

STUNDENVORBEREITUNGEN

SCHULART:
Grundschule

FACH:
Sport

THEMA:
*Selbstständiges Erarbeiten von
Pyramiden in Gruppen*

Benotete Lehrprobe Sport

Name:

Adresse:

Telefon:

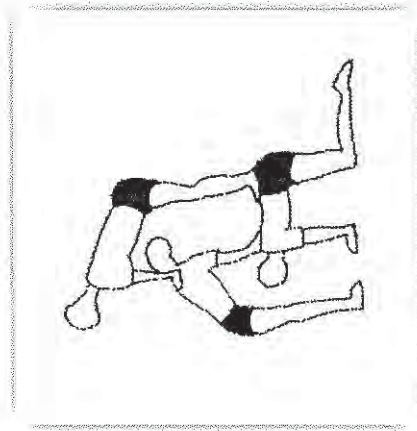
E-Mail:

Ausbildungsschule:

Schuladresse:

Telefon:

Schulleiter:



Unterrichtsvorbereitung

Datum:

Zeit:

Klasse:

Fach:

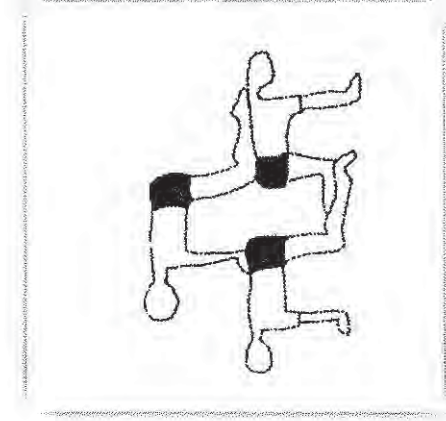
Mentorin:

SP-FI:

AS- FI:

4a

Sport



Thema der Unterrichtseinheit:

Thema der Unterrichtsstunde:

Akrobatik

Selbstständiges Erarbeiten von Pyramiden in Gruppen

Inhalt

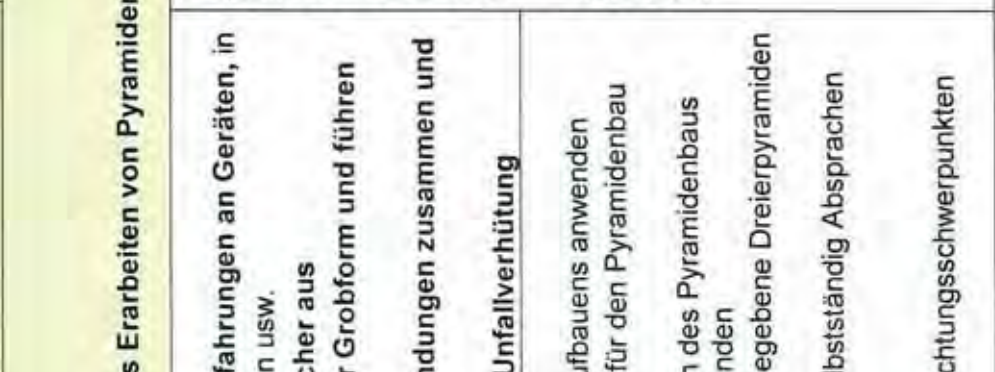
1. Allgemeine Planungsgrundlagen.....	3
1.1. Unterrichtseinheit.....	3
1.2 Ziele und Kompetenzen.....	4
2. Verlaufsplanung	5
3. Sachanalyse.....	7
3.1 Was ist Akrobatik?.....	7
3.2 Biomechanische Grundlagen der statistischen Bodenakrobatik.....	8
3.2.1 Die richtige Körperhaltung.....	8
3.2.2 Belastungen der Wirbelsäule	8
3.3 Regeln zum Pyramidenbau	8
3.4 Mind Map	10
4. Didaktische Begründung	11
4.1 Begründung der Lernaufgabe.....	11
4.2 Exemplarische Reduktion	11
4.3 Bedeutsamkeit.....	11
5. Bedingungsanalyse	12
5.1 Lernvoraussetzungen	12
5.2 Äußere Voraussetzungen	13
5.3 Differenzierungsmaßnahmen	13
5.4 Mögliche Schwierigkeiten	14
6. Methodische Überlegungen	14
6.1 Offener Anfang	14
6.2 Einstieg.....	15
6.3 Erwärmung	15
6.4 Hinführung	15
6.5 Erarbeitungsphase.....	15
6.6. Zwischenreflexion.....	16
6.6 Präsentation/Feedback.....	16
6.7 Ausklang.....	17
7. Literatur	17
8. Anhang.....	17

1. Allgemeine Planungsgrundlagen

1.1. Unterrichtseinheit

Datum	Inhalte/ Unterrichtsschwerpunkt	Kompetenzen
1. 16.01	Vorbereitende Übungen zur Schulung von Körperspannung und Körperkontakt	Die Schüler/Innen - verfügen über vielfältige Bewegungserfahrungen - führen turnerische Grundtätigkeiten sicher aus - kennen ausgewählte Fertigkeiten in der Grobform und führen diese aus - stellen selbstständig Bewegungsverbindungen zusammen und führen diese aus - kennen und beachten Grundregeln der Unfallverhütung
2. 23.01	Vorbereitende Übungen zur Schulung von Körperwahrnehmung, Körperspannung und Körperkontakt	
3. 30.01	Einführung der Pyramidenbauregeln und Durchführung der Regeln mit einer einfachen Knie-Pyramide	
4. 06.02	Wiederholung der Regeln und Erarbeitung der Bankstellung mit Hilfestellung	
5. 13.02	Wiederholung der Regeln, selbstständiges Erarbeiten von Pyramiden in Gruppen	
6. 05.03	Wiederholung der Regeln, Erarbeiten einer Gruppenkür aus selbstständig ausgewählten 2er und 3er Pyramiden Besprechen der Bewertungskriterien für die Aufführung	
7. 12.03	Wiederholung der Regeln und der Bewertungskriterien Verfeinern der Gruppenkür aus selbstständig ausgewählten 2er und 3er Pyramiden	
8. 19.03	Wiederholung der Regeln, Aufführung der Gruppenkür mit Bewertungsbogen	
9. 26.03	Wiederholung der Regeln, Bau von größeren Pyramiden	
10. 16.04	Wiederholung der Regeln, Entwickeln einer Klassenkür	
11. 23.04	Wiederholung der Regeln Verfeinern der Klassenkür	
12. 30.04	Generalprobe der Klassenkür fürs Schulfest (5. Mai)	

1.2 Ziele und Kompetenzen

FS Sport / LAA:	Klasse: 4 a	Datum: <input type="text"/>	Uhrzeit: 8:00-8:50
<p>Bewegungsfeld: Bewegen an Geräten</p> <p>Thema der Unterrichtsstunde: Selbstständiges Erarbeiten von Pyramiden in Gruppen</p>			
<p>Kompetenzen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • verfügen über vielfältige Bewegungserfahrungen an Geräten, in Gerätelandschaften, Bewegungsbaustellen usw. • führen turnerische Grundtätigkeiten sicher aus • kennen ausgewählte Fertigkeiten in der Grobform und führen diese aus • stellen selbstständig Bewegungsverbindungen zusammen und führen diese aus • kennen und beachten Grundregeln der Unfallverhütung 	<p>Geräte: Aufbauplan, 8 Matten, CD-Player, CD, Seile, Bälle, Reifen, Pedalo, Pfeife, 2 Parteibänder, Regelplakat, Kisten mit Übungskarten, Kärtchen mit Beobachtungsschwerpunkt</p>	<p>Medien/ Hilfsmittel: Sprache, Demonstration, Bilder, Übungskarten mit Bild und Text</p>	
<p>Unterrichtsziele:</p> <ul style="list-style-type: none"> • neu erlernte Ritual des selbstständigen Aufbaus anwenden • körperliche und soziale Voraussetzungen für den Pyramidenbau nennen • erlernte Sicherheitsregeln und Grundlagen des Pyramidenbaus mündlich wiederholen und praktisch anwenden • ihrem Leistungsniveau entsprechend vorgegebene Dreierpyramiden aussuchen und aufbauen • in einer Kleingruppe von 3-4 Personen selbstständig Absprachen treffen und sich gegenseitig helfen • Ergebnisse vor der Klasse präsentieren • den anderen Gruppen anhand von Beobachtungsschwerpunkten Rückmeldung geben 	<p>Geräte: Aufbauplan, 8 Matten, CD-Player, CD, Seile, Bälle, Reifen, Pedalo, Pfeife, 2 Parteibänder, Regelplakat, Kisten mit Übungskarten, Kärtchen mit Beobachtungsschwerpunkt</p>		
<p>Geräteaufbau:</p> 			

2. Verlaufsplanung

Zeit	Artikulation	Aktionen von Lehrkraft und Schülerinnen und Schülern	did.-meth. Kommentar/ Differenzierung	Organisation Medien/ Hilfsmittel
8:00 8:08 8'	Aufbau und offener Anfang	L. hängt den Aufbauplan an die Wand und legt Materialien bereit. Die S. bauen selbstständig auf und dürfen sich danach noch mit den bereit gelegten Materialien frei bewegen. L. gibt akustisches Signal. S. kommen in den Sitzkreis.	Ritual: selbstständiges Aufbauen in Kleingruppen Ankommen, Bewegungsdrang stillen, individuelles Erwärmen,	Gruppen oder Einzelarbeit, 8 Matten, Aufbauplan Kleingeräte, CD-Player, CD, Pfeife,
8:08- 8:13 5'	Einstieg Begrüßung	L und S. begrüßen sich: L. kontrolliert Schmuck, rutschfeste Kleider und Schlappchen. L.: „Heute dürft ihr in kleinen Gruppen selbstständig Pyramiden bauen und eine davon präsentieren. Doch bevor wir damit anfangen müssen wir wiederholen, was wir für das Bauen von Menschenpyramiden unbedingt brauchen, denn wir wollen ja im Mai fit sein für unsere Akrobatikshow am Schulfest.“ S. nennen allgemeine Voraussetzungen. L.: „Das war alles richtig, beim Aufwärmen wollen wir die Körperspannung und die Bankstellung nochmal trainieren.“	Zielangabe, Transparenz des Stundeninhalts Vorwissen der S. wird aktiviert Lehrergelenktes U-Gespräch	Sitzkreis
8:13- 8:18 5'	Erwärmung	Brückenfangen: 2 Fänger werden mit Parteibändern gekennzeichnet. Wer ab ist, nimmt eine Liegestützhaltung ein oder geht in die Bankstellung. Wer befreien will, kontrolliert zuerst die korrekte Haltung und krabbelt, wenn die Haltung richtig ist, unten durch um seinen Mitspieler zu befreien. S. demonstrieren Liegestütz. -> L. demonstriert Bankstellung falsch, S. korrigieren!	Aktivierung der Herz-Kreislaufmuskulatur Schulung der Stützkraft, der Körperspannung und der Bankstellung	Rudel, Parteibänder
8:18- 8:23 6'	Hinführung	L. gibt Signal, S. treffen sich im Kinositz vor dem Plakat (teilweise abgedeckt). S. wdh. gem. die bereits erarbeiteten Sicherheitsregeln und Grundlagen des Pyramidenbaus. Arbeitsauftrag: „Ihr dürft euch jetzt in euren Gruppen 2-3 Pyramiden aussuchen, eine davon dürft ihr dann am Schluss präsentieren. Lest die Arbeitsanweisungen genau. Beobachtet euch gegenseitig, achtet auf die Einhaltung der Regeln und gebt euch Tipps.“ Ein S. wiederholt den Arbeitsauftrag.	Wiederholung. Verletzungsprophylaxe, stummer Impuls hilft bei der Regelaufzählung, Bilder als Erinnerungshilfe und für besseres Verständnis	Kinositz, Frontal Pfeife, Regelplakat

8:23-8:30 8'	Erarbeitungs-Phase 1	L: „Auf jede Matte im Außenkreis gehen jetzt 3 oder 4 Schüler und dann dürft ihr euch die Pyramide aussuchen, mit der ihr starten wollt.“ Kleingruppen mit jeweils 3-4 Schülern erarbeiten selbstständig die ausgewählten Zweier oder Dreierpyramiden. Differenzierung: Wenn Gruppen sehr schnell fertig sein sollten, dürfen sie sich weitere Karten aussuchen oder selbst eine Pyramide ausdenken.	Selbstständiges Erarbeiten in der Gruppe Differenzierung durch vers. Schwierigkeitsgrade Helfen und Sichern durch Gruppenmitglieder schafft Vertrauen verringert das Verletzungsrisiko	Riege, Matten 6 Kisten mit Übungskarten
8:30-8:32 2'	Zwischen-reflexion	L. versammelt S. im Sitzkreis und führt die Daumenprobe durch: „Habt ihr es geschafft euch an die Regeln zu halten?“ S. nennen evtl. Schwierigkeiten und sammeln gemeinsam Tipps. L. erinnert evtl. daran, eine Lieblingsübung auszusuchen und zu üben.	Lösen der Probleme hilft beim Erreichen der Lernziele Selbsteinschätzung des Lernprozesses gibt Einsicht und Selbstvertrauen	Sitzkreis
8:32-8:38	Erarbeitungs-phase 2	S. gehen wieder in ihre Gruppen und üben weiter.	Evtl. vorhandene Schwierigkeiten können mithilfe der Tipps behoben werden	Riege, Matte mit Übungskarten
8:38-8:48 10'	Präsentation/ Reflexion	L. versammelt die S. im Kinositz vor den Matten. L: „Ihr habt heute sehr fleißig geübt, deshalb dürft ihr eure beste Pyramide präsentieren. L. macht ein Foto von der Präsentation. L. gibt den Zuschauern Beobachtungspunkte. Die Gruppe, die präsentiert hat, darf sich zu jedem Punkt ein Kind raussuchen, dass Ihnen eine Rückmeldung gibt. Einer aus der Gruppe sagt, was sie sich davon merken wollen oder was sie beibehalten wollen. L. reflektiert Feedback und Ausführung.	Präsentation würdigt die Ergebnisse der S. und schafft Selbstvertrauen durch Erfolg Beobachtungsauftrag für Feedback Motivation, Anreiz	Kinositz, Karten mit Beobachtungs-schwerpunkten
8:48-8:50 2'	Ausklang Schluss	Maximalplan: S. spielen zu zweit Luftpumpe: Ein S. liegt auf dem Boden, der andere pumpt durch Berührung die Muskeln auf und lässt die Luft durch ein Zeichen wieder raus. L. versammelt S. durch das Zeichen im Stehkreis, gibt Ausblick auf nächste Stunde. S. verabschieden sich mit Verabschiedungsritual: „Und Tschüss.“ S. die sich schnell umziehen können, helfen beim Abbau.	Hilft S. Wechsel zwischen Spannung und Entspannung zu spüren, Transparenz über U-Einheit Ritual, Stärkung des Wir-Gefühls	Partnerarbeit, Kreis

3. Sachanalyse

3.1 Was ist Akrobatik?

Der Begriff Akrobatik stammt aus dem Altgriechischen und leitet sich von dem Wort „akrobates“ ab, was bedeutet „der auf den Fußspitzen Gehende“, da man ursprünglich so einen Seiltänzer bezeichnete. (Blume, 2010, S. 12) Heute versteht man unter Akrobatik „die Kunst oder Leistung eines Akrobaten mit überdurchschnittlicher Geschicklichkeit und Körperbeherrschung, der turnerische, gymnastische oder tänzerische Übungen beherrscht, und sie im Zirkus, Varieté oder Straßentheater vorführt.“ (Gaal, 1999, S. 110)

Nach Gaal wird in der Akrobatik zwischen zwei wesentlichen Akrobatikformen unterschieden der „Bodenakrobatik“ und der „Akrobatik mit Geräten“, wobei die erstere Form nochmals in eine statische und eine dynamischen Bodenakrobatik untergliedert wird:

- **Statische Bodenakrobatik:** Das Bewegungsziel dieser Akrobatikform realisiert sich in einer starren Form, wobei der Auf- und Abbau ein dynamischer Vorgang ist.
Sie lässt sich unterteilen in Partner- und Gruppenpyramiden, Solofiguren, Partner- und Gruppenfiguren und in akrobatisches Bewegungstheater (lebendes Bild).
- **Dynamische Bodenakrobatik:** Das Bewegungsziel dieser Akrobatikform realisiert sich in einem Bewegungsablauf.
Sie gliedert sich in akrobatisches Bodenturnen und akrobatisches Bewegungstheater (Clownerien).

Zu der **Akrobatik mit Geräten** zählen folgende Geräte:

- Balanciergeräte, Trapez und Rola-Bola. (Gaal, 1999, S.121ff.)

Nach Blume gibt es folgende sieben Elemente, die die Eigenschaften der Akrobatik beschreiben und somit charakteristisch für sie sind: Gleichgewichtsfähigkeit, Kraft, Beweglichkeit, Körpergefühl, Haltung, Körperspannung und Vertrauen.“ (Blume, 2010, S.20)

3.2 Biomechanische Grundlagen der statistischen Bodenakrobatik

3.2.1 Die richtige Körperhaltung

Die richtige Körperhaltung ist in der Akrobatik bei allen Übungen von entscheidender Bedeutung, da der kindliche Körper sich noch in der Entwicklung befindet, weich und verletzlich und daher nur bedingt belastbar ist. Eine korrekte Körperhaltung kann demnach Überbelastungen und somit auch Verletzungen vermeiden. Zu den Grundhaltungen für den Bau von Pyramiden zählen die Bankstellung, die Stuhlstellung und die Kniestellung. (Blume, 2007, S.30)

Im Folgenden wird die Bankstellung näher erläutert, da sie die Grundhaltung der für diese Stunde ausgewählten Pyramiden ist.

Die Bankstellung: Sie gehört zu den wichtigsten Grundhaltungen, da sie beim Pyramidenbau sehr häufig gebraucht wird. Sie bildet einen sicheren Sockel für viele Übungen, weil der Abstand zum Boden gering ist und eine große Unterstützungsfläche vorhanden ist.

Zu der Bankstellung zählen folgende Merkmale: (Blume, 2001, S. 24ff)

- Senkrechte Bein- und Armstellung → rechter Winkel
- Arme schulterbreit, Beine hüftbreit
- Gerade Wirbelsäule → weder Katzenbuckel noch Hohlkreuz



3.2.2 Belastungen der Wirbelsäule

Da die Wirbelsäule und die stützende Rumpfmuskulatur bei Grundschulkindern noch nicht vollständig ausgebildet sind, müssen nach Blume folgende Aspekte beachtet werden. (vgl. Blume, 2001, S. 28);

- Kinder sollen nicht mehr als ihr eigenes Körpergewicht tragen.
- Belastungen der Wirbelsäule sollen nur von kurzer Dauer sein.
- Plötzliche Belastungen (durch Absprung) müssen vermieden werden.

3.3 Regeln zum Pyramidenbau

Um Verletzungen auszuschließen, müssen im Vorfeld wichtige Regeln vereinbart werden. Vor allem muss auf eine richtige Körperhaltung aller Akrobaten geachtet werden. Nach Blume müssen folgende Regeln vor einem Pyramidenbau abgeklärt werden:

Vor dem Aufbau Absprachen treffen:

- ✓ Wer nimmt welche Position ein?
- ✓ Auf- und Abbau genau vorausplanen!
 - ✓ Wer gibt die Kommandos?

Aufbau:

- ✓ Schnell, aber nicht hastig aufbauen!

Präsentation:

- ✓ Höchstens 3-4 Sekunden präsentieren!

Abbau:

Kontrolliert, niemals unkontrolliert von einer Pyramide springen!

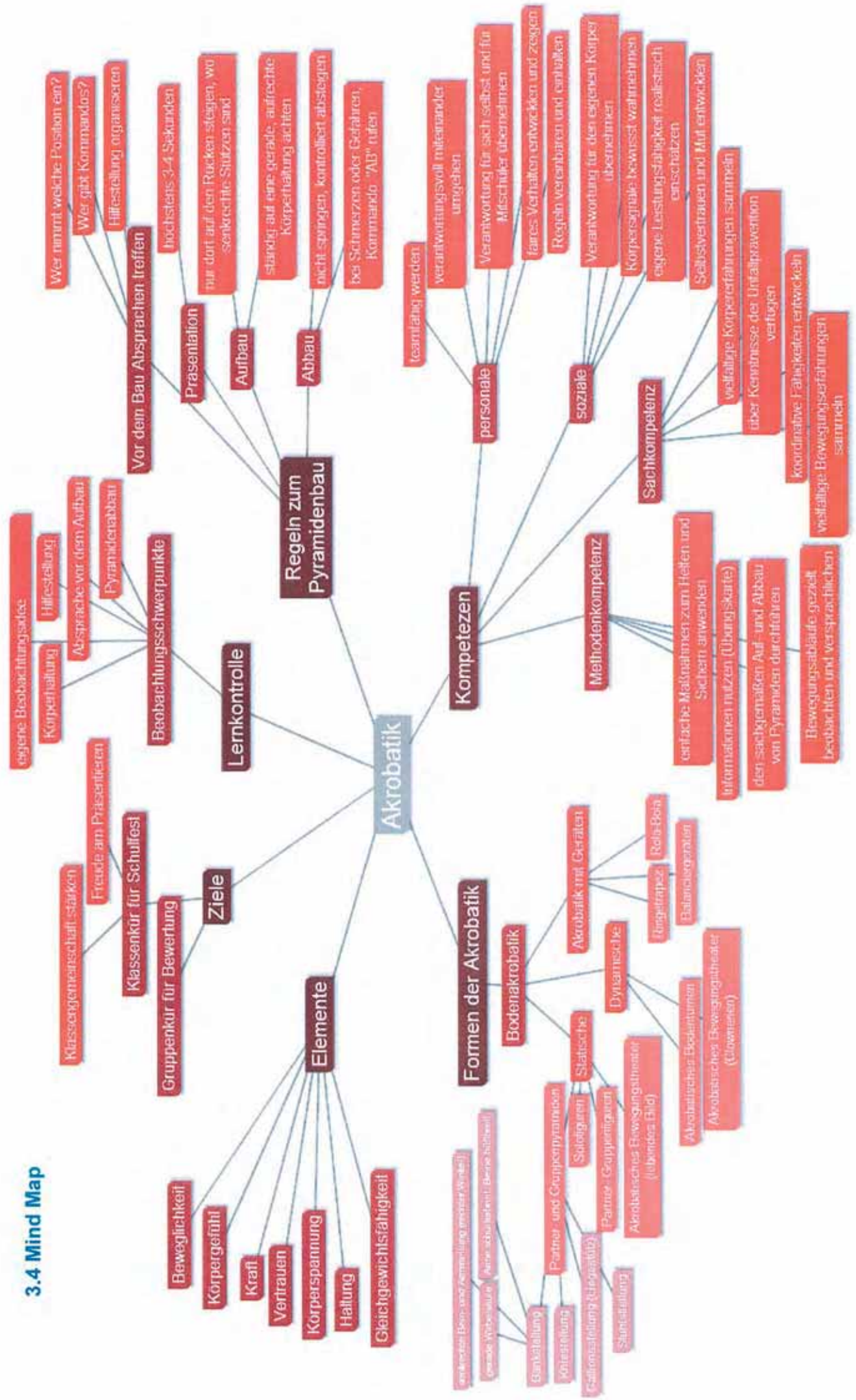
Bei Scherzen, falschen Stellungen, nachlassenden Kräften, Instabilität usw. sofort Kommando „ab!“ (→ Abbau) rufen.

Während dem gesamten Pyramidenbau:

Ständig auf eine gerade, aufrechte Körperhaltung achten.

Abb. 1 Regeln zum Pyramidenbau, Blume, 2001, S. 67

3.4 Mind Map



4. Didaktische Begründung

4.1 Begründung der Lernaufgabe

Das Thema Akrobatik wird im Teilrahmenplan Sport (2008) nicht ausdrücklich erwähnt. Es lässt sich aber dem Bewegungsfeld „Bewegen an Geräten“ zuordnen, wobei statt Geräten Menschen für den Pyramidenbau eingesetzt werden.

Laut Teilrahmenplan (S. 11) ist das Bewegungsfeld „Bewegen an Geräten“ dazu geeignet Koordination und Kraft zu entwickeln, Erfahrungen mit dem Gleichgewicht zu sammeln und den Mut und die Risikobereitschaft der Schüler anzuregen. Es leistet einerseits einen Beitrag zur Stärkung des Selbstbewusstseins und zeigt andererseits auch eigene Grenzen auf. Außerdem können die Schüler durch gegenseitiges Helfen und sichern ihr Verantwortungsbewusstsein stärken. Diese angestrebten Ziele können mit der Akrobatik alle abgedeckt werden.

4.2 Exemplarische Reduktion

In dieser Unterrichtsstunde liegt der Schwerpunkt auf den Pyramiden, welche die Bankstellung als Grundhaltung haben, weil diese eine wichtige Grundhaltung für den Pyramidenbau ist und sich auch für die Grundschule eignen. Die Kniestellung, die Stuhlstellung und die Gallionsstellung werden in dieser Einheit nicht explizit eingeführt. Bei den als „schwierig“ markierten Pyramiden kommen Gallions- und Kniestellung vor, diese können aber anhand der Beschreibung selber erarbeitet werden. Sollten die Kinder im Laufe der Einheit beim Erfinden eigener Pyramiden auf die Idee kommen, diese anzuwenden, werden sie zugelassen und die Handlungsregeln besprochen. Dabei können die Schüler die erarbeiteten Regeln der Bankstellung auf die anderen Grundhaltungen übertragen.

4.3 Bedeutsamkeit

„Akrobatik ist Zirkuskunst und hat etwas sehr Faszinierendes für Kinder.“ (Blume, 2001, S.1) Durch Akrobatik wird die Welle der Faszination in den Schulsport aufgenommen, die Schüler gewinnen Spaß und Begeisterung für turnerische Körpererfahrungen. Jeder Schüler kann durch Akrobatik Erfolgserlebnisse erfahren, weil unterschiedliche Funktionen übernommen werden können: Zum Einen kann man als Hilfestellung dienen oder das Aufbauen koordinieren. Man kann je nach Körpervoraussetzungen entweder als stabile Basis für die Pyramiden dienen oder geschickt auf die 2. Ebene klettern.

Für die Schüler ist Akrobatik ein Abenteuer, da oft ungewöhnliche Haltungen eingenommen werden, die ihnen enorm viel abfordern, schon allein im Hinblick auf die Gleichgewichtsfähigkeit und die Körperspannung. Außerdem ist es für die Kinder zwar einerseits etwas ungewöhnlich aber andererseits auch spannend, ihren eigenen Körper jemand „Fremden“ anzuvertrauen bzw. selbst die Verantwortung für einen „fremden Körper“ zu übernehmen. Allein schon diese Tatsache fördert und stärkt soziale Kompetenzen und vor allem das Selbstvertrauen der Kinder.

Auch trägt die Akrobatik dazu bei, den eigenen Körper beherrschen zu lernen und seine Gleichgewichtsfähigkeit zu schulen. So wird unter anderem die Kraft, die Beweglichkeit, die Körperspannung und die Orientierung im Raum anhand der Ausführung der akrobatischen Elemente stets verbessert und trainiert.

Besonders bedeutsam ist die Akrobatikeinheit aber auch deshalb für die Schüler, weil sie als Höhepunkt der Einheit auf dem Schulfest mit der selbst ausgedachten Klassenkür das Schulfestmotto: „Miteinander sind wir stark“ ganz praktisch verdeutlichen können.

5. Bedingungsanalyse

5.1 Lernvoraussetzungen

In der Klasse 4 a sind 23 Schüler, 13 davon Jungen, 10 Mädchen. Die Klasse ist im motorischen und sozialen Bereich sehr heterogen. Im motorischen Bereich weist besonders L P, erhebliche motorische Defizite auf: Gleichgewichtsfähigkeit, Geschicklichkeit und Körpergefühl sind nicht sehr ausgeprägt. Zudem traut sie sich selbst wenig zu. Da es verschiedene Funktionen gibt, wird sie aber sehr wahrscheinlich von der Gruppe automatisch integriert. Trotzdem werde ich auf ihre Gruppe besonders achten um sie gegebenenfalls zu motivieren, sich zu beteiligen, Sollten Schwierigkeiten auftreten, werde ich der Gruppe meine Hilfestellung anbieten, wenn es nötig ist.

Die körperlichen Unterschiede sind nicht sehr gravierend, trotzdem werde ich vorher mit dem Kindern besprechen, dass es sinnvoll ist, wenn große und schwere Kinder nach unten gehen und kleine oder leichtere Kinder nach oben.

Obwohl es einige soziale Probleme in der Klasse gibt, haben die Schüler im Sportunterricht durch die vorhergehende Einheit „Soziales Lernen“ gelernt, sich gegenseitig zu vertrauen und auch Körperkontakt zuzulassen.

Da der Pyramidenbau nur funktionieren kann, wenn die Schüler einwandfrei zusammenarbeiten können, dürfen sich die Schüler die Gruppenmitglieder selbst auswählen. Sollten die Schüler jedoch Schwierigkeiten haben sich zu einigen, werde ich Ihnen helfen.

Beim Selbstständigen Erarbeiten der Pyramiden kann es passieren, dass einige Schüler, wie zum Beispiel R, L und K den Freiraum nutzen um ihre Späße zu machen. Ich werde großen Wert darauf legen, dass die Pyramiden nur mit höchster Konzentration gebaut werden dürfen, um Unfälle und Verletzungen zu vermeiden. Die Schüler sollen auch gegenseitig darauf achten und sich ermahnen. Wenn einzelne Schüler sich nach Ermahnung nicht daran halten, müssen sie eine Auszeit nehmen.

L	Ängstlich, motorische Defizite; Gleichgewichtsfähigkeit, Geschicklichkeit und Körpergefühl nicht sehr ausgeprägt	Ich werde ihre Gruppe beobachten, sie ggf. motivieren oder Hilfestellung anbieten. Sollten die Pyramiden zu schwer für ihre Gruppe sein, dürfen sie Partnerakrobatik machen oder sich leichtere Pyramidenformen ausdenken.
R L, K	Macht bei Gruppenarbeit gerne Späße und konzentriert sich nicht.	Ich werde auf absolute Konzentration Wert legen, sollte er nach Ermahnung nicht konzentriert mitarbeiten muss er eine Auszeit nehmen.

5.2 Äußere Voraussetzungen

Die Unterrichtsstunde findet als Einzelstunde montags in der ersten Stunde statt, Freitags hat die Klasse seit dem 18.11.11 eine Doppelstunde Schwimmen, deshalb erstreckt sich die Einheit über eine längere Zeitphase. Die Schüler wurden darauf hingewiesen, rutschfeste Kleidung und Schläppchen anzuhaben. Sollten Schüler die Schläppchen vergessen haben, dürfen sie barfuß mitmachen.

5.3 Differenzierungsmaßnahmen

Die Pyramiden sind so ausgewählt, dass sowohl 3er, 4er als auch 5er Gruppen gebildet werden können. Jede Gruppe kann je nach Voraussetzung eine geeignete Pyramide auswählen. Auch während des Pyramidenbaus, gibt es verschiedene Funktionen, die je nach Absprache eingenommen werden.

Sollte eine Gruppe mit der Erarbeitung ihrer 3 Pyramiden fertig sein, dürfen sie sich entweder noch weitere aussuchen oder eine eigene Pyramide ausdenken.

Sollte eine Gruppe keine Pyramide aufstellen können, werde ich ihnen die Partnerakrobatikübungen aus den vorhergehenden Stunden geben oder sie dürfen sich leichtere Pyramiden ausdenken.

5.4 Mögliche Schwierigkeiten

Während des Pyramidenbaus könnte es sein, dass die Schüler aufgrund von einer hohen Motivation vergessen alle Regeln zum Pyramidenbau einzuhalten. Umso wichtiger ist es, dass die Regeln zu Beginn der Hauptphase wiederholt werden und für alle sichtbar an der Hallenwand aufgehängt werden, sodass diese für die Schüler stets sichtbar sind. Desweiteren werde ich natürlich auch versuchen ständig auf die Regeleinhaltung zu achten und die Schüler dafür sensibilisieren sich gegenseitig zu beobachten.

Bei dem Bau der Pyramiden könnte es sein, dass Schüler/innen mit ihren physiologisch sinnvoll besetzten Positionen unzufrieden sind. So werden die kräftigeren Schüler/innen zumeist die Bankstellung einnehmen müssen, in diesem Fall ist es sinnvoll, diesen Schülern die enorm wichtige Bedeutung der unteren Positionen zu verdeutlichen. Denn auf diesen Schülern wird die Pyramide aufgebaut. Ist die untere Position instabil, so wird es auch nicht möglich sein die Pyramide weiterhin aufzubauen. Genauso wichtig kann den Kindern aber auch die Hilfestellung gemacht werden, denn sie muss immer voll konzentriert sein um eventuelle Schwächen sofort zu erkennen und schnell zu reagieren.

6. Methodische Überlegungen

6.1 Offener Anfang

Da sich die Schüler unterschiedlich schnell umziehen ist es sinnvoll diese Zeit offen zu gestalten um sie effektiv zu nutzen: d.h. die Schüler dürfen sich mit den bereitgelegten Materialien verantwortungsvoll und selbstständig beschäftigen.

Dadurch kann der erste Bewegungsdrang gestillt werden und jeder Schüler wärmt sich damit ganz individuell auf. Die Musik sorgt für gute Stimmung. Der Aufbauplan in groß hängt neben den Garagen und soll die Schüler auffordern, selbstständig den Aufbau zu organisieren. Das Ritual des selbstständigen Aufbaus wurde erst in der letzten Stunde eingeführt, weshalb die Schüler noch bei Bedarf darauf aufmerksam gemacht werden.

Das akustische Signal mit der Pfeife und die Handzeichen sind den Schülern gut bekannt und vereinfachen das Unterrichten erheblich.

6.2 Einstieg

Nach der Begrüßung im Sitzkreis nenne ich das Ziel der Stunde um den Stundeninhalt transparent zu machen, damit die Schüler wissen, was auf sie zukommt. Damit die Schüler aber nicht nur Pyramiden bauen, sondern auch darüber Bescheid wissen, werden in einem gelenkten Unterrichtsgespräch die körperlichen und sozialen Voraussetzungen für den Pyramidenbau besprochen.

6.3 Erwärmung

Zum speziellen Erwärmen spielen die Schüler das bereits bekannte Spiel „Brückenfangen“ mit einer Abwandlung. Es gibt zwei Fänger, wer abgeschlagen wurde geht entweder in die Bankstellung oder in eine Liegestützposition. Wer befreien will, muss zunächst die richtige Haltung kontrollieren, somit üben die Kinder zu beobachten und geben sich gegenseitig Rückmeldung.

Dieses Spiel dient aber auch zur Aktivierung der Herz-Kreislaufmuskulatur und zur Schulung der Stützkraft, der Körperspannung und des Gleichgewichts. Außerdem wird spielerisch die korrekte Bankstellung geübt.

6.4 Hinführung

Nach dem Aufwärmen erfolgt eine Hinführung, die für den weiteren Stundenverlauf wichtig ist. Die bereits erarbeiteten Sicherheitsregeln und Grundlagen des Pyramidenbaus werden von den Schülern gemeinsam wiederholt und somit in Erinnerung gerufen, denn bei falscher Durchführung kann es zu Verletzungen kommen. Die Regeln werden auf einem Plakat an der Hallenwand für alle Schüler sichtbar gemacht. Sollten die Schüler nicht mehr alle Regeln auswendig wissen, werde ich Ihnen mit Bildern helfen. Die Erläuterung des Arbeitsauftrags wird der Eindeutigkeit wegen durch eine Lehrerdemonstration unterstützt. Durch das Wiederholen des Arbeitsauftrages wird gewährleistet, dass alle Schüler diesen verstanden haben und gegebenenfalls Fragen stellen können.

6.5 Erarbeitungsphase

In dieser Phase sollen die Schüler aus vorgegebenen Übungskarten 2-3 Pyramidenformen auswählen und in ihren Kleingruppen auf ihrer Matte selbstständig erarbeiten. Ein Kind fungiert als Hilfestellung, die anderen bauen die Pyramide. Um sich auf eine Übung und die verschiedenen Positionen zu einigen und letztlich auch zu bauen, müssen die Schüler sich verständigen und sehr gut kooperieren. Diese Phase ist bewusst offen gewählt, weil dabei alle Kinder Erfolgserlebnisse haben

können. Selbst wenn die vorgegebenen Pyramiden nicht klappen sollten, haben die Gruppen auch die Möglichkeit sich eigene, leichtere Pyramidenformen auszudenken. Zudem fördert es die Methodenkompetenz, die Sachkompetenz und viele soziale und personale Kompetenzen (siehe Mind Map). Als Alternative zu dem von mir gewählten Verfahren, hätte man sich in dieser Phase auch für ein Stationsbetrieb entscheiden können. Ich habe mich jedoch bewusst dagegen entschieden, um unnötige Unruhe beim Wechsel der Stationen zu vermeiden.

Indem die Schülerinnen und Schüler während der ganzen Erarbeitungsphase an ihrer Matte bleiben, können sie ihr Tempo selbst bestimmen und die Übungen in Ruhe ausführen, ohne dass ihre Konzentration durch vielfältige Stationswechsel unterbrochen werden.

Die Übungskarten hätten auch alle an einem zentralen Ort liegen können, von dem die Schüler sich die jeweiligen Karten holen müssten. Weil es dabei aber einen Tumult und eventuell sogar Streit mit den anderen Gruppen geben könnte, habe ich mich dafür entschieden jeder Gruppe den gesamten Übungskartensatz zu geben.

6.6. Zwischenreflexion

Durch die Daumenprobe haben die Schüler die Möglichkeit sich bezüglich der Einhaltung der Regeln selbst zu reflektieren. Sollten Schüler Schwierigkeiten haben, wird gemeinsam nach Lösungsmöglichkeiten gesucht. Die Tipps können in der darauffolgenden Erarbeitungsphase ausprobiert werden.

6.6 Präsentation/Feedback

Die selbst erarbeiteten Pyramiden werden nach der Erarbeitungsphase in einer Mini-Aufführung im Kinositz präsentiert und gewürdigt. Damit die Schüler auf bestimmte Beobachungskriterien achten, verteile ich vorher Beobachtungskarten an verschiedene Gruppen. Die Präsentations-Gruppe darf dann selber aus jeder Gruppe ein Kind aufrufen, das etwas zu dem Beobachtungsschwerpunkt sagt. Damit können die Schüler selbst wählen, wer sie kritisiert und bekommen eine qualitative Rückmeldung. Einer aus der Gruppe darf zum Schluss sagen, was sie sich davon merken wollen, um es beim nächsten Mal zu berücksichtigen und was sie beibehalten wollen. Außerdem biete ich Ihnen an, ein Foto zu machen, und in der nächsten Stunde mitzubringen, damit sie ihr Ergebnis auch selber sehen können. Da diese Art der Reflexion für die Schüler noch neu ist, kann es sein, dass die Zeit nicht für alle Gruppen zum Präsentieren reicht. Um eine qualitative Rückmeldung zu ermöglichen, werden die Schüler nicht zur Eile gedrängt, sondern können in der

darauffolgenden Stunde ihre Pyramiden noch verbessern und dann als Erste präsentieren.

6.7 Ausklang

Sollte noch Zeit übrig sein, spielen die Schüler zu zweit Luftpumpe. Dabei „pumpen“ sie durch Berührung nacheinander einzelne Muskeln des Partners auf und lassen die Luft wieder raus. Dies fordert das Körpergefühl und die Körperwahrnehmung und hilft den Schülern den Wechseln zwischen Anspannung und Entspannung zu spüren. Mit dem Ritual verabschieden wir uns um die Klassengemeinschaft und das Wir-Gefühl zu stärken. Um Zeit zu sparen helfen nur die Kinder beim Abbau, die sich schnell umziehen können.

7. Literatur

Blume, M. (2001, 2007, 2010). *Akrobatik mit Kindern und Jugendlichen*. Aachen: Meyer und Meyer.

Gaal, J. (1999). *Bewegungskünste - Zirkuskünste*. Schorndorf: Hofmann.

Ministerium für Bildung, Wissenschaft, Jugend und Kultur (Hrsg.). (2008). *Rahmenplan Grundschule. Teilrahmenplan Sport*. Mainz.

8. Anhang

Übungskarten

Beobachtungsschwerpunkte

Regelplakat

Bildhilfen für Regelwiederholung