



Schriftlicher Entwurf für den 5. Unterrichtsbesuch am

1 Datenvorspann

Name:
Fach: Sport
Lerngruppe: 8a (30 SuS, 17w/13m)
Zeit: 11.50-12.35Uhr
Schule:
Sportstätte:

Fachseminarleiter/in:
Hauptseminarleiter/in:
Ausbildungslehrer/in: BdU
Schulleiter/In:
Ausbildungsbeauftragte/r:

Thema des Unterrichtsvorhabens:

Entwicklung einer Kleingruppenchoreographie im Rope-Skipping unter Berücksichtigung der Synchronität zur Förderung der Kommunikations- und Kooperationsfähigkeit in komplexen Gruppenprozessen

Thema der Unterrichtsstunde:

Gemeinsame Erarbeitung einer synchronen Ausführung eines Rope-Tricks am Beispiel des Side Swing zur Förderung der Kommunikation und Kooperation innerhalb der Gruppe

Kernanliegen:

Die SuS erarbeiten eine synchrone Ausführung des Side Swing in Kleingruppen, indem sie gemeinsam Methoden (Gesamtbewegung zergliedern, Trick verändern, Tempo verändern) entwickeln und im Ansatz zielorientiert anwenden.

Inhalt

1	Datenvorspann	1
2	Längerfristige Unterrichtszusammenhänge	3
2.1	Thema des Unterrichtsvorhabens.....	3
2.2	Darstellung des Unterrichtsvorhabens.....	3
2.3	Begründungszusammenhänge.....	4
2.3.1	Schulische Rahmenbedingungen/ Lerngruppenanalyse	4
2.3.2	Curriculare Legitimation	5
2.3.3	Fachdidaktische Einordnung.....	6
2.3.4	Aufbau des UV und Bedeutung der Stunde im UV	7
3	Unterrichtsstunde	8
3.1	Entscheidungen.....	8
3.2	Begründungszusammenhänge.....	8
3.2.1	Lernvoraussetzungen	8
3.2.2	Zentrale Inhalte (didaktische Akzentuierung) und didaktische Reduktion	9
3.2.3	Didaktisch- methodische Entscheidungen	10
3.3	Verlaufsplan	12
4	Literatur	13
5	Anhang.....	13

2 Längerfristige Unterrichtszusammenhänge

2.1 Thema des Unterrichtsvorhabens

Entwicklung einer Kleingruppenchoreographie im Rope-Skipping unter Berücksichtigung der Synchronität zur Förderung der Kommunikations- und Kooperationsfähigkeit in komplexen Gruppenprozessen.

2.2 Darstellung des Unterrichtsvorhabens

1.UE	Einführung in das Rope-Skipping unter besonderer Berücksichtigung der richtigen Sprung-, Arm- und Handhaltung beim Grundsprung „Basic Jump“ mit dem Ziel mit dem Partner synchron zu springen
2.UE	Gemeinsame Erarbeitung einer synchronen Ausführung eines Rope-Tricks am Beispiel des Side Swing zur Förderung der Kommunikation und Kooperation innerhalb der Gruppe
3.UE	Selbstständige Erarbeitung weiterer Rope-Tricks an Lernstationen mit Hilfe der erarbeiteten Methoden für eine synchrone Umsetzung in der Gruppe
4.UE	Entwicklung einer Kleingruppenchoreographie im Rope-Skipping (mind. 3 Tricks) unter Berücksichtigung einer synchronen Sprungabfolge
5.UE	Einübung der erarbeiteten Kleingruppenchoreographie nach einem festen Rhythmus unter Berücksichtigung der Synchronität
6./7.UE	Einübung der synchronen Kleingruppenchoreographie auf den Takt der Musik
8.UE	Präsentation und gemeinsame Auswertung der eingeübten Choreographien im Hinblick auf die Synchronität

2.3 Begründungszusammenhänge

2.3.1 Schulische Rahmenbedingungen/ Lerngruppenanalyse

Merkmale	Ausprägung	Konsequenzen für den Unterricht
Statistische und allgemeine Angaben	<p>Die Klasse setzt sich aus 13 Jungen und 17 Mädchen zusammen.</p> <p>Teilweise kommt es zur Austragung von Konflikten, die sich über den Tag zugespitzt haben (donnerstags 9.Std).</p> <p>Die SuS der 8a sind überwiegend sportbegeistert und motiviert und erscheinen pünktlich in der Sporthalle.</p> <p>Die Lerngruppe hatte bisher mehrere Sportlehrer, die sich den Wünschen der Klasse gefügt haben (hauptsächlich Fußball & Basketball).</p> <p>Ich unterrichte den Kurs im Rahmen des BdU seit den Sommerferien 2mal die Woche mit je 1 Stunde.</p>	<p>Es ergeben sich grundsätzlich keine Schwierigkeiten bei der Gruppenbildung.</p> <p>Einzelgespräche zur Ursachenklärung und Lösungsfindung. Rücksprache mit Klassenlehrer.</p> <p>Motivation durch Vermeidung von langen Wartezeiten und Pausen aufrecht halten. Viel Bewegung und SuS loben.</p> <p>Im gegenseitigen Einvernehmen darf die Klasse regelmäßig eine Wunschstunde gestalten, um die Motivation aufrechtzuerhalten.</p> <p>Es kann auf eingeführte Rituale zurückgegriffen werden (Sitzkreis, Pfiff zur Aufmerksamkeitslenkung)</p>
Leistungsfähigkeit und Motivation	<p>Die Unterrichtseinheit Rope-Skipping wurde bisher von den SuS gut aufgenommen. Die Mehrzahl der SuS hat Freude am Rope-Skipping.</p> <p>Einige Jungen sind bei ausstehendem Erfolg schnell demotiviert und entziehen sich dem Unterrichtsgeschehen (teilweise auf Pubertät zurückzuführen).</p> <p>Einige SuS können bereits im Rhythmus und Takt der Musik skippen.</p> <p>Inaktive SuS</p>	<p>Die Motivation der SuS hat positive Auswirkungen auf den Unterricht bzw. das Lernklima.</p> <p>Die koordinative Überforderung wird durch individuelle Hilfestellungen seitens der LAA (methodische Reduktion) oder anderer SuS versucht zu reduzieren.</p> <p>Diese SuS als Experten einsetzen, um LAA zu entlasten.</p> <p>Aufgaben übertragen (Punkte zählen, Zeitmessung, Beobachtungsaufgaben, Korrekturhilfen)</p>
Vorkenntnisse / Vorerfahrungen	Für alle ist der Unterrichtsgegenstand „Rope Skipping“ neu.	Die Motivation der Gruppe und das Interesse am „Neuen“ nutzen.
Arbeits- und Sozialformen	Rituale: Sitzkreis zu Stundenbeginn/-ende und Unterrichtsgesprächen. Pfiff als Aufmerksamkeitslenkung	Rituale je nach Bedarf nutzen.
Äußere Bedingungen und Material	Es stehen 32 Ropes in untersch. Längen zur Verfügung.	

2.3.2 Curriculare Legitimation

Sek I

Inhaltsfelder und inhaltliche Schwerpunkte¹⁻²

<i>Leitende Inhaltsfelder</i>	<i>Inhaltliche Schwerpunkte</i>
e) Kooperation und Konkurrenz	<ul style="list-style-type: none"> • Soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen
b) Bewegungsgestaltung	<ul style="list-style-type: none"> • Gestaltungsformen und –kriterien (individuell und gruppenspezifisch) • Variationen von Bewegung (zeitlich, dynamisch)
<i>Weitere Inhaltsfelder</i>	<i>Inhaltliche Schwerpunkte</i>
a) Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung	<ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung • Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen

Bewegungsfelder, Sportbereiche und inhaltliche Kerne³

<i>Leitendes/r Bewegungsfeld/Sportbereich</i>	<i>Inhaltliche Kerne</i>
6) Gestalten, Tanzen, Darstellen- Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	<ul style="list-style-type: none"> • Gymnastik mit und ohne Handgerät (Rope)
<i>Weiteres/r Bewegungsfeld/Sportbereich</i>	<i>Inhaltliche Kerne</i>
1) Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	<ul style="list-style-type: none"> • Fitness- und Konditionstraining

Kompetenzerwartungen am Ende der Jahrgangstufe 8⁴

Gestalten Tanzen, Darstellen- Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (6)
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

¹ Die in diesem Abschnitt fett gedruckten Inhalte sind für die Akzentuierung der Lehrprobe besonders wichtig.

² http://www.standardsicherung.schulministerium.nrw.de/lehrplaene/upload/klp_SI/GE/SP/KLP_GE_Sport_Endfassung_2012-10-22.pdf, S.16.

³ http://www.standardsicherung.schulministerium.nrw.de/lehrplaene/upload/klp_SI/GE/SP/KLP_GE_Sport_Endfassung_2012-10-22.pdf, S.17.

⁴ http://www.standardsicherung.schulministerium.nrw.de/lehrplaene/upload/klp_SI/GE/SP/KLP_GE_Sport_Endfassung_2012-10-22.pdf, S.28ff.

Die Schülerinnen und Schüler können

- **ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens ausführen**
- **ausgewählte Merkmale von Bewegungsqualität (z.B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung sowie Synchronität von Körper/Musik und Partner/in) in Bewegungsgestaltungen- auch in der Gruppe- anwenden und variieren**

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- **sich mit Partner/innen absprechen und gemeinsame Lösungen von komplexen Gestaltungsaufgaben entwerfen, beschreiben und präsentieren**

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- **die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach ausgewählten Kriterien beurteilen**

2.3.3 Fachdidaktische Einordnung

„Rope Skipping“ bedeutet übersetzt Seilspringen und hat seinen Ursprung in den USA und wird zunehmend zur Vorbereitung und Erwärmung wie beispielweise im Boxen, Eishockey oder Fußball genutzt.⁵ Das Rope Skipping unterscheidet sich in einigen Punkten vom herkömmlichen Seilspringen⁶. Es wird zum Beat (Schlag) der Musik gesprungen, wodurch ein sehr schnelles und dynamisches Springen erzeugt werden kann. Verschiedene Sprungformen, die sogenannten Tricks⁷ sind ein besonderes Merkmal der Sportart und ermöglichen ein abwechslungsreiches Bewegungsangebot in der Schule. Es wurde bewusst im Rahmen des Unterrichtsvorhabens das Rope Skipping gewählt, da es aus dem Inhaltsfeld 6) Gestalten, Tanzen, Darstellen- Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste, derjenige Gegenstand (Sportart) ist, der auch bei Jungen Anklang findet. Das kreative schnelle Skippen zu einer Musik mit hohen Beatzahlen, die Anstrengung und die Steigerung der Komplexität der Tricks motiviert auch Jungen. Darüber hinaus eignet sich Rope Skipping für Partner-/Gruppenarbeiten, da das gemeinsame Entdecken, die gegenseitige Hilfe bei der Bewältigung von Tricks oder die Erarbeitung und Abstimmung einer Choreographie das Gruppenbewusstsein stärken können. Das Hauptaugenmerk des Unterrichtsvorhabens liegt auf der Förderung der

⁵ Vgl. Böttcher, H. (2009), S. 13ff.

⁶ Vgl. Böttcher, H. (2009), S. 15ff.

⁷ Der Begriff „Trick“ wird im weiteren Verlauf der Arbeit verwendet um verschiedene Sprungformen bzw. Stunts (Bein- und Armarbeit) zu beschreiben bzw. zusammenzufassen.

Handlungsfähigkeit bei der Gestaltung einer Kleingruppenchoreographie unter Berücksichtigung des Gestaltungskriteriums der Synchronität⁸. Bei der Entwicklung einer synchronen Kleingruppenchoreographie entstehen Schwierigkeiten (Problemorientierung), mit welchen sich die SuS selbstständig auseinandersetzen, sich darüber absprechen und gemeinsame Lösungen finden sollen. Meinen bisherigen Unterrichtserfahrungen und Wahrnehmungen⁹ zufolge stoßen viele SuS bei koordinativen Bewegungsabläufen schnell an ihre Grenzen und sind zum Teil überfordert. Die SuS sollen lernen, dass sie in der Gruppe mit- und voneinander lernen, gemeinsam Lösungen finden und sich auf ein Ziel einigen und erreichen können. Demnach wird nicht nur die individuelle Leistungs- und Belastungsfähigkeit¹⁰ gefördert (Beitrag zur Persönlichkeitsentwicklung), sondern auch das kooperative Lernen, welches nicht nur sportarten-, sondern auch fächerübergreifend eingesetzt werden kann.

Das Unterrichtsvorhaben orientiert sich an der Zergliederungsmethode (elementhaft-synthetisch)¹¹ um die SuS nicht motorisch zu überfordern und um Erfolgserlebnisse z.B. neuen Trick können) zu ermöglichen. Die Grundlage bilden die didaktischen Prinzipien „Vom Leichten zum Schweren“ (hier: Methodische Schritte zur Erlernung eines Tricks, einfache Tricks können in erweiterte Sprünge umgesetzt werden) und „Vom Einfachen zum Zusammengesetzten“ (hier: Sprünge kombinieren und in Kleingruppenarbeit eine Choreographie entwickeln und präsentieren können).

2.3.4 Aufbau des UV und Bedeutung der Stunde im UV

Zum Einstieg in das Unterrichtsvorhaben wurde der *Basic Jump* eingeführt. Es wurde dabei besonders auf eine richtige Arm-, Hand- und Sprunghaltung geachtet. Nachdem den SuS das Ziel des Unterrichtsvorhabens (Kleingruppenchoreographie) transparent gemacht worden ist und die SuS das Gestaltungskriterium Synchronität für eine gelungene Choreographie herausgestellt und erläutert haben, war der Schwerpunkt dieser Stunde mit dem Partner synchron den *Basic Jump* zu springen. Hierbei erarbeiteten und nutzten die SuS kommunikative Mittel (z.B. Anzählen, Blickkontakt) um sich gegenseitig einen Rhythmus vorzugeben. Einige SuS konnten den Takt der Musik (die zu Anfang einen rein motivationalen Charakter haben soll) anzählen und bereits gemeinsam zum Rhythmus der Musik springen. Ebenfalls war während der Übungsphase zu beobachten, dass einige SuS koordinativ überfordert waren. Durch Vormachen/ Nachmachen und Erklären versuchten einige SuS, die Überforderung bei ihrem Partner/in zu minimieren. Die unterschiedlichen Lern- bzw. Leistungsvoraussetzungen sollen als Ausgangspunkt für die heutige Stunde dienen. Die Progression der heutigen Stunde liegt darin, dass die SuS in Kleingruppen Methoden der Vereinfachung entwickeln, die es ermöglichen, dass alle in der Gruppe den Trick bzw. eine Variation des Tricks synchron springen können. Die Erhöhung

⁸ Der Begriff „Synchronität“ bedeutet hier gleichzeitig, abgestimmt, gemeinsam bzw. einheitliche Ausführung.

⁹ Hier speziell auf die Lerngruppe der Lehrprobe bezogen.

¹⁰ Vgl. Böttcher, H. (2009), S. 17.

¹¹ Vgl. Bielick, M. (2004). In: Sportunterricht, S. 10

der Gruppenzahl (von zwei auf vier) wird das Problem der Synchronität verschärfen und die SuS auffordern bereits bekannte Methoden wie beispielweise Anzählen, Blickkontakt, Vormachen/Nachmachen zu nutzen. Darüber hinaus können neue Methoden wie beispielweise die Gesamtbewegung in Teilelemente bzw. Schritte zergliedern (springen ohne Rope, mit seitlich drehendem Rope, zu einem Rhythmus springen) und isoliert üben oder aber auch die Anpassung des Tricks an die Gruppe durch Tempoveränderung oder Vereinfachung der Gesamtbewegung durch Reduktion, erfahren um das Ziel der Synchronität umsetzen zu können. Diese Methoden sollen im weiteren Verlauf des Unterrichtsvorhabens immer wieder eingesetzt werden können, wenn es darum geht neue Tricks innerhalb der Gruppe synchron zu erlernen und die eigentliche Choreographie (Kombination der Tricks) zu erarbeiten. Nachdem die Gruppen eine Choreographie erarbeitet haben, soll diese auf einen eigenen Rhythmus eingeübt werden. Anschließend soll diese eingeübte Choreographie auf den Takt der Musik übertragen, eingeübt und präsentiert werden. Die Choreographien werden abschließend gemeinsam hinsichtlich der Synchronität ausgewertet.

3 Unterrichtsstunde

3.1 Entscheidungen

Thema der Stunde

Gemeinsame Erarbeitung einer synchronen Ausführung eines Rope-Tricks am Beispiel des Side Swing zur Förderung der Kommunikation und Kooperation innerhalb der Gruppe

Kernanliegen

Die SuS erarbeiten eine synchrone Ausführung des Side Swing in Kleingruppen, indem sie gemeinsam Methoden (Gesamtbewegung zergliedern, Trick verändern, Tempo verändern) entwickeln und im Ansatz zielorientiert anwenden.

3.2 Begründungszusammenhänge

3.2.1 Lernvoraussetzungen

Die SuS der Klasse 8a kommen mit unterschiedlichen Leistungsvoraussetzungen in den Sportunterricht. Für alle ist Rope Skipping ein neuer Gegenstand. Es wurde zu Beginn des Unterrichtsvorhabens bereits deutlich, dass einige SuS den koordinativen Anforderungen gerecht werden und zum Teil mit dem Partner synchron auf den Takt der Musik springen können. Andere wiederum haben koordinative Schwierigkeiten und brauchen individuelle Hilfestellungen (s.2.3.4). Um die Leistungsunterschiede zu

vermindern, sollen in der heutigen Stunde heterogene Kleingruppen gebildet werden, in welchen sich die SuS in einem geschützten Raum gegenseitig helfen, sich verständigen und aufeinander eingehen um so eine gemeinsame einheitliche Ausführung des Tricks gestalten zu können. Einige SuS waren aufgrund von Bandproben (Schulkonzert) in der Einführungsstunde nicht anwesend oder konnten krankheitsbedingt nicht aktiv am Unterricht teilnehmen. Daher sollen zu Stundenbeginn wichtige Merkmale der Arm-, Hand, Sprunghaltung von den SuS wiederholt werden. Auftretende koordinative Schwierigkeiten sollen im Hinblick auf den Stundenschwerpunkt von den Kleingruppen selbstständig gelöst werden.

3.2.2 Zentrale Inhalte (didaktische Akzentuierung) und didaktische Reduktion

Im Zentrum der heutigen Stunde steht die Entwicklung und Anwendung von Methoden innerhalb der Gruppe, die es ermöglichen einen neuen Rope-Skipping Trick synchron springen zu können. Die Beherrschung unterschiedlicher Tricks ist Voraussetzung für die Gestaltung einer Gruppenchoreographie. Die Gestaltung bis hin zur Präsentation ermöglicht und fordert eine hohe sozial-kommunikative Kompetenz der SuS.¹² Eine Choreographie kann mitunter die Kriterien der Raumnutzung, Aufstellungsformen, Technik und Kreativität umfassen, welche die SuS allerdings überfordern könnten und in einem weiterführenden Unterrichtsvorhaben thematisiert werden können. Der Schwerpunkt wurde bewusst nur auf das Gestaltungskriterium *Synchronität* gelegt. Das gemeinsame Erarbeiten eines Sprunges, sich dabei abzustimmen, aufeinander einzugehen, die individuellen Fähigkeiten (Könnensstand) jedes Einzelnen in der Gruppe zu berücksichtigen¹³ und Lösungen zu finden, einander zu helfen und auch helfen zu lassen (Zergliederung der Gesamtbewegung, Tempo verändern bzw. reduzieren) werden durch die Vorgabe der Synchronität ausgelöst. Besonders die unterschiedlichen Leistungsfähigkeiten bzw.-voraussetzungen der SuS werden in der Gruppenarbeit deutlich. Einige SuS können auf methodische Teilschritte verzichten und den Trick relativ schnell umsetzen, wohingegen andere überfordert sind und eine Vereinfachung/Reduktion brauchen. Hinsichtlich der Synchronität sollen die SuS in ihrer Gruppe selbstständig Methoden entwickeln um die „Unterschiede“ in der Gruppe auszugleichen bzw. für Außenstehende nicht sichtbar werden zu lassen. Der gruppeninterne Austausch über Schwierigkeiten und der zielorientierte Umgang mit diesen treten in den Fokus. Nicht die einwandfreie technische Ausführung des Tricks wird erwartet, sondern, dass die SuS ihre eigene einheitliche Ausführung erarbeiten mit der alle Gruppenmitglieder zufrieden sind.

¹² Vgl. Bieligk, M. (2004). In: Sportunterricht, S. 10

¹³ Vgl. Böttcher, H. (2009), S. 7.

3.2.3 Didaktisch- methodische Entscheidungen

Die heutige Stunde beginnt mit einer Begrüßung der SuS im Sitzkreis. Auf dieses Ritual wird im weiteren Verlauf der Stunde in den Reflexionsphasen, da es sich bisher als funktional erwiesen hat, zurückgegriffen. Nach der Begrüßung soll den SuS kurz das Spiel bzw. die Aufwärmphase „Schattenlaufen“ erläutert werden. „Schattenlaufen“ wurde mit den SuS bereits im 1. Halbjahr einige Male während des Akrobatikvorhabens durchgeführt. Jedoch werde ich nochmal den Ablauf erläutern, damit es nicht zu Unstimmigkeiten bzw. Zeitverlust kommt. Beim „Schattenlaufen“ sollen sich die SuS in 2er Teams hintereinander durch die Halle bewegen. Der Vordermann/-frau macht eine Bewegung vor, welche vom Hintermann/-frau nachgemacht werden soll. Es wird regelmäßig gewechselt, so dass jeder S einige Bewegungen vorgegeben/vorgemacht hat. Nach einigen Minuten sollen die SuS das „Schattenlaufen“ zu viert durchführen. Dies dient einerseits dazu sich auf den Partner einzulassen, den Partner nachzumachen und auch anderen etwas vorzumachen und kann damit für die Gruppenarbeit entlastend wirken. Gleichzeitig kann durch dieses Aufwärmspiel (ansatzweise) synchrones Handeln in der Kleingruppe entstehen. Die Musik hat während der gesamten Stunde einen rein motivationalen Charakter, kann aber auch von den SuS als akustische Orientierung/Rhythmusvorgabe genutzt werden. Anschließend sollen die SuS wichtige Merkmale der Arm-, Hand-, Sprunghaltung beim Skipping in Sitzkreis wiederholen. Es ist an dieser Stelle möglich einen S freiwillig demonstrieren zu lassen, um den krank gewordenen SuS eine Bewegungsvorstellung zu ermöglichen und die benannten Merkmale visuell zu unterstützen. Der Begriff „Synchronität“ soll ebenfalls erläutert werden, da das Hauptaugenmerk des Unterrichtsvorhabens sowie der heutigen Stunde in der Entwicklung einer synchronen Ausführung innerhalb der Gruppe liegt. Die Lerngruppe wird durch Abzählen in sechs Gruppen eingeteilt, um ein produktives Arbeiten zu fördern und heterogene Gruppen vorliegen zu haben. Jede Gruppe erhält den Arbeitsauftrag und den zu erarbeitenden Side Swing (Trick) als Bilderreihe mit Schrittläuterung auf einem Arbeitsblatt. Es wurde für die heutige Stunde bewusst der Side Swing ausgewählt, da sich dieser Trick an den Basic Jump anlehnt und um zwei Teilelemente (seitliches Swingen rechts und links) ergänzt wird. Demnach lässt er sich bei koordinativen Schwierigkeiten in seine Teilelemente zergliedern. Darüber hinaus kann dieser Trick gut zu einem angezählten Rhythmus (langsam oder schneller) gesprungen werden. Ebenfalls kann er hinsichtlich der Leistungsdifferenzen variiert werden, indem Teilelemente ausgelassen oder mehrere Male hintereinander ausgeführt werden. Die SuS sollen sich während dieser Phase selbstständig mit der Bewegungsaufgabe auseinandersetzen und gemeinsam Methoden zur Lösung der Aufgabe (synchron springen) finden und erproben. Im Sinne der reflektierten Praxis helfen sich die SuS gegenseitig, indem sie sich die Bewegungen vormachen und nachmachen, sich gegenseitig beobachten und sich eine Rückmeldung geben. Anschließend sollen die Methoden der Gruppen im Sitzkreis gesammelt und weitere mögliche Methoden der Vereinfachung durch die SuS aufgezeigt werden. Die inaktiven SuS notieren die genannten Methoden auf

einem Zettel. Diese werden dann von mir zur nächsten Stunde auf Plakate übertragen. In der Zwischenreflexion soll den SuS bewusst werden, dass eine synchrone Ausführung nicht bedeutet, dass der Trick technisch einwandfrei wie in der Literatur vorgegeben sein muss, sondern dass sie ihn in der Gruppe durch Absprache und Zusammenarbeit verändern bzw. vereinfachen können. In der darauffolgenden Erarbeitungsphase sollen die SuS in ihren Kleingruppen die zuvor thematisierten Methoden bewusst anwenden und ihre eigene synchrone Ausführung des Tricks einüben. Im Sinne der Binnendifferenzierung erhalten Gruppen, die in dieser Phase bereits synchron springen können, einen weiteren Trick. In der Präsentationsphase sollen sich die Gruppen gegenseitig ihre synchrone Ausführung vorstellen. Das Präsentieren vor der gesamten Klasse wird vermieden, da die SuS dies nicht gewohnt sind und ihnen deshalb das Präsentieren vor größerem Publikum schwer fallen und sie sich schämen könnten. In der abschließenden Reflexion sollen die SuS die Methode(n), welche ihnen während bzw. in der Gruppenarbeit besonders geholfen hat (haben) herausstellen und begründen. Wenn sich weitere Methoden ergeben haben sollten, werden diese ebenfalls für die Plakate notiert. Die so entstehenden Plakate werden in den folgenden Stunden in der Halle ausgehängt, so dass sich die SuS daran orientieren und sie anwenden können.

3.3 Verlaufsplan

Unterrichtsphase	Inhaltlicher Schwerpunkt/Unterrichtsgeschehen	Organisation	Material
Erwärmung	<ul style="list-style-type: none"> • Begrüßung • Erläuterung des Aufwärmspiels „Schattenlaufen“ • SuS teilen sich selbstständig auf und bewegen sich durch die Halle 	<ul style="list-style-type: none"> • Sitzkreis • SuS bewegen sich über die ganze Halle 	<ul style="list-style-type: none"> • Musikplayer
Erprobung	<ul style="list-style-type: none"> • Wiederholung der Arm-, Hand-, Sprunghaltung beim Rope Skipping durch SuS und des Begriffs „Synchronität“ • „Erarbeitet in eurer Gruppe den <i>Side Swing</i> so, dass ihr ihn synchron springen könnt.“ • SuS werden in sechs Gruppen aufgeteilt • SuS erarbeiten in ihrer Gruppe den <i>Side Swing</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • Sitzkreis • Kleingruppenarbeit 	<ul style="list-style-type: none"> • Musikplayer
Zwischenreflexion	<ul style="list-style-type: none"> • „Welche Methoden habt ihr angewandt um synchron springen zu können?“ • Sammeln und Erweiterung der Methoden • „Gibt es noch andere Methoden, um das synchrone Springen zu vereinfachen?“ → Vereinfachung/ Variation des Tricks 	<ul style="list-style-type: none"> • Sitzkreis 	
Erarbeitung	<ul style="list-style-type: none"> • SuS setzen besprochene Methoden ein und entwickeln ihre eigene synchrone Ausführung des Tricks 	<ul style="list-style-type: none"> • Kleingruppenarbeit 	<ul style="list-style-type: none"> • Musikplayer
Präsentation	<ul style="list-style-type: none"> • Kleingruppen präsentieren sich gegenseitig ihre Ergebnisse 	<ul style="list-style-type: none"> • Zeitgleich drei Präsentationen 	<ul style="list-style-type: none"> • Musikplayer
Reflexion	<ul style="list-style-type: none"> • „Welche Methode hat dir bzw. deinem Gruppenmitglied besonders geholfen?“ • SuS reflektieren und beurteilen unterschiedliche Methoden und ergänzen gegebenenfalls 	<ul style="list-style-type: none"> • Sitzkreis 	

4 Literatur

- Ministerium für Schule und Weiterbildung des Landes (Hrsg.): Kernlernplan für die Gesamtschule- Sekundarstufe I in Nordrhein-Westfalen, Sport.
- Böttcher, H.(2009): *Rope Skipping*. 6. Auflage. Aachen: Meyer & Meyer Verlag.
- Bieligk, M. (2004): *Rope Skipping- die „springende“ Sportart für Verein und Schule. Teil 1*. In: Sportunterricht. Monatsschrift zur Wissenschaft und Praxis des Sports mit Lehrhilfen. September 2004, 53. Jahrgang. S.6-13 Verlag Karl Hofmann.

5 Anhang

Erwartete SuS- Antworten für die Plakate mit der Überschrift:

„Methoden für eine synchrone Trickerarbeitung“

- Anzählen, Rhythmus vorgeben
- Sich absprechen, abstimmen
- Vormachen/ Nachmachen und Erklären
- Zergliederung der Gesamtbewegung
- Tempo verändern
- Vereinfachung des Tricks (Elemente weglassen oder variieren)

Arbeitsblatt

Ein neuer Jump: Side Swing

Erarbeitet den „Side Swing“ in eurer Gruppe, so dass Ihr ihn synchron springen könnt! => 10 Min.

