weniger Partnerhilfen* werden mit Hilfe bereits vorbereiteter Plakatstreifen an einer Flipchart fixiert, um sie für alle SuS zu visualisieren. Falls von den SuS ein Kriterium nicht genannt wurde, dann werde ich es nennen. Wenn alle Kriterien fixiert wurden, dann wird aus zeitlichen Gründen exemplarisch nur eine weitere Station besprochen, die über wenige Differenzierungsmöglichkeiten verfügt. Diese Station soll mit Hilfe der genannten Möglichkeiten der Differenzierung umgebaut und durchlaufen werden.

Mögliche Invaliden werden in die Gruppenarbeit integriert. Das bedeutet sie werden (wenn möglich) beim Auf- und Abbau helfen und ihrer Lerngruppe beratend zur Seite stehen. Darüber hinaus werden sie die Kleingruppen zu den einzelnen Stationen begleiten und sich an der Bewertung beteiligen.

### **Literatur**

Ministerium für Schule und Weiterbildung des Landes Nordrhein-Westfalen (Hrsg.) (1999): Richtlinien und Lehrpläne, Sekundarstufe II, Gymnasium/Gesamtschule, Sport, NRW, Düsseldorf.

Schmidt, J., Scholl, S., Pach, A. (2010): Le Parkour und Freerunning. Basisbuch für Schule und Verein, Aachen.

Witfeld, J., Gerling, I. & Pach, A. (2010): Parkour und Freerunning, Aachen.

Phase	Unterrichtsgeschehen	Didaktisch-methodischer Kommentar/ Organisation
Einstieg	<ul style="list-style-type: none"> <li>- kurzes Vorstellen des Besuches</li> <li>- Grobe Skizzierung des Themas und des geplanten Verlaufs der Stunde</li> <li>- SuS, die in der letzten Stunde nicht anwesend werden einer entsprechenden Gruppe zugeordnet</li> </ul>	<p>Treffen im Sitzkreis  Studententransparenz  Ein Geräteraum ist zu Beginn geöffnet und wird nach Ablegen der Wertsachen verschlossen.</p>
Erwärmung	Selbständiges Erwärmen (z.B. Laufen) bei dem die Turnmatten als Sprung- und Abrollgelegenheit genutzt werden.	<p>Sportartspezifische Erwärmung  Aus zeitlichen Gründen wurden die Turnmatten bereits vor Beginn der Stunde in der Halle verteilt.</p>
Aufbau und Vorbereitung der Präsentation	<p>Aufbau der bereits eigenverantwortlich entwickelten Stationen, die herausfordernde aber gleichzeitig für alle zu bewältigende Stationen darstellen sollen und an denen die Sicherheit gewährleistet sein soll.  Nachdem die SuS die Station aufgebaut haben wird der Aufbau von der Lehrperson auf massive Sicherheitsmängel hin überprüft, bevor die SuS zur Vorbereitung auf die Präsentation sich an der Station bewegen.</p>	<p>Geräteräume werden aufgeschlossen</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Selbständiger Aufbau der Stationen durch die SuS fördert die Selbstorganisation.</li> <li>- Elimination gravierender Sicherheitsmängel.</li> </ul> <p>An jeder Station wird ein Plakat für die spätere Bewertung befestigt.  Jede Gruppe erhält verschieden farbige Klebepunkte</p>
Präsentation	<p>Nacheinander werden die Stationen vorgestellt.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- jede Gruppe stellt ihre Station sowohl verbal als auch durch Demonstration einer Bewegungslösung vor</li> <li>- SuS sollen auf Sicherheitsmängel hinweisen (z.B. Matten liegen übereinander), die durch die präsentierende Gruppe falls möglich behoben werden sollen.</li> </ul>	<p>Das Plenum platziert sich im Stehhalbkreis um die jeweilige Station, die präsentiert wird.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Individuelle Bewusstmachung von Bewegungsmöglichkeiten unterstützt durch Bewegungsanregungen durch die präsentierende Gruppe sowie Bewusstmachung von Gefahrenpotentialen.</li> <li>- Falls das Gefahrenpotential nur schwer behoben werden kann (bspw. kleiner Kasten wackelt auf Matte), soll das Risiko erkannt, eingeschätzt und dementsprechend bei der Überwindung berücksichtigt werden. (Sicherheitserziehung).</li> </ul>
Durchführung und Überprüfung	<p>Austesten bzw. Durchlaufen der anderen Stationen</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Beobachtungsschwerpunkt: geeignete Differenzierbarkeit</li> <li>- Nachdem eine Station durchlaufen wurde, sollen sich die SuS über die Differenzierbarkeit austauschen.</li> <li>- Möglichkeit zur eigenen Bewegungsgestaltung an den anderen Stationen im Rotationsverfahren</li> </ul>	<p>Bewusstmachung und Austausch über Grad der Differenzierbarkeit  Erweiterung der eigenen Bewegungserfahrung an neuen Stationen  Bewusste Körperwahrnehmung im Hinblick auf Wagnissituationen  Festigung der eigenen Parkour-Techniken  Gegenseitige Hilfe anbieten und annehmen</p>
Reflexion	SuS reflektieren exemplarisch zwei Stationen hinsichtlich	Treffen im Sitzkreis, Flipchart und Plakatstreifen

	<p>der Dimension Differenzierbarkeit          SuS formulieren allgemeine Differenzierungsmöglichkeiten, die auf z.T. vorbereiteten Plakatstreifen gesichert werden.</p>	<p>SuS sollen auf Grundlage der gemachten Erfahrungen an den Stationen allgemeine Möglichkeiten der Differenzierung formulieren.          ((z.B. unterschiedliche Höhen der Geräte, unterschiedliche Abstände der Geräte, unterschiedliche Größen der Geräteoberflächen, Einsatz von Gerätehilfen (Aufstiegshilfen), mehr oder weniger Partnerhilfen, Art der Bewegungslösung, (Zeitdruck))</p>
Anwendung	<p>SuS optimieren eine Station mit wenig Differenzierungsmöglichkeiten, indem sie die formulierten Kriterien zur Differenzierung für den Umbau nutzen.          Einige SuS durchlaufen die umgebaute Station.</p>	<p>Anwendung der zuvor formulierten Differenzierungsmöglichkeiten          Auswirkungen des Umbaus auf die Bewegungsgestaltung sollen verdeutlicht bzw. untersucht werden.</p>
Abschlussreflexion	<p>Fazit und Verabschiedung</p>	<p>Differenzierung ist sinnvoll und nötig, damit die parkour-stationen für alle sus motivierend, herausfordernd und durchführbar sind.</p>