



Schriftlicher Entwurf für den 3. Unterrichtsbesuch am

1 Datenvorspann

Name:
Fach: Sport
Lerngruppe: Klasse 8a (Anzahl **21 SuS, 7w/14m**)
Zeit: 10.00 – 11.00 Uhr
Schule:
Sportstätte:

Fachseminarleiter:

Thema der Stunde:

Reflektierte Erarbeitung zentraler Bewegungsmerkmale für die Oberarmrolle am Parallelbarren zur Erweiterung normgebundener turnerischer Bewegungserfahrungen auf grundlegendem Niveau

Thema des Unterrichtsvorhabens:

Turnen am Parallelbarren – Erprobung und Erarbeitung turnerischer normgebundener und normungebundener Bewegungen auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau zur Erweiterung der Bewegungserfahrungen in verschiedenen Körperlagen

Inhalt

1	Datenvorspann.....	0
2	Längerfristige Unterrichtszusammenhänge.....	1
2.1	Thema des Unterrichtsvorhabens	1
2.2	Darstellung des Unterrichtsvorhabens.....	1
2.3	Begründungszusammenhänge	2
2.3.1	Schulische Rahmenbedingungen/Lerngruppenanalyse Fehler! Textmarke nicht definiert.	
2.3.2	Curriculare Legitimation	2
2.3.3	Fachdidaktische Einordnung	3
2.3.4	Aufbau des und Bedeutung der Stunde im UV	4
3	Unterrichtsstunde	5
3.1	Entscheidungen.....	5
3.2	Begründungszusammenhänge	6
3.2.1	Lernvoraussetzungen.....	6
3.2.2	Zentrale Inhalte (didaktische Akzentuierung) und didaktische Reduktion	6
3.2.3	Didaktisch-methodische Entscheidungen	6
3.2.4	Erwartete Schwierigkeiten und Handlungsalternativen	7
3.3	Verlaufsübersicht.....	8
4	Literatur.....	10
5	Anhang	11

2 Längerfristige Unterrichtszusammenhänge

2.1 Thema des Unterrichtsvorhabens

Turnen am Parallelbarren – Erprobung und Erarbeitung turnerischer normgebundener und normungebundener Bewegungen auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau zur Erweiterung der Bewegungserfahrungen in verschiedenen Körperlagen

2.2 Darstellung des Unterrichtsvorhabens

1. Selbstständige und schülerorientierte Erprobung von Bewegungsmöglichkeiten am Parallelbarren zum Erwerb normungebundener turnerischer Bewegungserfahrungen
2. Erfahrungsorientierte Erprobung des „Stützen“ am Parallelbarren zur Verdeutlichung des Stützens als zentrales Element des Turnens
3. Selbstständige Erprobung des Schwingens am Parallelbarren in Form des Gruppenturnens zur Förderung des selbstständigen, aufgabenorientierten und sozialen Umgangs

4. Erarbeitung des Vor- und Rückschwungs am Parallelbarren zur Erweiterung
5. Erprobung verschiedener Sitzpositionen am Barren aus dem Vorschwung zur Erweiterung der Bewegungsmöglichkeiten am Barren
6. Wiederholung der Rolle vorwärts am Boden und ihrer Bewegungsmerkmale zur Festigung der Rollbewegung als Grundlage für Rollerfahrten an Geräten
7. **Reflektierte Erarbeitung zentraler Bewegungsmerkmale für die Oberarmrolle am Parallelbarren zur Erweiterung normgebundener turnerischer Bewegungserfahrungen auf grundlegendem Niveau**
8. Differenzierte Erprobung der Oberarmrolle mit Hilfen an der Kastengasse oder am Parallelbarren zur Bewältigung von individuell angepassten Wagnis- und Leistungssituationen
9. Selbstständige und schülerorientierte Erarbeitung einer Gruppenchoreografie, die normungebundene und normgebundene Bewegungsmöglichkeiten am Parallelbarren verbindet, zur Förderung der Kooperation
10. Durchführung einer Präsentation der Gruppenchoreografien mit einem schülerorientiert entwickelten Kriterienkatalog zur Leistungsbewertung

2.3 Begründungszusammenhänge

2.3.1 Curriculare Legitimation

Sek I

Inhaltsfelder und inhaltliche Schwerpunkte¹

<i>Leitendes Inhaltsfeld</i>	<i>inhaltliche Schwerpunkte</i>
a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	<ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen • Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens
<i>Weiteres Inhaltsfeld</i>	<i>inhaltliche Schwerpunkte</i>
f) Wagnis und Verantwortung	<ul style="list-style-type: none"> • Spannung und Risiko • Emotionen (u.a. Freude, Frustration, Angst)

Bewegungsfelder, Sportbereiche und inhaltliche Kerne²

<i>Leitendes/r Bewegungsfeld/Sportbereich</i>	<i>inhaltliche Kerne</i>

¹ Vgl. MSW NRW 2012, S. 17f. Die in diesem Abschnitt fett gedruckten Inhalte sind für die Akzentuierung der Lehrprobe besonders wichtig. Außerdem sind unter den inhaltlichen Schwerpunkten nicht alle der im KLP G8 aufgelisteten Schwerpunkte jedes Inhaltsfelds aufgeführt, sondern nur jene, die eine Rolle für den Schwerpunkt der geplanten Stunde spielen werden.

² Vgl. MSW NRW 2012, S. 19f.

5) Bewegen an Geräten – Turnen	<ul style="list-style-type: none"> • Turnen an Geräten (Bank oder Balken, Barren oder Reck, Boden, Sprunggerät) • Turnen an Gerätebahnen oder -kombinationen
---------------------------------------	--

Kompetenzerwartungen in den Jahrgangsstufen 7 -9³

<i>Bewegen an Geräten – Turnen (5)</i>
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz
<p><i>Die Schülerinnen und Schüler können</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • An Turngeräten oder Gerätekombinationen turnerische Bewegungen auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau normungebunden oder normgebunden ausführen und verbinden • Eine turnerische oder akrobatische Gruppengestaltung kooperations- und teamorientiert entwickeln, einüben und präsentieren sowie dazu Ausführungs- und Gestaltungskriterien benennen
Methodenkompetenz
<p><i>Die Schülerinnen und Schüler können</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • In Gruppen selbstständig, aufgabenorientiert und sozial verträglich üben sowie für sich und andere verantwortlich Aufgaben im Übungs- und Lernprozess übernehmen • Bewegungsgestaltungen und -kombinationen zusammenstellen und präsentieren • Sich in turnerischen Übungs- und Lernprozessen fachsprachlich situationsangemessen verständigen sowie grundlegende methodische Prinzipien des Lernens und Übens turnerischer Bewegungen erläutern
Urteilskompetenz
<p><i>Die Schülerinnen und Schüler können</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Eine Präsentation – allein oder in der Gruppe – nach ausgewählten Kriterien bewerten

2.3.2 Fachdidaktische Einordnung

Turnen ist ein Sportbereich, der besonders viele pädagogische Möglichkeiten bietet, da er sowohl physische, psychische als auch soziale Aspekte beinhaltet. Turnen verbessert im physischen Bereich die konditionellen Fähigkeiten Beweglichkeit und Kraft. Die intensive Beanspruchung des Rumpfes, der Arme und des Schultergürtels können auch einen Ausgleich für die einseitigen Bewegungsanforderungen im Alltag darstellen. Des Weiteren werden ebenfalls koordinative Fähigkeiten gefördert sowie sicheres und situationsangemessenes Bewegunghandeln. Vielseitige Bewegungserfahrungen insbesondere in Form von ungewöhnlichen Körperzuständen, in denen Orientierungen verloren gehen, zum Beispiel Schwingen und Rollen schulen die Orientierungsfähigkeit und fördern die Bewegungssicherheit.

³ vgl. MSW NRW, 2012, S. 25. Die hier aufgeführten Kompetenzen sind auf jene reduziert, die für das Kernanliegen der Stunde eine Rolle spielen. Besonders wichtige Aspekte sind fett gedruckt. Ferner werden an dieser Stelle nur die Kompetenzerwartungen für das leitende Bewegungsfeld/ den leitenden Sportbereich behandelt.

Turnen bietet außerdem die Möglichkeit soziale Beziehungen und soziales Miteinander in Form von partnerschaftlichem Handeln und Verantwortung beim Helfen und Sichern zu verbessern.⁴

Andere Sportarten weisen diese spezifischen und materialen Erfahrungen, welche wertvoll für die motorische Entwicklung sind weniger oder nur in geringem Maße auf, sodass Turnen als inhaltlicher Gegenstand nur begrenzt austauschbar oder ersetzbar ist.

Die Auseinandersetzung mit Geräten kann auf zwei verschiedene Weisen Sinn ergeben. Auf der einen Seite steht das formgebundene Turnen, das durch historisch entwickelte Bewegungsformen gekennzeichnet ist und auf der Entwicklung von Fertigkeiten, Fertigungsverbindungen sowie Bewertungsregeln beruht. Man spricht daher auch von einer Turnkunst, bei der die ästhetische Norm und Bewegungsqualität im Vordergrund steht und eine Einführung in das Gerätturnen in seiner Eigenart mit besonderen Erfahrungsmöglichkeiten darstellt. Diese Form des Turnens basiert auf einer Sachorientierung mit dem Ziel sich das Kulturgut des Turnens anzueignen und eine Handlungsfähigkeit in diesem Bereich herzustellen. Freies Turnen dagegen rückt die Bewegungsbeziehung des Menschen zu einem Gerät und auch der Menschen zueinander in den Mittelpunkt. So werden die Bewegungsbedürfnisse des Individuums ernst genommen und herausgefordert, in dem die Schülerinnen und Schüler durch eigenes Erfinden und Gestalten ihre eigene persönliche optimale Bewegung finden können. Diese Turnauffassung ermöglicht ein unkompliziertes Tätigsein, da die Bewegungen in der Regel auf Antrieb gelingen. Im Vordergrund stehen hier die Schülerorientierung, Körper sensibilität, Kreativität, Individualität und Sozialität. Beide Turnauffassungen zeigen für sich alleine gesehen eine sehr einseitige Betrachtung.⁵

Stützen, Schwingen und Rollen sind zentrale Elemente und Grundtätigkeiten des Turnens, aber keine alltäglichen Tätigkeiten, sodass sie neue Bewegungsmöglichkeiten und Herausforderungen bieten. Der Reiz des Schwingens liegt unter anderem in der Schwungauslösung, -vergrößerung, -erhaltung und Variation, während das Rollen eine kontinuierliche, runde Fortbewegung des Körpers in einer neuen Raumdimension ermöglicht.⁶

2.3.3 Aufbau des UV und Bedeutung der Stunde im UV

Der schulinterne Lehrplan schreibt in der Sekundarstufe I das Turnen an standardisierten Geräten vor, an denen Fertigkeiten erlernt oder bereits erlernte Fertigkeiten in Bewegungsverbindungen ausgeführt werden. In der Jahrgangsstufe 8 steht der Parallelbarren im Vordergrund, an dem die Schülerinnen und Schüler Erfahrungen mit dem Schwingen im Stütz, verschiedenen Sitzpositionen und der Rolle vorwärts machen sollen. Der Parallelbarren ist ein normiertes Gerät im Turnen, das jedoch im Leistungsbereich ausschließlich den Jungen bzw. Männern vorbehalten ist und damit eine männliche Form des Bewege ns darstellt. Mädchen sollten aber nicht vom Erwerb der Stützkraft ausgeschlossen werden, da sie nicht nur wichtig für andere turnerische Bewegungsformen ist, sondern auch für die Alltagsmotorik. Daher scheint es sinnvoll die Geschlechtsspezifik aufzuheben.⁷

⁴ GUV, 1997, S. 6f.

⁵ Zeuner et al., 2012, S. 9f.

⁶ Zeuner et al., 2012, S. 11f.

⁷ Hafner, 2009, S. 4f.

Das Unterrichtsvorhaben vernetzt Formen der individuellen normungebundenen Bewegungsdeutung mit traditionellen normgebundenen Bewegungsdeutungen, sodass die Schülerinnen und Schüler sowohl in spielerischer Form als auch nach exakten Ausführungsanweisungen das Turnen am Gerät erfahren. Diese Sammlung von freien und standardisierten Aufgaben konfrontiert die Schülerinnen und Schüler mit der Bewegungsvielfalt an einem Gerät. Da es wichtig ist zunächst fundamentale Erfahrungen an Geräten zu sammeln, bevor traditionell geturnt werden kann, beginnt das Unterrichtsvorhaben mit der selbstständigen und schülerorientierten Erprobung von normungebundenen Bewegungsmöglichkeiten am Parallelbarren und der erfahrungsorientierten Erprobung des Stützens als zentrale Tätigkeit des Turnens. Im Anschluss daran machen die Schülerinnen und Schüler ihre ersten Erfahrungen mit dem Schwingen am Parallelbarren in Form des Gruppenturnens. Dies fördert nicht nur den selbstständigen, aufgabenorientierten und sozialen Umgang der Schülerinnen und Schüler untereinander, sondern stellt auch einen Sicherheitsaspekt dar, da das zu hohe und sich selbst überschätzende Schwingen mit mehreren Schülerinnen und Schülern an einem Gerät gleichzeitig nicht möglich ist. In diesen ersten Unterrichtseinheiten steht das normungebundene und freie Turnen im Vordergrund. Dies soll den Schülerinnen und Schülern die Angst und Unlust vor dem Turnen nehmen, indem sie erst einmal eigene Bewegungsmöglichkeiten am Parallelbarren abseits der Normierung erfahren und entwickeln können.

Durch die im Anschluss gezielte Erarbeitung des Vor- und Rückschwungs werden die Schülerinnen und Schüler in den normgebundenen Bereich des Turnens überführt und erproben in der folgenden Unterrichtseinheit das Einnehmen von verschiedenen Sitzpositionen aus dem Vorschwung. Dadurch erfahren die Schülerinnen und Schüler, dass der Körper durch verschiedene Bewegungsmöglichkeiten in Kontakt zum Gerät treten kann.

Bevor die zentralen Bewegungsmerkmale der Oberarmrolle am Parallelbarren erarbeitet werden können, wird eine Wiederholung der Rolle vorwärts am Boden durchgeführt, da diese die Grundlage für Rollbewegungen an Geräten bildet. In der nächsten Stunde erweitern die Schülerinnen und Schüler ihre Rollerfahrten und erarbeiten in einem Stationenbetrieb zentrale Bewegungsmerkmale für die Oberarmrolle am Parallelbarren. Auf der Basis dieser Arbeitsergebnisse haben die Schülerinnen und Schüler in der darauffolgenden Unterrichtseinheit die Möglichkeit die turnerisch normierte Bewegung der Oberarmrolle an unterschiedlichen Gerätearrangements und mit Hilfen in individuell angepassten Wagnis- und Leistungssituationen zu erproben. Damit sind die Unterrichtseinheiten, die sich mit ausschließlich normgebundenen turnerischen Bewegungen beschäftigen abgeschlossen. Die Schüler sollen nun ihre gewonnenen Bewegungserfahrungen aus dem normungebundenen und normgebundenen Turnen vernetzen, in dem sie in Gruppen eine Choreografie erarbeiten, die beide Arten der Auseinandersetzung beinhaltet. Gemeinsam mit den Schülerinnen und Schülern wird ein Kriterienkatalog erarbeitet, der zur Leistungsbewertung der Präsentation der Gruppenchoreografie dient.

3 Unterrichtsstunde

3.1 Entscheidungen

Thema der Stunde

Reflektierte Erarbeitung zentraler Bewegungsmerkmale für die Oberarmrolle am Parallelbarren zur Erweiterung normgebundener turnerischer Bewegungserfahrungen auf grundlegendem Niveau

Kernanliegen

Die Schülerinnen und Schüler sollen zentrale Bewegungsmerkmale für die Oberarmrolle reflektiert erarbeiten, indem sie in Form eines Stationenbetriebs ihre Rollerfahrungen normgebunden erweitern.

3.2 Begründungszusammenhänge

3.2.1 Lernvoraussetzungen

Der Sportunterricht der Jahrgangsstufe 8 ist seit Schuljahresbeginn von drei auf zwei Wochenstunden verkürzt. Die Lerngruppe kann als heterogen bezeichnet werden, da zum Beispiel auch die körperlichen Voraussetzungen und Entwicklungsstände, genauso wie die Leistungsfähigkeit sehr unterschiedlich sind. Insgesamt herrscht eine gute Lernatmosphäre und die Schülerinnen und Schüler arbeiten in der Regel gut zusammen. Die Lerngruppe ist bewegungsfreudig und motiviert, hat jedoch dem Turnen gegenüber Vorbehalte. Zum Teil ist dies auf Angst vor Verletzungen oder Blamage zurückzuführen. Dem Großteil der Schülerinnen und Schüler hat das Rollen am Boden keine großen Schwierigkeiten bereitet und sie sind es gewohnt in Gruppen zusammen zu arbeiten.

3.2.2 Zentrale Inhalte (didaktische Akzentuierung) und didaktische Reduktion

In der vorliegenden Unterrichtsstunde erweitern die Schülerinnen und Schüler ihre Rollerfahrungen, indem sie sich mit verschiedenen Rollvariationen auseinandersetzen. Diese Rollvarianten mit und ohne Gerätehilfen stellen nur einen sehr begrenzten Ausschnitt dar, der die wichtigsten Bewegungsmerkmale für die Oberarmrolle am Parallelbarren aufzeigt. Durch die Auseinandersetzung mit diesen Bewegungsformen sollen die Schülerinnen und Schüler erkennen, welche Bewegungsmerkmale zentral für die Oberarmrolle am Barren sind und die Abgrenzung zur Rolle vorwärts am Boden erklären.

Da die turnerische Bewegung der Oberarmrolle wie alle turnerischen Bewegungen äußerst komplex ist, da besondere Anforderungen an die Gleichgewichtsfähigkeit, Körperspannung und Stützkraft der Schülerinnen und Schüler gestellt werden und diese im Sportunterricht alleine nicht ausreichend trainiert werden können, ist es nicht das Ziel die Oberarmrolle am Parallelbarren als normgebundene Übung ohne Hilfen turnen zu können. Die Stunde bietet hingegen die Möglichkeit verschiedene Teilelemente der Rolle am Barren zu erproben und ihre Relevanz für die Bewegungsausführung der Oberarmrolle am Barren zu erkennen. Dabei werden gleichzeitig die turnerischen Grundtätigkeiten Stützkraft, Rollfähigkeit und Körperspannung geschult.

3.2.3 Didaktisch-methodische Entscheidungen

Die Unterrichtseinheit wird im Sitzkreis begonnen, sodass ein gemeinsamer Einstieg, an dem alle Schülerinnen und Schüler teilnehmen, gewährleistet ist und das Stundenthema transparent gemacht werden kann.

Das Spiel Zombieball wurde zur ersten Erwärmung ausgewählt, da die SuS dieses Spiel als sehr motivierend empfinden und es gleichzeitig ihr Herz-Kreislauf-System aktiviert. Des Weiteren haben die SuS einen großen Bewegungsdrang, dem damit Rechnung getragen wird und nach dem Auspowern im Spiel zu einer konzentrierteren Arbeitsphase führen soll.

Da gerade beim Turnen einige der Schülerinnen und Schüler Scham empfinden, stellen die Schülerinnen und Schüler selbst die Gruppen zusammen, indem sie sich gleichmäßig hinter den Hütchen verteilen, an dessen Stelle im Anschluss die Station aufgebaut werden kann. Ein Gruppenmitglied holt sich dann bei der LAA einen Aufbauplan ab und ist damit für die Organisation des selbstständigen Aufbaus der jeweiligen Station durch die Schülerinnen und Schüler zuständig. Da ein Rad des Mattenwagens defekt ist, werden zwei Schülerinnen und Schüler bestimmt, die den Mattenwagen fahren. Sind alle Stationen aufgebaut haben die Schülerinnen und Schüler vor Beginn des Stationenbetriebs die Gelegenheit sich noch einmal spezifisch auf das Stundenthema hin zu erwärmen, indem sie auf der Mattenfläche die Rolle vorwärts am Boden ausführen, um eine größere Bewegungssicherheit zu erlangen, bevor sie ihre Rollerfahrten erweitern.

Danach erhält jede Gruppe eine Stationskarte mit der Aufgabenstellung der jeweiligen Station. Die Schülerinnen und Schüler haben nun die Möglichkeit sich erst einmal mit der Aufgabenstellung vertraut zu machen und gegebenenfalls Fragen zu stellen. Dies entlastet in zweierlei Hinsicht die Erarbeitungsphase. Zum einen können die Schülerinnen und Schüler sofort mit der Aufgabe beginnen, da sie eine Vorstellung davon haben, wie die Übung aussehen soll und zum anderen hat die Gruppe beim Stationswechsel die Aufgabe der neuen Gruppe die Übung zu erklären sowie vorzumachen.

Der Stationenbetrieb trägt zur Erlebnisvielfalt der Rollerfahrten bei und verhindert, dass die Schülerinnen und Schüler sich bei der Durchführung der Übungen von der ganzen Klasse beobachtet fühlen. Gleichzeitig stellen diese Sympathiegruppen einen sozialen Schonraum dar. Der Stationendurchlauf wird durch akustische Signale in Kombination mit mündlichen Ansagen strukturiert.

Haben alle Gruppen jede Station einmal durchlaufen, werden die Sacherfahrten der Schülerinnen und Schüler im Anschluss gemeinsam besprochen und reflektiert, sodass sich Bedeutungs- und Sinnzuweisungen der einzelnen Übungen an den Stationen ergeben, indem die Schülerinnen und Schüler sich mit der Frage auseinandersetzen, welche Bewegungsmerkmale aus dem Stationenbetrieb wichtig sind, damit eine Oberarmrolle am Parallelbarren gelingen kann. Durch diese Art des Fertigkeitlernens soll der Kern des Bewegungsproblems bzw. der motorischen Handlung erkannt werden.⁸

3.2.4 Erwartete Schwierigkeiten und Handlungsalternativen

Es wäre ebenfalls möglich gewesen den zentralen Inhalt der Unterrichtsstunde zu Beginn zu problematisieren, indem die Schülerinnen und Schüler die Aufgabe bekommen hätten eine Rolle an einer niedrigen Kastengasse durchzuführen. Dabei hätten die Schülerinnen und Schüler kennen können, dass bestimmte Bewegungsfertigkeiten notwendig sind, um eine Oberarmrolle durchzuführen, ohne dass sie auf den Boden fallen und dass die Bewegungsmerkmale der Rolle vorwärts für diese Aufgabenstellung nicht ausreichen. Aufgrund der be-

⁸ Klingen, 2004, S. 3.

grenzten Zeit und dem erneuten Geräteumbau, der dadurch entstehen würde, habe ich mich jedoch gegen dieses Vorgehen entschieden. Des Weiteren gibt es in dieser Lerngruppe Schülerinnen und Schüler, die in der vorangegangenen Stunde bereits Respekt vor der Rolle am Boden zeigten und es besteht die Befürchtung diese Schülerinnen und Schüler mit einer derartigen Aufgabe zu überfordern, sodass sie sich den weiteren Rollerfahrten verweigern könnten.

3.3 Verlaufsübersicht

Lehrschritte / Lehrformen Intention und Aktivität der Lehrkraft	Inhaltsaspekte (z. B. Gegenstände, Fachbegriffe, Fragestellungen, , Aufgaben ...)	Lernschritte / Lernformen Intendiertes Schülerverhalten	Organisation
<i>Einstieg</i>			
Begrüßung Vorstellung des Besuchs Schaffen von Transparenz	Kurzer Ausblick auf den Verlauf der Sportstunde		Sitzkreis
<i>Aktivierungsphase</i>			
Die LAA leitet das Spiel ein, indem sie 3 Bälle in die Runde wirft.	Zombieball: Aktivierung des Herz-Kreislauf-Systems	Die SuS ohne Ball bewegen sich frei in der Halle, während die SuS mit Ball versuchen die anderen abzuwerfen.	Ganze Gruppe Invaliden als Hilfs- schiedsrichter
<i>Aufbau</i>			
Jede Gruppe erhält einen Aufbauplan für ihre Station. Für das Führen des Mattenwagens werden zwei SuS bestimmt.	Es gibt drei verschiedene Stationen, die jeweils in zweifacher Ausführung aufgebaut werden.	Jede Gruppe baut ihre Station selbstständig mithilfe des Aufbauplans auf. Ist die Station aufgebaut setzen sich die SuS an ihrer Station auf den Boden bis alle fertig sind.	Ca. SuS pro Gruppe Aufbaupläne
<i>Spezifische Erwärmung</i>			
Rollbewegung als Grundlage für die Arbeitsphase auffrischen	Rolle vorwärts am Boden	Die SuS führen eine Rolle vorwärts auf der Mattenfläche ihrer Station aus.	Kleingruppe
<i>Erprobungsphase</i>			
Die SuS erhalten ihre Stationskarte mit der Aufgabenstellung der jeweiligen Station. Die LAA beobachtet, beantwortet Fragen oder greift korrigierend ein.	Die SuS machen sich mit der Aufgabenstellung vertraut, sodass sie in der sich anschließenden Erarbeitungsphase wissen, was sie zu tun haben und dies auch den anderen SuS erklären können.	Die SuS erproben kurz die Aufgabe an ihrer Station und haben die Möglichkeiten Fragen zu stellen.	Kleingruppen Stationskarten

<i>Erarbeitungsphase</i>			
Die LAA strukturiert die Erarbeitungsphase durch akustische Signale und Ansagen.	3 Stationen: Rolle vorwärts aus dem Grätschstand in den Grätschsitz Rolle vorwärts auf dem Kasten aus der Hocke in der Grätschsitz Rolle vorwärts aus der Hocke in den Grätschsitz mit eingeklemmter Poolnudel in der Hüfte	Die SuS arbeiten selbstständig in ihren Kleingruppen an ihrer Aufgabe und durchlaufen die drei verschiedenen Stationen. Zwischen den Stationswechseln erklären die SuS die als letztes an dieser Station gearbeitet haben der nachfolgender Gruppe, was an dieser Station zu tun ist.	Kleingruppen Stationskarten
<i>Reflexion</i>			
Moderation	Welche Bewegungsmerkmale aus dem Stationenbetrieb sind wichtig, damit eine Oberarmrolle am Parallelbarren gelingen kann? Worin bestehen Gemeinsamkeiten und Unterschiede zur Rolle vorwärts am Boden?	Die SuS nennen wichtige Bewegungsmerkmale für die Rolle am Barren, die sich an den Stationen wieder finden. Die SuS erkennen Unterschiede und Gemeinsamkeiten zu Rolle vorwärts am Boden.	Sitzkreis UG

4 Literatur

Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung: *Informationen Sicherheit im Schulsport*. Berlin 1997, <http://publikationen.dguv.de/dguv/pdf/10002/si-8032.pdf> (letzter Zugriff 26.02.2014).

Hafner, S.: *Turnen in der Schule. Ein Praxiskonzept für die Sekundarstufe I*. Praxisideen Bd. 37. Schorndorf 2009.

Klingen, P.: Sinngebung und Bewegungsvorstellung. Zwei zentrale Punkte des Fertigkeitenslernens. In: *Sportunterricht* 53 (2004), 6, S. 1-8, <http://www.fssport.de/texte/klingen2.pdf> (letzter Zugriff 26.02.2014).

Ministerium für Schule und Weiterbildung, Wissenschaft und Forschung des Landes NRW: *Kernlehrplan für das Gymnasium - Sekundarstufe I in Nordrhein-Westfalen*. Sport Ritterbach Verlag, Frechen 2011.

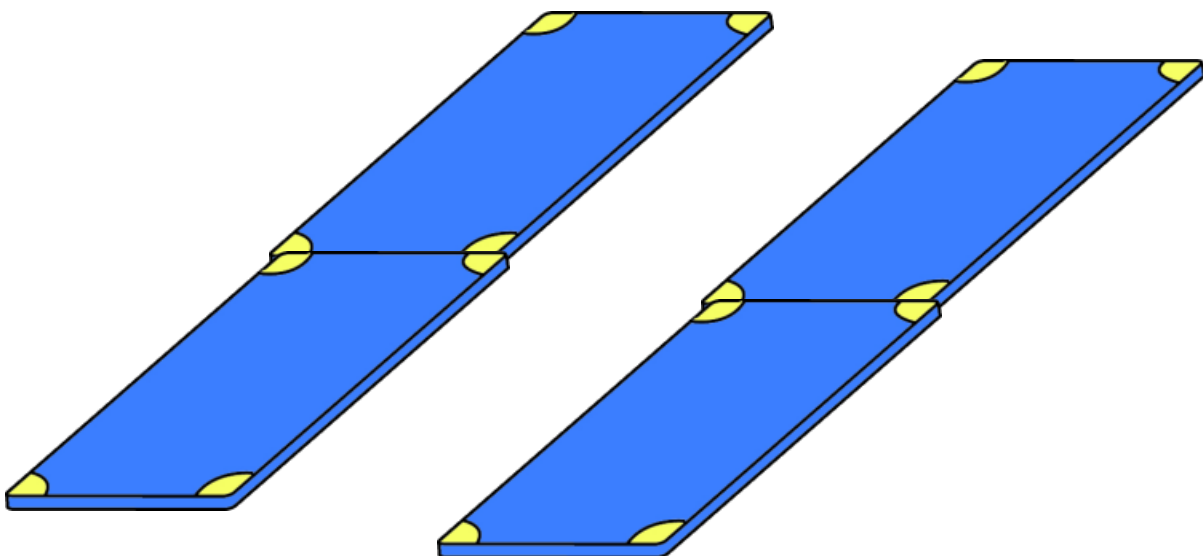
Zeuner, A. / Hoffmann, S. / Leske, R.: *Sportiv. Gerätturnen*. Leipzig 2012.

5 Anhang

Aufbaupläne

Station 1

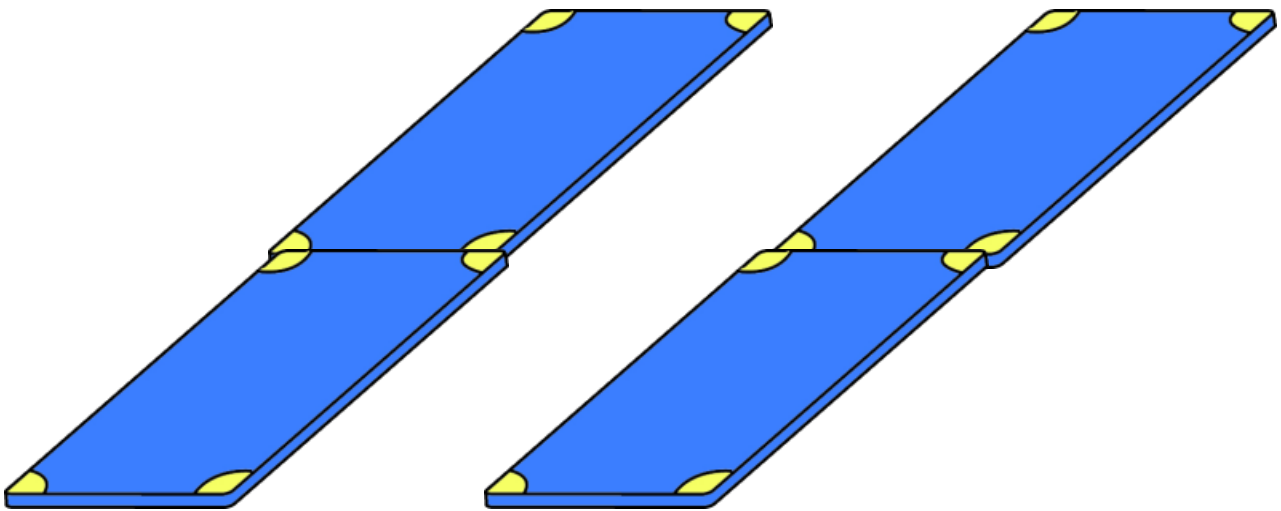
4 Turnmatten



Station 2

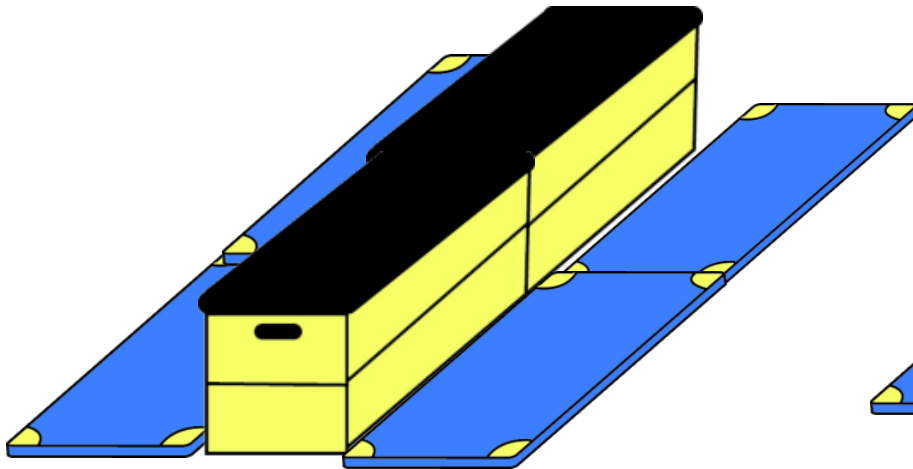
4 Turnmatten

4 Poolnudeln

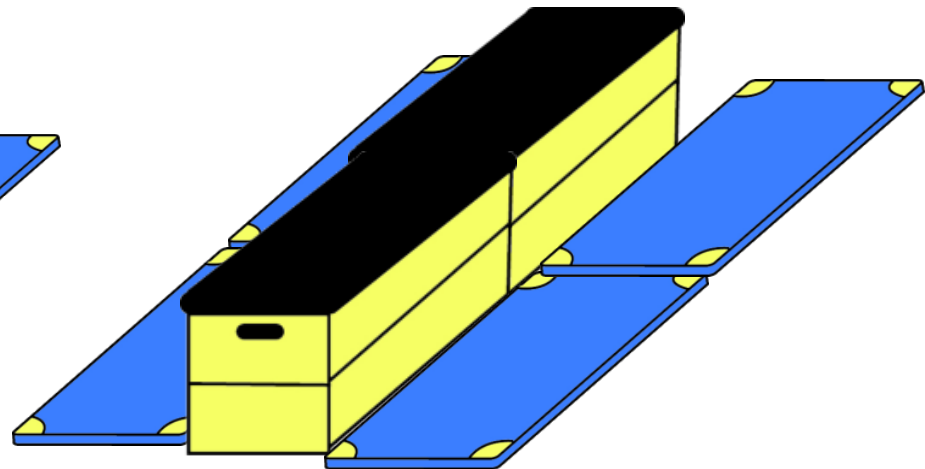


Station 3

2 Kastenteile
2 Kastenoberteile
4 Turnmatten



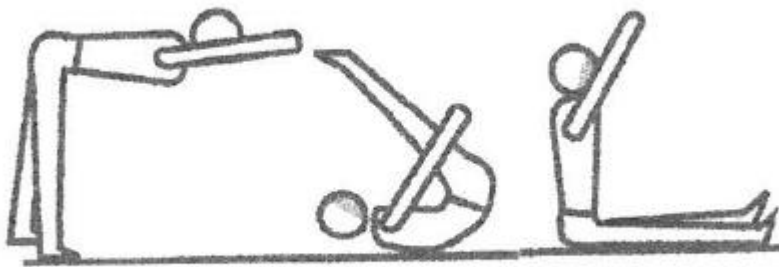
2 Kastenteile
2 Kastenoberteile
4 Turnmatten



Stationskarten

Station 1

Rolle vorwärts aus dem Grätschstand in den Grätschsitz



Grätschstand

Achte darauf, dass die Beine auch während der Rollbewegung gegrätscht bleiben!

Station 2

Rolle aus dem Hockstand in den Grätsch-sitz mit Poolnudel



Klemme die Poolnudeln im Hockstand in der Hüfte zwischen Oberschenkeln und Bauch fest.

Die Poolnudeln darf während der Rollbewegung nicht verloren gehen. Achte darauf, dass du die Beine während der Rollbewegung grätschst.

Station 3

Rolle vorwärts auf dem Kasten aus dem Hockstand in den Grätschsitz



Achte darauf, dass du die Beine während der Rollbewegung grätschst!