



Schriftlicher Entwurf für den 4. Unterrichtsbesuch am

1 Datenvorspann

Name:
Fach: Sport
Lerngruppe: Kurs: EF (SuS, 11w/11m)
Zeit: 12.00 Uhr
Schule:
Sportstätte:

Fachseminarleiter:
Kernseminarleiterin:
Ausbildungsbeauftragte:

Thema der Stunde: “Push the warm up“ – Selbstständige Veränderung des Warm-Ups in Kleingruppen zur Verbesserung der Choreographien unter Berücksichtigung ausgewählter Gestaltungskriterien¹

Thema des Unterrichtsvorhabens: Gestaltung von Step-Aerobic-Choreographien unter Beobachtung von Gestaltungskriterien in Kleingruppen

¹ Raumnutzung, Kreativität, Arm-Beinkoordination, Dynamik

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.....	2
2.3.2	Curriculare Legitimation	3
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	10

2 Längerfristige Unterrichtszusammenhänge

2.1 Thema des Unterrichtsvorhabens

Gestaltung von Step-Aerobic-Choreographien unter Beobachtung von Gestaltungskriterien in Kleingruppen

2.2 Darstellung des Unterrichtsvorhabens

1. "Learning the Step-Aerobic basics " - Einführung und Erlernung der Grundschritte der Step Aerobic
2. "Combine leg and arm movements" - Verbindung der Basisschritte mit aerobicspezifischen Armbewegungen
3. „Create your own choreography“ - Gruppenteilige Erarbeitung aneinandergereihter Schrittfolgen mit einer Arm-Beinkombination
4. "Change the dynamic" - Tempoveränderung einer zuvor erlernten Choreographie
5. "Go up and down, to the left and to the right" – Nutzung verschiedener Raumwege und Gestaltung unterschiedlicher Formationsmöglichkeiten

6. **“Push the Warm Up“ - Selbstständige Veränderung des Warm-Ups in Kleingruppen, indem verschiedene Gestaltungskriterien der Step-Aerobic (Dynamik, Armbewegungen, Aufstellungsformationen und Raumnutzung) zur Verbesserung einer Choreographie erarbeitet und angewandt werden**
7. **“Present your choreography“** Verbindung erlernter Teilchoreographien zur Vervollständigung einer Abschlusspräsentation mit anschließender Lehrerinnenbewertung

2.3 Begründungszusammenhänge

2.3.1 Schulische Rahmenbedingungen/Lerngruppenanalyse

Merkmale	Ausprägung	Konsequenzen für den Unterricht
Statistische und allgemeine Angaben	<p>Der EF-Kurs besteht aus 11 Mädchen und 11 Jungen. Der Kurs setzt sich aus einem Teil zweier ehemaliger 10er Klassen der Schule und drei Schülerinnen und Schülern (im Weiteren SuS) zusammen, die von anderen Schulen hinzukamen.</p> <p>Die Lehramtsanwärterin (im Weiteren LAA) hat die Klasse zum neuen Schuljahr im Rahmen des bedarfsdeckenden Unterrichts übernommen.</p> <p>Ein Schüler darf aus gesundheitlichen Gründen gar keinen Schulsport ausüben.</p>	<p>Die Arbeitsatmosphäre im Kurs ist sehr harmonisch, sodass auch bei verschiedenen Gruppenzusammensetzungen selten Probleme auftauchen.</p> <p>Zu Beginn des Schuljahres wurden Regeln des Sportunterrichts, sowie die Kriterien für die Notengebung zur Schaffung von Transparenz besprochen.</p> <p>Dieser Schüler bekommt jede Stunde eine gesonderte Aufgabe, die sich in Beobachtungsaufgaben, Mitwirken in Gruppenarbeiten, Referate etc. auswirkt. Außerdem übernimmt er in Absprache mit der LAA einen Teil der Einzelsportstunden.</p>
Leistungsfähigkeit und Motivation	<p>Die sportliche Leistungsfähigkeit der SuS ist sehr heterogen. Zwei Schüler zeigen sportliche Bestleistungen, wohingegen die Mehrheit der Schülerinnen nicht sehr sportlich ist. Jedoch wirkt sich dies weniger auf Step-Aerobic aus, da die Schülerinnen sehr bemüht sind fantasievolle Ideen einbringen, wohingegen es den Schülern etwas an der tänzerischen Eleganz fehlt.</p> <p>Die Motivation bei der Bekanntgabe des Unterrichtsvorhabens (im Weiteren UV) „Step-Aerobic“ war zunächst nicht sehr hoch. Da die LAA jedoch mit einem Teil des Kurses in der Sek I bereits ein UV zu Hip Hop durchgeführt hatte, motivierten sie die anderen SuS.</p>	<p>Es muss weniger binnendifferenziert gearbeitet werden, was das Unterrichtsgeschehen vereinfacht und dafür sorgt, dass die SuS immer auf demselben Lernstand sind.</p> <p>Die SuS haben drei Stunden Sport in der Woche. Die LAA und die SuS haben sich darauf geeinigt, dass zwei UV parallel zueinander verlaufen. D.h., dass die Doppelstunde für Step-Aerobic und die Einzelstunde für das UV zum allgemeinen und speziellen Aufwärmen genutzt wird, sodass viel Variation in den Sportunterricht eingebracht wird.</p>
Vorkenntnisse/Vorerfahrungen	<p>Mit Ausnahmen der SuS, die zuvor das UV zum Hip Hop mit der LAA in Klasse 10 durchgeführt haben, haben die anderen SuS keine tänzerischen Vorkenntnisse.</p>	<p>Diese SuS bilden gerne eine gemeinsame Gruppe und können auf gestalterische Merkmale zurückgreifen. Außerdem übernehmen sie gerne wichtige Rollen in Gruppenphasen (Taktzähler, Übernehmen des Warm-Ups)</p>

Arbeits- und Sozialformen	Zur Begrüßung und in den Reflexionsphasen wird immer ein Sitzkreis gebildet (meistens auf Stepbrettern). Das Zusammenkommen in die Reflexionsphasen und das Beenden einer Erarbeitungsphase wird durch einen Pfiff seitens der LAA gekennzeichnet.	Diese Rituale dienen dazu, dass die Übergänge in die nächsten Phasen zügig funktionieren.
Äußere Bedingungen	Leider hat die Schule nicht genug Stepper für alle SuS, sodass 3-4 SuS nicht immer mit einem eigenen Stepper bedient sind. Die Musikanlage hat nur eine beschränkte Lautstärke.	Die SuS gehen in bestimmten Übungssituationen zu zweit auf einen Stepper oder benutzen einen Kastenoberteil als Stepper, da dieser ca. auf derselben Höhe ist, wie die Stepper. In Gruppenphasen wird die Position der Musikanlage geändert und die SuS rücken näher zur Anlage.

2.3.2 Curriculare Legitimation

Sek II

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen²

Leitendes Inhaltsfeld b: Bewegungsgestaltung

Inhaltlicher Schwerpunkt

- **Gestaltungskriterien**

Sachkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- **Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern.**

Methodenkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- **Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen.**

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- **Eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten.**

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

Leitendes/r BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik / Tanz, Bewegungskünste

Inhaltliche Kerne:

- **Tanz**
- **Gymnastik**

² KLP S.21 S.25

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- eine Komposition aus dem Bereich Tanz (z.B. Elementarer Tanz, Jazztanz, Volkstanz, Moderner Tanz, Gesellschafts- und Modetanz) **unter Anwendung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren.**
- ein (Hand-) Gerät / **Objekt** als Ausgangspunkt für eine Improvisation nutzen

2.3.3 Fachdidaktische Einordnung

Step-Aerobic ist dadurch gekennzeichnet, dass Schritte, Schrittmuster und Armbewegungen im Einklang mit Musik zu einer Bewegungsfolge verbunden werden, die im weiteren Verlauf wiederholt werden kann. In diesem Sinne spricht man von Bewegungschoreographien oder Kombinationen.³ Die heutige Choreographie beginnt mit vereinfachten Schrittmustern und der Reduzierung der Armbewegungen, die sich im Warm-Up widerspiegeln. Das Warm-Up dient dazu, dass das Herz-Kreislauf-System, sowie der Bewegungsapparat sich nachfolgende Belastungen vorbereiten und als Gewöhnungsphase für die SuS genutzt werden kann. „Entsprechend dieser Zielsetzungen muss das Warm-Up aus einfachen Low-Impact-Schritten bestehen. Drehungen und Sprünge haben beim Aufwärmen nichts zu suchen. Armbewegungen werden nur mit kurzem Hebel (gebeugte Arme) und nicht über Schulterhöhe eingesetzt.“⁴ Demzufolge wurde die Choreographie des Warm-Ups mit den Basisschritten der Aerobic gestaltet (March, Up and Down, V-Step, Leg curl, Step kick und Knee lift). Das Warm-Up eignet sich für den weiteren Verlauf des Unterrichtsgeschehens als Grundlage, welche verändert werden muss. In der Schule hat das Inhaltsfeld Bewegungsgestaltung (b) zum Ziel die Prinzipien und Formen von Bewegungen auch im Hinblick auf räumliche, zeitliche, ästhetische und dynamische Kriterien einzubeziehen.⁵ Unter dieser Prämisse wurde im gesamten UV auf diese Kriterien hingearbeitet. Einerseits sollen die SuS im Stande sein, diese Kriterien motorisch umzusetzen, andererseits soll ihre Urteilskompetenzen ausgebildet werden. „Die Schüler sollen anhand eigener Erfahrungen im Sinne von Kurz (1995) ‚urteils- und handlungsfähig‘ gemacht werden.“⁶ Das gesamte UV basiert auf das Lernprinzip *vom Einfachen zum Komplexen*. Zu Beginn der Unterrichtseinheiten wurden primär einfache Bewegungen dargestellt, die im weiteren Verlauf zu komplexeren Choreographien weiterentwickelt und verknüpft werden sollten. Außerdem wird das Prinzip *vom Bekannten zum Unbekannten* von einer Unterrichtseinheit zur nächsten berücksichtigt. D.h. dass pro Unterrichtseinheit ein unbekanntes Kriterium eingeführt wird und diese somit aufeinander aufbauen können.

2.3.4 Aufbau des und Bedeutung der Stunde im UV

Diese Stunde dient dazu, die in den vergangenen Unterrichtsstunden erlernten Aspekte zu verknüpfen und dadurch ein nahezu vollkommenes Endprodukt herzustellen. Die ausgewählten Gestaltungskriterien wurden abwechselnd im Laufe der Unterrichtseinheiten erarbeitet. Zum Einstieg der Unterrichtseinheiten wurde immer ein Impuls seitens der LAA gegeben, den die SuS immer in arbeitsteiligen Kleingruppen lösen mussten. Beispielsweise wurde eine Choreographie durch die LAA mit Einbezug eines neuen Gestaltungskriteriums verändert, sodass die SuS die Aufgabe hatten, die Veränderung zu erkennen und auf eine neue Choreo-

³ Vgl. Iris Pahmeier / Corinna Niederbäumer S.126

⁴ Wagner / Riedel S. 10

⁵ Vgl KLP

⁶ Iris Pahmeier / Corinna Niederbäumer S.206

graphie anzuwenden. Zunächst wurden jedoch die Basisschritte der Step-Aerobic erlernt. Anschließend wurden diese mit spezifischen Armbewegungen vervollständigt. Im Nachhinein kamen dann die Gestaltungskriterien Dynamik und Raumnutzung hinzu. Dabei bauten die Gestaltungsmerkmale aufeinander auf, sodass auch die zuvor erlernten Kriterien nicht vernachlässigt wurden. Beispielsweise wurde bei der Erarbeitung verschiedener Raumwege auch darauf geachtet, dass jeder Step-Aerobic-Schritt auch Armbewegungen beinhaltet, auch wenn diese in dieser Unterrichtseinheit eher zweitrangig waren. Die erarbeiteten Choreographien sollen in dieser Stunde als Basis für eine Abschlussbewertung dienen. Daher sollen in der letzten Unterrichtseinheit, die in den vergangenen Stunden erlernten Choreographien mit der heutigen verbunden kurz geübt und präsentiert werden. Die LAA wird in der letzten Stunde des UVs dieselben Bewertungsbögen nutzen, mit der die SuS in der heutigen Stunde arbeiten, um den SuS eine Transparenz zu ermöglichen.

3 Unterrichtsstunde

3.1 Entscheidungen

Thema der Stunde

“Push the warm-up“ – Selbstständige Veränderung des Warm-Ups in Kleingruppen, indem verschiedene Gestaltungskriterien⁷ der Step-Aerobic zur Verbesserung einer Choreographie erarbeitet und angewandt werden

Kernanliegen

SuS verändern die Step-Aerobic-Choreographie des zuvor eingeübten Warm-Ups, indem sie in arbeitsteiligen Kleingruppen ausgewählte Gestaltungskriterien (Raumnutzung, Kreativität, Arm- Bein-koordination und Dynamik) erproben und sich gegenseitig anhand von Reflexionsbögen bewerten.

Teillernziele

SuS sollen

- eine zuvor erlernte Choreographie in Kleingruppen eigenständig im Hinblick auf Gestaltungskriterien variieren
- ihre veränderten Choreographien anhand von Bewertungsbögen gegenseitig reflektieren
- die Reflexion über ihre Choreographien annehmen und versuchen Verbesserungsvorschläge umzusetzen
- die Wirkung der Veränderung der Choreographie durch die Gestaltungskriterien beurteilen

⁷ Raumnutzung, Kreativität, Arm-Beinkoordination, Dynamik

3.2 Begründungszusammenhänge

3.2.1 Lernvoraussetzungen

Die SuS des EF-Kurses haben sich in den letzten Wochen ausgiebig mit dem UV zur Step-Aerobic auseinandergesetzt. Im Laufe des UVs wuchs die Motivation der SuS erheblich, da sie bei einigen SuS zu Beginn sehr gering war. Da das UV nun wochenlang durchgeführt wurde und der Kurs nun zum Ende hinarbeitet ist es zum momentanen Zeitpunkt etwas schwieriger die SuS noch bei Laune zu halten. Die ersten Unterrichtseinheiten wurden zunächst sehr deduktiv gestaltet, sodass sich die SuS langsam mit dem Thema auseinandersetzen konnten. Jedoch führte dies schnell zu einem sehr schülerorientiertem Unterrichtsverlauf, sodass kooperative Arbeitsphasen in Kleingruppen entstanden. Durch eine gemeinsame Erarbeitung des LAA und der SuS einigte man sich auf vier verschiedene Gestaltungsmerkmale, die am Ende des UVs bewertet werden sollten. Aus Gründen der Schülermotivation wurde statt den Gestaltungskriterien Zeit und Formaler Aufbau, Kreativität und Arm-Beinkoordination hinzugefügt. Die ausgewählten Kriterien wurden nach und nach in jeder Stunde in Kleingruppen erarbeitet und aufeinander aufgebaut, sodass die SuS in dieser Stunde in der Lage sind alle Kriterien den Anforderungen entsprechend zu bewältigen. Das Warm-Up wurde in den vergangenen drei UE gemeinsam zusammengestellt. Alle SuS sind in der Lage dieses Warm-Up für den gesamten Kurs mit Taktzählung durchzuführen. Daher haben sich zwei SuS bereiterklärt das Warm-Up für diese Stunde zu übernehmen. Die LAA hat bewusst die wichtigsten Merkmale der Gestaltungskriterien weggelassen, sodass diese in dem heutigen Unterricht erarbeitet werden können. Somit können die SuS das zuvor Erlernte aufrufen und ggf. an frühere Choreographien anknüpfen. Eine Besonderheit in diesem Kurs ist, dass es einem Schüler (Maurice) aus gesundheitlichen Gründen verboten ist am Sportunterricht teilzunehmen. Auch in dieser Stunde wird er sich zum Teil um die Musik kümmern, aber auch in den Gruppen durch Impulse und Feedback mitwirken.

3.2.2 Zentrale Inhalte (didaktische Akzentuierung) und didaktische Reduktion

Die SuS sollen ein zuvor erlerntes Warm-Up, welches im Hinblick auf die Gestaltungskriterien sehr reduziert wurde, verändern. Da die SuS sehr weit im UV sind, findet an dieser Stelle keine didaktische Reduktion mehr statt. Die Akzentuierung liegt in diesem Fall daher darin, sämtliche Erfahrungen der vergangenen Unterrichtsstunden abzurufen und nun eine ausgestaltete Choreographie zu entwickeln. Da der Anforderungscharakter sehr hoch ist, wird keine neue Choreographie entwickelt, sondern die SuS greifen auf einen gemeinsam erlernten Gegenstand zurück. Um diese Choreographie bestmöglich zu erarbeiten, sind die SuS auf konstruktive Kritik angewiesen. Die SuS sollen sich daher gegenseitig beurteilen, jedoch funktioniert dies nur, wenn sie den zu beurteilenden Kriterien genügend Aufmerksamkeit schenken. Daher gilt für jeden SuS sich auf ein Gestaltungskriterium zu fokussieren und dessen Umsetzung zu bewerten.

3.2.3 Didaktisch-methodische Entscheidungen

Die SuS arbeiten in dieser Stunde mit der methodischen Herangehensweise *vom Einfachen zu Komplexen*. Der Einstieg ist so gestaltet, dass keine neuen Elemente zu der bereits erlernten Choreographie hinzugefügt werden. Dies bringt den SuS eine Sicherheit in ihrem Handeln, da unbekannter Besuch anwesend ist. Außerdem fällt es den SuS somit leichter an einer bekannten Choreographie weiterzuarbeiten. Da mehrere Gestaltungskriterien umgesetzt und verändert werden müssen, soll die Gruppenbildung der letzten Unterrichtsstunden beibehalten werden. Die SuS fühlen sich inzwischen in ihren eigenen Gruppen wohl und identifizieren sich schon weitgehend mit dieser. Schließlich entsteht eine Identifikation mit der Gruppe nur,

wenn die Gruppenmitglieder über eine längere Zeit an einem gemeinsamen Lernziel arbeiten.⁸ Die Aufgabenstellung ist für jede Gruppe gleich. Das liegt daran, dass die Lerngruppen zum größten Teil leistungshomogen sind. Da die Gestaltungskriterien unterschiedliche Schwierigkeitsgrade aufweisen, haben die Lerngruppen daher dieselbe Ausgangslage. Falls trotzdem einige Gruppen schneller arbeiten, sollen sie sich noch einen zusätzlichen Schritt ausdenken, den sie in die Choreographie integrieren können.

Bei der Musikauswahl wurde darauf geachtet, dass es aktuelle Hits aus den Charts sind, sodass die Lebenswelt der SuS angesprochen wird.

Die Präsentationen der Gruppen finden nicht im Plenum statt, sodass sich immer nur zwei Gruppen gegenüberstehen. Dies geschieht aus dem Grund, dass es immer noch einigen SuS schwer fällt eine Choreographie vor dem gesamten Kurs zu präsentieren. Das Arbeitsmaterial ist so aufbereitet, dass alle SuS einen eigenen Reflexionsbogen erhalten. Dadurch können alle Gestaltungskriterien fokussiert beobachtet werden. Die inaktiven SuS haben die Aufgabe sich in die Gruppen zu integrieren und mit Beiträgen und Impulsen während der Gruppenarbeitsphase aktiv mitzuwirken. Außerdem erhalten sie in der Präsentationsphase ebenfalls ein Gestaltungskriterium, welches sie bewerten sollen. Während der zweiten Erarbeitungsphase haben die Inaktiven zusätzlich noch die Aufgabe zu beobachten, ob sich und inwieweit sich die Choreographie verändert.

3.2.4 Erwartete Schwierigkeiten und Handlungsalternativen

Da die Gruppen alle Gestaltungskriterien in die Choreographie integrieren sollen, wird dies gleichzeitig die größte Herausforderung. Die SuS müssen daher ihr gesamtes Repertoire an Bewegungserfahrungen anwenden. Dies kann zu einer Überforderung führen, sodass einige Gestaltungskriterien zu kurz kommen oder die Zeit für die Erarbeitung nicht ausreicht. Durch die Aufgabenstellung, in der die SuS ihre Choreographie hinsichtlich aller Kriterien erweitern sollen und ggf. die Weiterarbeit an einer eigenen Bewegung erfolgen kann, wird genau diese Situation provoziert. Jedoch dient die Reflexionsphase der SuS dazu die vernachlässigten Gestaltungskriterien hervorzuheben, sodass alle Gruppen die Möglichkeit bekommen, diese in der nächsten Phase zu verbessern. Die Unterrichtseinheit zur Dynamik zeigte, dass die größte Schwierigkeit darin bestand, dass sie das Tempo variieren mussten. Nicht alle SuS konnten das Gefühl für den Takt entwickeln. Trotz intensiver Auseinandersetzung mit diesem Thema, besteht die Möglichkeit, dass dies nicht perfekt umgesetzt werden kann. Da dieser Punkt gut zu beobachten ist, könnten die Feedbackgruppen auch darauf eingehen und mögliche Verbesserungsvorschläge zu Verfügung stellen. Die Phase der Reflexion der SuS ist wichtig, um diese Schwierigkeiten bestmöglich zu kompensieren.

⁸ Vgl. Frank Achtergarde S. 66

3.3 Verlaufsübersicht

<i>Lehrschritte / Lehrformen Intention und Aktivität der Lehrkraft</i>	<i>Inhaltsaspekte (z. B. Gegenstände, Fachbegriffe, Fragestellungen, , Aufgaben ...)</i>	<i>Lernschritte / Lernformen Intendiertes Schülerverhalten</i>	<i>Organisation</i>
Einstimmung			
<ul style="list-style-type: none"> - Begrüßung und Vorstellung der Gäste - Grobe Übersicht über den Unterrichtsverlauf 	<ul style="list-style-type: none"> - Herstellung von Zieltransparenz - Das vorher erlernte Warm-Up wird als Einstimmung auf die Stunde genutzt 	<ul style="list-style-type: none"> - Eine Schülerin und ein Schüler haben sich bereits klärt die Erwärmung für diese Stunde zu übernehmen - Das für die SuS bekannte Warm-Up wird zweimal durchgeführt 	<ul style="list-style-type: none"> - SuS stellen sich mit den Stepbrettern im Kreis auf - Musik begleitet die Choreographie (Inaktive SuS)
Problematisierung			
<ul style="list-style-type: none"> -Moderation: Würdet ihr eine solche Choreographie Vorführen, wenn ihr bewertet werden solltet? Was muss erfüllt werden, um diese Choreographie entsprechend unseren Anforderungen zu realisieren? 	<ul style="list-style-type: none"> - Thematisierung der für dieses UV geltender Gestaltungskriterien, die die SuS zusammen mit der LAA festgelegt haben (wenig Kreativität, Raumwege wurden nicht genutzt, es finden kaum Armbewegungen statt und es herrscht keine Dynamik) 	<ul style="list-style-type: none"> - SuS müssen an ihrem Vorwissen und an zuvor erarbeiteten Bewegungsinhalten anknüpfen und Vorschläge sammeln, wie diese Choreographie verändert/ verbessert werden kann 	<ul style="list-style-type: none"> - LAA entwickelt mit SuS ein Tafelbild, an dem die verschiedenen Gestaltungskriterien mit ihren Merkmalen aufgelistet sind - Musik wird ausgeschaltet
Erarbeitung I			
<ul style="list-style-type: none"> - Moderation und Erläuterung der Aufgabenstellung bei möglichen Nachfragen - LAA teilt Arbeitsblatt aus, auf dem nochmals alle Kriterien aufgeführt 	<ul style="list-style-type: none"> - Aufgabenstellung: Ihr sollt dieses Warm-Up so verändern, dass alle besprochenen Gestaltungskriterien umgesetzt werden - Didaktische Reserve: Die Gruppe, die alle Anforderungen bewältigt hat, soll sich einen weiteren Schritt ausdenken und in die Choreographie einbetten 	<ul style="list-style-type: none"> - SuS erarbeiten und verändern die bekannte Choreographie in Kleingruppen und ndas Arbeitsblatt mit den aufgelisteten Kriterien als Grundlage - Inaktive SuS fügen sich zu einer Gruppe hinzu und geben Impulse zur Verwirklichung der Aufgabenstellung 	<ul style="list-style-type: none"> - Der Kurs wird in vier arbeitsteilige Gruppen geteilt - Tafelbild bleibt sichtbar - Zuvor festgelegte Gruppen finden sich dann mit ihren Stepbrettern zusammen - Musik begleitet diese Phase
Präsentation 1			

<ul style="list-style-type: none"> - LAA erläutert die Gestaltung der Präsentation und erklärt die Aufgabe der beobachtenden Gruppen 	<ul style="list-style-type: none"> - Jeweils zwei Gruppen präsentieren sich gegenseitig ihre Choreographie - Die zuvor ausgeteilten Arbeitsblätter dienen nun als Bewertungsbogen für die beobachtende Gruppe - Jedes Gruppenmitglied bekommt ein Kriterium, welches es zu bewerten hat - Bewertung anhand des Ampelverfahrens und einem Verbesserungsvorschlag der verschriftlicht werden soll (grün = sehr gut; gelb = mittelmäßig; rot = schlecht) 	<ul style="list-style-type: none"> - SuS präsentieren ihre veränderten Choreographien - Beobachtende Gruppe bewertet die andere Gruppe und notiert Verbesserungsmöglichkeiten - Anschließend findet ein Wechsel statt, indem die beobachtende Gruppe präsentiert und die Gruppe, die präsentiert hat zu Beobachtern wird - Inaktive SuS bewerten ebenfalls die Choreographien 	<ul style="list-style-type: none"> - Zwei Gruppen einigen sich auf einen Platz in der Halle, an der beide Choreographien präsentiert werden - Beobachtende Gruppe sitzt gegenüber
Reflexion 1			
<ul style="list-style-type: none"> - LAA verhält sich größtenteils passiv und gibt nur bei Nachfragen ein kurzes Feedback - Beobachtung der Schülerreflexion 	<ul style="list-style-type: none"> - Im Anschluss der abwechselnden Präsentationen werden die Bewertungsbögen reflektiert 	<ul style="list-style-type: none"> - SuS geben sich mithilfe der Bewertungsbögen ein konstruktives Feedback und erläutern ihre Verbesserungsvorschläge (ggf. mit Vormachen) 	<ul style="list-style-type: none"> - Gruppen stehen/sitzen sich gegenüber
Erarbeitung 2			
<ul style="list-style-type: none"> - Anleitung der nächsten Erarbeitungsphase 	<ul style="list-style-type: none"> - Die Reflexionsbögen werden ausgetauscht - Verbesserungsvorschläge der Reflexion werden versucht umzusetzen - (Didaktische Reserve: Erneute Präsentation der Choreographie für die andere Gruppe) 	<ul style="list-style-type: none"> - SuS versuchen die vorhandene Kritik innerhalb ihrer Gruppen zu lösen - SuS üben die veränderten Aspekte in ihren Choreographien - Erneute Präsentation der weiterentwickelten Choreographien im Hinblick auf die Bewertungen - Inaktive SuS beobachten die Veränderung der Choreographien 	<ul style="list-style-type: none"> - Alle Gruppen gehen wieder zu ihren eigenen Stepbrettern
Abschlussreflexion			
<ul style="list-style-type: none"> - Moderation der Abschlussreflexion: Welche Gestaltungskriterien wurden wie verändert? Welche Auswirkungen hatte das Feedback auf eure Choreographien? 	<ul style="list-style-type: none"> - Reflexion der veränderten Choreographie mit dem gesamten Kurs - Auswirkungen des Feedbacks werden besprochen 	<ul style="list-style-type: none"> - SuS analysieren, welche Gestaltungskriterien verändert werden mussten, um ihre Choreographie zu verbessern 	<ul style="list-style-type: none"> - Alle SuS kommen in den Sitzkreis - Musik wird ausgeschaltet - Alle SuS räumen ihre Stepper - Abbau der Stepbretter

4 Literatur

Iris Pahmeier / Corinna Niederbäumer: Step-Aerobis für Fitness und Gesundheit in Studio, Verein und Schule, 1994 by Meyer & Meyer Verlag, Aachen, 7. überarbeitete Auflage 2014

Peter Wagner / Iris Riedel: Step-Aerobic: Schritte, Armbewegungen, Choreographie und mehr, 2002 by Karin Krallmann Verlag, Duisburg, 2., überarbeitete und erweiterte Auflage

Frank Achtergarde: Selbstständiges Arbeiten im Sportunterricht, 2007 by Meyer & Meyer Verlag, Aachen, 5., überarbeitete Auflage 2015

Richtlinien und Lehrpläne für die Sekundarstufe II - Gymnasium/Gesamtschule in Nordrhein-Westfalen

http://www.schulentwicklung.nrw.de/lehrplaene/upload/lehrplaene_download/gymnasium_os/4734.pdf

5 Anhang

Mögliches Tafelbild

RAUM	ARMBEWEGUN- GEN	DYNAMIK	KREATIVITÄT
<ul style="list-style-type: none">• Raumwege• Aufstellungsformen	<ul style="list-style-type: none">• Zusammenspiel Arm- und Beinbewegungen• Variationen	<ul style="list-style-type: none">• fließende Bewegungen• deutliche Bewegungen• Tempo variieren	<ul style="list-style-type: none">• neue Bewegungsideen• Schwierigkeitsgrad

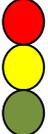
Arbeitsblätter

Beobachtungsbogen Step-Aerobic

1. Jeder von euch wählt ein Gestaltungskriterium. Wenn alle Gestaltungskriterien vergeben sind, übernimmt ihr ein gleiches Kriterium.
2. Bewerte die Choreographien im Hinblick auf das vorliegende Kriterium und notiere Verbesserungsvorschläge.
3. Teile der Gruppe in der anschließenden Feedbackrunde deine Verbesserungsvorschläge mit.

Beobachter (Name) : _____

Präsentierende Gruppe:
(Gruppenname) _____

Gestaltungskriterium	Bewertung	Verbesserungsvorschläge
<u>Raum</u>		
<ul style="list-style-type: none">• Raumwege (vor, zurück, im Kreis)• verschiedene Aufstellungsformen		

AMPELSYSTEM

schlecht 

mittelmäßig 

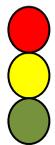
sehr gut 

Beobachtungsbogen Step-Aerobic

1. Jeder von euch wählt **ein** Gestaltungskriterium. Wenn alle Gestaltungskriterien vergeben sind, übernimmt ihr ein gleiches Kriterium.
2. Bewerte die Choreographien im Hinblick auf das vorliegende Kriterium und notiere Verbesserungsvorschläge.
3. Teile der Gruppe in der anschließenden Feedbackrunde deine Verbesserungsvorschläge mit.

Beobachter (Name) : _____

Präsentierende Gruppe: _____
(Gruppenname)

Gestaltungskriterium	Bewer- tung	Verbesserungsvorschläge
<p style="text-align: center; font-size: 1.2em; font-weight: bold;"><u>Arm- Bein- koor- dination</u></p>		
<ul style="list-style-type: none"> Zusammenspiel von Arm- und Beinbewegungen Variation der Armbewegungen 		

AMPELSYSTEM

schlecht 

mittelmäßig 

sehr gut 

Beobachtungsbogen Step-Aerobic

1. Jeder von euch wählt **ein** Gestaltungskriterium .Wenn alle Gestaltungskriterien vergeben sind, übernimmt ihr ein gleiches Kriterium.
2. Bewerte die Choreographien im Hinblick auf das vorliegende Kriterium und notiere Verbesserungsvorschläge.
3. Teile der Gruppe in der anschließenden Feedbackrunde deine Verbesserungsvorschläge mit.

Beobachter (Name) : _____

Präsentierende Gruppe: _____
(Gruppenname)

Gestaltungskriterium <u>Dynamik</u>	Bewertung 	Verbesserungsvorschläge
<ul style="list-style-type: none"> • fließende Bewegungen • deutliche und energische Bewegungen • unterschiedliche Bewegungsintensitäten 		

schlecht 

mittelmäßig 

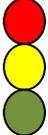
sehr gut 

Beobachtungsbogen Step-Aerobic

1. Jeder von euch wählt **ein** Gestaltungskriterium. Wenn alle Gestaltungskriterien vergeben sind, übernimmt ihr ein gleiches Kriterium.
2. Bewerte die Choreographien im Hinblick auf das vorliegende Kriterium und notiere Verbesserungsvorschläge.
3. Teile der Gruppe in der anschließenden Feedbackrunde deine Verbesserungsvorschläge mit.

Beobachter (Name) : _____

Präsentierende Gruppe: _____
(Gruppenname)

Gestaltungskriterium <u>Kreativität</u>	Bewertung 	Verbesserungsvorschläge
<ul style="list-style-type: none"> • Neue Bewegungs-ideen • Schwierigkeitsgrad der Choreographie 		

AMPELSYSTEM

schlecht 

mittelmäßig 

sehr gut 

Arbeitsauftrag 1

„Push your Warm-Up“

Geht in eure Gruppen zusammen und verändert das Warm-Up, indem ihr die an der Tafel aufgeführten Kriterien einführt und dadurch eure Choreographie weiterentwickelt.

Wenn ihr alle Kriterien berücksichtigt habt und noch Zeit habt, denkt euch einen neuen Schritt aus und integriert diesen in eure Choreographie.

Arbeitsauftrag 2

→ siehe Arbeitsblätter