



Seminar für das Lehramt
an Gymnasien und Gesamtschulen

Schriftlicher Entwurf für den 3. Unterrichtsbesuch am

Name:

Fach: Sport

Lerngruppe: 10b (18 SuS, 8w/10m)

Zeit: 7.55 Uhr- 9.30 Uhr

Ort:

Fachseminarleiter:

Thema des Unterrichtsvorhabens

Einführung in die Sportart „Le Parkour“ - Kriteriengeleitete Erarbeitung und Erprobung verschiedener Parkourtechniken zum anspruchsgerechten, flüssigen Überwinden unterschiedlicher Hindernisse unter besonderer Berücksichtigung der Optimierung der Bewegungsausführung.

Thema der Stunde

Der Tic-Tac im Parkour – Die Selbständige Erarbeitung und Erprobung von Bewegungskriterien des Tic-Tac zur Verbesserung der motorischen Handlungsfähigkeit im Parkour.

Pädagogische Perspektiven und Inhaltsbereiche

Leitende pädagogische Perspektive: Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A).

Weitere pädagogische Perspektiven: Etwas wagen und verantworten (C), Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E).

Leitender Inhaltsbereich: Bewegen an Geräten – Turnen (Inhaltsbereich 5)

Überblick über den Verlauf des Unterrichtsvorhabens

Die vorliegende Unterrichtseinheit ist die vierte von sechs Doppelstunden des UV's, welches sich mit dem Gegenstand des „Le Parkour“ beschäftigt. In der ersten UE wurde die „Roullade“, als Grundelement des Parkour erarbeitet, und unter bestimmten Bewegungskriterien analysiert und erprobt. Die Erarbeitung der spezifischen Bewegungsmerkmale fand hierbei verbal statt. Zudem wurden durch die SuS die Grundcharakteristika des Parkour erarbeitet, nämlich das flüssige Überwinden von Hindernissen auf einem möglichst direkten Wege. In der darauf folgenden UE wurden die Bewegungskriterien noch einmal wiederholt und von den SuS schriftlich festgehalten. Anschließend konnten die SuS die „Roullade“ an Stationen mit unterschiedlichen Schwierigkeitsstufen noch einmal üben. In der dritten Unterrichtseinheit erarbeiteten die SuS mit Hilfe einer Strichmännchenzeichnung mögliche Landepositionen nach dem Präzisionssprung, um diesen im Anschluss daran erneut an unterschiedlichen Stationen üben zu können. Die heutige Unterrichtseinheit beinhaltet nun einen für die SuS bisher noch unbekanntem Umgang mit der Analyse von Bewegungen, nämlich das gemeinsame Bearbeiten eines Arbeitsblattes mit dem Ziel anhand von Kriterien ein möglichst konkretes Üben der Bewegung „Tic-Tac“ zu ermöglichen.

Didaktisch-methodischer Begründungszusammenhang

Das Unterrichtsvorhaben legitimiert sich gemäß der Vorgaben aus den Richtlinien für das Fach Sport in der Sekundarstufe II aus dem Inhaltsbereich 5 – Bewegen an Geräten – Turnen. Die hier gewählten pädagogischen Perspektiven beziehen sich auf jene, welche in den Richtlinien empfohlen werden. Schwerpunkt im Zusammenhang mit dem UV bildet jedoch die Perspektive A – Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern. Eine untergeordnete Rolle im Zusammenhang mit dem UV spielen hierbei die Perspektiven C und E, da sie zwar eine Voraussetzung für die Umsetzung des UV darstellen, allerdings nicht im zentralen Fokus stehen.

Le Parkour und die Lerngruppe

Der Gegenstand des „Parkour“ ist für die Lerngruppe nicht neu, jedoch wurde er von der vorherigen Lehrerin unter einer völlig unterschiedlichen Akzentuierung her, nämlich dem eigenständigen Entwickeln von Stationen, betrachtet.

Da in anderen Zusammenhängen die Schwierigkeit innerhalb des Kurses auffiel, Bewegungen zwar ausführen, jedoch nicht konkret beschreiben zu können und anhand dieser Beschreibung zu üben, entschied ich mich, den Gegenstand erneut zu verwenden und die Akzentuierung auf diese Problematik zu lenken. So gab es bisher in jeder Stunde eine unterschiedliche Form der Bewegungsbeschreibung. Die SuS sollten sich hierbei sowohl verbal ausdrücken, als auch Zeichnungen anfertigen und diese erklären. Darauf aufbauend setzt die heutige Stunde konkret auf die Erarbeitung und Verbalisierung von durch den Lehrer vorgegebenen Bewegungskriterien. Die Arbeit der SuS in Gruppen soll hier nur am Rande eine Rolle spielen. Kern der Stunde soll die eigenständige Formulierung von Bewegungsbeschreibungen sein, um mit dessen Hilfe die Ausführung der Bewegung zu optimieren.

| Phase | Geplanter Verlauf | Organisation | Didaktisch-methodischer Kommentar |
|-----------|---|---|---|
| Einstieg | Begrüßung, Bekanntgabe des Stundenthemas, kurze Erläuterung des Aufwärmspiels. | Sitzkreis, inklusive der Invaliden (falls vorhanden) | L. achtet hierbei auf die korrekte Einhaltung des Sitzkreises, was in der Vergangenheit z.T. zu Verzögerungen geführt hat. |
| Erwärmung | Fangen mit Befreiungsmöglichkeit, indem man den Gefangenen, welcher in Bankstellung kniet, überspringt. | 2 Fänger | Hierbei handelt es sich sowohl um eine allgemeine Erwärmung, als auch um eine bereits akzentuierende, da die SuS aus dem Lauf ein „Hindernis“ springend überwinden müssen. |
| Aufbau | L. teilt Gruppen ein. Jede Gruppe bekommt nun eine Station zugewiesen und beginnt mit dem Aufbau. Hinweis: SuS sollen sich ihre Gruppeneinteilung merken, da diese im Folgenden beibehalten wird! | Sitzkreis (inkl. Invaliden). Gruppen sammeln sich anschl. hinter Hütchen. Gruppeneinteilung erfolgt, indem L. zunächst alle Mädchen möglichst gleichmäßig aufteilt und anschließend die Jungen zuordnet. Auf diese Weise soll eine Geschlechter/Leistungsheterogenität d. Gruppen gewährleistet sein. | Durch die Einteilung der späteren Arbeitsgruppen durch den L. soll verhindert werden, dass sich nur Freunde zusammenfinden, und evtl. kein produktives Arbeiten zustande kommt. Die 4 Stationskarten hängen bereits an den entsprechenden Stellen in der Halle, damit ein Aufbau an geeigneter Stelle gewährleistet ist. Die Stationen haben unterschiedliche Schwierigkeitsgrade. Zum Aufbau und zur späteren Gruppenarbeit werden auch mögliche |

| | | | |
|-------------------|---|--|--|
| | | | <p>Invaliden eingeteilt, da auch für sie eine verbale Rückmeldung an die anderen Gruppenmitglieder zwecks Bewegungsbeschreibung möglich ist.</p> <p>Während des Aufbaus erfolgt Sicherheitskontrolle durch L.</p> |
| Erprobung | <p>SuS können individuell folgenden Arbeitsauftrag ausführen: „Erprobt verschiedene Möglichkeiten die Hindernisse zu überwinden. Die einzige Vorgabe lautet: Die Füße dürfen die Hindernisse nicht berühren!“</p> | <p>Kurzer Sitzkreis. SuS ordnen sich den verschiedenen Stationen zu.</p> | <p>Die SuS können selbständig entscheiden, an welcher Station sie die Bewegung erproben wollen, um sich ohne zu großen Druck mit der Materie beschäftigen zu können. L. räumt den SuS hierfür 5-10 Min. Zeit ein und sagt auch an, dass 2-3 SuS anschließend ihre Ergebnisse präsentieren werden. Dies soll ein ernsthaftes Herangehen an die Aufgabe gewährleisten.</p> |
| Problematisierung | <p>2-3 SuS stellen ihre Bewegungslösungen vor. Rückbezug zum Inhalt von Le Parkour wird hergestellt: Bewegung soll flüssig sein, also keine</p> | <p>Steh-Halbkreis um die jeweils genutzte Station</p> | <p>Natürlich gibt es unterschiedliche Möglichkeiten der Überwindung. Im Sinne des Parkour sollen die SuS jedoch erkennen, dass der Einsatz des Fußes an der Wand den meisten Sinn im Zusammenhang mit einer flüssigen Bewegung macht. U.A. aus diesem Grund liegen auch keine Matten hinter</p> |

| | | | |
|-------------------------------|--|--|--|
| | <p>Pausen haben. ALSO: Fußkontakt zur Wand ist die flüssigste Art das Hindernis zu überwinden.</p> | | <p>den Hindernissen, da so evtl. eine Flugrolle möglich wäre.</p> |
| Erarbeitung | <p>Jede Gruppe erhält nun ein Arbeitsblatt mit dem Auftrag für die Gruppenarbeitsphase und beginnt die Ausarbeitung.</p> | <p>Die Gruppen begeben sich an die von ihnen aufgebauten Stationen zurück und modifizieren bei Bedarf nach Rücksprache mit dem L. die Station.</p> | <p>Die Sammlung der SuS an festgelegten Stationen erfolgt aus organisatorischen Gründen und vor dem Hintergrund der kooperativen Komponente der gegenseitigen Beobachtung und der Feedback-Gabe. L. verweist auf die Zeitvorgabe und die anschließende Präsentation.</p> |
| Kognitive Phase/ Reflexion | <p>Die Gruppenergebnisse von 1-2 Gruppen werden präsentiert und erklärt. Hierbei soll jeweils ein Schüler die Bewegung präsentieren und die anderen Gruppenmitglieder erklären seine Bewegung hinsichtlich der Bewegungskriterien.</p> | <p>SuS sitzen im Halbkreis um die entsprechende Station.</p> | <p>Der L. bestimmt vor dem Hintergrund dessen, was er in der Erarbeitung gesehen hat die Gruppe, welche präsentiert. Hierbei soll ein S. die Bewegung vormachen und die anderen Gruppenmitglieder beschreiben das Gezeigte anhand der Kriterien. Wo dies sinnvoll oder nötig ist, ergänzt der Rest des Kurses.</p> |

| | | |
|-------------|---|--|
| Übungsphase | SuS üben die erarbeiteten Bewegungskriterien an Stationen ihrer Wahl. | Nach der Präsentation und Besprechung gelungener Bewegungsabläufe erhalten die SuS nun noch einmal die Möglichkeit, ihren eigenen Bewegungsablauf an der Station ihrer Wahl zu üben und zu verbessern. |
|-------------|---|--|

Le Parkour Bewegung „Tic-Tac“

Gruppenmitglieder:

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

Arbeitsauftrag für die Gruppe:

Erarbeitet in Eurer Gruppe Bewegungskriterien, wie die Bewegungsausführung am besten/flüssigsten funktioniert!

Bezieht Euch dabei auf die unten aufgeführten Bereiche und notiert Eure Ergebnisse stichpunktartig. Beobachtet Euch gegenseitig und gebt Euch Rückmeldung bezüglich der Ausführung!

Eine Gruppe muss Vorstellen, Ihr habt 10 Minuten Zeit.

Anlauf:

Fußkontakt an Wand:

Handaufsatz:

Literatur

MINISTERIUM FÜR SCHULE, UND WEITERBILDUNG DES LANDES NRW (Hrsg.): Richtlinien und Lehrpläne für die Sekundarstufe II – Gymnasium in Nordrhein-Westfalen, Sport. Ritterbach, 2001.