



## Schriftlicher Entwurf für den 5. Unterrichtsbesuch am

### 1 Datenvorspann

**Name:**  
**Fach:** Sport  
**Lerngruppe:** Q2 GK (26 w)  
**Zeit:** 10:40 - 11:40 Uhr  
**Schule:**  
**Sportstätte:**

**Fachseminarleiter/in:**  
**Hauptseminarleiter/in:**  
**Ausbildungslehrer/in:**  
**Schulleiter/In:**

---

#### **Thema der Stunde:**

*Balance, Hand, Auge, Fuß, Rhythmus-* Kooperative Erarbeitung und Durchführung von Life-Kinetik-Übungen für die koordinativen Bereiche Hand-Auge, Auge-Fuß, Rhythmisierung und Balance zur Bewusstmachung für funktionales Koordinationstraining

#### **Thema des Unterrichtsvorhabens:**

*Wenn das Gehirn joggen geht- eine Brücke schlagen zwischen Kopf und Körper.*  
Entwicklung von Programmen für sich und andere zur Förderung der koordinativen Fähigkeiten

## **Inhalt**

1	Datenvorspann.....	0
2	Längerfristige Unterrichtszusammenhänge.....	2
2.1	Thema des Unterrichtsvorhabens .....	2
2.2	Darstellung des Unterrichtsvorhabens.....	2
2.3	Begründungszusammenhänge .....	2
2.3.1	Schulische Rahmenbedingungen/Lerngruppenanalyse.....	2
2.3.2	Curriculare Legitimation .....	3
2.3.3	Fachdidaktische Einordnung .....	4
2.3.4	Aufbau des und Bedeutung der Stunde im UV .....	4
3	Unterrichtsstunde .....	5
3.1	Entscheidungen.....	5
3.2	Begründungszusammenhänge .....	5
3.2.1	Lernvoraussetzungen.....	5
3.2.2	Zentrale Inhalte (didaktische Akzentuierung) und didaktische Reduktion .....	6
3.2.2	Didaktisch-methodische Entscheidungen .....	7
3.2.3	Erwartete Schwierigkeiten und Handlungsalternativen .....	8
3.3	Verlaufsübersicht.....	9
4	Literatur .....	8
5	Anhang .....	10

## 2 Längerfristige Unterrichtszusammenhänge

### 2.1 Thema des Unterrichtsvorhabens

*Wenn das Gehirn joggen geht-* eine Brücke schlagen zwischen Kopf und Körper. Entwicklung von Programmen zur Förderung der koordinativen Fitness für sich und andere

### 2.2 Darstellung des Unterrichtsvorhabens

1. *Fangen, werfen, schießen-* Erprobung von Life-Kinetik Übungen zur Verdeutlichung der Vielfalt an Übungsmöglichkeiten
2. *Pfiff, Farbe, Tennisball-* Kooperative Erarbeitung von eigenen Bewegungsaufgaben mit dem Ziel Kriterien für Variationen von Bewegungsaufgaben festzustellen
3. **Balance, Hand, Auge, Fuß, Rhythmus- Kooperative Erarbeitung und Durchführung von Life-Kinetik-Übungen für die koordinativen Bereiche Hand-Auge, Auge-Fuß, Rhythmisierung und Balance zur Bewusstmachung für funktionales Koordinationstraining**
4. *Kette, Fluss, Wechsel-* Erprobung von Aufgabentypen zur Erweiterung der Kriterien für Life Kinetik Übungen
5. *Felix Neureuther und der BVB...* - Kooperative Erarbeitung von Life-Kinetik- Programmen mit Sportartenbezug zur Herstellung eines themenorientierten Transfers
6. *...und jetzt wir!-* und Durchführung der Life-Kinetik-Programme mit Sportartenbezug zur Bewusstmachung des Einflusses auf die sportliche Leistungsfähigkeit

### 2.3 Begründungszusammenhänge

#### 2.3.1 Schulische Rahmenbedingungen/Lerngruppenanalyse

Merkmale	Ausprägung	Konsequenzen für den Unterricht
<b>Statistische und allgemeine Angaben</b>	Die Lehramtsanwärterin hat den Kurs bereits zu Beginn des Referendariats unterrichtet und ist nun seit zwei Unterrichtseinheiten in der Lerngruppe.	Auf ein gemeinsames Regel- und Ritualrepertoire kann zurückgegriffen werden. Es besteht eine gewisse Vertrauensbasis und ein freundliches Verhältnis zwischen Lehramtsanwärterin und dem Kurs, welche in Bezug auf den aktuellen Unterrichtsgegenstand förderlich sein kann.
<b>Leistungsfähigkeit und Motivation</b>	Die meisten S zeigen eine durchschnittliche Sportlichkeit, einige S treiben auch in ihrer Freizeit Sport. Die S sind in der Regel im Schulsport sehr motiviert und begeisterungsfähig  Es kam vereinzelt vor, dass S ohne Sportschuhe im Sportunterricht erschienen sind.	Die sehr positive und lernmotivierte Atmosphäre wirkt sich förderlich auf den Unterricht aus. Die Motivation der S sollte durch kurze Wartezeiten und viel Bewegung, sowie durch Reflexionsanlässe in der Bewegung verstärkt werden, um diese für bewusstes und reflektiertes Bewegen zu nutzen.  Die inaktiven SuS werden lernzielförderlich in das unterrichtliche Geschehen eingebunden (kognitive Mitarbeit durch die Unterstützung Ihres Partners/ihrer Gruppe, Rückmeldungen an den Partner /die Gruppe, verbale Unterstützung).

<b>Vorkenntnisse/Vorerfahrungen</b>	Die S haben keine schulischen Erfahrungen im Bereich Life Kinetic, jedoch erste Erfahrungen darin, eine Gruppe anzuleiten oder etwas zu präsentieren.	Die S sind interessiert und probieren freudig Übungen der neuen Sportart aus. Die Vorkenntnisse im Präsentieren werden schrittweise im UV erweitert.
<b>Arbeits- und Sozialformen</b>	Rituale: Versammeln im Sitzkreis bei Unterrichtsgesprächen und zu Stundenbeginn.	Die Rituale sind z.T. verinnerlicht und werden z.T. von den S aus reflektierter Praxis eigenständig angewendet/genutzt, was sich positiv auf die effektive Lernzeit auswirken kann. Durch die kurze Unterrichtszeit durch die Lehrperson sind teilweise Erinnerungen nötig.
<b>Äußere Bedingungen</b>	Mit Ende der 4. Stunde beginnt der Pausensport. In der 5. Stunde steht nur ein Hallendrittel zur Verfügung.	SuS, die am Pausensport teilnehmen wollen, könnten in die Halle kommen, um sich Material zu holen, zudem steigt der Lärmpegel an. Es ist besonders auf geeignete Sozialformen während der Gesprächsrunden zu achten. Mit Beginn der Pause steht nur ein Hallendrittel zur Verfügung.

## 2.3.2 Curriculare Legitimation

### Sek II

#### Inhaltsfelder und inhaltliche Schwerpunkte<sup>1</sup>

<i>Leitendes Inhaltsfeld</i>	<i>inhaltliche Schwerpunkte</i>
f) <b>Gesundheit</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit</b></li> </ul>
<i>Weiteres Inhaltsfeld</i>	<i>inhaltliche Schwerpunkte</i>
a) <b>Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit</li> </ul>

#### Bewegungsfelder, Sportbereiche und inhaltliche Kerne<sup>2</sup>

<i>Leitendes/r Bewegungsfeld/Sportbereich</i>	<i>inhaltliche Kerne</i>
<b>1) Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Formen der Fitnessgymnastik</b></li> </ul>

#### Kompetenzerwartungen in der Qualifikationsphase<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Vgl. MSW NRW 2014, S. 31 ff. 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.

<sup>2</sup> Vgl. MSW NRW 2014, S. 36

<sup>3</sup> Vgl. MSW NRW 2014, S. 35f. Die hier aufgeführten Kompetenzerwartungen sind auf jene reduziert, die die Akzentuierung des Unterrichtsvorhabens bestimmen. Besonders wichtige Aspekte – insbesondere auch für die geeignete Stunde geltend – sind fett gedruckt. Ferner werden an dieser Stelle nur die ausgewählten Kompetenzer-

<i>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (1)</i>
<b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz</b>
<p><i>Die Schülerinnen und Schüler können</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden</b></li> </ul> </li> </ul>
<b>Sachkompetenz</b>
<p><i>Die Schülerinnen und Schüler können</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.</li> </ul>
<b>Methodenkompetenz</b>
<p><i>Die Schülerinnen und Schüler können</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen</b></li> </ul>
<b>Urteilskompetenz</b>
<p><i>Die Schülerinnen und Schüler können</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.</li> </ul>

### 2.3.3 Fachdidaktische Einordnung

Daher kann es im UV nicht das Ziel sein, die Übungen und Aufgaben perfekt auszuführen. Vielmehr ist der Weg das Ziel. Es gilt, sich immer wieder an Aufgaben zu versuchen und somit immer wieder neue Aufgaben zu kreieren, die die Schülerinnen fordern.

- fächerübergreifend: Gehirntraining
- Koordinationstraining für alle Sportarten nutzbar
- S sollen im UV mit schrittweise „göberer“ Aufgaben zur Erarbeitung von Fitnessprogrammen konfrontiert werden und abschließend einen Transfer auf ausgewählte Sportarten herstellen können → Gewährleistung eines nachhaltigen Lern- und Entwicklungsprozesses
- Life Kinetik bietet sportartübergreifende Trainingsansätze
- individuelle Förderung: Übungen können in eigenem Tempo unter Berücksichtigung der eigenen Fähigkeiten durchgeführt werden → Beitrag zur Selbsteinschätzung und Selbstbestimmung

### 2.3.4 Aufbau des und Bedeutung der Stunde im UV

Ausgehend von der Annahme, das Life Kinetik für die Schülerinnen ein neues Thema darstellt, wurden zunächst spielerisch eingebettete Zugänge zu den Übungsformen gewählt. Dies sollte zur Motivation und Neugierde auf das neue Thema beitragen. Hierbei galt zu Beginn auch, einen Alltagsbezug durch die Abwandlung von Alltagsbewegungen herzustellen. Dies

---

wartungen für die BWK des leitenden Bewegungsfelds/des leitenden Sportbereichs und der übrigen Kompetenzbereiche aus den leitenden Inhaltsfeldern dargestellt.

regte die Schülerinnen in Bezug auf ihre Wahrnehmungsfähigkeit von Bewegungen und vorhandene Kapazitäten für diese an. Innerhalb einer angenehmen Lernatmosphäre galt es, den Schülerinnen zu verdeutlichen, dass fehlerhafte Ausführungen der Übungen gewünscht sind. Dies trug zur „guten Stimmung“ und zur Freude an den Bewegungen bei. Dies wurde zudem durch die kooperative Zusammenarbeit der Schülerinnen unterstützt.

So wurde darauf aufbauend Freiraum für kreative Erarbeitung von eigenen Bewegungsaufgaben im Sinne von Life Kinetik gegeben, um den Schülerinnen Möglichkeiten zu geben, ihrem individuellen Bewegungsdrang gerecht zu werden. Anhand dieser Erarbeitung wurden Kriterien für Variationsmöglichkeiten von Life Kinetik Übungen erarbeitet und gesichert. Der Mix aus Freude an der Herausforderung und der Bewegung und der Forderung der eigenen Fähigkeiten soll sich in den weiteren Unterrichtseinheiten fortsetzen.

In der heutigen Unterrichtseinheit sollen unter Verwendung dieser Kriterien Bewegungsaufgaben modifiziert und weiterentwickelt werden. Eine neue Anforderung stellt in dieser Stunde die Vorgabe einer bestimmten Zielsetzung für die zu erarbeitenden Übungen dar. Dies hätte zu Beginn der Reihe überfordernd und demotivierend wirken können, da so kein direkter Lebensweltbezug hergestellt worden wäre und dem voraus unbedingt die Erarbeitung von Differenzierungsmöglichkeiten geschaltet sein muss.

Weiterführend gilt es dann die drei verschiedenen Aufgabenarten von Life Kinetik zu erproben und zu verinnerlichen. Als Abschluss der Reihe soll ein Transfer auf ausgewählte Sportarten und die Verbindung zu Leistungssportlern gegeben werden. Dies soll einen Sinnzusammenhang der Life Kinetik Übungen ausgehend von der Einzelperson übertragbar auf jede Sportart herstellen.

## **3 Unterrichtsstunde**

### **3.1 Entscheidungen**

#### **Thema der Stunde**

*Balance, Hand, Auge, Fuß, Rhythmus*- Kooperative Erarbeitung und Durchführung von Life-Kinetik-Übungen für die koordinativen Bereiche Hand-Auge, Auge-Fuß, Rhythmisierung und Balance zur Bewusstmachung für funktionales Koordinationstraining

#### **Kernanliegen**

Indem die Schülerinnen kooperativ Programme unter ausgewählten Zielrichtungen für sich und andere kooperativ erarbeiten, um diese anschließend in einem Gruppenpuzzle für andere durchzuführen, sollen sie in Kleingruppen verschiedene Übungen im Bereich Life-Kinetik erfahren und Kriterien geleitet bewerten. Sie erweitern somit ihre Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz.

### **3.2 Begründungszusammenhänge**

#### **3.2.1 Lernvoraussetzungen**

- für den Bereich Koordination bringen S unterschiedliche Fähigkeiten mit
- Kursklima sehr gut → kooperatives Arbeiten funktioniert meist einwandfrei

- in Gesprächsphasen beteiligen sich in der Breite viele Schülerinnen
- Erarbeiten von eigenen Übungen ist vertraut
- Durchführen und Anleiten von eigenen Übungen wurde von einzelnen S bereits exemplarisch gemacht
- Freude an Life Kinetik und daran, kreativ zu werden

### 3.2.2 Zentrale Inhalte (didaktische Akzentuierung) und didaktische Reduktion

Übungen aus dem Bereich Life Kinetik unter besonderer Berücksichtigung der koordinativen Bereiche/Fähigkeiten: Hand-Auge-Koordination, Auge-Fuß-Koordination, Balance und Rhythmisierung bilden gegenständlich den Schwerpunkt der heutigen Unterrichtseinheit<sup>4</sup>. Life Kinetik Übungen zeichnen sich durch die Verbindung von Bewegung und kognitiven Aufgaben zum Gehirntraining aus. So können Übungen z.B. aus gegensätzlichen Bewegungen zur Nutzung und Vernetzung der unterschiedlichen Gehirnhälften. Es gilt immer wieder neue Aufgaben zu finden, die versucht werden müssen. Allein das Versuchen regt im Gehirn neue Synapsenbildung an und kann somit zur Verbesserung der kognitiven und motorischen Leistungsfähigkeit führen. Im Hinblick auf die Förderung bewegungsfeldtypischer Kompetenzen steht ebenfalls nicht die perfekte Ausführung der Übungen im Vordergrund, sondern die selbstständige Entwicklung und Anwendung von Programmen zur individuellen Förderung von- in diesem Fall- Koordination. Die Schülerinnen sollen somit lernen, dass es nicht zielführend ist, Aufgaben anzuleiten, die keine (Heraus-)forderung darstellen. In dieser Einheit bilden die oben genannten Bereiche/Fähigkeiten einen inhaltlichen Kern für den Bereich der Erarbeitung von Programmen zur Förderung der Koordination. Sämtliche koordinative Fähigkeiten<sup>5</sup> bilden in ihrer Breite ein zu weitläufiges Spektrum, als dass es in einer Unterrichtseinheit bearbeitet werden kann. Zudem bieten sich die oben genannten Bereiche an, da sie für die Schüler erfahrbar und auf dieser Grundlage erkennbar sind. Desweiteren stellen sie an dieser Stelle im Unterrichtsvorhaben eine gute Gelegenheit dar, den zu erarbeitenden Übungen eine Zielsetzung zu verleihen. Somit müssen die Schülerinnen in dieser Unterrichtseinheit Bewegungsaufgaben erarbeiten, die ein vorgegebenes Kriterium erfüllen sollen. Dies stellt somit eine neue Anforderung und die Möglichkeit zur weiteren Progression im Unterrichtsvorhaben dar.

Aufgrund der Vorerfahrung ist zu erwarten, dass die Schülerinnen auf das vorgegebene Material (siehe Anhang: Hallenplaner) zurückgreifen, um Bewegungsaufgaben zu entwickeln. Die Nutzung von Tennisbällen als Wurfball und der gleichzeitige Einsatz eines Fußballes zum Passen sind beispielsweise eine legitime Modifikation des einfachen Passens im Sinne von Life Kinetik. Dies wäre also als eine Übung für den Bereich Auge-Fuß-Koordination einzuordnen. Für alle vier Stationen gilt, dass sowohl eine Partnerarbeit, als auch Übungen in Einzelarbeit möglich sind. An der Station „Balance“ wird voraussichtlich die Bank in jede Übungsform mit einbezogen, als Variante könnten die Schülerinnen nach Pezzibällen fragen und diese mit einbeziehen. Zudem ist zu erwarten, dass sie Bälle oder Tücher nutzen, um eine Armbewegung zu integrieren. Die Station Auge-Hand-Koordination könnte die Nutzung der Tennisschläger fordern. Weiterhin ist zu vermuten, dass die Schülerinnen Bälle nutzen, um sich diese zuzuwerfen oder selber zu werfen und zu fangen.

<sup>4</sup> vgl. Lutz 2008, S. 52 ff.

<sup>5</sup> vgl. Meinel/Schnabel 1987, S. 258

Die Schülerinnen sollen lernen, ein „Trainingsprogramm“ zur Förderung einer vorgegebenen koordinativen Fähigkeit zu erarbeiten und dies anzuleiten und durchzuführen. Diese Forderung findet ihre Legitimation im Kernlehrplan (siehe oben) und bildet zudem eine wichtige Grundlage für weiteres sportliches Handeln im Sportunterricht und der Freizeit. Hier werden Schülerinnen eventuell erneut der Situation ausgesetzt sein, selbstständig auf ein bestimmtes Ziel hin zu trainieren. Außerdem gilt Gehirntraining durch Bewegung als ein wichtiger Bestandteil zur Erhaltung der geistigen und körperlichen Gesundheit und bildet somit einen wichtigen Bestandteil im Alltag.

### **3.2.2 Didaktisch-methodische Entscheidungen**

In der Aufbauphase arbeiten die Schülerinnen schon innerhalb der Gruppen, in denen sie später Übungen erarbeiten. Somit ist die Aufteilung funktional in Bezug auf den weiteren Verlauf der Unterrichtseinheit. Zur Einstimmung bzw. akzentuierten Erwärmung führen die Schülerinnen durch die Lehrperson vorgegebene Bewegungsübungen aus. Eine funktionale Erwärmung für Life Kinetik Übungen ist grundsätzlich nicht erforderlich. Jedoch soll an dieser Stelle eine im Vergleich zum Rest der Unterrichtseinheit höhere Bewegungsintensität einen Kontrast zum Rest der Unterrichtseinheit bilden und somit eine Möglichkeit darstellen, sich auszuzeichnen und sich zeitgleich in einer Balance aus geschlossener Bewegungsvorgabe und geöffneter Bewegungsausführung individuell zu erwärmen. Die Übungen sollen keine hohen koordinativen und kognitiven Anforderungen stellen, um somit eine anschließende Problematik zu ermöglichen. Zunächst gilt es jedoch, die verschiedenen Koordinationsbereiche und -fähigkeiten anhand der Einstimmung festzumachen- also reflektierte Praxis „on action“. Die anschließende Problematik erfolgt auf Grundlage der Einstimmung und erfährt eine zusätzliche Komponente durch die bereits erarbeiteten Variationsmöglichkeiten im Life Kinetik. An dieser Stelle wird also eine Brücke zu den bisher durchgeführten Unterrichtseinheiten geschlagen.

Ausgehend von der Problematik sollen die Schülerinnen anschließend eigene Übungen entwickeln. Um die Erarbeitung im Sinne einer Binnendifferenzierung zu unterstützen, werden die Schülerinnen mit der Materialauswahl nicht „allein gelassen“ und sie erhalten einen ausgewählten Materialpool, der sie in ihrer Ideenfindung unterstützen soll. Aus diesem Materialpool können sie frei Material wählen und eigenständig entscheiden, mit welchem sie arbeiten wollen. So soll für nahezu jede Schülerin ein Zugang ermöglicht werden und die Kreativität gefördert werden. Zudem stehe ich als Lehrperson für Fragen zur Verfügung. Weiterhin steht das Poster mit den Variationsmöglichkeiten bereit, um Anregungen und Unterstützung für die Erarbeitungsphase zu bieten. Da für die Unterrichtseinheit vier Bereiche ausgewählt wurden, arbeiten die Schülerinnen in vier Sechser-Gruppen zusammen. Es hat sich gezeigt, dass diese Gruppengröße in dieser Lerngruppe funktioniert und zu Ergebnissen führt. In einem anschließenden Gruppenpuzzle mit Stationsbetrieb kommen die Schülerinnen mit einer Partnerin aus der eigenen Expertengruppe in eine neue Gruppe. Somit sind sie in der Präsentationsphase nicht auf sich allein gestellt und können bei Unsicherheiten auf ihre Partnerin zurückgreifen. Im Sinne der Selbstbestimmung können die Schülerinnen an dieser Stelle zumindest zwischen sich und ihrer Partnerin entscheiden, wer eine Präsentation übernimmt. Gleichzeitig wird im Gruppenpuzzle möglichst vielen Schülerinnen die Möglichkeit geboten,



sich im Präsentieren bzw. Anleiten von Bewegungsaufgaben zu üben und die Ergebnisse der einzelnen Gruppen werden gewürdigt. Die Gruppenzusammensetzung wird mit Hilfe von vorbereiteten Karten aus zeitökonomischen Gründen durch die Lehrperson vorgenommen. In der abschließenden Reflexionsphase soll ein positiver Ansatz zur Evaluation der entwickelten Aufgaben gewählt werden, um die hohe Selbstständigkeit in dieser Stunde zu würdigen. Somit sollen die Schülerinnen besonders gelungene Aufgaben hervorheben und begründen. Es ist damit zu rechnen, dass Schülerinnen nicht aktiv am Unterricht teilnehmen werden. Sie werden angehalten, ihren Invalidenbogen zu bearbeiten und soweit möglich, am Unterrichtsgeschehen teilzunehmen.

### **3.2.3 Erwartete Schwierigkeiten und Handlungsalternativen**

- S können abwesend sein → Flexibilität beim Gruppenpuzzle
- Überforderung mit der Erarbeitung der Bewegungsaufgaben → Unterstützung durch Lehrperson
- Unterfordernde Aufgaben → Hinweis auf Life Kinetik und erarbeitete Kriterien

## **4 Literatur**

....  
....

Bilder:

<http://cdn.xl.thumbs.canstockphoto.de/canstock3826647.jpg>, Zugriff am 17.12.2015

<http://images.clipartpanda.com/walking-feet-clipart-feet.jpg>, Zugriff am 17.12.2015

<http://sr.photos3.fotosearch.com/bthumb/CSP/CSP992/k14701301.jpg>, Zugriff am 17.12.2015

- -

## 4.1 Verlaufsübersicht

Phase	Lehrschritte / Lehrformen Intention und Aktivität der Lehrkraft	Inhaltsaspekte (z. B. Gegenstände, Fachbegriffe, Fragestellungen , Aufgaben, ...)	Lernschritte / Lernformen Intendiertes Schülerverhalten	Organisation
<b>Begrüßung/ Organisation</b>	Begrüßung der S Kurze Vorstellung der Gäste Grobe Skizzierung des Stundenverlaufs (Gruppenpuzzle!) Bildung von Gruppen, Erläuterung Aufbaus	Überprüfung von Sicherheitsaspekten  Transparenz über den Stundenverlauf Aufbau der Stationen	S finden sich zusammen und hören zu  S bauen auf	UG, Sitzkreis  Aufbau der Materialien
<b>Erwärmung</b>	Erklärung der Erwärmung mit kognitiver Aufgabe	Erwärmung unter Berücksichtigung der für die Std. relevanten Aspekte	S erwärmen sich, reflektierte Praxis in action	Bilder der koordinativen Fähigkeiten
<b>Erarbeitung/Sicherung</b>	L lässt S fragengeleitet die Bilder den einzelnen Bewegungsaufgaben aus der Erwärmung zuordnen und diese vor dem Hintergrund der erarbeiteten Kriterien für Life-Kinetik-Aufgaben bewerten	Ball dribbeln, Ball hochwerfen und fangen (Hand Auge Koordination) Ball schießen (Fuß Auge Koordination) über Bank balancieren (Balance) im Rhythmus dribbeln (Rhythmisierungsfähigkeit)	S ordnen den Bewegungsaufgaben schwer- punktbezogen die Bilder zu S beschreiben die Übungen im Sinne von Life Kinetik als nicht funktional	Bilder der koordinativen Fähigkeiten
<b>Überleitung</b>	L nennt Arbeitsauftrag	S sollen Grundübungen verändern/weiterentwickeln		
<b>Erarbeitung</b>	L schickt S an die Stationen Zeitangabe	S erarbeiten kooperativ Bewegungsaufgaben zur Förderung der vorgegebenen Fähigkeit Erarbeitet in eurer Gruppe 2 Übungen unter beson- derer Berücksichtigung der koordinativen Fähigkeit an eurer Station im Sinne von Life Kinetik. Führt diese mit eurer Gruppe durch und erarbeitet Differenzierungsmöglichkeiten.	S entwickeln Übungen weiter	GA
<b>Durchführung</b>	L leitet Gruppenpuzzle an	Präsentiert eure Übungen den anderen und führt euer Trainingsprogramm durch	S finden sich in neuen Gruppen zusammen und stellen sich im Stationsbetrieb die Aufgaben vor und führen diese durch	GA
<b>Abschluss/Reflexion</b>	Fragen der Lehrperson	Bewertung der Übungen	S nennen Übungen, die sie als besonders funktional empfunden haben und begründen	Plenum
<b>Reserve</b>	Erklärung einer weiteren EA Phase	Üben, Vertiefung, Weiterentwicklung	S arbeiten an einer selbst gewählten Station	EA/PA

## 5 Anhang

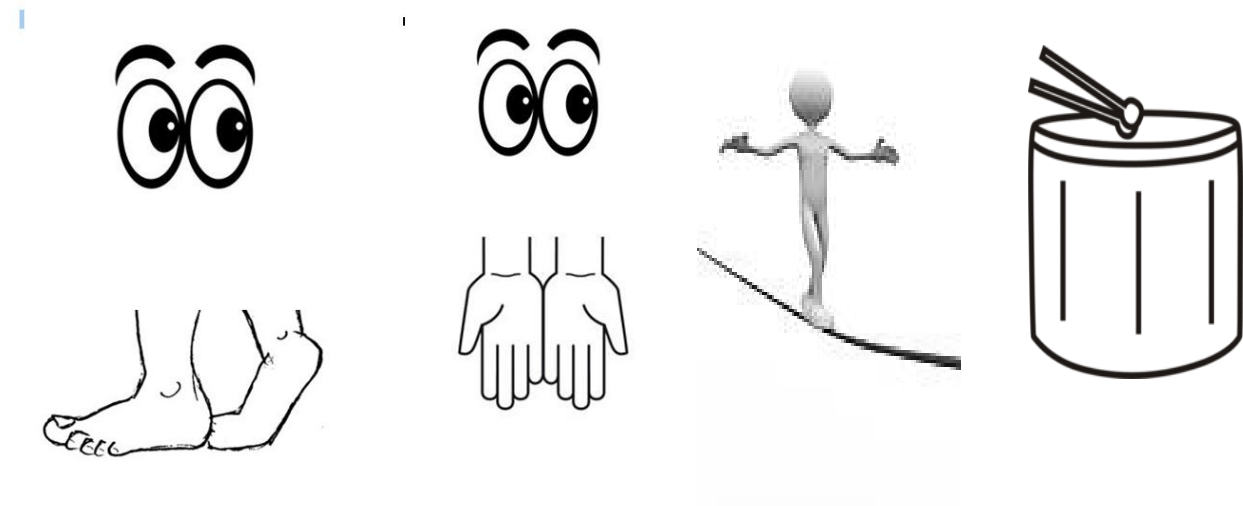
Darstellung koordinativer Fähigkeiten:

Auge-Fuß-Koordination

Auge-Hand-Koordination

Balance

Rhythmisierungsfähigkeit



Arbeitsauftrag:

Erarbeitet in eurer Gruppe 2 Übungen unter besonderer Berücksichtigung der euch zugeteilten koordinativen Fähigkeit im Sinne von Life Kinetik.

Führt diese Übungen mit der Gruppe durch und erarbeitet Differenzierungsmöglichkeiten.

## Invalidenbogen

### **Grundsätzliches:**

- Beteilige dich bei Auf-/Um- und Abbau-Aktionen.
- Achte darauf, dass sich keine Gefahrenstellen beim Spielen ergeben (z.B. herumliegende Stifte, Zettel, Karten, etc.). > Sicherheit!
- Bringe dich aktiv in Gesprächsphasen ein.
- Beobachte deine MitschülerInnen bei der Umsetzung der gestellten Aufgaben und bearbeite die folgenden Aufgaben:

### **Aufgaben:**

1) Beschreibe die erarbeiteten Bewegungsaufgaben! Was wird schwerpunktmäßig gefordert?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

2) Welche Aufgaben sind besonders funktional?

---

---

---

---

---

3) Nenne weitere Variationen!

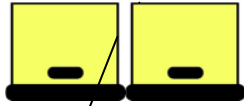
---

---

---

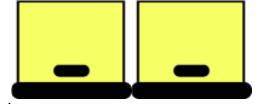
---

---



### Hand-Auge

- 8 Handbälle (1)
- 16 Tennisbälle (2)
- 8 Tücher (1)
- 8 Tennisschläger (1)
- 8 Augenklappen

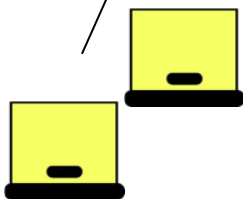


### Auge-Fuß

- 8 Fußbälle (1)
- 12 Reifen in unterschiedlichen Farben (1)
- farbige Hütchen
- 8 Tennisbälle (1)
- 8 Tennisschläger (1)
- 8 Augenklappen (1)
- farbige Karten

### Rhythmisierungsfähigkeit

- 1 Pfeife
- 16 Basketbälle (2)
- 8 Tücher (1)



### Balance

- 8 Softbälle (1)
- 8 Tücher (1)
- 8 Tennisbälle (1)
- 2 Bänke umgedreht

