

**Stundenentwurf gem. § 34 Abs. 4 OVP für die
unterrichtspraktische Prüfung im Fach Sport im Rahmen
der Zweiten Staatsprüfung für das Lehramt der Sekundarstufe II/I**

Studienseminar für Lehrämter an Schulen – Essen – Seminar für das Lehramt an Gymnasien
und Gesamtschulen, Hindenburgstr. 76-78, 45127 Essen

Studienreferendar:

Ausbildungsschule:

Datum:

Uhrzeit: 2. Stunde (8.50 – 9.50)

Lerngruppe: 9c (19 Schülerinnen)

Ausbildungslehrer: BdU

Ort: Turnhalle

Prüfungskommission

Vorsitzende:

weitere Schulvertreterin:

fremder Seminarausbilder:

bekannter Seminarausbilder:

Thema des Unterrichtsvorhabens bzw. der Reihe

Selbständige Erarbeitung einer Gruppenchoreographie im Ballkorobics mit dem Sportgerät
Basketball zur Förderung der kreativen Gestaltung von Choreographien mit der gesamten
Lerngruppe

Thema der Unterrichtsstunde

„Aus zwei wird vier“ – Selbständige Erarbeitung einer Ballkorobicschoreographie mit zwei
neuen Elementen in Kleingruppen mit Basketbällen zur Erweiterung des Bewegungsrepertoires

Pädagogische Perspektiven und Inhaltsbereiche:

Leitende Pädagogische Perspektive: (B) Sich körperlich ausdrücken, Bewegung gestalten

Weitere Pädagogische Perspektive: (E) Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen

Leitender Inhaltsbereich: (6) Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz,
Bewegungskünste

ergänzender Inhaltsbereich: (1) Den Körper wahrnehmen, Bewegungsfähigkeit
ausprägen

Kernanliegen

Die Schülerinnen sollen in Kleingruppen jeweils zwei neue Aerobicsschritte mit Basketbällen erarbeiten, diese als Experten einer anderen Gruppe vorstellen und mit deren Schritten zu einer Choreographie verbinden und präsentieren.

Ergänzende Zielaspekte

Die Schülerinnen sollen...

- sich in Kleingruppen über neue Aerobicsschritte unter Einbezug des Basketballs verständigen und diese gestalten
- ihre Ergebnisse aus der Gruppenarbeitsphase an andere Mitschülerinnen weitergeben und diese in ihrem Lernprozess unterstützen
- mögliche Schwierigkeiten bei der Vermittlung von neuen Schritten erkennen und benennen
- Verbesserungsvorschläge zur Vermittlung machen und anwenden (wenn nötig)
- überprüfen, ob bestimmte Anforderungen/Kriterien (1. Ball muss geprellt werden 2. Ein Schritt besteht aus 8 Zählzeiten) an die Gestaltung von Ballkorobicsschritten erfüllt werden

Einordnung in die Unterrichtsreihe

1. Einführung verschiedener Aerobicgrundschritte und Aufstellungsformen
2. „Basketball trifft Aerobic“ – Kombination von Aerobicsschritten und Armbewegung mit dem Basketball
3. Eigenständige Entwicklung von Armbewegungen mit dem Basketball in Kleingruppen zu den bekannten Grundschritten

4. **„Aus zwei wird vier“ – Selbständige Erarbeitung einer Ballkorobics-choreographie mit zwei neuen Elementen in Kleingruppen mit Basketbällen zur Erweiterung des Bewegungsrepertoires**
5. Verbindung der Gruppenergebnisse zu einer Ballkorobicschoreographie mit vier verschiedenen Schritten
6. Erstellung und Durchführung der Abschlusschoreographie aus den vier selbstentwickelten Schritten und den vier Grundschritten

Didaktisch-methodischer Begründungszusammenhang

Ballkorobics – auch BallKoRobics geschrieben – setzt sich aus den Begriffen Ball, Koordination und Aerobic zusammen. Die Ursprünge von Ballkorobics liegen im Bereich des Fußballs, wo es in erster Linie zur Verbesserung der Koordinationsfähigkeit eingeführt wurde. Dazu werden Aerobic-elemente mit fußballspezifischen Bewegungen kombiniert um so koordinative und konditionelle Fähigkeiten zu verbessern. Neben dem Einsatz im fußballerischen Bereich, wird Ballkorobics als fitnessorientiertes Bewegungsprogramm durchgeführt. Dabei werden Aerobic-elemente mit basketballtypischen Bewegungen kombiniert, so dass unter dem Einsatz von Aerobicmusik, ganze Choreografien mit dem Sportgerät Basketball durchgeführt werden können. Es gibt verschiedene Grundaufstellungen, die sich nach dem Schwerpunkt der Akzentuierung richten: neben der klassischen Blockaufstellung aus der Aerobic, gibt es Kreis- oder Gassenaufstellung, in der sich zwei Reihen gegenüberstehen. Diese schließen die Übergabe des Balles mit ein, wodurch mit einem Partner zusammengearbeitet werden muss. Nach Vorstellung der einzelnen Aufstellungsformen, hat sich der Kurs für die klassische Blockaufstellung entschieden. Die gewählte Aufstellungsform für die heutige Stunde ergibt sich daraus.¹

Ich unterrichte die Klasse 9c seit Beginn des Schuljahres 2008/09 im Rahmen des Bedarfsdeckenden Unterrichts im Fach Sport und schätze den Kurs als leistungsstark mit hoher Leistungsbereitschaft ein. Eine Schülerin, die auf Grund von häufiger Erkrankung selten sportlich aktiv am Unterricht teilnimmt, kann mit dem allgemeinen Leistungsniveau jedoch nicht mithalten. Bei aktiver Teilnahme wird sie dennoch immer wieder von der Gruppe unterstützt und kann sich in den Unterricht integrieren.

¹ Slomka, Gunda: Aerobictraining. S. 117-119. Meyer und Meyer Verlag 2002.

Die Schülerinnen sind mit der Vorgehensweise selbständig in Kleingruppen Ergebnisse zu erarbeiten und zu präsentieren vertraut und haben in der Vergangenheit gute Ergebnisse abgeliefert.

Die Richtlinien und Lehrpläne für das Fach Sport sehen vor, dass in der Sekundarstufe I der Inhaltsbereich 6 „Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste“ behandelt wird². Das Unterrichtsvorhaben steht vor allem unter der Pädagogischen Perspektive B: „Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten“³. Dies trifft gerade auf die heutige Stunde zu, in der sich die Schülerinnen mit der Gestaltung von Bewegungen auseinandersetzen.

Bewegungserfahrungen, die im Sportunterricht gesammelt werden, können dazu beitragen die Freude an der Bewegung aufrechtzuerhalten und dadurch die Schülerinnen zum weiteren Sporttreiben motivieren. Besonders dann, wenn „...solche Empfindungen im Sport durch eigenes Tun erschlossen und kontrolliert werden können...“⁴, können sie zu einer positiven Verstärkung des Persönlichkeitsprofils führen. Daher liegt in dieser Stunde – wie im gesamten Unterrichtsvorhaben auch – der Schwerpunkt auf der selbständigen Erweiterung des Bewegungsrepertoires in Kleingruppen. Da diese Bewegungserfahrungen in der Zusammenarbeit mit anderen Schülerinnen gemacht werden, findet auch die Pädagogische Perspektive E: „Kooperieren, Wettkämpfen und sich verständigen“ Berücksichtigung⁵.

Mit dem **Unterrichtseinstieg** wird an den Verlauf der Unterrichtsreihe angeknüpft. Den Schülerinnen ist das Ziel der Unterrichtsreihe – eine Gruppenchoreographie mit möglichst vielen verschiedenen Schritten zu entwickeln – bekannt. Da im Unterricht erst vier Schritte eingeführt worden sind, besteht die Notwendigkeit weitere Schritte zu entwickeln. Sollten die Schülerinnen nicht von selbst auf das Stundenthema kommen, ist es meine Aufgabe sie durch Fragen im Unterrichtsgespräch darauf hinzuführen.

Die **Erwärmung** soll die Schülerinnen auf die Erarbeitung einstimmen, indem die bereits bekannten Schritte wiederholt werden. Jeder Schritt umfasst acht Zählzeiten, so dass der im Aerobic übliche Musikbogen von 32 Zählzeiten zustande kommt. Die bekannten Schritte sind: Step-Touch, 4 vor, Leg Curl und V-Step (s. Anhang), bei denen der Ball auf den Zählzeiten 4 und 8, oder auf jeder zweiten Zählzeit geprellt wird. Im bisherigen Verlauf des

² Ministerium für Schule, Wissenschaft und Forschung des Landes Nordrhein-Westfalen: Sekundarstufe I – Gymnasium; Richtlinien und Lehrpläne; Sport. Ritterbach Verlag, Frechen 2001, Seite 41f.

³ ebd., S. 35-36.

⁴ ebd., S. 35.

⁵ ebd., S. 38.

Unterrichtsvorhabens sind die einzelnen Schritte an zwei Kriterien gebunden gewesen: jeder Schritt besteht aus acht Zählzeiten und der Ball muss geprellt werden. Weitere Kriterien – wie etwa Synchronität – sind für den Gegenstand der heutigen Stunde nicht notwendig. Das gilt auch für den Einsatz von Musik: die Schülerinnen müssen nicht synchron auf den Takt der Musik sein. Die Musik dient als zusätzliche Motivation. Der Takt wird dagegen von einer Schülerin vorgegeben, die diesen während der Choreographie vorzählt. Diese Vorgehensweise hat sich als notwendig gezeigt, da die Schülerinnen eine Orientierungshilfe brauchen, um eine einheitliche Durchführung der Choreographie zu ermöglichen. Eine Dehnungsphase ist auf Grund der Belastung der heutigen Stunde nicht nötig.

Die erste **Kognitiven Phase** leitet sich aus dem Einstieg ab. Die Arbeit in verschiedenen Gruppen (A, B, C und D) bietet sich an, da hierbei in kurzer Zeit unterschiedliche Ergebnisse erarbeitet werden können, die alle in eine spätere Choreographie einfließen. Die Vorgabe von zwei Kriterien (1. Basketball muss geprellt werden 2. Ein Schritt besteht aus 8 Zählzeiten) stellt sicher, dass die Einzelergebnisse zu einem Gruppenergebnis (Choreographie) zusammengefasst werden können, ohne dass die Gruppen in ihrer Kreativität zu stark eingeschränkt werden. Die Gruppeneinteilung für die erste **Erarbeitungsphase** bereitet die spätere Mischung der Expertengruppen vor. Die farblich unterschiedlichen und durchnummerierten Gruppenaufkleber sollen eine schnelle Zuordnung ermöglichen. Diese komplexe Zuordnung wird mit einer graphischen Darstellung (s. Anhang) verdeutlicht.

Die **Kognitive Phase** im Anschluss an die erste Erarbeitungsphase dient dazu, dass eine Gruppe exemplarisch für die anderen Gruppen ihre Ergebnisse präsentiert. Anhand der Präsentation soll überprüft werden, ob die Kriterien von der Gruppe und in der eigenen Erarbeitung umgesetzt wurden. So wird sichergestellt, dass keine Ergebnisse weitergegeben werden, die sich in der angestrebten Gruppenchoreographie nicht einbringen lassen. Die Bildung von Expertenteams und deren Arbeit in den **Erarbeitungsphase II** und **III** folgt dem Grundsatz der Mehrperspektivität. Die Schülerinnen nehmen sowohl die Rolle der Lehrenden als auch die der Lernenden ein, indem sie abwechselnd Schritte vermitteln und erlernen. Dazu werden die Gruppen AB, BA, CD und DC zusammengestellt. Da jede einzelne Gruppe zwei neue Schritte erarbeitet hat, werden nun pro Gruppe vier verschiedene Schritte eingeübt, so dass in den Gruppen AB und BA die gleichen Schritte umgesetzt werden. Das gleiche gilt für die Gruppen CD und DC. Ungerade Zahlen der Gruppenmitglieder haben keinen Einfluss auf das Verfahren, da trotzdem alle Gruppenmitglieder die Rolle von Experten einnehmen können.

Aus meinen Erfahrungen mit der Lerngruppe sehe ich keine bestimmten Probleme, die bei der Vermittlung der Gruppenergebnisse auftreten könnten. Dennoch möchte ich in der **Zwischenreflexion** meine Einschätzungen an dieser Stelle überprüfen und den Schülerinnen Gelegenheit geben, eventuelle Probleme zu benennen und Lösungsvorschläge zu sammeln. In der **Erarbeitungsphase III** wird die Arbeit der vorherigen **Erarbeitungsphase II**, fortgesetzt. Die einzelnen Schritte werden zu einer Choreographie zusammengeführt. Dazu werden nun aus den vier einzelnen Gruppen die Gruppen AB und CD gebildet. Gegebenenfalls setzen die Gruppen Verbesserungsvorschläge aus der **Zwischenreflexion** um, um die Arbeit zu optimieren.

Über die Präsentation der Gruppenergebnisse in der **Präsentationsphase** können die Schülerinnen überprüfen, ob die Ergebnisse in die geplante Gruppenchoreographie am Ende der Unterrichtsreihe eingebaut werden können. Dazu müssen sie feststellen, ob die vorher vereinbarten Kriterien berücksichtigt wurden.

Eine alternative Vorgehensweise für die Weitergabe der neuen Schritte wäre z.B., dass sich aus den einzelnen Gruppen immer zwei Schülerinnen zusammenfinden und sich gegenseitig die neuen Schritte beibringen. Im nächsten Schritt finden sich dann vier Schülerinnen zusammen um die Schritte weiter einzuüben, bevor abschließend alle acht Schülerinnen eine Gruppe bilden. Zum einen ist dieses Verfahren zeitaufwendiger, so dass die Schülerinnen keine Zeit hätten ihre neue Choreographie innerhalb der Unterrichtsstunde zu präsentieren. Zum anderen stellt sich aus meiner Sicht nicht die Notwendigkeit mehrere Arbeitsschritte einzubauen, um die erwarteten Ergebnisse zu erreichen.

Sollte sich herausstellen, dass die Schülerinnen während der einzelnen Erarbeitungsphasen überfordert sind, kann die Anzahl der zu erarbeitenden Schritte von zwei auf eins reduziert werden. So verbleibt mehr Zeit für die Erprobung der einzelnen Schritte. Da die Schülerinnen bereits mit den Grundschritten vertraut sind, erwarte ich, dass sich ihre Ergebnisse an diesen Schritten orientieren. Daher sollten sie mit der Anforderung zwei Schritte zu entwickeln nicht überfordert sein.

Verlaufsplan

Phase	Inhalt	Organisation/ Unterrichtsform/Medien	Didaktisch-methodischer Kommentar
Einstieg	<ul style="list-style-type: none"> - Begrüßung - Gespräch über den Verlauf der Unterrichtsreihe: <i>Was haben wir bereits gemacht und welches Ziel verfolgen wir?</i> - das Thema der Stunde wird aus dem Gespräch hergeleitet: um eine möglichst vielseitige Choreographie durchzuführen, müssen weitere Elemente erarbeitet werden 	Sitzkreis, Lehrer-Schülerinnen Gespräch	Den Schülerinnen wird deutlich gemacht, dass die Stunde an dem bisherigen Unterricht anknüpft. Vor dem Hintergrund einer Gruppenchoreographie mit möglichst vielen verschiedenen Schritten entwickeln zu wollen können sich die Schülerinnen erschließen, dass weitere Schritte entwickelt werden müssen.
Erwärmung	<ul style="list-style-type: none"> - zur Erwärmung werden die dem Kurs bereits bekannten Schritte wiederholt - dabei handelt es sich um vier verschiedenen Schritte, die jeweils aus acht Zählzeiten bestehen - eine Schülerin leitet dabei den Kurs an 	Blockaufstellung, Basketbälle, Musikanlage, Aerobicmusik	Neben der Erwärmung dient diese Phase vor allem der Einstimmung auf die spätere Phase der Gruppenarbeit. Die Aerobicmusik dient in allen Phasen nur als zusätzliche Motivation. Die Schülerinnen müssen nicht im Takt der Musik sein, da dies für den Gegenstand der Stunde unerheblich ist und nicht thematisiert wird. Neben der Blockaufstellung sind den Schülerinnen noch Kreis- und Gassenaufstellung bekannt. Der Kurs hat sich jedoch für die Blockaufstellung entschieden.
Kognitive Phase I	<ul style="list-style-type: none"> - Besprechung des Arbeitsauftrages: zwei neue Schritte erarbeiten, um auf das Ziel – eine möglichst vielseitige Choreographie, mit dem gesamten Kurs zu erstellen – hinzuarbeiten - es werden zwei Kriterien wiederholt, die beachtet werden müssen: <i>1. acht</i> 	Sitzkreis, Lehrer-Schülerinnen Gespräch, Aufkleber	Der Arbeitsauftrag knüpft an den Einstieg an: das Ziel, möglichst viele Schritte zu entwickeln wird auf Grund der Rahmenbedingungen auf zwei begrenzt. Die Kriterien sind den Schülerinnen bereits bekannt und stellen die Rahmenbedingungen dar, in denen die Gesamtchoreographie entwickelt werden soll.

	<p><i>Zählzeiten pro Aerobicsschritt, 2. der Basketball muss geprellt werden</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - die Schülerinnen werden mit Hilfe von farbigen Klebschildern, die von 1 bis 5 durchnummeriert sind, in die Gruppen A,B,C und D eingeteilt - falls kranke Schülerinnen anwesend sein sollten, werden diese so eingeteilt, dass sich max. eine kranke Schülerin pro Gruppe wiederfindet 		<p>Die Einteilung in vier Gruppen mit Hilfe von farbigen Aufklebern soll die spätere Einteilung in die Gruppen AB und CD erleichtern. Die Einteilung in die Gruppen erfolgt durch den Lehrer, damit die Gruppen möglichst schnell gebildet werden. Anwesende kranke Schülerinnen sollen sich an der Gruppenarbeit beteiligen. Da die Schülerinnen ihre Ergebnisse präsentieren und weitergeben sollen, darf nicht mehr als eine Schülerin, die nicht aktiv am Sportunterricht teilnimmt, in jeder Gruppe sein.</p>
Erarbeitung I	<ul style="list-style-type: none"> - die einzelnen Gruppen erarbeiten zwei neue Schritte mit Basketbällen, die den besprochenen Kriterien entsprechen müssen (s. Kognitive Phase I) - der Lehrer hilft den Schülerinnen bei möglichen Fragen 	<p>Gruppenarbeit, Basketbälle, Musikanlage, Aerobicmusik</p>	<p>Die Gruppen erarbeiten jeweils zwei neue Schritte. Gruppen denen es leichter fällt können drei Schritte erarbeiten, von denen sie zwei für die spätere Choreographie auswählen müssen. Damit findet eine innere Differenzierung statt: Leistungsstärkere Schülerinnen können einen weiteren Schritt entwickeln.</p>
Kognitive Phase II	<ul style="list-style-type: none"> - eine Gruppe präsentiert die von ihr entwickelten Schritte; die restlichen Gruppen geben ein kurzes Feedback, zur Umsetzung des Arbeitsauftrages - anhand des Feedbacks sollen die einzelnen Gruppen ihrerseits die eigenen Schritte überprüfen - jeweils zwei Gruppen schließen sich zu einer neuen Gruppe zusammen, so dass die Gruppen AB und CD entstehen - die Schülerinnen finden sich als Expertenteams zusammen: dazu 	<p>Sitzkreis, L-S-Gespräch Flipchart</p>	<p>Die Zwischenpräsentation soll sicherstellen, dass die einzelnen Gruppen den Arbeitsauftrag richtig umgesetzt haben, bevor sie ihre Schritte in die weitere Gruppenarbeitsphase einbringen. Die Durchnummerierung der Gruppenaufkleber ermöglicht eine einfache Zuteilung der Experten. So schließen sich z.B. die Schülerinnen A1-A2 mit den Schülerinnen B3-B5 und die Schülerinnen A3-A5 mit den Schülerinnen B1-B2 zusammen, damit so etwa gleichgroße Gruppen entstehen. Auf dem Flipchart ist die Gruppenzusammenstellung graphisch dargestellt, um den Schülerinnen die Gruppenbildung zu</p>

	kommen immer zwei bis drei Schülerinnen aus zwei Gruppen zusammen, so dass sich die Gruppen AB, BA, CD und DC bilden		verdeutlichen.
Erarbeitung II	- die neu gebildeten Expertenteams stellen sich gegenseitig die von ihnen erarbeiteten Schritte vor und üben sie miteinander ein	Gruppenarbeit, Basketbälle, Musikanlage, Aerobicmusik	Die Neueinteilung der Gruppen ermöglicht, dass alle neu entwickelten Schritte innerhalb der Unterrichtsstunde weitergegeben und zu einer neuen Choreographie zusammengestellt werden können. Im Gegensatz zu dem Lernen in der Großgruppe, können die Experten in den kleinen Gruppen auf individuelle Schwierigkeiten besser eingehen.
Zwischen-Reflexion	- die Schülerinnen berichteten über die Arbeit in den Gruppen; mögliche Schwierigkeiten werden angesprochen und Verbesserungsvorschläge für die Vermittlung der Schritte gesammelt	S-S- und S-L-Gespräch Stehkreis	Die Zwischenreflexion dient dazu, den Erarbeitungsprozess zu optimieren. Eventuelle Schwierigkeiten können im Kurs besprochen und Tipps der anderen Gruppen eingeholt werden.
Erarbeitung III	- die Gruppen arbeiten weiter – mögliche methodische Verbesserungsvorschläge sollen aufgenommen werden	Gruppenarbeit, Basketbälle, Musikanlage, Aerobicmusik	Wenn nötig, versuchen die einzelnen Gruppen die Verbesserungsvorschläge umzusetzen.
Präsentation	- die zuvor aus vier Gruppen neu gebildeten zwei Gruppen präsentieren nacheinander ihre erarbeiteten Choreographien; während der Präsentation sitzt die zuschauende Gruppe am Mittelkreis und überprüft, ob die Kriterien erfüllt worden sind	Gruppenpräsentation, Schülerinnenbeiträge Basketbälle, Musikanlage Aerobicmusik,	Die Präsentation bietet den Schülerinnen die Möglichkeit, ihre Ergebnisse vorzustellen. Da es das Ziel der Unterrichtsreihe ist, eine Gruppenchoreographie mit der gesamten Lerngruppe zu gestalten, bekommt die zuschauende Gruppe bereits einen ersten Überblick über die neuen Schritte, die sie in der anschließenden Stunde lernen soll.
Abschluss	- Ausblick auf die nächste Stunde und Verabschiedung	Sitzkreis, Abschlussgespräch	Die Schülerinnen werden über den weiteren Verlauf der Unterrichtsreihe und wie ihre Ergebnisse weiter genutzt werden, informiert.

Literatur

Ministerium für Schule, Wissenschaft und Forschung des Landes Nordrhein-Westfalen:
Sekundarstufe I – Gymnasium; Richtlinien und Lehrpläne; Sport. Ritterbach Verlag, Frechen
2001

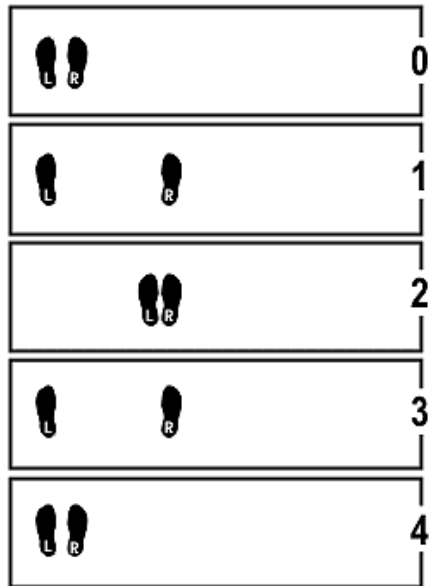
Slomka, Gunda: Aerobictraining. Meyer und Meyer Verlag 2002.

www.ballkorobics.de (5.11.2009)

Anhang

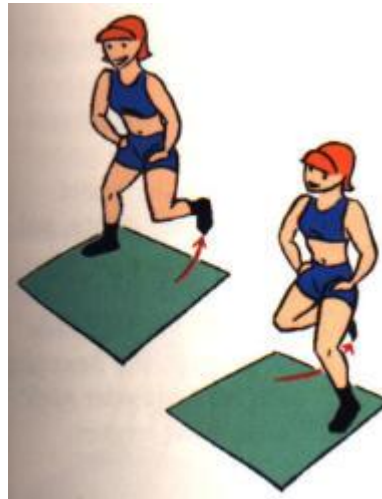
Bekannte Aerobicsschritte (nur für Prüfungskommission)

I. Step Touch



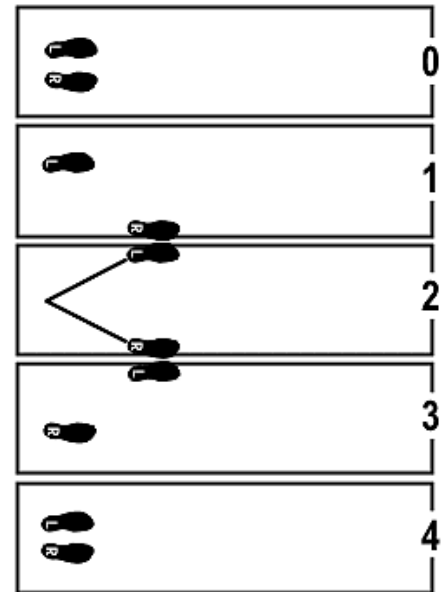
- 0 Ausgangsstellung
- 1 Rechten Fuß zur Seite
- 2 Linken Fuß beiziehen
- 3 Linken Fuß zurück
- 4 Rechten Fuß beiziehen

II. Leg-Curl



- 0 Ausgangsstellung
- 1 Rechter Fuß anfersen
- 2 Rechter Fuß zurück
- 3 Linker Fuß anfersen
- 4 Linker Fuß zurück

III. V-Step



- 0 Ausgangsstellung
- 1 Rechten Fuß schräg vor
- 2 Linken schräg zurück
- 3 Rechten Fuß zurück
- 4 Linken Fuß beiziehen

IV. 4-vor

pro Zählzeit ein Schritt nach vorn

1-4 vor

1-4 (bzw. 5-6) zurück in Ausgangsposition

Quelle: www.fitnessonline.at/wissen/aerobic/aerobicsschritte/start_auswahl.html 13.11.2009

Übersicht Gruppeneinteilung AB, BA, BC und CD

Gruppe AB

A1 A2 A3 B3 B4

Gruppe BA

B1 B2 A4 A5

Gruppe CD

C1 C2 C3 D4 D5

Gruppe DC

D1 D2 D3 C4 C5