



## Schriftlicher Entwurf für den dritten Unterrichtsbesuch im Fach Sport am

**Studienreferendar:**  
**Fach:** Sport  
**Lerngruppe:** Jgst. 10 (19 SuS, 10w/9m)  
**Zeit:** 11:55 – 12:40 Uhr  
**Ausbildungsschule:**  
**Raum/Sportstätte:**

**Anwesend:**  
**Fachseminarleiter:**  
**Kernseminarleiter:**  
**Ausbildungsbeauftragte:**  
**Referendar:**  
**Praktikantin:**

### Inhalt

1	Unterrichtsvorhaben .....	2
1.1	Entscheidungsteil .....	2
1.2	Begründungsteil .....	3
1.2.1	Schulische Rahmenbedingungen .....	3
1.2.2	Curriculare Legitimation und fachdidaktische Einordnung.....	4
1.2.3	Bedeutung der Stunde im UV .....	5
2	Unterrichteinheit.....	6
2.1	Entscheidungsteil .....	6
2.2	Begründungsteil .....	6
2.2.1	Lernvoraussetzungen .....	6
2.2.2	Zentrale Inhalte und didaktische Reduktion .....	7
2.2.3	Didaktisch-methodische Entscheidungen.....	8
3	Literatur .....	9
4	Anhang.....	9

# 1 Unterrichtsvorhaben

## 1.1 *Entscheidungsteil*

### Thema des Unterrichtsvorhabens

Wir kämpfen miteinander gegeneinander – Kämpfen als verantwortungsbewussten Sport begreifen und persönliche Grenzen überwinden

### Inhaltsfelder und Inhaltsbereiche

<u>Leitendes Inhaltsfeld:</u>	(c) Wagnis und Verantwortung (3) Handlungssteuerung (Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung und –minderung)
<u>Weitere Inhaltsfelder:</u>	(e) Kooperation und Konkurrenz (1) Mit- und Gegeneinander

Leitendes Bewegungsfeld: (9) Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport

### Kompetenzerwartungen

Die Schülerinnen und Schüler können

- mit Risiko und Wagnis beim Kämpfen situationsangepasst umgehen sowie regelgerecht und fair miteinander kämpfen.
- Kriterien geleitetes Partnerfeedback im Übungs- und Zweikampfprozess geben.
- Eigeninitiative und faires Verhalten beim Zweikämpfen beurteilen.<sup>1</sup>
- Bewegungen nachahmen und beschreiben

---

<sup>1</sup> Ministerium für Schule und Weiterbildung (Hrsg.): Kernlehrplan für das Gymnasium – Sekundarstufe I in Nordrhein-Westfalen. Sport. Ritterbach Verlag, Frechen 2009.

## Gliederung des Unterrichtsvorhabens

1.+2. Std.	Vertrauen schaffen und Körperkontakt wagen
3. Std.	Haijme und Matte - Kooperative Regelentwicklung im Zweikampf am Beispiel vom Bodenrandori
4. / 5. Std.	Fallen will gelernt sein - Erprobung und Anwendung verschiedener Techniken zum richtigen schmerzfreien Fallen
6. Std.	<b>Miteinander statt gegeneinander kämpfen – Die verantwortungsbewusste und kooperative Erschließung des „Judogriffes“ unter besonderer Berücksichtigung der Wagnissituation O-soto-otoshi (Wurf aus dem Stand)</b>
7. / 8. Std.	Vom Miteinander zum Gegeneinander – regelgeleitetes Kämpfen im Stand
9. Std	Evaluation

## 1.2 *Begründungsteil*

### 1.2.1 Schulische Rahmenbedingungen

Die Jahrgangsstufe 10 ist bis auf weiteres im Vergleich zu anderen Jahrgangstufen des Grashof Gymnasiums unauffällig. Selbiges gilt auch für den Grundkurs Sport, welchen ich zu Beginn des zweiten Halbjahrs im Team-Teaching mit der Studienreferendarin Lisa-Marie Kellner im selbstständigen Unterricht übernommen habe.

Die Schülerinnen und Schüler<sup>2</sup> kommen meist aus mittelständischen Familien, treiben aber nur zum Teil auch in ihrer Freizeit und im Verein Sport.

Der außersportliche Unterricht am Gymnasium ist für die SuS gerade im Bereich der Oberstufe oftmals ermüdend und anstrengend. Zum Teil haben die SuS bis zur 11. Stunde Unterricht, da sie in der Einführungsphase in die Oberstufe noch zu viele Stunden im Plan haben. Besondere Auswirkungen zeigen sich am Mittwoch in den ersten beiden Stunden. Die Schüler sind oft unmotiviert oder noch müde „vom langen Dienstag“. Dies konnte besonders gut evaluiert werden, da die SuS des Sportkurses nach einem „Konferenzdiensttag“ (Unterricht endet nach der 7. Stunde) am nächsten Tag ein differentes Verhalten zeigen, im Gegensatz zu den konferenzfreien Wochen.

Besondere Merkmale des GK10 ist die Kurszusammenstellung bzw. das Lehrer-Team, bestehend aus Frau Kellner und mir selbst. Zu Beginn des Halbjahres übernahmen wir den Kurs mit 35 SuS gemeinsam. Durch Verschiebungen innerhalb der Stundenpläne der SuS und Rückkehrern aus dem Ausland ist der Kurs inzwischen auf 38 SuS angewachsen. Der GK10 Sport wurde zunächst von Frau Kellner und mir gemeinschaftlich unterrichtet, mangels Möglichkeiten zu trennen bzw. auszuweichen auf andere Zeiten und Räume. Im zweiten Teil des Halbjahres konnten wir jedoch zum Teil die Aula mitbenutzen bzw. wetterbedingt die Außenanlagen nutzen. Dies war jedoch nicht die Regel. Durch diese Unregelmäßigkeiten und auch bedingt durch die Trennung des GKs und den damit verbunden Neid auf das parallel laufende Stundenthema bei der jeweils anderen Lehrerin, entstand Frustration und Demo-

---

<sup>2</sup> Im Folgenden abgekürzt mit SuS

tivation bei einigen der SuS, aber auch seitens der Lehramtsanwärterinnen. Der Kurs wurde in heterogene Gruppen geteilt, mit etwa der gleichen Geschlechterverteilung, sowie Leistungsheterogen.

An dieser Stelle soll noch auf einen Schüler gesondert hingewiesen werden. Florian ist seit ca. 5 Wochen an einem Infekt erkrankt. Bisher konnten die Ärzte die genaue Ursache nicht feststellen. Seine persönliche Situation im familiären Umfeld ist zurzeit sehr angespannt, durch die schwere Erkrankung seines Vaters und zwei weiterer Familienmitglieder. So konnte sein Infekt auch auf psychosomatische Ursachen zurückgeführt werden. Inzwischen ist Florian in Behandlung und befindet sich auf dem Weg der Besserung. Der Infekt hat ihn körperlich stark geschwächt, so dass er viele Pausen benötigt. Diese kann er sich selbstständig einteilen. Da zwischen dem Schüler und der Lehramtsanwärterin eine große Vertrauensbasis besteht, ist keine gesonderte Abmeldung notwendig.

Die individuellen Lernvoraussetzungen der SuS sind in diesem UV weitestgehend homogen. Nur bei einer Schülerin bestehen Vorerfahrungen im Bereich Judo. In vorangegangenen Unterrichtseinheiten zeigten einige SuS von sich aus ein hohes Maß an Reflexion zu den jeweiligen Unterrichtsprozessen. Bewegungsbeschreibungen und sportliche Prozesse zu reflektieren fällt dem Großteil der SuS jedoch sehr schwer und wird deshalb in diesem UV besonders gefördert.

## 1.2.2 Curriculare Legitimation und fachdidaktische Einordnung

Das UV ist nach den Richtlinien und Lehrplänen für das Fach Sport in der Sekundarstufe II legitimiert<sup>3</sup>.

Im Sinne des Doppelauftrags an den Schulsport wird mit diesem UV ein Beitrag geleistet zur Erschließung der Bewegungskultur und gleichermaßen Entwicklungsförderung durch Bewegung geleistet. Im hier ausgewählten Inhaltsbereich 9 *Ringern und Kämpfen* sollen die SuS im Hinblick auf die Pädagogische Perspektive C (etwas wagen und verantworten) Fairness und verantwortliches Handeln gegenüber anderen erproben unter dem Eindruck einer Zweikampfsportart. Der unmittelbare Körperkontakt, das Sich-Anfassen [...] ermöglichen wichtige Erfahrungen des Miteinander im Gegeneinander und können eine besondere Vertrautheit schaffen. Die Sorge um die körperliche Unversehrtheit der Partnerin oder des Partners müssen das Kräftemessen steuern.<sup>4</sup>

Nach den Grundsätzen pädagogischen Handelns im Schulsport werden im besonderen Maße die Mehrperspektivität, die Erfahrungsorientierung sowie Reflexion und Verständigung angesprochen.

Im Sinne einer Mehrperspektivität wird Zweikampfsport sowohl als Wagnis erschlossen, als auch als Fairnesserziehung und Bewusstmachung von Verantwortung für einen Gegner erschlossen, aber auch als kooperativen Vorgang und als Wettkampf. Zweikampfsport muss immer vom Schüler aus gedacht werden. Für einige SuS ist Kämpfen mit Körperkontakt ein Wagnis, für andere fängt das Wagnis erst im Wurf an. Jeder Schüler, jede Schülerin muss in ihrem/seinem individuellen Lernprozess stets begleitet und gefördert werden. Die notwendige Erfahrungsorientierung wird durch Methoden und Differenzierung hergestellt.

Immer wenn es um Körperkontakt geht ist Verständigung zwischen den SuS, aber auch zwischen SuS und Lehrer von großer Bedeutung. So werden gemeinsam Regeln entwickelt, Signale vereinbart und Inhalte erarbeitet und reflektiert.

---

<sup>3</sup> Ministerium für Schule und Weiterbildung des Landes Nordrhein-Westfalen (Hrsg.): Richtlinien und Lehrpläne für die Sekundarstufe II. Gymnasium/Gesamtschule, Fach Sport, Ritterbach Verlag, Frechen 1999.

<sup>4</sup> Vgl. ebd., S. XLII.

Alle drei Bereiche des Faches werden im Laufe des UVs angesprochen. Im ersten Bereich mit dem Schwerpunkt der Pädagogischen Perspektive C+F. „Sich der Herausforderung des Zweikampfes zu stellen, ist eine eigene Ausprägung des verantworteten Wagnisses. Entscheidende Bedeutung gewinnt dabei ein Umgehen miteinander, das der Rücksichtnahme auf die eigene Gesundheit und besonders die der Kampfpartnerin bzw. des Kampfpartners verpflichtet ist.“<sup>5</sup>

Der zweite Bereich, fachliche Kenntnisse, wird durch die Reflexion der SuS angesprochen. Sie lernen ihr eigenes sportliches Tun selbstverantwortlich zu bestimmen, aber auch in einen sozialen Kontext einzuordnen. Die Erarbeitung der Inhalte im laufenden UV erfordert ein hohes Maß an Selbstständigkeit. So müssen die SuS Bewegungen selbst erschließen und eigenverantwortlich umsetzen (III).

### **1.2.3 Bedeutung der Stunde im UV**

Das UV soll im besonderen Maße die Pädagogische Perspektive „Etwas wagen und verantworten“ ansprechen. Obwohl es fast ausschließlich kooperative Elemente gibt, liegt der Schwerpunkt auf der Verantwortung für den Gegenüber, sowie auch auf dem Wagnis sich werfen zu lassen, bzw. eine Zweikampfsituation wahrzunehmen ohne vor einem vermeintlich stärkeren Gegner zurückzuschrecken. Dies wird im Verlaufe des UVs stetig thematisiert, sowie herausfordernde Situationen geschaffen, in denen verantwortungsbewusst gehandelt werden soll.

Das UV steht bewusst nicht im Zusammenhang mit dem vorausgegangenen Unterrichtsthema. In der Jahrgangsstufe 10 werden sämtliche Pädagogischen Perspektiven angesprochen, damit die SuS eine Orientierung für die Profilwahl in der Qualifikationsphase haben. So müssen auch die Perspektiven deutlich abgrenzbar sein.

Das UV beginnt mit einer Einführung ins Thema über Vertrauens- und Körperkontaktübungen. Dies ist für den weiteren Verlauf unbedingte Voraussetzung. Auch in der Jahrgangsstufe 10 muss sensibel mit dem Thema Körperkontakt umgegangen werden. Auch in diesem Sportkurs gibt es SuS, die ihren Körper nicht vollwertig akzeptieren. So geht es in den ersten Stunden auch um eine Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper, aber auch gleichermaßen mit dem Körper eines Gegenübers/Gegners.

Im weiteren Verlauf werden durch verschiedene Formen des Bodenrandori<sup>6</sup> Regeln zum Umgang miteinander erarbeitet und in Wettkampfformen erprobt. Dabei soll u.a. auch erarbeitet werden, dass das richtige Fallen und abrollen entscheidend sein kann für einen Kampf miteinander, sowie gegeneinander. Das richtige Fallen ist Stundeninhalt der darauffolgenden Stunde und soll vorbereitend dienen für die erste Unterrichtseinheit mit einem Wurf aus dem Stand.

In der heutigen UE wird das verantwortungsbewusste Werfen aus dem Stand thematisiert, wobei die Erarbeitung in Slow Motion, den SuS ihre Verantwortung für den Gegner bewusst machen soll.

Im weiteren Verlauf des UVs sollen Griffe für verantwortliches Handeln erlernt und in einer Wettkampfsituation angewendet werden. Hierbei ist es besonders entscheidend, die Verantwortung auch für den Gegner zu tragen unter der Belastung eines Wettkampfes. So liegt der Schwerpunkt im Sinne der Pädagogischen Perspektive (C+F) auf dem verantwortungsbewussten Handeln durch die SuS.

---

<sup>5</sup> Vgl. ebd., S. 18.

<sup>6</sup> Übungskämpfe am Boden/aus dem Kniestand.

## 2 Unterrichtseinheit

### 2.1 *Entscheidungsteil*

#### Thema der Unterrichtseinheit

Miteinander statt gegeneinander kämpfen – Die verantwortungsbewusste und kooperative Erschließung des „Judogriffes“ unter besonderer Berücksichtigung der Wagnissituation O-soto-otoshi (Wurf aus dem Stand)

#### Kernanliegen

Die SuS erproben im Verlauf der Unterrichtseinheit einen verantwortungsbewussten Ausgangsgriff für den Wurf O-soto-Otoshi aus dem Bereich Judo. Sie erarbeiten Lösungsvorschläge und wenden diese im gemeinschaftlichen Zweikampf an und erfahren dadurch, dass ein (Kampf) Gegeneinander ein gutes Miteinander voraussetzt.

### 2.2 *Begründungsteil*

#### 2.2.1 Lernvoraussetzungen

In den ersten Einheiten des Unterrichtsvorhabens zeigten die SuS ein großes Interesse an dem Stundenthema. Vor allem die weiblichen Kursteilnehmer zeigten Begeisterung am Ringen und Kämpfen. Dies war insofern überraschend, da keine besondere Vorerfahrung hat bzw. am Sport allgemein eher wenig Interesse besteht. Wie bereits angesprochen ist die Gruppe sehr heterogen in ihrer sportlichen Leistungsfähigkeit. Dies hat zur Folge, dass einige SuS deutlich weniger Zeit für die Bearbeitung einer Aufgabe benötigen. Diese Schüler wurden bereits zuvor und werden u.U. auch in dieser Unterrichtseinheit als Experten in der Übungsphase bzw. Anwendungsphase eingesetzt. Es wird in dieser Unterrichtseinheit keine spezielle Binnendifferenzierung zu ermöglichen sein, da dies vom Schwerpunkt ablenken könnte. Es geht nicht um das Erlernen möglichst vieler Würfe, sondern um die Verantwortung für den Gegner.

Im Verlauf der Unterrichtseinheit konnte bereits bei einigen Schülern eine Lernprogression festgestellt werden, die sich im besonderen Maße über ihre eigenen Grenzen gewagt haben und andere, die sich den Grenzen eines Gegenübers bewusst waren und verantwortlich damit umgegangen sind.

Es kann erwartet werden, dass sich die SuS verändert zum normalen Unterricht verhalten. In der Jahrgangsstufe 10 unterrichten alle neun Referendare des Grashof Gymnasiums. Die Erfahrung zeigt, dass sich die 10er der besonderen Situation eines Unterrichtsbesuches bewusst sind und versuchen ihn positiv oder negativ zu beeinflussen, u.a. zum Beispiel durch verspätetes Erscheinen im Unterricht oder (in)aktive Beteiligung.

## 2.2.2 Zentrale Inhalte und didaktische Reduktion

Judo ist der zentrale Inhalt im Unterrichtsvorhaben Ringen und Kämpfen unter der Perspektive des Wagens und Verantwortens. Judo gilt als Verteidigungssportart mit Körperkontakt, was es besonders geeignet für die Schule macht. Durch die pädagogische Verantwortung seitens der Schule sollten keine Kampfsportarten, bei denen der Schwerpunkt auf dem Angriff liegt, unterrichtet werden.

Zentraler Inhalt der Unterrichtseinheit ist der erste „richtige Wurf“. Es handelt sich hierbei um den *O-soto-otoshi*, ein Beinfeger. Der Wurf gehört zum Grundlagenrepertoire eines jeden Judokas und muss demonstriert werden zum Erwerb des weiß-gelben Gürtels.

Für den heutigen Stundeninhalt ist der Wurf nur als beispielhaft zu verstehen. Schwerpunkt ist nicht das Erlernen einer richtigen Technik. Deshalb wurde ein einfacher Wurf mit wenigen Möglichkeiten zu fehlerhaften Verhalten gewählt. Der Wurf besteht aus einer Gewichtsverlagerung aus einer rückwärtigen Position in eine ruckartige Vorwärtsbewegung, um den Gegner aus dem Gleichgewicht zu bringen. Dabei wird der rechte Fuß des Angreifers (Uke) hinter die Beine des Gegners gestellt, um ihn dadurch zu Fall zu bringen. Zentraler Baustein für die heutige Stunde ist der Griff an Oberarm und Nacken, wodurch der Gegner zu Boden begleitet werden soll. Dieser Griff ist notwendig, um den Gegner schmerzfrei zu werfen, ihm ein richtiges Fallen mit abschlagen zu ermöglichen und auch um ihn zunächst aus dem Gleichgewicht zu bringen. Die Verlagerung des Gleichgewichts ist nicht entscheidend für die Akzentuierung der Stunde. Dies wird erst für die optionale Phase der Unterrichtseinheit von Bedeutung.

Der Griff an Nacken und Oberarm wird deshalb in der Form erwartet, da keine Judoanzüge vorhanden sind. Es wird darauf hingewiesen, dass dieser Griff selbstverständlich kein korrekter Judogriff ist. Es ist aber auf Grund der fehlenden Anzüge und für den Akzent der Stunde funktional.

Daraus ergibt sich für die heutige Unterrichtseinheit, dass die SuS erfahrungsorientiert einen funktionalen Griff erarbeiten sollen, welcher die Verantwortung für den Gegner gewährleistet. Hierzu werden die SuS in Gruppen anhand von Arbeitskarten den Wurf *O-soto-otoshi* erarbeitet. Auf den Arbeitskarten wird mit Hilfe einer Bildreihenfolge der Wurf erläutert mit der Aussparung des Oberkörpers der beiden Kämpfer. Diese Lücken sollen die SuS im Hinblick eines verantwortungsbewussten Umgangs miteinander erarbeiten. Dabei soll die Bildfolge in Slow Motion nachgeahmt werden, damit kein unkontrolliertes Fallen zu Stande kommt.

Um das Ziel der Stunde zu erreichen, wird im Anschluss an eine kurze Erwärmung das richtige Fallen wiederholt. Einige SuS fehlten in der vorausgegangenen Stunde. Gemeinsam mit Schülerexperten und durch besondere Förderung der betreffenden SuS durch die Lehramtsanwärtlerin sollen diese Defizite schnell aufgefangen werden. Die Fallübungen sollen bereits in Gruppen durchgeführt werden, die auch für die anschließende Erarbeitung bestehen bleiben. Ist das Fallen und Abschlagen in den Gruppen richtig ausgeführt, wird in den einzelnen Gruppen der Arbeitsauftrag erteilt, unter zu Hilfenahme oben beschriebener Arbeitskarte.

In einer Reflexionsphase werden die Lösungsmöglichkeiten besprochen. Es ist durchaus möglich, dass die SuS eine abweichende Lösung finden, welche ebenfalls funktional im Hinblick auf den Akzent ist. In diesem Fall wird mit dem Schülerergebnis weitergearbeitet und als Problematisierung die Lösungsmöglichkeit der Lehramtsanwärtlerin gegenübergestellt.

Der Judowurf soll bewusst in Slow Motion bearbeitet werden, da es in diesem Fall keinen Wettkampf geben soll. Das Miteinander steht über dem Gegeneinander! Optional kann auch in dieser Stunde noch eine Annäherung an einen Wettkampf entstehen durch die Thematik-

sierung der Bedeutung des Gleichgewichts beim Wurf bzw. des „aus dem Gleichgewicht-bringens“.

Für einige SuS ist das Geworfen werden aus dem Stand ein nicht zu unterschätzendes Wagnis. Deshalb sollen sich die SuS in ihrem eigenen Lerntempo der Sache annähern.

### 2.2.3 Didaktisch-methodische Entscheidungen

Die Phasenstruktur der UE sieht in den Grundzügen folgendermaßen aus:

Einstimmung	→	Motivationaler Einstieg (Krabbencatchen)
↓		
Wiederholung	→	Anknüpfung an die letzte Stunde
↓		
Erprobung	→	Selbstständige Erarbeitung von verantwortungsvollen Griffen im Judo am Beispiel des <i>O-soto-otoshi</i>
↓		
Reflexion	→	Bewusstmachung der Bedeutung des Griffes für den verantwortungsbewussten Wurfs
↓		
Erarbeitung	→	Erproben der verschiedenen Lösungsmöglichkeiten/Übung der Ideallösung
↓		
Reflexion	→	Bewertung der Lösungsmöglichkeiten im Unterrichtsgespräch
↓		
Anwendung	→	Anwendung / Übung der Ideallösung (Optional: Anwendung in wett-kampfähnlichen Situationen)
↓		
Abschluss	→	Abschluss

(Vgl. Anhang „Verlaufsübersicht“)

Die UE wird im Sitzkreis begonnen. Obwohl die SuS sich gerne gegen den „Kinderkreis“ sträuben hat sich dieser Beginn als funktional erwiesen, vor allem im Hinblick auf die Sport-hallensituation mit zwei Kursen in einer Halle. Zunächst soll durch das Erwärmungsspiel *Krabbencatchen* Motivation geschaffen werden. Auch wenn es ein Spiel aus dem Bereich *Ringen, Raufen, Kämpfen* ist hat es keine weiterführende Funktion für den Ablauf der Stunde.

Die anschließende Wiederholung vom Fallen und Abschlagen knüpft an die Stunde der letzten Woche an und ist unabdingbar auf Grund SuS, welche in der letzten Stunde gefehlt haben. Das richtige Fallen ist Voraussetzung für den fortlaufenden Stundeninhalt. Diese Wiederholung findet in Gruppen statt, welche die Lehrperson im Vorfeld festgelegt hat. Das ermöglicht Experten und Anfänger in jeder Gruppe.

In der Phase der Erprobung wird innerhalb der bestehenden Gruppen der *O-soto-otoshi* erarbeitet, wie bereits oben beschrieben. Die ausgelassenen Stellen sollen die SuS praktisch erarbeiten. In der anschließenden Reflexion werden die Lösungen vorgestellt.

Für die nächste Phase werden die Gruppen neu zu geordnet. Mittels des Gruppenpuzzles soll für alle Lösungsmöglichkeiten ein Experte in jeder neuer Gruppe vorhanden sein. Die Lösungen sollen erprobt und bewertet werden. Evtl. gibt die Lehramtsanwärterin die Ideallösung zusätzlich in die Gruppen.

In einer zweiten Reflexion sollen die SuS begründet Stellung zu den verschiedenen Lösungen nehmen. Anschließend sollen sie sich für eine Lösung entscheiden und diese einüben. Optional ist der Transfer auf eine Wettkampfsituation.

Im Laufe dieser Unterrichtseinheit werden Kompetenzen der SuS gefördert. Im Bereich der Handlungskompetenz können die SuS mit Risiko und Wagnis beim Kämpfen situationsangepasst umgehen sowie regelgerecht und fair miteinander kämpfen. Im Bereich der Methodenkompetenz können sie ein kriteriengeleitetes Partnerfeedback im Übungs- und Zweikampf-



prozess geben. Außerdem sollen sie in der Lage sein Eigeninitiative und faires Verhalten beim Zweikämpfen zu beurteilen, sowie Bewegungen nachzuahmen und zu beschreiben

### 3 Literatur

Ministerium für Schule, Weiterbildung und Forschung (Hrsg.): Richtlinien und Lehrpläne für die Sekundarstufe II – Gymnasium in Nordrhein- Westfalen. Sport. Ritterbach Verlag, Frechen 2001.

Ministerium für Schule und Weiterbildung (Hrsg.):Kernlehrplan für das Gymnasium – Sekundarstufe I in Nordrhein-Westfalen. Sport. Ritterbach Verlag, Frechen 2009.

Grashof Gymnasium Essen: Schulinternes Curriculum:

[http://www.grashof-gymnasium-](http://www.grashof-gymnasium-bredeney.de/cms/index.php?option=com_content&task=view&id=179&Itemid=121)

[bredeney.de/cms/index.php?option=com\\_content&task=view&id=179&Itemid=121](http://www.grashof-gymnasium-bredeney.de/cms/index.php?option=com_content&task=view&id=179&Itemid=121)

(Stand: 20.06.12, 17:00Uhr)

<http://www.sichere-schule-nrw.de/sport/kaempfen/kis/pdf/kis.pdf> (Stand 20.06.12,18.00 Uhr)

### 4 Anhang

**Arbeitskarte**

**Verlaufsübersicht**

<b>Lehrschritte / Lehrformen Intention und Aktivität der Lehrkraft</b>	<b>Inhaltsaspekte (z. B. Gegenstände, Fach- begriffe, Fragestellungen, , Aufgaben ...)</b>	<b>Lernschritte / Lernformen Intendiertes Schülerverhalten</b>	<b>Organisation</b>
<b>Einstieg</b>			
Schaffen von Transparenz; Aufforderung zur Wiederho- lung des Ablaufs; Vorstellen der Erwärmung	<i>Zielführende Besprechung</i> Begrüßung; Kurzer Ausblick auf den Verlauf der Sportstunde;	SuS hören zu, Wdh. Ggf. von Regeln und Stundeninhalten	Sitzkreis
<b>Erwärmung</b>			
L. beobachtet Verhalten und reagiert auf Regelverstöße	Krabbencatchen	Anregung des Herz-Kreislauf-Systems Motivation	Hallenhälfte
<b>Wiederholung</b>			
Beobachtung/Individuelle Förderung;	Seitliches Fallen mit Abschlagen aus dem Kniestand und aus dem Stand	SuS helfen sich gegenseitig durch Be- obachtung und Korrektur	Vier Gruppen, vier Matteninseln
<b>Erarbeitung</b>			
Moderation, Erläuterung der Aufgabe; Zieltransparenz herstellen	<i>Erarbeitung in Gruppen des Ausgangsgriffes bei einem Judowurf aus dem Stand (O-soto- Otoshi) im Slow Motion</i>	SuS arbeiten in Gruppen mit einer Bewe- gungsfolge	Vier Gruppen
<b>Reflexion</b>			
Moderation	Diskussion der Gruppenergebnisse	Vorstellen der Gruppenergebnisse durch Vormachen	Plenum, Sitzkreis um eine Matteninsel
<b>Erprobung</b>			
Beobachtung/Individuelle Förderung;	<i>Erprobung der verschiedenen Lösungen in neuen Expertengruppen</i>	SuS helfen sich gegenseitig die verschie- denen Lösungen erfahrungsorientiert zu erproben	Vier Gruppen
<b>Reflexion II</b>			
Moderation	<i>Begründete Diskussion einer Ideallösung und deren Merkmale</i>	SuS nehmen begründet Stellung	Sitzkreis
<b>Anwendung / Übung (Optionale Phase)</b>			
Beobachtung/Individuelle Förderung;	Annäherung an den tatsächlichen Wettkampf durch Steigerung des Tempos	SuS üben die Lösungen aus der Ab- schlussreflexion;	Vier Gruppen
<b>Abschluss</b>	Verabschiedung; Ausblick auf nächste UE;	SuS hören zu;	Sitzkreis in der Hallenmitte;