



Schriftlicher Entwurf für den 5. Unterrichtsbesuch am

1 Datenvorspann

Name:

Fach:

Sport

Lerngruppe:

Klasse 7.4 (Anzahl 29 SuS, 14w/15m)

Zeit:

13.50-14.50 (7. Unterrichtsstunde)

Schule:

Sportstätte:

Fachseminarleiter:

Ausbildungsbeauftragter:

Thema des Unterrichtsvorhabens:

„Wir verknüpfen Parkour und Brennball!“ – Kooperative Erarbeitung von verschiedenen Parkourbewegungen mit dem Ziel Hindernisse sicher und schnell im Brennballspiel zu überwinden

Thema der Unterrichtseinheit:

„Wir nutzen die Wand!“ – kooperative Erarbeitung und Umsetzung von Sprüngen unter Einbeziehung der Wand als Unterstützungs-, bzw. Abdruckfläche zur Überwindung niedriger bis mittelhoher Hindernisse mit dem Ziel der Anwendung im Parkourbrennball

Kernanliegen:

Die SuS eignen sich Lösungsstrategien zur Überwindung niedriger bis mittelhoher Hindernisse an, indem sie die Nutzung der Wand als Unterstützungs- und Abdruckfläche in Kleingruppen erarbeiten, erproben und im Parkourbrennball anwenden.

Inhaltsverzeichnis

1	Datenvorspann	1
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	4
2.3.3	Fachdidaktische Einordnung	5
2.3.4	Aufbau des und Bedeutung der Stunde im UV	6
3	Unterrichtsstunde	7
3.1	Entscheidungen	7
3.2	Begründungszusammenhänge	7
3.2.1	Lernvoraussetzungen.....	7
3.2.2	Zentrale Inhalte (didaktische Akzentuierung) und didaktische Reduktion	8
3.2.3	Didaktisch-methodische Entscheidungen	9
3.2.4	Erwartete Schwierigkeiten und Handlungsalternativen	10
3.3	Geplanter Stundenverlauf.....	11
	Literatur	II
	Anhang	II

2 Längerfristige Unterrichtszusammenhänge

2.1 Thema des Unterrichtsvorhabens

2.2 Darstellung des Unterrichtsvorhabens

	Thema	Kernanliegen
1	„Le Parkour - Was ist das?“- Einführung allgemeingültiger Merkmale auf der Basis eines Videoclips und Erprobung erster freier Bewegungen mit dem Ziel der Anwendung im Spiel Parkourbrennball	Die SuS erhalten einen ersten Einblick in die Sportart „Le Parkour“, indem sie ausgehend von einem Video eigene Bewegungserfahrungen in der Hindernisüberquerung sammeln und im Parkourbrennball anwenden und reflektieren.
2	„Wir rollen über Hindernisse!“- Kooperative Erarbeitung der Abrollbewegung zur Überwindung niedriger Hindernisse mit dem Ziel der Anwendung im Spiel Parkourbrennball	Die SuS eignen sich Lösungsstrategien zur effizienten Überwindung niedriger Hindernisse an, indem sie die Abrollbewegung in Kleingruppen erarbeiten und im Parkourbrennball anwenden.
3	„Wir nutzen die Wand!“- Kooperative Erarbeitung und Umsetzung von Sprüngen unter Einbeziehung der Wand als Unterstützungs-, bzw. Abdruckfläche zur Überwindung niedriger bis mittelhoher Hindernisse mit dem Ziel der Anwendung im Spiel Parkourbrennball	Die SuS eignen sich Lösungsstrategien zur Überwindung niedriger bis mittelhoher Hindernisse an, indem sie die Nutzung der Wand als Unterstützungs- und Abdruckfläche, in Kleingruppen erarbeiten, erproben und im Parkourbrennball anwenden.
4	„Wir springen von Hindernis zu Hindernis“ - Kooperative Erarbeitung und Umsetzung von Sprüngen auf unterschiedlich breiten bzw. hohen Landeflächen zur Überwindung und Verbindung mittelhoher bis hoher Hindernisse mit dem Ziel der Anwendung im Spiel Parkourbrennball	Die SuS eignen sich Lösungsstrategien zur Überwindung und Verbindung mittelhoher bis hoher Hindernisse an, indem sie in Kleingruppen die präzise Landung auf unterschiedlich breiten und hohen Landeflächen erarbeiten und im Parkourbrennball anwenden.
5	„Wir machen unseren eigenen Parkour!“ – Kooperative Erarbeitung und Umsetzung eines gemeinsam entwickelten und sicheren Geräteparkours zur individuellen Anwendung der bisher erarbeiteten Bewegungen bei der Überwindung von Hindernissen im Spiel Parkourbrennball	Die SuS festigen ihre Kooperationsfähigkeit, indem sie selbstständig und kooperativ einen sicheren Geräteparkour planen und individuell die bisher erarbeiteten Bewegungen bei der Überwindung der Hindernisse im Parkourbrennball erproben.

2.3 Begründungszusammenhänge

2.3.1 Schulische Rahmenbedingungen/Lerngruppenanalyse

Merkmale	Ausprägung	Konsequenzen für den Unterricht
Statistische und allgemeine Angaben	Die Schülerinnen und Schüler (im Weiteren SuS) (15m/14w) zeigten in den letzten Stunden stark störendes und teilweise ablehnendes Verhalten, wenn	Im Unterricht wird die Einteilung in Gruppenarbeiten durch die Lehramtsanwärterin (im Weiteren LAA) vorgenommen (siehe 3.2.3 Didaktisch-methodische Entscheidungen).

	<p>Gruppenarbeiten in bestimmten Konstellationen durchgeführt wurden.</p> <p>Die LAA unterrichtet die Klasse seit Februar im Rahmen des selbstständigen Unterrichts, somit besteht ein gemeinsames Regel- und Ritualrepertoire, jedoch werden diese seit Beginn des Schuljahres häufig von den SuS nicht berücksichtigt oder gestört.</p> <p>Durch zahlreiche Ausfälle wie Hitze-frei, Projektwoche, Klassenfahrt und Konferenzen seit Schuljahresbeginn hat wenig Sportunterricht stattgefunden.</p> <p>Ein SuS (Christoph), zeigt häufiger aggressives Verhalten, er hat einen emotionalen-sozialen Förderbedarf diagnostiziert. Zwei weitere SuS (Alex und Miguel) haben eine Diagnostizierte ADHS.</p>	<p>Regeln und Rituale unbedingt immer wieder integrieren, üben und Konsequenzen folgen lassen.</p> <p>Dies könnte unter anderem auch dafür mitverantwortlich sein, dass Regeln- und Rituale nicht berücksichtigt werden, was die Dringlichkeit der Integration und Übung dieser nochmal unterstreicht.</p> <p>Es wird eine reflektierte Gruppeneinteilung durch die LAA vorgenommen.</p>
Leistungsfähigkeit und Motivation	<p>Die Sportlichkeit der meisten SuS ist durchschnittlich. Bei einigen der Jungs ist sie sogar sehr hoch. Einige treiben in ihrer Freizeit Sport (Fußball, Handball, Tanzen, Judo). Allerdings sind einige der SuS, vor allem der männlichen, seit diesem Schuljahr im Schulsport sehr unmotiviert.</p> <p>Der Gegenstand Parkour und die Überwindung von Hindernissen fordert viele SuS heraus, weil es etwas mit wagen und verantworten zu tun hat.</p>	<p>Die negative und lernunmotivierte Atmosphäre wirkt sich sehr hinderlich auf den Unterricht aus. Es wird versucht die Motivation im Hinblick auf Parkour durch die Kopplung mit einem Bewegungsspiel mit Wettkampfgedanken zu verstärken.</p> <p>Den SuS soll durch die Zusammenarbeit in Kleingruppen die Möglichkeit gegeben werden in einer angenehmen Lernatmosphäre die Überwindung der Hindernisse, entsprechend der Aufgabenstellung, zu erarbeiten, zu wagen und für sich selbst zu verantworten.</p>
Vorkenntnisse/Vorerfahrungen	<p>Die SuS haben keine schulischen Erfahrungen im Bereich Parkour.</p> <p>Es ist zu vermuten, dass ein Großteil der Lerngruppe erste Erfahrungen mit dem Gegenstand Turnen in der Grundschule gemacht hat. Das Spiel Brennball in seiner Grundform ist den SuS bekannt.</p>	<p>Um Ängste zu vermeiden, ist eine Erprobung der Hindernisbewältigung in kleinen Gruppen und zunächst an niedrigen Hindernissen angebracht. Auf turnerischen Grundfähigkeiten kann aufgebaut werden.</p> <p>Regeln müssen nicht mehr erklärt werden und Varianten lassen sich schnell umsetzen.</p>
Arbeits- und Sozialformen	<p>Rituale: Versammeln im Sitzkreis bei Unterrichtsgesprächen und zu Stundenbeginn, Pfiff als Aufmerksamkeitslenkung und Kleingruppenarbeiten sind bekannt.</p> <p>Die gemeinsam entwickelten Rituale werden häufig gestört, was sich negativ auf die effektive Lernzeit auswirkt.</p>	<p>Rituale sind bekannt und können als Vorausgesetzt betrachtet werden.</p> <p>Damit sich dies aber langfristig positiv auf die effektive Lernzeit auswirkt, benötigen sie häufig Erinnerungen bei der korrekten Einhaltung dieser Rituale.</p>
Äußere Bedingungen	<p>Die Halle ist für das UV mit Materialien und Geräten gut ausgestattet. Es handelt sich, um eine Vierfach-Halle und es kommt häufig vor, dass SuS aus den anderen Hallenteilen Materialien oder Geräte aus diesem Hallenteil benötigen.</p>	<p>Dies muss für Gesprächsphasen berücksichtigt werden.</p>

2.3.2 Curriculare Legitimation

Sek I

Inhaltsfelder und inhaltliche Schwerpunkte¹

<i>Leitendes Inhaltsfeld</i>	<i>inhaltliche Schwerpunkte</i>
c) Wagnis und Verantwortung	<ul style="list-style-type: none"> • Spannung und Risiko • Emotionen (u. a. Freude, Frustration, Angst) • Handlungssteuerung (u. a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder -minderung)
<i>Weiteres Inhaltsfeld</i>	<i>inhaltliche Schwerpunkte</i>
e) Kooperation und Konkurrenz	<ul style="list-style-type: none"> • Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) • soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen • (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen • Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u. a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe).
b) Bewegungsgestaltung	<ul style="list-style-type: none"> • Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch) • Variationen von Bewegung (u. a. räumlich, zeitlich, dynamisch) • Gestaltungsanlässe, Gestaltungsthemen und -objekte.

Bewegungsfelder, Sportbereiche und inhaltliche Kerne²

<i>Leitendes/r Bewegungsfeld/Sportbereich</i>	<i>inhaltliche Kerne</i>
5) Bewegen an Geräten – Turnen	<ul style="list-style-type: none"> • Turnen an Geräten • Turnen an Gerätebahnen oder – kombinationen • Akrobatik

Kompetenzerwartungen in den Jahrgangsstufen 7 & 8³

<i>Bewegen an Geräten –Turnen (5)</i>
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

¹ Vgl. MSW NRW 2012, S. 16f. 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 G8/Ge aufgelisteten Schwerpunkte jedes Inhaltsfelds aufgeführt, sondern nur jene, die für den Schwerpunkt des Unterrichtsvorhabens bzw. der geplanten Stunde relevant sind.

² Vgl. MSW NRW 2012, S. 19f.

³ Vgl. MSW NRW 2012, S. 25. Die hier aufgeführten Kompetenzerwartungen sind auf jene reduziert, die die Akzentuierung des Unterrichtsvorhabens bestimmen. Besonders wichtige Aspekte – insbesondere auch für die gezeigte Stunde geltend - sind fett gedruckt. Ferner werden an dieser Stelle nur die Kompetenzerwartungen für das leitende Bewegungsfeld/den leitenden Sportbereich dargestellt.

Die Schülerinnen und Schüler können

- grundlegende Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten (Boden, Reck, Stufen- oder Parallelbarren) ausführen sowie Bewegungen variieren und kombinieren.
- **gemeinsam** (z. B. synchron) **eine turnerische Bewältigung von Gerätebahnen und Gerätekombinationen realisieren.**

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- **den Aufbau von Geräten und Gerätekombinationen nach vorgegebenen Anleitungen weitgehend selbständig organisieren und kooperativ durchführen.**
- grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen sowie vertrauensbildende Maßnahmen beschreiben und situationsangemessen anwenden.

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- **Bewegungssituationen und Bewegungsarrangements im Hinblick auf Sicherheit und Gesundheit beurteilen.**
- **Geräteaufbauten unter Sicherheitsaspekten beurteilen.**

2.3.3 Fachdidaktische Einordnung

Die in Frankreich entwickelte Trendsportart „Le Parkour“ ist aus dem Begriff „parcours du combattant“ (Wettkampfbühnen) abgeleitet worden und wurde häufig auch als „l'Art du Deplacement“ (die Kunst der Fortbewegung) bezeichnet. Die verwendete Bezeichnung „Parkoursport“, welche häufig synonym für die drei Disziplinen „Le Parkour“, „Parcouring“ und „Freerunning“ genutzt wird, umfasst bei allen Disziplinen Bewegungen zur Überwindung von Hindernissen und unterscheidet sie lediglich in der Ausführung. Dementsprechend ist der Hauptgedanke von „Le Parkour“, die schnelle und effiziente Bewegung über solche Hindernisse. Im „Freerunning“ steht stattdessen die akrobatische und elegante Art der Hindernisüberquerung im Mittelpunkt. „Parcouring“ gilt im Gegensatz zu den anderen beiden Disziplinen als Wettkampfvariante und vermischt die Schwerpunkte von „Le Parkour“ und „Freerunning“. Hierbei muss eine Hindernislandschaft unter Zeitdruck schnell, effizient und spektakulär überwunden werden (vgl. Rochhausen, 2010, S. 10).

Als Argument für „Le Parkour“ im Schulsport ist anzuführen, dass diese Sportart zur Zeit stark im Trend liegt (vgl. Freearts of Movement e.V, 2013, S. 2). In diesem Sinne gibt die Unfallkasse NRW an, dass der Trendsport mit seinen „atemberaubenden Sprüngen“ immer mehr Nachahmer findet. Es wird geschrieben, dass insbesondere SuS Hindernisse wie „Tracteurs“ überwinden wollen. Eine Thematisierung dessen im Sportunterricht wird von der Unfallkasse befürwortet, da die SuS dadurch einen reflektierten Umgang mit solchen Sprüngen erhalten und ein positiver Beitrag zu den gesundheitsförderlichen Ressourcen geleistet wird. Dies bezieht sich auf die Ausprägung von konditionellen und koordinativen Fähigkeiten, die Entwicklung einer individuellen Risikokompetenz, die gegenseitige Unterstützung und Kooperation bei notwendigen Hilfe- und Sicherheitsstellungen an Gerätearrangements (vgl. Unfallkasse Nordrhein-Westfalen (UK NRW), 2015, S.1).

Ein weiteres Argument für Parkour im Schulsport ist die Tatsache, dass es eine gute Alternative zum klassischen Turnen darstellt, denn im Gegensatz zu den häufig normierten Bewegungen des Turnens, bietet „Le Parkour“ die Möglichkeit unnormierte Gerätelandschaften

effektiv und kreativ zu bewältigen. Dadurch wird die Option geboten individuelle Lösungsarten in den Vordergrund zu stellen (vgl. Freearts of Movement e.V, 2013, S. 2). Die nicht strikte Orientierung an einer Idealbewegung entspricht den Ansätzen der Sportdidaktik, denn es werden Differenzen ermöglicht und das Ausprobieren verschiedener Lösungsmöglichkeiten wird gefördert (vgl. Laging, 2013, S. 4). Dies wiederum eröffnet ebenfalls die Chance bindendifferenzierende Maßnahmen für leistungsheterogene SuS anzubieten. Da das Unterrichtsvorhaben (im Weiteren UV) „Le Parkour“ häufig von dem didaktischen Prinzip der „Reflektierten Praxis“ geprägt ist, entspricht es den im Kernlehrplan verankerten Aufgaben und Zielen des Fachs. Diese geben an, dass sportliches Bewegungshandeln mit der Fähigkeit verknüpft werden soll, „sportliche Handlungssituationen und Sachverhalte kognitiv zu erfassen und nach fachspezifischen Kriterien reflektieren und beurteilen zu können“ (zitiert nach Ministerium für Schule und Weiterbildung des Landes Nordrhein-Westfalen (MSW NRW), 2012, S.10). Nach Serwe-Pandrick (2013) werden nämlich mit der „Reflektierten Praxis“, die Erfahrungen der SuS in und mit der sportlichen Praxis im Unterricht aufgearbeitet um ein zunehmend bewusstes Lernen der SuS zu fördern und die Praxis mit der Theorie zu verbinden (vgl. S. 5).

2.3.4 Aufbau des und Bedeutung der Stunde im UV

Die heutige Unterrichtseinheit (im Weiteren UE) ist die dritte von fünf UEs zum Unterrichtsvorhaben „Le Parkour“. Die SuS erhielten sie erste Einblicke in die Sportart, indem sie ausgehend von einem Video grundlegende Merkmale der Sportart sammelten, erste individuelle Bewegungserfahrungen in der Hindernisüberquerung erprobten und diese anschließend mit dem Spiel Brennball mit Hindernissen verknüpft wurden. Die zweite UE zielte darauf ab, eine erste parkourspezifische Bewegungstechnik, die „Powerrolle“, zur schnellen und effizienten Überwindung von niedrigen Hindernissen zu erarbeiten und diese zur Hindernisüberquerung im Parkourbrennball anzuwenden. Die heutige Technik erweitert das Bewegungsrepertoire der letzten UE insofern, als das die Überwindung niedriger bis mittelhoher Hindernisse angestrebt wird. Dazu erarbeiten sich die SuS den „Tic-Tac“ Sprung und wenden ihn im Parkourbrennball an. Entsprechend einer Progression erarbeiten die SuS in den darauffolgenden UE den „Präzisionsprung“ zur Überwindung und Verbindung mittelhoher bis hoher Hindernisse mit unterschiedlich breiten Landungsflächen.

In Bezug auf die Kompetenzerwartungen, wird mit dem UV ein Beitrag zur Förderung aller 3 Kompetenzbereiche angestrebt. Exemplarisch werden im Folgenden konkrete Beispiele zur Förderung der jeweiligen Bereiche angeführt. Dabei ist zu berücksichtigen, dass in den einzelnen UE nie nur isoliert ein Kompetenzbereich geschult wird, sondern häufig mehrere Kompetenzbereiche gleichzeitig angesprochen werden. Die ersten vier UE zielen bspw. Vorrangig auf die Förderung der Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz ab, denn die SuS sollen sich verschiedene parkourspezifische Techniken erarbeiten. Die Methodenkompetenz wird durchweg in alle UE geschult, da die SuS die Gerätebahnen nach Anleitung weitgehend selbstständig organisieren müssen. Die Urteilskompetenz ist vermehrt in der fünften UE gefordert, da eigene Bewegungsarrangements erarbeitet und im Hinblick auf Sicherheit beurteilt werden müssen.

Der Aufbau des UVs folgt im Hinblick auf das Inhaltsfeld c) Wagnis und Verantworten dem methodischen Prinzip „vom Einfachen zum Komplexen“, denn die Hindernisse werden im Laufe des UVs immer höher und erfordern immer mehr Mut.

3 Unterrichtsstunde

3.1 Entscheidungen

Thema der Stunde

„Wir nutzen die Wand!“ – kooperative Erarbeitung und Umsetzung von Sprüngen unter Einbeziehung der Wand als Unterstützungs- bzw. Abdruckfläche zur Überwindung niedriger bis mittelhoher Hindernisse mit dem Ziel der Anwendung im Spiel Parkourbrennball

Kernanliegen

Die SuS eignen sich weitere Lösungsstrategien zur Überwindung niedriger bis mittelhoher Hindernissen an, indem sie die Nutzung der Wand als Unterstützungs- und Abdruckfläche, in Kleingruppen erarbeiten, erproben und im Parkourbrennball anwenden.

Teillernziele

Die SuS sollen:

- unter Einbezug des Wandabdrucks den „Tic-Tac“ Sprung umsetzen und in der Spielform Parkourbrennball anwenden,
- die Bewegungskriterien des Sprungs im Hinblick auf Anlauf, Absprung und Landung erläutern können,
- die Wagnissituation individuell einschätzen und verantworten können,
- die Bewegungsaufgabe kooperativ in der Kleingruppe lösen können,
- die Bewegungslösung vor der Klasse präsentieren können.

3.2 Begründungszusammenhänge

3.2.1 Lernvoraussetzungen

Die heutige Sportstunde, die in der 7. Stunde stattfindet, ist der letzte Unterricht für die SuS vor dem Wochenende. Die SuS sind dementsprechend immer sehr unkonzentriert und die Motivation ist häufig nicht sehr hoch. In den letzten UE gab es zudem immer wieder Störungen und Disziplinprobleme. Auch private Konflikte der SuS untereinander oder Ablehnungen einzelner SuS führten dazu, dass die Arbeit in den Kleingruppen erschwert wurde und erforderte eine reflektierte Zusammensetzung der Kleingruppen. Der Aufbau des Geräteparkours nahm ebenfalls trotz genauer Einteilung, wer was aufbaut und einem Aufbauplan viel Zeit in Anspruch, da die SuS sich immer wieder gegenseitig ablenkten und einfach nicht entsprechend der Aufgabenstellung handelten. All diese Aspekte gingen zu Lasten der Bewegungszeit, denn es stand häufig ein Handeln der LAA gesetzt dem Motto „Struktur vor Inhalt“ im Vordergrund. Angesichts des Inhalts mussten auch dort immer wieder Abstriche gemacht werden, da sich einige SuS der Aufgabenstellung entzogen und einfach keine Lust hatten, worunter die Qualität des Unterrichts ebenfalls litt. Einige der SuS sind genervt von den ständigen Störungen und der Unaufmerksamkeit einiger Jungen, denn im Sitzkreis wurde häufig das Ruhezeichen von alleine ausgeführt und einige SuS entschuldigten sich nach der Stunde bei der LAA für das benehmen ihrer Mitschüler. Beim Spiel Parkourbrennball haben alle SuS ohne größere Komplikationen mitgemacht. Die Problematisierung bzw. das Aufstellen einer Problemsituation stieß jedoch zunächst einmal auf Ablehnung und Resignation. Als die SuS sich dann aber doch darauf einließen, wurde die Problemsituationen gelöst und es konnten,

bis auf die, die sich trotz Aufforderung nicht mit der Aufgabenstellung beschäftigten, gemeinsam Lösungsmöglichkeiten entwickelt und diese unter Anleitung im Unterrichtsgespräch reflektiert werden. Im Hinblick auf die Lernvoraussetzungen und bisher entwickelten Kompetenzen (BWK, MK, UK), ist trotz dieser vielen Schwierigkeiten im Unterricht davon auszugehen, dass die SuS durchaus in der Lage sind die Erarbeitung des Tic-Tac Sprungs anhand von einer Problemsituation zu erarbeiten, jedoch ist es abhängig von der Bereitschaft zur Mitarbeit.

3.2.2 Zentrale Inhalte (didaktische Akzentuierung) und didaktische Reduktion

Im Fokus der heutigen UE steht die Erarbeitung, Übung und Anwendung des Tic-Tac Sprungs, um ein Hindernis ohne Handaufsatz im Zielspiel Parkourbrennball überwinden zu können. Zentraler Kern des UVs ist dabei die Konfrontation mit dem Wagen und Verantworten. Aus diesem Grund wird den SuS zu Beginn des Unterrichts im Sitzkreis vermittelt, dass nur die Hindernisse übersprungen werden müssen, die sich jeder individuell wagt und für sich verantworten kann. Danach folgt die Erwärmung, in der keine Maximalbewegungen erfordert werden, direkt mit dem Zielspiel Parkourbrennball, welches unter einer bestimmten Aufgabe gespielt wird und somit gleichzeitig eine Erprobung darstellt. Durch die Aufgabenstellung im Spiel werden die SuS mit einer Problemsituation konfrontiert, nämlich dem Abdruck über die Hände bei der Hindernisüberwindung zu vermeiden. Diese Aufgabe ist zu Beginn der Stunde von den meisten SuS noch nicht zu lösen, soll aber am Ende der UE von ihnen gelöst sein und im Zielspiel angewendet werden.

Das Zielspiel Parkourbrennball wird als Gerätebrennball in einer ähnlichen Version von Rochhausen (2010) in seinem Buch „Parkoursport im Schulsport“ als ein geeignetes Spiel im Parkoursport vorgeschlagen und für die heutige UE mit zwei kleinen Abwandlungen, die im Folgenden begründet werden herangezogen. Der Autor beschreibt, dass dabei zwei Teams gegeneinander spielen. Ein Team, welches am Start steht und laufen muss und ein Team, welches im Innenraum steht und werfen muss. Der erste Spieler des Laufteams wirft den Ball in den Innenraum und versucht dann im Parkour möglichst weit zu laufen, bevor der Ball vom Werferteam in den kleinen Kasten abgelegt oder er selbst abgeworfen wird (2010, S. 94). In der heutigen Stunde ist es jedoch untersagt den Läufer abzuwerfen, da die SuS sowieso schon sehr gefordert sind unter einer bestimmten Aufgabenstellung über die Hindernisse zu kommen und die Bewegungsqualität nicht durch die Konzentration nicht abgeworfen zu werden weiter eingeschränkt werden soll und am Ende vielleicht sogar noch zu Lasten der Sicherheit geht. Rochhausen gibt an, dass sobald ein Läufer ein „Ruhemal“ erreicht hat, sei er sicher und könnte nicht mehr „verbrennen“. Wird der Ball jedoch vom Werfer im Kasten abgelegt bevor der Läufer eines der „Ruhemale“ erreicht hat, ist dieser verbrannt und muss zurück zu seinem Team und muss sich ohne Punkt hinten erneut anstellen. Im Läuferteam dürfen sich beliebig viele Spieler im Spielfeld aufhalten, allerdings darf jedes „Ruhemal“ nur einmal besetzt sein. Auch hier wird eine Änderung vorgenommen, so darf das „Ruhemal“ durchaus mit mehreren Läufern besetzt werden, denn Spannungen innerhalb der Teams aufgrund der Situation, dass leistungsschwächere SuS sonst die „Ruhemale“ blockieren, sollen vermieden werden. Ziel des Spiels ist es den Parkour zu durchqueren ohne zu verbrennen, denn dann erhält sein Team einen Punkt. Nach einer bestimmten Zeit werden die Teams gewechselt und es gewinnt das Team mit den meisten Punkten (vgl. S. 94).

In der anschließenden Reflexion geht es darum, die Aufgabe und das dadurch entstandene Problem bzw. die Schwierigkeit zu definieren und die SuS durch ein gelenktes Unterrichtsgespräch auf die Erarbeitungsphase vorzubereiten. In der Erarbeitungsphase selbst, gilt es den Tic-Tac Sprung und dessen Bewegungsmerkmale hinsichtlich Anlauf/Absprung, Abdruck

und Landung als Lösungsmöglichkeit in Bezug auf die Problematisierung zu erarbeiten, zu präsentieren und zu üben.

Am Ende der UE sollen alle SuS das Zielspiel erneut unter der zu Beginn gestellten Aufgabe spielen und nun dieser Aufgabenstellung gewachsen sein. Im Sinne einer Progression sollen die SuS also am Ende der UE im Vergleich zum Anfang in der Lage sein, den Tic-Tac Sprung zu erläutern und anzuwenden.

3.2.3 Didaktisch-methodische Entscheidungen

Der Geräteaufbau ist, entsprechend der Empfehlungen der Lehrerfortbildung Freearts of Movement e.V. (2013) für Parkour im Schulsport, im Vorfeld der UE geschehen. Dementsprechend werden keine Matten hinter die Hindernissen (Kästen) gelegt (vgl. S. 19). Da Matten die Charakteristika der Trendsportart nicht erfüllen und aus Sicht der LAA der Anlauf mit Matte vor dem Hindernis den Fokus der SuS vom Hindernis ablenken könnte, wird auch vor dem Hindernis auf eine Mattenabsicherung verzichtet. In dem Parkour gibt es von der Anzahl her sechs dieser Hindernisse, was damit zu begründen ist, dass es in der Erarbeitung sechs Kleingruppen gibt, die an jeweils einer dieser Hindernisse arbeiten. Von den sechs Hindernissen werden zwei als einstufige Kästen, zwei als zweistufige Kästen und drei als dreistufige Kästen aufgebaut. Die Auswahl der Hindernisse, Kästen ist bewusst ausgewählt, da dieser von den Kleingruppen im Rahmen der Erarbeitung, speziell in der Aufgabe für Schnellere, von der Höhe her schnell angepasst werden kann. Kleine Matten mit Pylonen kennzeichnen im Zielspiel Parkourbrennball die Zonen in denen die SuS sicher sind und nicht verbrennen können.

In der Erarbeitung wird zunächst mit einem Kastenteil begonnen, damit alle SuS die gleichen Bedingungen haben und der Fokus alleine auf die Erarbeitung der Merkmale des Sprungs gerichtet ist. Zur Unterstützung dieser Erarbeitung sind an den jeweiligen Stationen Karten mit dem Arbeitsauftrag angebracht, dadurch haben die SuS die Möglichkeit den Arbeitsauftrag nochmal nach zu lesen. Dies ist darin zu begründen, dass sich in den letzten UE immer wieder zeigte, dass einige SuS bei der Ansage der Aufgabenstellung nicht richtig zugehört hatten und dementsprechend nicht wussten was zu tun ist. Dieser Situation soll durch das Anbringen der Stationskarten entgegengewirkt werden. Des Weiteren werden unter den Stationskarten Tippkarten angebracht, welche die SuS im Rahmen einer Binnendifferenzierung nutzen können, wenn sie nicht weiter wissen. Sollten einige SuS besonders schnell mit der Erarbeitung des Sprungs und dessen Merkmale sein, so können sie entsprechend der Aufgabe für Schnellere überlegen, wie die Bewegung schwieriger gemacht werden kann und ggf. das Hindernis erhöhen. Durch diese Maßnahme wird ebenfalls binnendifferenziert und es sollen Leerlaufzeiten, die dann zu Störungen führen könnten vermieden werden. Für die Übungsphase werden die Hindernisse wieder in die Ausgangslage gebracht und die SuS dürfen sich individuell den Stationen zuordnen, dadurch erhalten die motorisch leistungsschwächeren SuS die Möglichkeit noch einmal zu üben, so dass sie nicht überfordert sind. Die motorisch leistungstärkeren erhalten die Möglichkeit den Sprung an einem höheren Hindernis auszuprobieren, so dass auch sie gefordert sind und sich nicht langweilen.

Für das abschließende Spiel wird der Aufbau ebenfalls nicht verändert, jedoch muss die Punktevergabe und das zählen dieser mit den SuS besprochen werden. Für jedes Hindernis das im Parkour mit einem Tic-Tac Sprung überwunden wird erhalten sie einen Punkt für ihre Mannschaft. So haben leistungsschwächere SuS die Möglichkeit, nur die Hindernisse zu überwinden, die sie sich zutrauen und leistungstärkere sind gefordert auch höhere Hindernisse zu überwinden. Am Ende des Parkours stehen zwei Kästen im Abstand von 2 Metern, der erste beinhaltet Karten, die entsprechend der Anzahl der überwundenen Hindernisse mit dem Tic-Tac Sprung zum zweiten Kasten transportiert werden. So dürfen bspw. zwei Karten für zwei

mit dem Tic-Tac Sprung überwundene Hindernisse in den zweiten Kasten transportiert werden. Gewonnen hat die Mannschaft, die meisten Karten transportiert hat.

Die Gruppeneinteilung der Mannschaften im Zielspiel sowie die reflektierte Zusammenstellung der Kleingruppen, erfolgte aus zeitökonomischen Gründen bereits zu Beginn des UVs, so dass alle SuS sofort wissen wie sie sich einzuteilen haben.

Die Verbindung von „Le Parkour“ mit dem Brennballspiel erfolgt zum einen deshalb, weil es den Hauptgedanken der Sportart, Hindernisse schnell und effizient zu überwinden, aufgreift. Zum anderen dient das Spiel dazu, die Motivation der SuS zu fördern.

3.2.4 Erwartete Schwierigkeiten und Handlungsalternativen

Zu Beginn der UE könnte die Verbindung von „Le Parkour“ mit dem Brennballspiel und der Aufgabenstellung die Hindernisse ohne Handaufsetzen überwinden Probleme verursachen. Es könnte sein, dass die SuS sich weigern die Aufgabenstellung auszuführen und es zu Diskussion und Verweigerung kommt. Sollte dies passieren, muss die LAA darauf verweisen, dass die SuS nur die Hindernisse überwinden müssen, die sich jeder individuell wagt und verantworten kann. Werden die SuS übermutig und es gehen Gefahren daraus hervor, muss das Spiel abgebrochen werden und es muss ebenfalls auf das Verantworten verwiesen werden.

In der Erarbeitung ist es durchaus möglich, dass die SuS die Aufgabenstellungen in den Kleingruppen nicht wie erwartet ausführen, daher müssen ggf. intensivierende Impulse in den einzelnen Kleingruppen gegeben werden um funktionale Lösungen anzubahnen. Auch könnte es sein, dass einzelne SuS sich nicht mit der Aufgabenstellung in der Kleingruppe beschäftigen, daher müssen diese zur Mitarbeit aufgefordert werden. Des Weiteren ist sensibel wahrzunehmen, wie sich die SuS in den Phasen der Kleingruppenarbeit innerhalb dieser artikulieren und verhalten, um frühzeitig verantwortungsloses Verhalten und ggf. Überforderungen zu erkennen.

In Gesprächsphasen ist es sicherlich so, dass sich einzelne SuS nicht diszipliniert an die Regeln der Sozialformen halten (Sitzen in einem Kreis, aufrecht Sitzen, Aufmerksamkeit), um zu vermeiden, dass sich dieses Verhalten zukünftig normalisiert, müssen die SuS immer wieder dazu aufgefordert werden die Regeln einzuhalten.

Am Ende der UE wird das Zielspiel vom Anfang wieder aufgegriffen. Trotz der Erarbeitung und Übung der Überwindung der Hindernisse, entsprechend der Aufgabenstellung, können auch hier Probleme auftreten, da es als Wettkampf zwischen den zwei Teams durchgeführt wird. Diese Wettkampfform soll motivierend auf die SuS wirken, birgt jedoch gleichzeitig die Gefahr, dass Hindernisse zu hektisch ausgeführt werden, was sich ungünstig auf die erarbeitete und geübte Technik auswirken kann. Der Wettkampfgedanke könnte zudem die Sicherheit gefährden, wenn bspw. im Fokus der SuS nur noch die schnelle Überwindung der Hindernisse steht. Auch in diesem Fall, muss das Spiel unterbrochen werden und auf die sichere und technisch saubere Überwindung der Hindernisse verwiesen werden.

3.3 Geplanter Stundenverlauf

Phase	Lehrschritte/Lehrformen Intention und Aktivität der LAA	Inhaltsaspekte (z.B. Gegenstände, Fachbegriffe, Fragestellungen, Aufgaben...)	Lehrschritte/Lernformen Intendiertes Schülerverhalten	Organisation (Material)
Einstieg/ Erwärmung	LAA sammelt SuS im Sitzkreis, begrüßt sie, stellt den Besuch vor, und gibt einen groben Ausblick auf die UE.	Begrüßung und Transparenz über die Stunde.	SuS hören aufmerksam zu.	Sitzkreis, Klassenverband
	LAA erklärt den Ablauf der Einstimmung/ Erwärmung und teilt die SuS in zwei gleich starke Teams, wobei die Einteilung von der Lehrkraft bereits im Vorfeld der Stunde erfolgte.	Die SuS spielen das Spiel „Parkourbrennball“ nach den Regeln der letzten Stunde unter der <u>Aufgabe:</u> <ul style="list-style-type: none"> Zum Überqueren der Kästen dürfen nicht die Hände aufgesetzt werden. <u>Wichtig:</u> <ul style="list-style-type: none"> Es müssen dabei nur Hindernisse überwunden werden, die sich jeder individuell wagt und verantworten kann. 	Die SuS absolvieren den Parkour Mit der Aufgabenstellung wird ein Problem auftreten, was das Ausführen der Aufgabe schwierig bis gar nicht möglich macht.	Hindernisparkour: 6 Kästen (2x1 Kastenteil, 2x2 Kastenteile, 2x3 Kastenteile), 4 kleine Matten, 6 Pylonen, 3 kleine umgedrehte Kästen und ein Tennisball
Kognitive Phase (Problematik- sierung/ Hin- führung)	LAA sammelt SuS im Sitzkreis und führt die SuS zur Erarbeitung des Stundenthemas hin. LAA nimmt Einteilung in 7 Kleingruppen vor und Verweis auf Arbeitsaufträge an der Wand.	Benennung der Erfahrungen bei der Bewältigung der Hindernisse. <u>Impuls:</u> <ul style="list-style-type: none"> „Wie hat es funktioniert?“ „Warum ist es nicht mehr für alle möglich alle Hindernisse zu überwinden?“ „Wie könnte das Problem gelöst werden?“ <u>Arbeitsaufträge:</u> <ol style="list-style-type: none"> Erarbeitet gemeinsam Sprünge mit Hilfe der Wand, mit denen ihr das Hindernis ohne Handeinsatz überwinden könnt. Überlegt gemeinsam die wichtigsten Bewegungsmerkmale (Anlauf/Absprung, Abdruck, Landung) die für das Gelingen entscheidend sind → Jeder sollte es Vormachen und erklären können! → Arbeitsaufträge und Tippkarten hängen nochmal an der Wand! → Jede Gruppe übt zunächst nur mit dem Kastenoberteil! 	<u>Antizipierte Antworten:</u> <ul style="list-style-type: none"> Überqueren einiger Hindernisse nicht möglich bzw. sehr schwer Fehlen einer Abdruckfläche Wand als Abdruckfläche 	Sitzkreis, Klassenverband
Erarbeitungsphase	LAA beobachtet die Erarbeitung und wirkt bei Bedarf unterstützend.	Erarbeitung der Bewältigung des jeweiligen Hindernisses mit Hilfe der Wand und Beschreibung der Bewegungsausführung hinsichtlich Anlauf/Absprung,	SuS erarbeiten die Aufgabenstellung.	Kleingruppen Arbeitsaufträge,

		Abdruck, Landung		Tippkarten
Präsentation	LAA sammelt die SuS im Halbkreis vor einer Station.	2-3 SuS werden ausgewählt zum vormachen des Sprungs, die anderen müssen in der Lage sein, die Bewegungsausführung hinsichtlich Anlauf/Absprung, Abdruck und Landung LAA: <ul style="list-style-type: none"> • Kästen in den Kleingruppen wieder in die Ausgangsposition bringen, dann darf jeder für sich an einem selbst gewählten Kästen üben • Stellt euch dazu immer der Reihe nach auf • Der SuS der gesprungen ist, beobachtet seinen Nachfolger/in und gibt entsprechend der erarbeiteten Merkmale Tipps zur Verbesserung. 	Die SuS präsentieren ihre Ergebnisse Anlauf/Absprung: 45 Grad Winkel, Absprung mit dem Wand entfernten Bein Abdruck: mit dem Wand näheren Bein Landung: Mit dem Wand entfernten Bein	Halbkreis, Klassenverband
Übung	LAA beobachtet die Übung und wirkt bei Bedarf unterstützend	Die SuS üben individuell	SuS üben an den selbstgewählten Kästen	Einzelarbeit
Anwendung/Vertiefung	LAA sammelt die SuS kurz im Sitzkreis und moderiert das Parkourbrennball an.	Das Parkourbrennballspiel wird mit Einbezug des Tic-Tac Sprung gespielt. Dabei darf sich jeder Läufer für jeden erfolgreichen Tic Tac Sprung eine Karte (1 Punkt) aus dem Kasten nehmen und in den zweiten transportieren. Evtl. Invaliden übernehmen die Schiedsrichterfunktion. <u>Aufgabe:</u> <ul style="list-style-type: none"> • „Wie funktioniert das Spiel nun im Vergleich zum Stundenbeginn?“ 	Die SuS wenden das Gelernte im Brennballparkour an.	
Abschlussreflexion	LAA sammelt die SuS im Sitzkreis Jede Gruppe baut ihre Station selbst ab	Reflexion des Lernerfolgs der Stunde. <u>Impuls:</u> <ul style="list-style-type: none"> • „Im Vergleich zum Stundenbeginn was hat sich verändert?“ 	Die SuS reflektieren über ihre Lernprogression <ul style="list-style-type: none"> • Überquerung der Hindernisse möglich 	Sitzkreis, Klassenverband
Didaktische Reserve	LAA moderiert	<u>Impuls:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Was können wir mit dem Tic-Tac alles erreichen? <ul style="list-style-type: none"> - <i>Hindernisse in die Weite überwinden</i> - <i>Hindernisse in die Höhe überwinden</i> <i>Richtungsänderung durch Abdruck von der Wand</i>	Die SuS reflektieren	Sitzkreis, Klassenverband

Literatur

Laging, R. (2013). *Didaktische Prinzipien des Lehrens und Lernens von Bewegungen*. In Sportunterricht 62 (2013), Heft 12, Schorndorf.

Ministerium für Schule und Weiterbildung des Landes Nordrhein-Westfalen (MSW NRW) (2012). Richtlinien und Lehrpläne für die Sekundarstufe II – Gymnasium/Gesamtschule in Nordrhein-Westfalen. Sport. Ritterbach: Frechen.

Rochhausen, S. (2010). *Parkour im Schulturnen. Le Parkour & Freerunning-Praxishandbuch für das Hallentraining mit Kindern und Jugendlichen*. Books on Demand GmbH, Norderstedt.

Serwe-Pandrick, E. (2013). *Learning and doing by thinking? Zum Unterrichtsprinzip der „reflektierten Praxis“*. In Sportunterricht 62 (2013), Heft 4, Schorndorf.

Internetquellen:

Freearts of Movements e.V. (2013). *Parkour im Schulsport – kreativ und sicher. Begleitskript für Lehrerfortbildungen*. Zugriff am 23.11.2015 unter: <http://www.sportforum-mals.it/downloads/ParkourSchulsport-kreativundsicher.pdf>

Unfallkasse Nordrhein-Westfalen (UK NRW) (2015). *Parkour in der Schule*. Zugriff am 26.11.2015 unter: <http://www.unfallkasse-nrw.de/sicherheit-und-gesundheitsschutz/betriebsart/schulen/parkour-in-der-schule.html>

Anhang

Arbeitsauftrag

- ✓ Ihr seid ein Team! Jedes Gruppenmitglied arbeitet mit
- ✓ Erarbeitet Sprünge um das Hindernis zu überwinden – die Wand hilft euch dabei
- ✓ Wie müsst ihr:
 - anlaufen/abspringen
 - euch abdrücken
 - landendamit der Sprung gelingt
- ✓ Kann es jeder aus eurer Gruppe den anderen erklären und vorführen?

Hinweis

Beginnt zunächst mit nur einem Kastelement (Deckel)

Wenn ihr nicht weiter wisst: nutzt die Tippkarte

Für Schnelle:

- ✓ Wie könnt ihr die Bewegung schwieriger gestalten?

Tippkarte zum Tic-Tac Sprung

1. Anlauf/Absprung:

- Von welcher Seite erfolgt der Anlauf?
- Wie ist der Absprung (einbeinig/zweibeinig)?
- Wenn einbeinig, dann mit welchem Bein?

2. Körperposition/Abdruck von der Wand:

- Wie ist die Körperposition in der Luft?
- Womit erfolgt der Wandabdruck?

3. Landung:

- Wie erfolgt die Landung (einbeinig oder zweibeinig)?
- Wenn einbeinig, dann mit welchem Bein?

