



Kurzgefasste schriftliche Planung für den zweiten Unterrichtsbesuch im Fach Sport

Name:
Lerngruppe: Klasse/Kurs 10 b (Anzahl 28 SuS, 14w/14m)
Zeit: 12:00 – 12:50
Schule:
Sportstätte:

Anwesend:
Für das ZfsL
Fachseminarleiter/in:
Kernseminarleiter/in: ----
Für die Schule
Ausbildungslehrer/in:
Ausbildungsbeauftragte/r:
Schulleiter/in: ---

Thema des Unterrichtsvorhabens

Erprobung fremder und Gestaltung eigener Aerobicchoreographien zur Weiterentwicklung der Gestaltungsfähigkeit

Thema der Stunde

Gestaltung und anschließende Präsentation einer kriteriengeleitete Aerobicchoreographie zur Förderung der Gestaltungskompetenz

Lernziel der Stunde

Die SuS erweitern ihre Gestaltungs- und Urteilskompetenz, indem sie eine Aerobicchoreographie kriteriengeleitet gestalten, präsentieren und anschließend über die Umsetzung der zugehörigen Merkmale reflektieren.

Inhaltsverzeichnis

1	Längerfristige Unterrichtszusammenhänge	3
1.1	Thema des Unterrichtsvorhabens	3
1.2	Darstellung des Unterrichtsvorhabens	3
2	Verlaufsplan	4
3	Anhang	6
3.1	Aufgabe/Auswertungsbogen	7

1 Längerfristige Unterrichtszusammenhänge

1.1 Thema des Unterrichtsvorhabens

Erprobung fremder und Gestaltung eigener Aerobicchoreographien zur Weiterentwicklung der Gestaltungsfähigkeit

1.2 Darstellung des Unterrichtsvorhabens

UE	Thema
1	Rhythm Is It – Vermittlung aerobic-spezifischer musikalischer und bewegungstechnischer Grundlagen anhand von einfachen Schritten zur Schulung der Rhythmusfähigkeit
2	Kooperative Erarbeitung und Erprobung verschiedener aerobic-spezifischer Grundschrirte anhand von Schrittkarten zur Weiterentwicklung des aerobic-spezifischen Bewegungsrepertoires
3	Kooperative Erarbeitung und Präsentation einer vorgegebenen Schrittfolge zur Verdeutlichung einer kriteriengeleiteten Aerobicchoreographie
4	Gestaltung und anschließende Präsentation einer kriteriengeleitete Aerobicchoreographie zur Förderung der Gestaltungskompetenz
5	Entwicklung passender Armbewegungen zu den bereits gestalteten Choreographieschritten als Steigerung der koordinativen Anforderung
6	Wir sind Aerobictrainer – Vermittlung und Erprobung der eigens gestalteten Gruppenchoreographien in Form eines aeroben Ausdauertrainings zur Verdeutlichung der konditionellen und koordinativen Belastung eines Aerobictrainings

2 Verlaufsplan

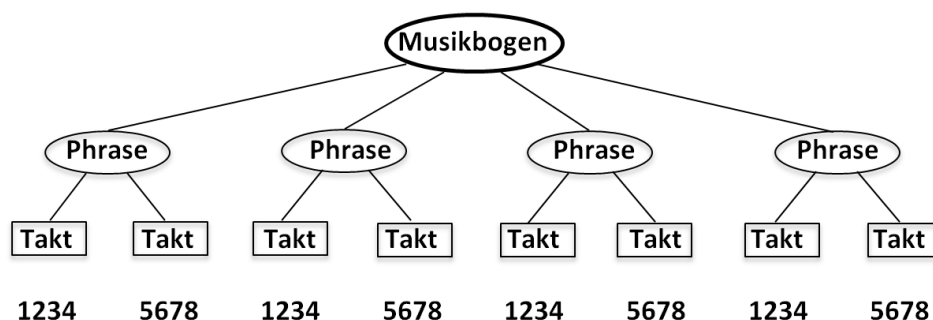
Phase	Unterrichtsgeschehen	Sozial-/Aktionsform	Medien/Material	Didaktisch-methodischer Kommentar
Begrüßung/ Erwärmung/ Motivation	Die Erwärmung erfolgt deduktiv. Hierzu stellen sich die SuS in Blockformation auf. Mit Hilfe von Cueings leitet die Lehrperson diese Phase an.	Plenum	Musik-anlage	Die deduktive Erwärmung (in Blockformation) zur Rhythmusschulung und Festigung verschiedener Aerobicsschritte wurde in dieser Klasse ritualisiert. Neu ist in dieser Phase der sukzessive Aufbau einer Choreographie aus bereits bekannten Schritten, die dem Umfang eines Musikbogens und den Kriterien der heutigen Aufgabenstellung (bis auf die Entwicklung neuer Schritte/Schrittvarianten) entspricht. Durch die methodische Herangehensweise der Add-on-Methode werden die SuS an die Gestaltung von Übergängen herangeführt, wiederholen bekannte Schritte und erlernen eine neue Choreographie.
Arbeitsphase	Die SuS gestalten in vier Gruppen kriteriengeleitet eine eigene Aerobicchoreographie. Die Kür soll aus vier verschiedenen aneinandergereihten Schritten bestehen. Jeder Schritt soll eine Phrase umfassen, sodass die Aneinanderreihung der Schritte der Länge eines Musikbogens entspricht. Die SuS können bekannte Schritte verwenden, Schritte verändern oder eigene Schritte entwickeln. Dabei soll möglichst ein neuer Schritt (bzw. eine Schrittvariante) und ein High-Impact-Schritt in der Choreographie enthalten sein.	GA	Musik-anlage	Die Einteilung der Gruppen erfolgte in der vorherigen Unterrichtsstunde durch die SuS selbst, wodurch sich leistungsheterogene Gruppen ergaben. Es wurden jedoch keine personellen Veränderungen innerhalb der Gruppen vom Lehrkörper vorgenommen, da gewährleistet werden sollte, dass die Gruppenmitglieder miteinander kooperieren können und sich innerhalb der Gruppe wohlfühlen.
Präsentation	Die einzelnen Gruppen präsentieren ihre Choreographien, indem sie ihren Musikbogen viermal durchlaufen. Die zuschauenden Gruppen analysieren die Choreographien mit Hilfe der Beobachtungsbögen.	GA	Musik-anlage Beobachtungsbögen	Da vorherige Woche einige Gruppen Schwierigkeiten hatten, die „eins“ zu finden, wird jeder Gruppe angeboten, dass die Lehrperson die ersten zwei Takte anzählt.
Reflexion	Die SuS heben einzelne Choreographien hervor, bei denen der Arbeitsauftrag gut umgesetzt wurde und können ihre Behauptung mit Hilfe der Beobachtungsbögen begründen.	Plenum	Beobachtungsbögen	Mit Hilfe der Beobachtungsbögen können die SuS kriteriengeleitet über die Choreographien reflektieren.

Gestaltet in eurer Gruppe eine eigene Aerobicchoreographie. Die Choreographie soll aus **vier verschiedenen Schritten** bestehen, wobei jeder Schritt acht Zählzeiten (eine Phrase) umfasst. Ihr könnt bekannte Schritte verwenden, verändern oder eigene Schritte entwickeln. In der Choreographie sollen ein **neuer Schritt (oder eine Schrittvariation)** und ein **gesprungener (High-Impact) Schritt** enthalten sein. Durch die Aneinanderreihung der vier Schritte ergibt sich eine Kurzchoreographie der Länge eines Musikbogens.



Übt eure Schrittfolge so ein, dass ihr während der Präsentation eure Choreographie **4-mal** flüssig durchlaufen könnt. Achtet bei der Ausführung der Schritte auf eine große Bewegungsweite.

Während der Präsentationen analysiert ihr mit Hilfe der Beobachtungsbögen die Choreographien sowie die Ausführung der einzelnen Schritte von den anderen Gruppen.



Bis jetzt haben wir folgende Schritte thematisiert: „4-Vor“; Step touch; Double Step; V-Step; Grapevine; Leg-Curl; Out-in; Jumpingjack; Twist Jump; Lunge

Beobachtungsbogen 1				
Gruppe 1 (G1)				
Gruppe 2 (G2)				
Gruppe 3 (G3)				
	Name des Schrittes (falls ihr ihn wisst)	Low-Impact (nicht gesprungen)	High-Impact (gesprungen)	Variation bzw. neuer Schritt
Schritt 1	G1			
	G2			
	G3			
Schritt 2	G1			
	G2			
	G3			
Schritt 3	G1			
	G2			
	G3			
Schritt 4	G1			
	G2			
	G3			

Bis jetzt thematisierte Schritte: „4-Vor“; Step touch; Double Step; V-Step; Grapevine; Leg-Curl; Out-In; Jumpingjack; Twist Jump; Lunge

Beobachtungsbogen 2					
Gruppe 1 (G1)					
Gruppe 2 (G2)					
Gruppe 3 (G3)					
		Trifft voll zu	Trifft weitgehend zu	Trifft eher selten zu	Trifft nicht zu
Die Choreographie erfüllt die vorgegebenen Kriterien	G1				
	G2				
	G3				
Die Gruppenmitglieder führen die Schritte synchron aus	G1				
	G2				
	G3				
Die Gruppenmitglieder führen die Schritte im Takt aus	G1				
	G2				
	G3				
Die Übergänge der Schritte sind fließend	G1				
	G2				
	G3				
Die Schritte werden mit einer großen Bewegungsweite ausgeführt	G1				
	G2				
	G3				