



Schriftlicher Entwurf für den 6. Unterrichtsbesuch am

1. Datenvorspann

Name:
Fach: Sport
Lerngruppe: 9 a (22 SuS, 11 w, 11 m)
Zeit: 10:20-11:20 Uhr
Ort: Sportstätte: obere Turnhalle

Fachseminarleiter:
Ausbildungslehrerin:
Schulleiter:

2. Entscheidungsteil

Thema des Unterrichtsvorhabens

Erarbeitung, Präsentation und Reflexion von Bewegungserfahrungen im Aerobic mit dem Ziel einer kooperativen Weiterentwicklung der Aerobic-Kür zur Erweiterung gestalterischer Fähigkeiten

Pädagogische Perspektiven und Inhaltsbereiche

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

Weitere Pädagogische Perspektive: Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern

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

Weiterer Inhaltsbereich: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (1)

Thema der Stunde

Kooperative Erarbeitung von funktionierenden Verbindungen zwischen mindestens zwei verschiedenen Formationen am Beispiel von Aerobic zur Erweiterung der gestalterischen Fähigkeiten

Kernanliegen/Kompetenzerwartung

Die SuS erarbeiten kooperativ funktionierende Verbindungen zwischen mindestens zwei verschiedenen Formationen, indem sie für den Formationswechsel Schritte aus der bereits bestehenden Choreografie auswählen und reflektieren.

Teillernziele:

Die SuS können...

- ihr Rhythmusgefühl verbessern, indem sie die Aerobic-Bewegungen zum Beat der Musik ausführen
- ihre Kopplungsfähigkeit schulen, indem sie verschiedene Aerobic-Schritte miteinander verbinden
- ihre Kooperationsfähigkeit erweitern, indem sie mögliche Schritt- und Armbewegungen zur Gestaltung der Raumwege innerhalb ihrer Kleingruppe diskutieren, reflektieren und vereinbaren
- in der Erarbeitungsphase ihre Selbstständigkeit schulen, indem sie geeignete Schritte für einen gelungenen Raumweg eigenständig reflektieren
- ihre Präsentations- und Kritikfähigkeit erweitern, indem sie ihre Aerobic-Choreographie anderen SuS vorstellen und Feedback annehmen.

Verlauf des Unterrichtsvorhabens:

Das Unterrichtsvorhaben gliedert sich in folgende Einheiten:

1. Erarbeitung einer Basis-Choreografie, zuerst gemeinsam, dann kooperativ in Kleingruppen mit dem Ziel einer Kür bestehend aus vier Phrasen, die der gemeinsamen Erwärmung dient
2. Erarbeitung von geeigneten Armbewegung zu den bereits erlernten Schritten
3. Kooperative Erarbeitung in Kleingruppen von zwei weiteren Aerobic-Schritten (zwei Phrasen) zu Erweiterung der eigenen Choreografie
4. Optimierung der eigenen Choreografie und Thematisierung verschiedener Formationen im Aerobic, indem die Positionierungen der einzelnen Gruppen und deren Sinn reflektiert werden
5. **Kooperative Erarbeitung in Kleingruppen von geeigneten Verbindungen zur Überwindung von Raumwegen am Beispiel von Aerobic zur Erweiterung der gestalterischen Fähigkeiten**
6. Übung mit methodischer Hilfe (Videofeedback), Präsentation und Bewertung der Aerobic- Kür

3. Verlaufsübersicht

Phase	Unterrichtsinhalt	Organisation/Kommentar
Einstieg	Begrüßung des Besuchs Skizzierung des Stundenverlaufs und Themas Gemeinsame Erwärmung/ Basis- Choreografie → Warm-up	Transparenz für die SuS/ Stundenschwerpunkt bereits bekannt Ritualisiertes Verfahren → gemeinsamer, motivierender Einstieg → Wiederholung der Schritte
Übung	Die SuS üben die Choreografie erneut in Kleingruppen	Arbeit in Kleingruppen, L. berät, Wiederholung und Festigung der eigenen Choreografie auch in Hinblick auf die Erweiterung
Hinführung	SuS ist Stundenschwerpunkt bereits bekannt und soll anhand der Plakate, die in der vergangenen U.- Stunde angefertigt wurden wiederholt werden Aufgabenstellung: Ergänzt eure bestehende Choreografie um mindestens einen Formationswechsel, indem ihr hierzu einen Schritt wählt, der sich für euren Formationswechsel eignet.	Treffpunkt: Tafel/ Plakate
Erarbeitung I	SuS erarbeiten in Kleingruppen versch. Möglichkeiten	SuS erproben und erfahren aktive Lösungsmöglichkeiten
Reflexion	SuS reflektieren ihre Erfahrungen → ggf. sollen Probleme thematisiert werden → ggf. Demonstration eines Ergebnisses <u>Mögliche Fragen/ Probleme:</u> - gewählte Schritte für Formationswechsel zu komplex, nicht alle SuS beginnen gleichzeitig die Position zu wechseln/ kommen nicht gleichzeitig an (Timing), Absprachen/ Kommandos fehlen, Synchronität geht verloren, gleiche Abstände, im Beat bleiben	Bewusstes Lernen → Probleme reflektieren → Lösungsmöglichkeiten
Erarbeitung II	SuS erarbeiten in Kleingruppen min. einen Formationswechsel, gelingt dies bereits gut, kann ein weiterer Formationswechsel erprobt werden	Vom Einfachem zum Komplexem Binnendifferenzierung L. beobachtet, berät und greift ggf. ein → Ergebnisoptimierung/ Reflexion von Schwierigkeiten
Präsentation	Gruppen präsentieren ihre Ergebnisse untereinander	Förderung der Präsentationsfähigkeit
Abschluss	Gemeinsamer Abschluss/ Ausblick auf die nächste Stunde	Würdigung der SuS-Ergebnisse& Transparenz

4. Begründungsteil

Didaktisch- methodischer Begründungszusammenhang

Das Kernanliegen der heutigen Stunde sieht vor, dass die SuS kooperativ funktionierende Verbindungen zwischen mindestens zwei verschiedenen Formationen erarbeiten, indem sie für den Formationswechsel Schritte aus der bereits bestehenden Choreografie auswählen und reflektieren. Das Thema der Stunde sowie des Unterrichtsvorhabens legitimieren sich zum einen über die schulinterne Obligatorik und zum anderen durch die ausgewiesenen Inhaltsbereiche und pädagogischen Perspektiven (RuL, 2001, S. 93ff). Die Idee zu diesem Unterrichtsvorhaben entstand aus zwei grundlegenden Entscheidungen heraus. Da ich die Klasse bereits kannte und wusste, welche Gegenstände und Themen bislang unterrichtet wurden, fiel auf, dass der Inhaltsbereich (6) Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste bisher vernachlässigt wurde. Aerobic, als eine mögliche Alternative, die diesen Inhaltsbereich repräsentiert, eignet sich gut für das Einüben von kooperativen Lernformen, mit denen diese Lerngruppe verstärkt vertraut gemacht werden sollte. Dabei soll insbesondere die kooperative Erarbeitung in Kleingruppen geschult werden. Eine wichtige Aufgabe der gymnasialen Unterstufe bildet der „Aufbau der sozialen Verantwortung“. Darunter beschreiben die Richtlinien für die Sek I die Förderung der „Bereitschaft und Fähigkeit“ der SuS, „sich mit anderen zu verständigen und mit ihnen zusammenzuarbeiten“ (vgl. RuL, 2001, S. 12). Hierbei war es besonders wichtig soziale Kompetenzen, wie Kooperationsfähigkeit, Kritikfähigkeit und Rücksichtnahme zu fördern. Zudem gilt es die Präsentationsfähigkeit zu schulen und zu lernen mit Feedback konstruktiv umgehen zu können, sowie andere Gruppenergebnisse zu würdigen.

Zum anderen ist der Gegenstand „Aerobic“ heute immer noch aktuell und soll im Sinne der Mehrperspektivität den SuS einen neuen Zugang zum Sporttreiben anbieten. Auch wenn Aerobic heute von meist kommerziellen Sportanbietern vertreten wird, gibt es die Möglichkeit diesen Sport Zuhause oder in Vereinen zu betreiben. In der Schule gibt es den SuS nicht nur „Anlässe zum gestalterisch-kreativen Bewegungshandeln“ (RuL, 2001, S.44), sondern es dient auch zur Förderung der Kopplungs- und Koordinationsfähigkeit. „Aerobic ist ein effektives Ganzkörpertraining, bei dem das Ausdauertraining im Mittelpunkt steht und wesentliche Fitnesskomponenten, wie Kraft, Flexibilität und Koordination in enger Verbindung mit der Musik in einem logisch aufgebauten Trainingsprogramm zusammengeführt werden“ (Paul, 2000, S. 10).

Eine besondere Herausforderung stellt in diesem Zusammenhang die Arm-Bein-Koordination dar. Vor allem die Schüler dieser Klasse, hatten zu Beginn große koordinative Schwierigkei-

ten. Es wurde deutlich, dass dieses Bewegungshandeln bisher kaum ausgeprägt war. Ebenfalls sei darauf verwiesen, dass die Komponente „Kraft“, immer wieder thematisiert werden muss. Die SuS haben deutliche Schwierigkeiten, die Bewegungen kraftvoll und effektiv, d.h. mit Körperspannung auszuführen. Dies ist nicht nur für ein effektives Training wichtig, sondern in Hinblick auf eine ästhetische Präsentation von großer Bedeutung. Dies wurde zwar bereits häufig korrigiert, dennoch gelingt die korrekte Bewegungsausführung noch nicht bei allen SuS optimal, d.h. mit angespannten Armen etc. Dies ist auch auf ein mangelndes Körperbewusstsein bzw. auf mangelnde Körperbeherrschung zurückzuführen (ebd., S. 11).

Musik spielt im Zusammenhang mit dem Gegenstand Aerobic eine wichtige Rolle. Ziel ist es hier die Rhythmusfähigkeit zu schulen und somit die Bewegungen zum Takt(-schlag) der Musik, auch Beat genannt, auszuführen (vgl., ebd., S.70 ff). Eine wichtige akustische Hilfe ist hier das Zählen. Es soll den SuS dazu verhelfen im Takt zu bleiben und somit die Schritte synchron auszuführen. Der Einfachheit halber zählen die SuS jeden Beat, d.h. aus Gründen der didaktischen Reduktion, da es sich hier um eine Klasse neun handelt, wurde den SuS vermittelt, dass ein Taktschlag immer eine Zählzeit entspricht (Zählen bis acht= immer eine Phrase). Die Schrittfolge soll ebenfalls aus Gründen der didaktischen Reduktion auch immer einer Phrase entsprechen, also „besitzen“ sie immer acht Zählzeiten. Musik spielt in diesem Unterrichtsvorhaben eine wichtige Rolle, sie besitzt zum einem einen funktionalen Faktor, zur Schulung der Rhythmusfähigkeit, aber ebenso einen motivationalen Faktor.

In dem eigenen Unterrichtsvorhaben geht es zudem weniger um Aerobic als Fitnesstraining, sondern eher um den Bereich der „Dance- Aerobic“ (vgl. ebd., S.10), um eben bereits angesprochene Kompetenzen zu fördern. Durch die tänzerischen Eigenschaften, erlaubt es dieser Bereich, eine kooperative Choreografie zu erarbeiten und somit auch wichtige soziale Kompetenzen zu fördern. Damit die SuS mit dieser Aufgabe nicht überfordert werden, wurden bestimmte Teile der Choreografie gemeinsam erarbeitet und andere wiederum in Kleingruppen. Die gemeinsame Erarbeitung diente auch einem gemeinsamen „Warm-up“, das ritualisiert immer zu Beginn der Stunde durchgeführt wurde. Das Ritual dient als gemeinsamer Einstieg, da die SuS den größten Teil der Stunden in Gruppen arbeiten und somit ist es von besonderer Bedeutung, einen gemeinsamen Anfang und ein gemeinsames Ende, z.B. mit einem Spiel, aufrechtzuerhalten.

Diese Unterrichtsstunde soll demnach auch mit einem gemeinsamen Warm-up mit der Klasse beginnen. Dies soll die SuS auf die Stunde einstimmen und vorbereiten. Mir ist sehr wohl bewusst, dass es sich hier nicht um eine klassische Erwärmung handelt, dennoch wird hiermit eine Einstimmung auf die Stunde intendiert, die sowohl motorisch als auch kognitiv auf den

Inhalt der Stunde einstimmt. Die SuS stehen dabei versetzt in einer Reihformation, von der aus sie die Lehrkraft beobachten können. Die L. zählt im ersten Durchlauf, anschließend wechseln die Reihen, sodass jede Reihe einmal vorne steht und zählen muss. Dies dient zum einen der Wiederholung, aber auch der Überprüfung, ob sich die SuS an die korrekte Zählweise erinnern. Anschließend bekommen die Gruppen die Gelegenheit die bestehende Choreografie noch einmal zu üben. Zum einen ist es immer wieder wichtig unsicheren SuS die Gelegenheit zum Üben zugeben. Dies ist bildet einen wichtigen Baustein des Faches Sport und wird durch die Aspekte der Unterrichtsgestaltung im Lehrplan gestützt. Dabei wird darauf verwiesen, dass dem Üben eine besondere Bedeutung zukommt und Lehrer hierfür Gelegenheiten einräumen müssen, „um eine umfassende motorische Grundbildung nachhaltig zu sichern“ (RuL, 2001, S.63). Zum anderen sind die Gruppen sehr leistungsheterogen, sodass eine Weiterarbeit ohne vorherige Übung bzw. Wiederholung der Kür ohne eine neue Aufgabenstellung, zur Überforderung führen könnte, da die letzte Unterrichtsstunde bereits eine Woche zurückliegt.

Der Stundenschwerpunkt ist den SuS bereits bekannt, da er aus zeitökonomischen Gründen bereits in der vergangenen Unterrichtsstunde thematisiert wurde. Die Gruppen brauchen erfahrungsgemäß für die Erarbeitung sehr viel Zeit, da die SuS an die selbstständige, kooperative Erarbeitungsweise erst schrittweise herangeführt werden müssen. Dies trifft nicht auf alle Gruppen gleichermaßen zu, was an den qualitativ unterschiedlichen Ergebnissen sichtbar wird. Um alle SuS zu berücksichtigen, wurden die Formationen der SuS auf einem Plakat festgehalten und auf ihre Sinnhaftigkeit hin geprüft. Es wurde deutlich, dass die SuS bestimmte Aufstellungsformen wählen, die es ihnen erleichtern, die Choreografie möglichst fehlerfrei durchzuführen. Dabei ist es manchen Gruppen wichtig sich anschauen zu können oder sich so aufzustellen, dass eine bessere Kommunikationssituation geschaffen wird.

Wiederum andere Gruppen bevorzugen eine Aufstellung bei der schwächere Gruppenmitglieder in der hinteren Reihe stehen und so besser beobachten können. Auf einem zweiten Plakat wurden Vorschläge für andere mögliche Formationen gesammelt (Kreis und V-Formation) und festgehalten, welcher Sinn, außer der von den SuS bereits genannte, sich hinter einem Formationswechsel verbirgt. Dabei wurde herausgestellt, dass so die Präsentation für den Zuschauer spannender wird. Die SuS haben heute die Aufgabe sich zunächst eine andere Formation auszusuchen, in die sie wechseln möchten und zu erarbeiten, an welcher Stelle der Choreografie sie den Wechsel vollziehen und welchen Schritt sie aus der Choreografie hierzu wählen. Dies geschieht in der ersten Erarbeitungsphase. Die Formation wird den SuS nicht vorgegeben, da jede Gruppe einen anderen Sinn der spezifischen Aufstellung artikuliert hatte

und dieser respektiert werden soll. Die Gruppen können aus den Vorschlägen (Plakate) eine Idee auswählen und diese ggf. variieren. Dabei soll vorher klar thematisiert werden, was ein Formationswechsel ist. Kurz gesagt ist ein Formationswechsel durch einen Wechsel von einer Formation A in eine Formation B definiert, wobei die einzelnen Positionen nach hinten, nach vorne oder zur Seite gewechselt werden können. Es müssen nicht zwangsweise alle Positionen gewechselt werden, es sollte aber dennoch angestrebt werden, damit alle SuS an dem Formationswechsel gleichermaßen beteiligt sind. Es ist zu erwarten, dass die SuS sich in der ersten Erarbeitungsphase vor allem mit der Frage auseinandersetzen, an welcher Stelle sie den Formationswechsel durchführen wollen und mit welchem Schritt. Die Frage nach dem „wie“, wie wechseln wir die Formation, welche Faktoren spielen hierbei eine Rolle (z.B. Absprachen, Synchronität, gleichzeitiges Ankommen, harmonisches Bild, Timing, eventuell Schrittfolge wiederholen, damit alle gleichzeitig ankommen), wird unabhängig von der Aufgabenstellung erst in der zweiten Erarbeitungsphase für die SuS ein Problem darstellen, da diese meist nach mehrmaligen Wiederholungen erst sichtbar werden. Man könnte sagen, dass der erste Teil der Erarbeitung den „Grobschliff“ und der zweite Teil, der v.a. durch die Absprachen und Gleichzeitigkeit auf versch. Ebenen bestimmt wird, als „Feinschliff“ und Präzisierung bezeichnet werden kann. Ein Formationswechsel funktioniert dann, wenn zum einem z.B. für eine Vorwärtsbewegung geeignete Schritte gewählt wurden und der Formationswechsel dem Niveau der Gruppe angepasst wird. Zum anderen sollten alle Gruppenmitglieder zur gleichen Zeit ankommen, es muss somit ein gewisses Timing, aber auch das Können jedes Mitglieds beachtet werden. Kein SuS sollte mit der Aufgabe überfordert sein. Hilfreich für einen funktionierenden Übergang sind Kommandos, das konstante Zählen, um so im Beat zu bleiben, als auch die Einhaltung von gleichen Abständen und das Bewahren der Synchronität. Insgesamt sollte der Formationswechsel harmonisch wirken, also fließend verlaufen und kein SuS sollte seinen Platz „suchen“. Hierzu ist es hilfreich den SuS zu verdeutlichen, dass keine spektakulären Formationswechsel erwartet werden, sondern eben funktionierende Wechsel. In der Reflexionsphase gilt es zunächst die Erfahrungen aus der ersten Erarbeitungsphase auszutauschen und ggf. Beispiele zu demonstrieren. Es ist zu befürchten, dass die SuS ihre Ergebnisse an dieser Stelle ungern präsentieren, da sie zum einen noch nicht „perfekt“ sind und zum anderen die SuS befürchten, dass andere Gruppen Ergebnisse „abgucken“. Es ist an dieser Stelle auch nicht zwingend notwendig erste Ergebnisse zu präsentieren. Es ist somit situativ zu entscheiden, ob eine Demonstration an dieser Stelle von Bedeutung in Hinblick auf den weiteren Lernprozess ist oder nicht. Es soll v.a. dann demonstriert werden, wenn die SuS bereits Kommunikationsprobleme oder ähnliches äußern. Werden diese Probleme zu diesem

Zeitpunkt noch nicht benannt, so soll die zweite Erarbeitungsphase an geeigneter Stelle unterbrochen werden. Dann wird von einer Gruppe eine Demonstration erwartet, sodass die Probleme, die sehr wahrscheinlich in allen Gruppen vorherrschen, reflektiert werden können (reflektierte Praxis). Dies soll für die SuS transparent gemacht werden.

Im Sinne der Binnendifferenzierung wird darauf hingewiesen, dass nach erfolgreicher Erarbeitung eines funktionierenden Formationswechsels ein weiterer Formationswechsel erprobt werden darf. Aufgrund der Gruppenheterogenität ist zu erwarten, dass nicht alle Gruppen in dieser Unterrichtsstunde ein optimales Ergebnis (funktionierende Verbindung) erreichen. Deshalb sollen die SuS in der kommenden Einheit mit Zuhilfenahme der Videofeedback-Methode die Möglichkeit erhalten, ihre Choreografie weiterhin zu verbessern und zu optimieren, bevor diese vor der ganzen Gruppe präsentiert und anschließend von der Lehrkraft bewertet wird.

Aus diesem Grund, sollen die heutigen Ergebnisse nicht vor der ganzen Gruppe präsentiert und reflektiert werden. Die SuS präsentieren sich die Ergebnisse in Kleingruppen gegenseitig. Hiermit soll die Präsentationsfähigkeit geschult werden. Präsentationsfähigkeit meint in diesem Zusammenhang erstens, ein Gefühl von Sicherheit auf der Seite der Präsentierenden aufzubauen, Ängste/ Scheu abzubauen und für Präsentationen sensibilisiert zu werden. Zweitens bedeutet dies auf der Seite des Zuschauers die Fähigkeit zu trainieren, leise zu sein, genau zu beobachten (in Hinblick auf die Reflexion) und die Ergebnisse der anderen Gruppe zu würdigen und zu respektieren. Dies kann z.B. durch einen Applaus zum Ausdruck gebracht werden.

5. Literatur

- MSWF (Hrsg.).(2001). Richtlinien und Lehrpläne für die Sekundarstufe I – Gymnasium in Nordrhein- Westfalen. Sport. 1. Aufl. Frechen: Ritterbach.
- Paul, G. (2000). Aerobic-Training. Aachen: Meyer& Meyer Verlag.

Internetquelle:

http://www.fitnessonline.at/wissen/aerobic/aerobicschritte/start_auswahl.html

www.sportpädagogik.de

6. Anhang

- Material aus den vergangenen Unterrichtsstunden zur Erarbeitung der Choreografie