

# STUNDENVORBEREITUNGEN

**SCHULART:**

*Realschule plus*

**FACH:**

*Sport*

**THEMA:**

*Akrobatik – Wir bauen eine Menschenpyramide*

# Unterrichtsentwurf

zur Prüfungslehrprobe im Fach Sport

RLA..... :  
Fach..... : Sport  
Fachleiter..... :  
Schule..... : RS plus  
Klassen..... : 7b/d  
Datum..... : 18.04.2012  
Stunde..... : 5. (11.10 – 11.55 Uhr)  
Ort..... : Sporthalle

|   |
|---|
| <b>Thema:</b>   |
| Akrobatik – Wir bauen eine Menschenpyramide   |
| <b>Grobziel:</b>  |
| Die Schüler sollen in ihren Gruppen mindestens zwei verschiedene Menschenpyramiden hintereinander ausführen können.   |
| <b>Teilziele:</b>   |
| <i>Motorische Lernziele</i><br>Die Schüler sollen... <ul style="list-style-type: none"><li>... den Auf- und Abbau der Menschenpyramide verbessern können (LZ1).</li><li>... den Ausdruck (Gesichtsdruck, Armhaltung) bei der Präsentation verbessern können (LZ2).</li><li>... dynamische Elemente zu Beginn der Präsentation einbinden können (LZ3).</li><li>... sich bei Auf- und Abbau einer hohen Pyramide helfen können (LZ4).</li></ul> |
| <i>Kognitives Lernziel</i><br>Die Schüler sollen die „Hinweise zum Bau von Menschenpyramiden nennen können (LZ5).   |
| Folgende <i>Kompetenz</i> soll erweitert und vorangetrieben werden:<br>Sozialkompetenz: Fähigkeit zur Kooperation mit den Mitschülern und zur Gestaltung sportlichen Handelns in einer Gruppe (K)   |

# 1. Lernvoraussetzungen

## 1.1 Allgemeine Lernvoraussetzungen

Die Lerngruppe der Klassen 7b und 7d setzt sich aus insgesamt 23 Schülern zusammen. Davon stammen 14 Schüler aus der 7d und neun Schüler aus der 7b. Die Sportklasse ist mir seit dem Beginn des Schuljahres bekannt und stellt meine SU Klasse dar.

## 1.2 Körperliche Voraussetzungen

Die Schüler sind von ihrer körperlichen Entwicklung entsprechend der Altersstufe einer 7. Klasse unterschiedlich weit vorangeschritten. Einige befinden sich seit längerem in der Pubertät, wobei andere noch eher eine kindliche Statur aufweisen. [Name], [Name] (groß und übergewichtig), [Name], [Name], [Name] und [Name] (alle vier groß gewachsen) ragen von ihrer körperlichen Statur und ihrer Muskelkraft im Vergleich zu den anderen Mitschülern heraus und haben gerade deshalb einen höheren Status innerhalb der Gruppe.

[Name], [Name], [Name] und [Name] sind sehr sportlich und leichtgewichtig, können somit gut als „Spitze“ der Pyramide fungieren. Neben dem gut ausgeprägten Gleichgewichtssinn sind [Name] und [Name] beide groß gewachsen, haben bereits eine stark ausgeprägte Muskulatur und sind deshalb meist als „Fundament“ zu finden. [Name] und [Name] hingegen sind ebenfalls kräftig, daneben aber etwas übergewichtig und nicht besonders groß. Sie fungieren in ihren Gruppen ebenfalls meistens als „Fundament“, bilden dabei aber nicht ganz so einen stabilen Unterbau wie [Name] und [Name], da sie koordinativ nicht so stark sind und eine kleinere Rückenfläche haben.

## 1.3 Sozialverhalten und sonstige Auffälligkeiten

Das Sozialverhalten der Lerngruppe ist im Vergleich zum ersten Halbjahr als deutlich verbessert zu beurteilen. Nichtsdestotrotz versuchen einige Schüler (vor allem [Name], [Name], [Name], [Name] und [Name]) immer noch durch ihr teilweise provokantes Auftreten ihre Stellung in der Gruppe zu untermauern. In allen Fällen sind es zu differenzierende Beweggründe: zum Teil ist es das Verlangen nach Aufmerksamkeit oder das Behaupten in dem dynamischen Gruppengefüge der Sportklasse und zum anderen steht für manche Schüler das permanente Austesten der Grenzen als (vielleicht auch unbewusstes) Motiv im Vordergrund.

Gerade die Arbeit in den 4er bzw. 5er Gruppen zu Beginn des Themas „Menschenpyramiden“ zeigte mir eine starke Verbesserung der Kooperationsfähigkeit der zwei Klassen. Schüler, die es normalerweise schwer haben sich in der Sportklasse zu integrieren (vor allem [Name]), wurden problemlos eingebunden und konnten mit Spaß in den Phasen des kreativen Probierens der Pyramiden zu Werke gehen.

[Name], [Name], [Name] und [Name] sind Schüler die gerne Verantwortung übernehmen und die Gruppe gut führen können. Auf der anderen Seite halten sich [Name], [Name] und [Name] eher im Hintergrund und lassen sich in ihren Gruppen lieber von den dominanteren Schülern leiten.

## 1.4 Inhaltliche und organisationsmethodische Kompetenzen

Im Zeitraum vom 09.03.2012 bis zum 27.03.2012 (insgesamt neun Sportstunden) wurde das Thema „Akrobatik“ zuerst in den Doppelstunden verbunden mit Inhalten des Gerätturnens in jeweils 30minütigen Phasen eingebaut. Zu Beginn lernten die Schüler über erste Körperkontakt- und Kooperationsspiele die Tischstellung. In den darauf folgenden drei Sportstunden sollten die Schüler in Partnerarbeit die Tischstellung (siehe Sachstruktur)

weiter verinnerlichen und komplexere Partnerakrobatikerelemente ausprobieren. In diesen Stunden wurde genauer auf die Körperwahrnehmung der einzelnen Schüler eingegangen – sie mussten „Stopp!“ sagen, wenn ein Mitschüler nicht richtig auf dem Tisch stand oder sie Schmerzen empfanden.

Daraufhin konnten die Schüler in 3er und 4er Gruppen Erfahrungen bezüglich größerer Menschenpyramiden sammeln und ihre akrobatischen Elemente Stück für Stück erweitern. Der Auf- und Abbau wurde weiterhin unter besonderer Berücksichtigung der Sicherheit thematisiert. Wurden die besprochenen Aspekte berücksichtigt, konnten die Schüler in den zusammengestellten 6er Gruppen erste größere Menschenpyramiden bauen. Am 23.03.2012, der letzten Doppelstunde vor dem letzten Unterrichtsbesuch, wurde von den einzelnen Pyramiden Fotos gemacht, was sich als zusätzlichen Motivationsschub herausstellte. Anhand der Fotos konnten die Schüler ihre Körperhaltung und -stellung genauer betrachten und an der Ausführung weiter arbeiten.

Die Schüler sind zum heutigen Zeitpunkt in der Lage in ihren Gruppen selbständig 6er-Pyramiden zu gestalten oder zwei akrobatische Elemente in jeweils 3er Gruppen hintereinander stehend auszuführen. Am langsamen, sicheren Auf- und Abbau sowie der gegenseitigen Hilfe der Schüler, die auf der „Spitze“ stehen, muss weiterhin gearbeitet werden.

Folgende Gruppenzusammenstellung wurde in der vorletzten Stunde vorgenommen:

**Gruppe 1 (stärkste Gruppe):** [REDACTED]

**Gruppe 2 (gute Gruppe):** [REDACTED]

**Gruppe 3 (schwächere Gruppe):** [REDACTED]

In der letzten Stunde vor der Prüfungslehrprobe müssen folgende Schüler noch auf die einzelnen Gruppen aufgeteilt werden: [REDACTED]

## 2. Sachstruktur

### 2.1 Akrobatik in der Schule

Die Akrobatik als Bewegungskunst hat eine lange Tradition, dessen Wurzeln weit in die ägyptische Hochkultur des zweiten Jahrhunderts vor Christus zurückreichen (Diem, 1960, S. 107ff., zit. nach Kruber & Kikow, 2003, S. 4). Im alten Griechenland erlebte die Akrobatik eine erste Blüte – dort nannte man die Leute, die akrobatische Elemente vorführten je nach Bewegungsfertigkeiten entweder Dribaten, Neurobaten, Tichobaten oder eben Akrobaten. Die Letztgenannten sind bis heute im Sprachgebrauch erhalten geblieben. Die ursprünglichen Akrobaten waren Seiltänzer, später erst wurde der Begriff „auf die Gesamtheit der artistischen Übungsformen übernommen.“ (Kruber & Kikow, 2003, S. 4).

„Akrobatik ist Abenteuer ... Akrobatik ist Bewegungskunst ... Akrobatik ist Sport“ (Blume, 2012, S. 10).

*Akrobatik ist Abenteuer:* Gerade in der Schule kann der Bau von akrobatischen Figuren eine willkommene Abwechslung zum eher traditionellen Unterricht darstellen, da nicht die Maxime „Höher, Schneller, Weiter“ im Vordergrund steht, sondern die Schüler gemeinsam unter dem Gesichtspunkt des Experimentierens mit Neuem (da ein Großteil meist noch keine oder wenige Erfahrungen bzgl. Akrobatik gesammelt haben) ein gemeinsames Ziel erreichen können und im besten Falle auch wollen. Die Schüler können einiges über die eigene Körperwahrnehmung erfahren, den Kontakt bzw. Umgang mit anderen Mitschülern ausprobieren und eventuell bestehende Berührungängste abbauen (vgl. Landzettel, 2008, S. 28). Sie können aneinander hochklettern oder müssen sich beim Halten gegenseitig vertrauen, da sie ja jeden Moment fallen könnten. Wenn das Endbild dann steht, die fertige akrobatische Figur, und alle Schüler miteingebunden sind, ist der pädagogische Nutzen unübersehbar.

*Akrobatik ist Bewegungskunst:* Mit relativ einfachen Mitteln und ohne großen Geräteaufwand „können fantasievolle Körperbauwerke geschaffen werden.“ (Blume, 2010, S. 10). Schüler können dabei besonders kreativ sein, wenn sie spezielle Figuren eigenständig ausprobieren und diese gemeinsam nach Absprache gestalten dürfen. Die Kinder und Jugendlichen sehen in der Akrobatik aufgrund des „ästhetischen Charakters“ (Huisman & Huisman, 1988, S. 6) oft etwas Faszinierendes, da sie speziell die eingeübte Präsentation der akrobatischen Elemente mit Zirkusauftritten assoziieren – sie erliegen sozusagen „dem geheimnisvollen Zauber, der von der Zirkuswelt ausgeht.“ (Blume, 2010, S. 9).

*Akrobatik ist Sport:* Während der Ausübung von akrobatischen Elementen, gerade mit mehreren Personen, können die Schüler insbesondere ihre koordinativen Fähigkeiten (vgl. Kruber & Kikow, 2003, S. 5 und Blume, 2010, S. 10) verbessern. Sei es die Gleichgewichtsfähigkeit oder die Orientierungsfähigkeit beim Stehen auf der „Spitze“ der Pyramide. Gerade die kleinen, feinen Ausgleichsbewegungen des Körpers beanspruchen die intramuskuläre Koordination, die oft im Sportunterricht vernachlässigt wird. Des Weiteren werden wichtige konditionelle Eigenschaften wie Kraft oder Beweglichkeit benötigt. Der starke Schüler, der als „Tisch“ im Fundament der Pyramide steht, muss seinen gesamten Körper anspannen, dass er dem Gewicht der anderen Schüler standhalten kann. Bei ihm gilt besonders die ausgeprägte statische Kraft als Grundvoraussetzung. Ein

anderer Schüler, der im Zentrum durch seine stark gespreizten Beine und langen Armen die Pyramide zusammenhalten muss, beweist mitunter seine gut ausgeprägte Beweglichkeit.

Die Besonderheit der Akrobatik liegt jedoch nicht ausschließlich „in der Ungewöhnlichkeit der Bewegungen oder in der Erschaffung menschlicher Kunstwerke. Mit der Akrobatik verbindet sich eine eigene Erlebniswelt, die durch das gemeinsame Miteinanderumgehen entsteht.“ (Blume, 2010, S. 14). Jeder Schüler kann seine eigenen Stärken miteinbringen, indem er mit seiner Statur und seinen speziellen Fähigkeiten (Schwere und Stabile eignen sich natürlich für das „Fundament“ und Grazile und Bewegliche für die „Spitze“) die Gruppe bereichert. Unterschiedliche Positionen der Akteure bei der jeweiligen akrobatischen Figur erfordern demnach „eine Differenzierung der Kraftfähigkeiten.“ (Kruber & Kikow, 2003, S. 5f.). Jeder findet sozusagen als „ein spezieller Stein“ in der Pyramide seinen Platz.

In der Schule benötigt man keine Turngeräte oder groß vorbereitete Arbeitsmaterialien. Es reichen meist motivierte Schüler, die unmittelbar miteinander agieren, und für einen ausreichenden Sicherheitsrahmen genügend feste Matten. Das heißt jedoch nicht, dass der Lehrer es leicht hat, das Thema aufzuarbeiten – im Gegenteil. Gerade der intensive Körperkontakt und die Forderung zur genauen Absprache der einzelnen Gruppenmitglieder, erfordert in vielen Situationen das nötige Fingerspitzengefühl. Kooperationsbereitschaft und Teamgeist müssen, gerade bei Jugendlichen, meist erst noch entwickelt werden und bedürfen an besonderer Beachtung. Durch das Einführen des Themengebiets durch erste Kooperations- und Körperberührungsspiele soll ein sensibler Einstieg gefunden werden. Über Partnerakrobatik-elemente wie die Grundstellung „Tisch“, die gemeinsam eingeübt und dessen Fehlerbilder ausführlichst besprochen werden, kann die Lerngruppe sukzessive über 3er, 4er, 5er, usw. Gruppen an das kreative Gestalten von Menschenpyramiden herangeführt werden.

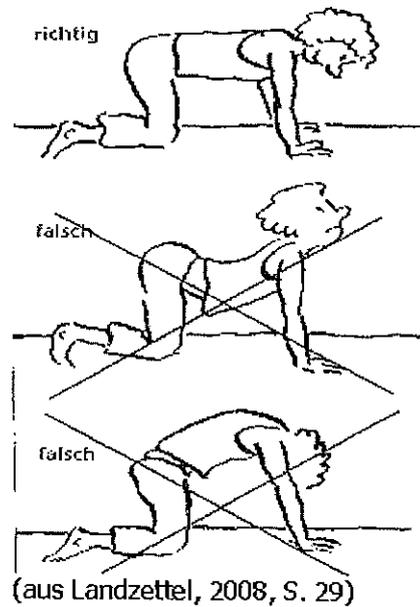
## **2.2 Akrobatische Elemente und Menschenpyramiden**

Wichtige Teilbereiche der Akrobatik sind die Partnerakrobatik, der Bau von Menschenpyramiden und die dynamische Akrobatik (vgl. Kruber & Kikow, 2003, S. 9). Im Folgenden wird genauer auf die Grundstellung eingegangen, woraufhin die in den Stunden durchgeführten Menschenpyramiden und dynamischen Elemente genauer beschrieben werden.

Die Grundstellung der Akrobatik ist der „Tisch“ (in der Literatur auch als „Bank“ bezeichnet). Diese muss aufgrund der Belastung der Wirbelsäule korrekt ausgeführt werden. „Die Wirbelsäule als axiale Stütze des Körpers ist eine feste, in sich biegsame Säule. Ihre doppelt-S-förmige Krümmung ... ist für die Dämpfung von Stößen und Erschütterungen von entscheidender Bedeutung.“ (Blume, 2010, S. 34). Eine normal geformte Wirbelsäule kann eine hohe Belastung abfangen, ohne dabei gesundheitliche Gefährdungen davonzutragen. Die Belastung muss jedoch „gleichmäßig auf Wirbelkörper, Bandscheiben und Wirbelgelenk verteilt“ (Blume, 2010, S. 34) sein. Die zwei Merkmale, zum einen die gerade Wirbelsäulenhaltung und zum anderen der Kopf in Verlängerung der Wirbelsäule, sind deshalb immens wichtig.

*Der Tisch:* Grundstellung der Akrobatik (vgl. Landzettel, 2008)

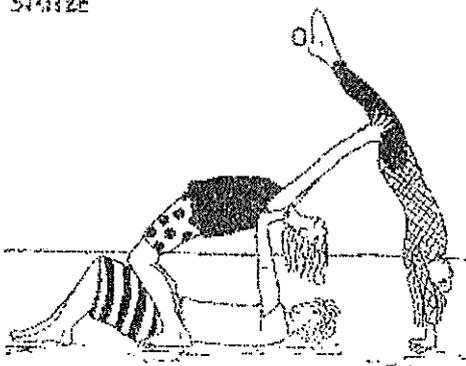
Die Arme sollen auf Schulterbreite, senkrecht zum Rumpf sein, die Beine auf Hüftbreite und ebenfalls senkrecht zum Rumpf. Die Wirbelsäule soll gerade gehalten werden, Kopf in Verlängerung der Wirbelsäule und dass es weder zum Hohlkreuz noch zum Katzenbuckel kommt.



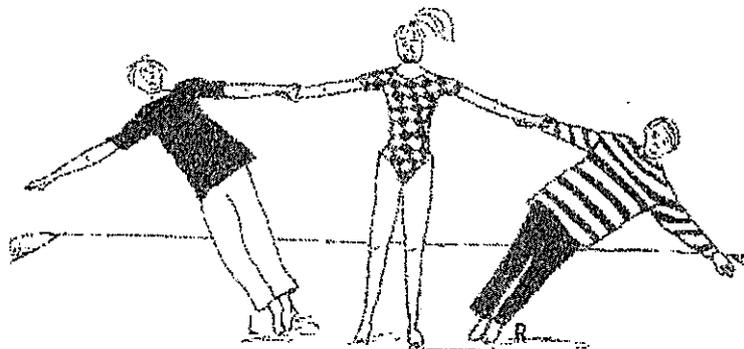
Folgende *akrobatische Elemente* (2er, 3er Gruppen) wurden in den bisherigen Stunden bereits ausgeführt:

*Handstand mit Stütze*

STARTZE

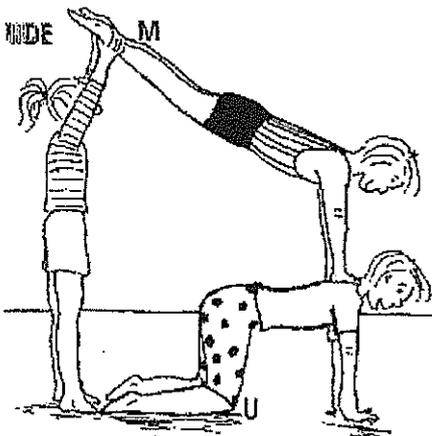


*Fächer*

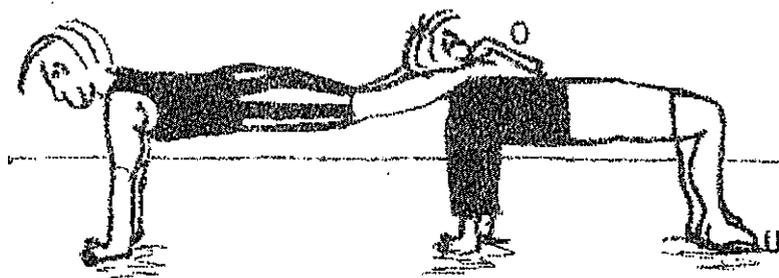


*Liegestützdreieck*

WIDE M



*Liegestütz mit umgedrehter Bank*

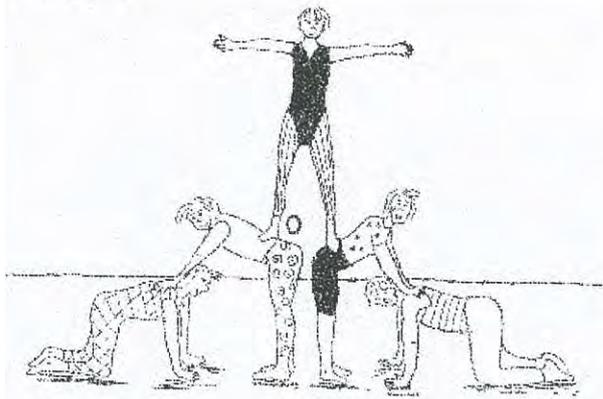


Es lassen sich drei verschiedene Grundtypen von *Menschenpyramiden* unterscheiden (vgl. Blume, 2010, S. 76 und Kruber & Kikow, 2003, S. 10f.):

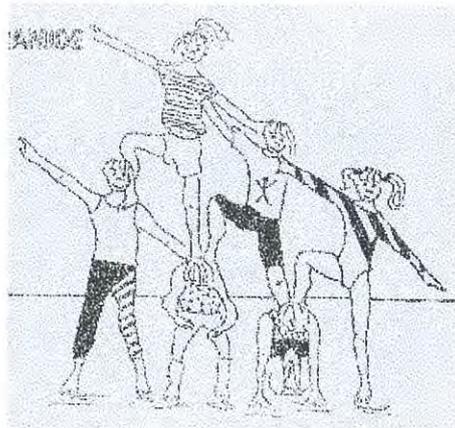
- 1) **Flächenpyramiden:** Der Grundriss besteht aus einer Linie oder einem leichten Bogen. Vom Erscheinungsbild her wirken sie wand-, fächer- oder dreiecksförmig.

Folgende Flächenpyramiden wurden bereits ausgeführt:

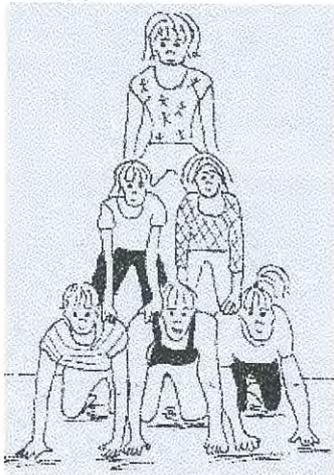
*Dachreiter*



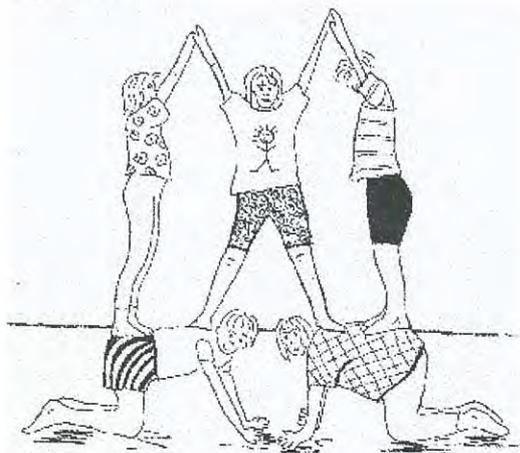
*Treppensteiger-Pyramide*



*Bankpyramide*

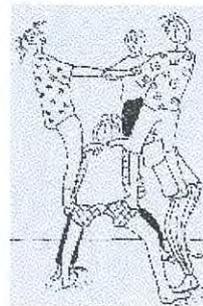


*Standbild*



- 2) **Kreispyramiden:** Der Grundriss ist kreis- oder vielecksförmig. Durch ihren säulen- oder kegelförmigen Aufbau sind diese Pyramiden in sich recht stabil. Durch ihre geschlossene Form lassen sie sich allerdings schwer präsentieren.

Die nebenstehende Kreispyramide wurde durchgeführt, mit der Ausnahme, dass alle unteren Schüler auf der Matte knieten.



- 3) **Kreuzpyramiden:** Weisen ein liegendes Kreuz als Grundriss auf. Vom Erscheinungsbild her wirken sie ähnlich wie Kreispyramiden

Diese Form der Menschenpyramide wurde in den Stunden bisher noch nicht durchgeführt.

**Hinweise zum Bau von Menschenpyramiden** (siehe Anhang 7.3; wurde den Schülern ausgeteilt):

- 1) Vorbereitung: Vor dem Bau Absprachen treffen! Wer nimmt welche Position ein? Wer gibt Kommandos?
- 2) Aufbau: Schnell, aber nicht hastig aufbauen!
- 3) Präsentation: Höchstens 5 Sekunden präsentieren! Auf Armstellung und Gesichtsausdruck achten! Unterschied zwischen Aufbau und Präsentation sollte ersichtlich sein.
- 4) Abbau: Kontrolliert, niemals unkontrolliert von einer Pyramide abspringen bzw. weggehen!

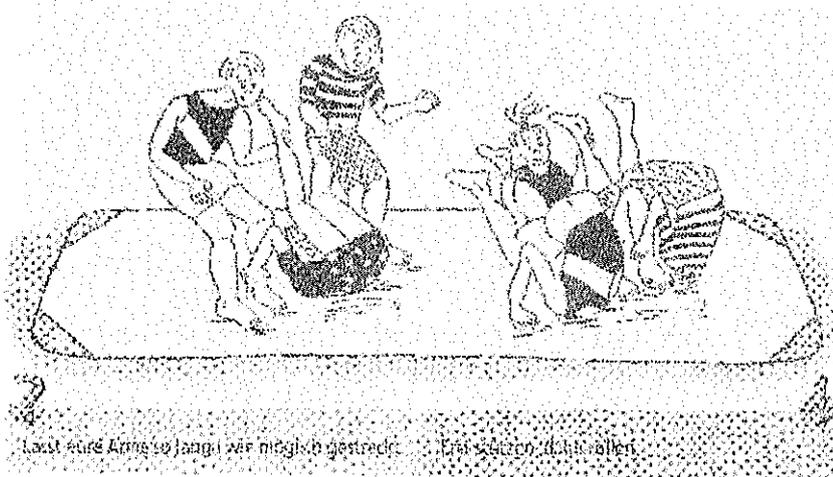
Es gilt immer: Gegenseitig helfen und sichern! Bei Schmerzen, falschen Stellungen, nachlassenden Kräften oder Instabilität sofort „Stopp!“ (=Abbau) rufen.

Die *dynamischen Elemente* setzen sich nach Grabowiecki (1992) „aus Turnfertigkeiten zusammen, deren übliche Ausgangs- und Endpositionen sich zu Fortbewegungsvarianten wie z.B. Rollen, Wälzen, Überschlagen und Kippen weiterentwickeln.“ (zit. nach Kruber & Kikow, 2003, S. 11).

Diese dynamischen Elemente werden in dieser Unterrichtsstunde zu Beginn der Präsentation, wenn die Bühne „betreten“ wird, angewandt. Es wird ein kleiner Mattengang zur Bühne aufgebaut, sodass die Schüler durch die dynamischen Elemente (rollend, wälzend, etc.) auf die Bühne kommen können.

Die Schüler haben die Möglichkeit in der Stunde folgende sechs dynamischen Elemente (Übungskarten von Kruber & Krikow, 2003) auszuführen.

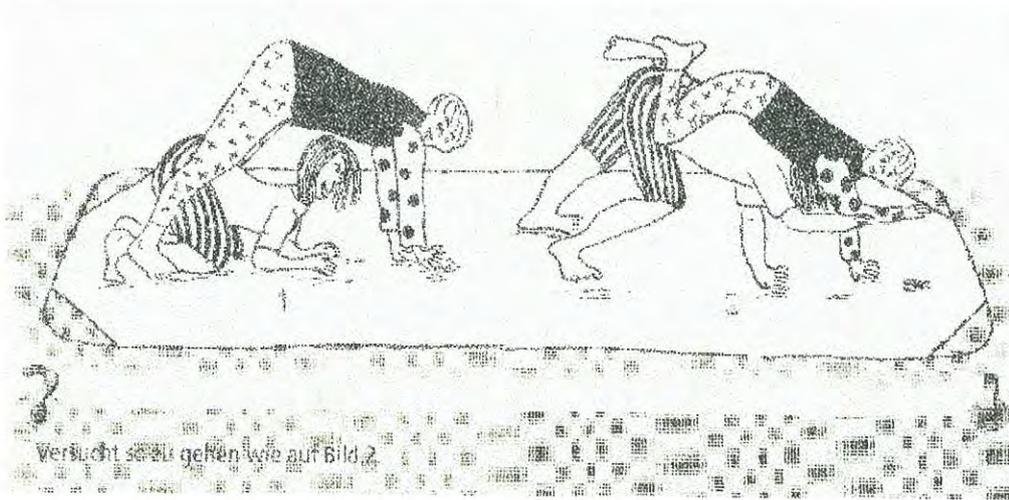
*Dreierrolle*



*Doppelrolle*



## Raupe

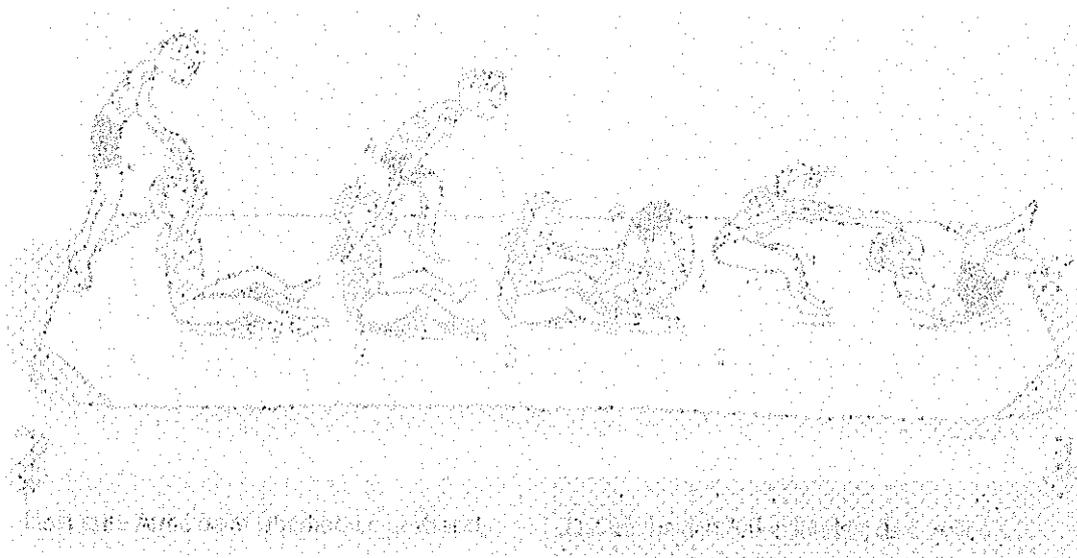


## Hängebrücke



## Doppelhäschen





**3. Schwierigkeitsanalyse, didaktische Reduktion und Differenzierung**

| Lernschwierigkeit   | Didaktische Reduktion/ Hilfen   | Differenzierung  |
|---|---|--|
| <p>Die Schüler haben Schwierigkeiten...</p> <p>... vor dem Bau der Pyramiden Absprachen zu treffen.</p> <p>... nicht hastig auf- bzw. kontrolliert abzubauen.</p> <p>... das Präsentationsbild ca. 5 sec. zu halten.</p> <p>... auf die Armstellung und aufrechte Körperhaltung bzw. den Gesichtsausdruck bei der Präsentation zu achten.</p> <p>... zu erkennen, wann Hilfe (gerade bei hohen Pyramiden) angebracht ist.</p> <p>... beim Bau der Pyramiden Kommandos zu geben.</p> | <p>Die Hinweise (siehe Anhang 7.3) werden in der Halle aufgehängt und in der Kognitiven Phase I wiederholt.</p> <p>In der Übungsphase zeigt der L bei Nichteinhalten der Hinweise die jeweiligen Bilder.</p> <p>In Kognitiven Phase I: <i>„Man muss sich als Zuschauer ja die Pyramide anschauen können.“</i></p> <p><i>„Je besser der Ausdruck, desto mehr Applaus gibt es!“</i></p> <p>bei zu hohem Verletzungsrisiko unterbricht der Lehrer und fordert die Gruppe auf einen Helfer einzubauen.</p> <p>Die Schüler sollen bei der Präsentation maximal 3 Menschenpyramiden hintereinander ausführen. Es müssen nicht alle Schüler in der Pyramide „eingebaut“ sein, sondern es dürfen auch Extra-Helfer zum Sichern aus der Gruppe eingebunden werden.</p> | <p>Die Schüler sollen mindestens zwei und maximal drei Menschenpyramiden präsentieren können. Dies können sie in der Gruppe entscheiden.</p> <p>Die Gruppen (vor allem stärkere Schüler) dürfen zu Beginn der Präsentation (beim Betreten der „Bühne“) dynamische Elemente einbauen. Der Kreativität sind dabei keine Grenzen gesetzt.</p> <p>Stärkere und gewichtigere Schüler können als „Fundament“ agieren und kleinere, schwächere können auf die „Spitze“.</p> |

## 4. Lernziele

Die Lernziele der Prüfungslehrprobe stehen in engem Bezug zu den Beobachtungskriterien in der Präsentationsphase. Im Folgenden wird das Deckblatt mit den Lernzielen in Verbindung mit den Beobachtungskriterien kommentiert.

Die Schüler sollen...

... den Auf- und Abbau der Menschenpyramide verbessern können (LZ1).

→ **verbessern heißt in diesem Fall: „schnell, aber nicht hastig auf- und abbauen“ (siehe Beobachtungskriterien unter „Sicherheit“)**

... den Ausdruck (Körperhaltung, Gesichtsausdruck, Armhaltung) bei der Präsentation verbessern können (LZ2).

→ **verbessern heißt in diesem Fall: „Ist die Körperhaltung gerade und aufrecht?“ und „Würde auf die Armstellung und den Gesichtsausdruck geachtet?“ (siehe Beobachtungskriterien unter „Präsentation“)**

... dynamische Elemente zu Beginn der Präsentation einbinden können (LZ3).

→ **ein Lernziel für stärkere Schüler bzw. Gruppen. Wird ausschließlich von der Lehrkraft bewertet.**

... sich bei Auf- und Abbau einer hohen Pyramide helfen können (LZ4).

→ **siehe Beobachtungskriterien unter „Sicherheit“: „Hat sich die Gruppe geholfen?“, sodass nicht die Gefahr besteht, dass ein Schüler von einer hohen „Spitze“ unkontrolliert herunterfällt.**

### *Kognitives Lernziel*

Die Schüler sollen die „Hinweise zum Bau von Menschenpyramiden“ nennen können (LZ5).

→ **Sie sollen durch die visuelle Unterstützung der Bilder die Hinweise zusammentragen und letztendlich auch umsetzen können.**

Folgende *Kompetenz* soll erweitert und vorangetrieben werden:

Sozialkompetenz: Fähigkeit zur Kooperation mit den Mitschülern und zur Gestaltung sportlichen Handelns in einer Gruppe (K)

→ **siehe Beobachtungskriterien unter „Kooperation“: „Haben sich die Gruppenmitglieder abgesprochen“ und „Gibt einer in der Gruppe Kommandos?“**

## 5. Didaktisch-methodische Analyse

### 5.1 Lehrplanbezug

Das Thema der Prüfungslehrprobe wird im Bereich C „Sportunterricht im pädagogischen Freiraum“ des Lehrplans Sport der Sekundarstufe I (Ministerium für Bildung, Wissenschaft und Weiterbildung [MBWW], 1998) angesiedelt. Unter Berücksichtigung der Mehrperspektivität des Sportunterrichts stehen in dieser Unterrichtssequenz die sportpädagogischen Perspektiven nach Kurz (1992, zit. nach MBWW, 1998, S. 7) „Eindruck“, „Ausdruck“ und „Miteinander“ im Vordergrund. Die Schüler können beim Umsetzen der Menschenpyramiden unmittelbare Erfahrungen am eigenen Körper und im Umgang mit den anderen Mitschülern sammeln (Eindruck). Sie können das Gelernte vor einem Publikum präsentieren und können wie bei einer Zirkusaufführung auf die Körperhaltung, die Gestik und Mimik (Ausdruck) gesondert achten. Die Perspektive „Miteinander“ soll dabei die gesamte Unterrichtssequenz wie ein roter Faden durchziehen, da die Schüler sich permanent absprechen und miteinander kommunizieren müssen. Es muss entschieden werden, wer oben auf der Pyramide steht oder unten als „Fundament“ agiert. Das Endresultat – also die Darstellung der Menschenpyramide – wird von der gesamten Gruppe präsentiert, schließt also jedes einzelne Gruppenmitglied mit ein und soll somit das Zusammengehörigkeitsgefühl stärken.

Zudem fließen in den Unterrichtsstunden zum Thema „Wir bauen eine Menschenpyramide“ weitere Bewegungsfertigkeiten des Bereiches A „Gerätturnen“ mit ein. Seien es bei den dynamischen Elementen Rollbewegungen oder bei der Gestaltung der Menschenpyramiden allgemeine motorische Grundlagen wie die Körperspannung, Kräftigung der Stütz- und Rumpfmuskulatur oder die Koordination (Gleichgewichtsfähigkeit, Orientierungsfähigkeit), die verbessert werden können. Alle Beispiele zeigen, dass die Behandlung des Themengebiets der „Akrobatik“ viele Aspekte beinhaltet, mit denen schwerpunktmäßig gearbeitet werden kann. Der Schwierigkeitsgrad der einzelnen Menschenpyramiden (wird ausschließlich vom Lehrer bewertet) fließt zwar in die Präsentationsbewertung mit ein, stehen jedoch die bereits genannten drei Perspektiven in der gesamten Unterrichtssequenz klar im Vordergrund.

### 5.2 Einordnung der Stunde in die Unterrichtssequenz

– siehe Arbeitsplan Sport 7b/d im Anhang 7.4 –

Die Präsentationen der Menschenpyramiden zum Ende der Stunde werden unter Berücksichtigung der Beobachtungsbögen benotet. Dies wurde den Schüler in der letzten Stunde vor der Prüfungslehrprobe mitgeteilt. Die einzelnen Gruppen haben die Möglichkeit in der darauf folgenden Stunde noch *einmal* die Präsentation zu zeigen, um sich zu verbessern.

### 5.3 Begründung der Stundenkonzeption

Zu Beginn der Stunde werden die Schüler im ritualisierten Sitzkreis in der Mitte der Halle begrüßt. Der Ablauf der Stunde wird grob skizziert, die Erwärmung wird erklärt und die Schüler werden aufgefordert die Matteninseln aufzubauen. Sind alle drei Inseln aufgebaut werden die Schüler durch einen ritualisierten Pfiff und einer kreisenden Handbewegung über Kopf im Sitzkreis zusammengerufen. In der folgenden *Kognitiven Phase I* wird geklärt, dass die Gruppen mindestens zwei und maximal drei Menschenpyramiden präsentieren sollen. Dies können sie je nach Könnensstand in der Gruppe eigenständig entscheiden. Die Auswahl der Pyramiden wird

ihnen ebenfalls überlassen – es stehen ausschließlich die ausgewählten Arbeitskarten zur Verfügung. Mit Hilfe der bereits gesammelten Erfahrungen in den vorigen Stunden und der Karten sollen die Schüler entscheiden können, welche Pyramiden sie letztendlich vorführen.

Des Weiteren werden in dieser Kognitiven Phase die „Hinweise zum Bau einer Menschenpyramide“ erneut aufgegriffen und die Schüler sollen anhand der Bilder die wichtigsten Merkmale wiederholen können. Die Hinweise wurden in der Stunde zuvor ausführlich besprochen und ausgeteilt. Als Hausaufgabe sollten die Schüler die Hinweise durchlesen und verinnerlichen. Dabei wird besonders betont: Die Hinweise sollen nicht nur aufgezählt, sondern auch wirklich in der Übungsphase umgesetzt werden. Sind diese zwei Aspekt besprochen, sollen die Schüler ihre Schuhe und Socken ausziehen und in der Ecke abstellen. Um die Verletzungsgefahr zu minimieren, habe ich mich dazu entschieden die Schüler nach dem Aufbau und der ersten Kognitiven Phase aufzufordern, die Schuhe und Socken aus- und vor dem Abbau wieder anzuziehen.

Vom Sitzkreis sollen sich die Schüler in ihren Gruppen auf einer Matteninsel zusammenfinden. Daraufhin soll jede Gruppe zur *Erwärmung* je zwei Übungen zur Kräftigung und Dehnung vormachen. Diese kurze Erwärmungsphase soll zum Ziel haben, dass vor allem die großen Muskelgruppen wie Rücken-, Rumpf- und Schultermuskulatur und der Gleichgewichtssinn aktiviert werden. Auf der anderen Seite soll durch das gemeinsame Vormachen einer Übung das Zusammengehörigkeitsgefühl der jeweiligen Gruppe gefordert werden. Ich habe mich dafür entschieden, die Erwärmung nach der ersten Kognitiven Phase zu legen, da die Schüler unmittelbar vor der ersten Übungsphase ihre Muskulatur aktivieren und bereits in ihren Gruppen zusammen sind.

Nach der kurzen Erwärmung können die Schüler in die *erste Übungsphase* starten. Die Schüler sollen sich für zwei bzw. drei Menschenpyramiden entscheiden und diese einstudieren. Als didaktische Hilfe werden die Arbeitskarten, wie in den Stunden zuvor auch, zur Verfügung gestellt, sodass sich die Schüler orientieren können. Während dieser Übungsphase werde ich die einzelnen Gruppen beobachten und bei Nichteinhalten der „Hinweise“ mit dem jeweiligen Bild als Stillen Impuls darauf hinweisen.

Nach der ersten Übungsphase werden die Schüler ein zweites Mal im Mittelkreis zur *Kognitiven Phase II* versammelt, um auf die am häufigsten beobachteten Fehler aufmerksam zu machen. Gruppen, die schon weit mit ihrer Präsentation vorangeschritten sind, dürfen als Differenzierungsmaßnahme Dynamische Elemente zu Beginn der Präsentation, auf dem sogenannten Steg, einbinden. Der Kreativität sind dabei keine Grenzen gesetzt – für das Einholen von ersten Ideen werden hierbei wieder Arbeitskarten (siehe Sachstruktur) zur Verfügung gestellt mit denen die Schüler arbeiten können. Daneben werden die Beobachtungskriterien (Sicherheit, Kooperation, Präsentation) für die Präsentation wiederholt.

In der *Übungsphase II* sollen die Präsentationen fertig gestellt werden und die Schüler sollen auf die Feinheiten (sicherer und schneller Auf- und Abbau, guter Ausdruck beim Präsentieren und reibungsloser Übergang der einzelnen Pyramiden) achten und umsetzen. Die letzte Übungsminute wird angesagt und die Schüler werden danach aufgefordert die „Bühne“ aufzubauen. Sodass eine ausreichend große Fläche zum Präsentieren zur

Verfügung steht, werden vier Niedersprungmatten zusammengelegt. Das Publikum sitzt auf zwei zu einer Ecke zusammengestellten Bänken vor der „Bühne“.

Möglichst alle drei Gruppen sollen in der *Präsentationsphase* ihre Menschenpyramiden zeigen. Reicht dazu die Zeit nicht, sollen ein bzw. zwei Gruppe ihre Figuren zeigen können. Während der Darbietung sitzen die anderen Schüler auf den Bänken und füllen die Beobachtungsbögen *unmittelbar nach* der Präsentation aus. Da die Präsentationen in der Regel nicht länger als zwei Minuten dauern, wird ausdrücklich darauf hingewiesen, dass die Beobachtungsbögen erst nach der Darbietung ausgefüllt werden sollen, um keine wichtigen Details zu verpassen.

Die Beobachtungsbögen beinhalten je zwei Entscheidungsfragen bezüglich Sicherheit, Kooperation und Präsentation. Ich habe mich für das Beantworten mit „Ja“ und „Nein“ entschieden, da es meiner Meinung für dieses Thema den transparenteren Bewertungsmaßstab darstellt. Im Vergleich dazu hätte ich eine Punktebewertung verlangen können. Da es sich für die Schüler jedoch als besonders schwer gestaltet, die Mitschüler objektiv zu bewerten (bspw. eine Punktevergabe von 1 bis 5; dabei stellt sich die Frage, wenn sich eine Gruppe einmalig geholfen hat, ob es sich hierbei um eine „4“ oder doch um eine „5“ handelt), wurden Entscheidungsfragen ausgewählt, die eindeutig zu beantworten sind. Je mehr „Jas“ angekreuzt wurden, desto besser war dementsprechend die Präsentation. Die Beobachtungsbögen werden zum Ende der Stunde eingesammelt und fließen in die Notengebung mit ein. Können nicht alle Gruppen präsentieren, haben sie die Möglichkeit in der darauf folgenden Stunde ihre Darbietung zu zeigen. Möchte eine Gruppe nochmals ihre Präsentation vorführen, ist dies möglich, jedoch hat jede Gruppe nur eine zusätzlich Chance. Nach der zweiten Vorstellung wird ausschließlich von mir entschieden, ob die erste oder zweite Präsentation die bessere Note ist.

Auf die Entscheidungsfragen des Bogens wird kurz nach der Darbietung eingegangen, um der Präsentationsgruppe eine unmittelbare Rückmeldung geben zu können.

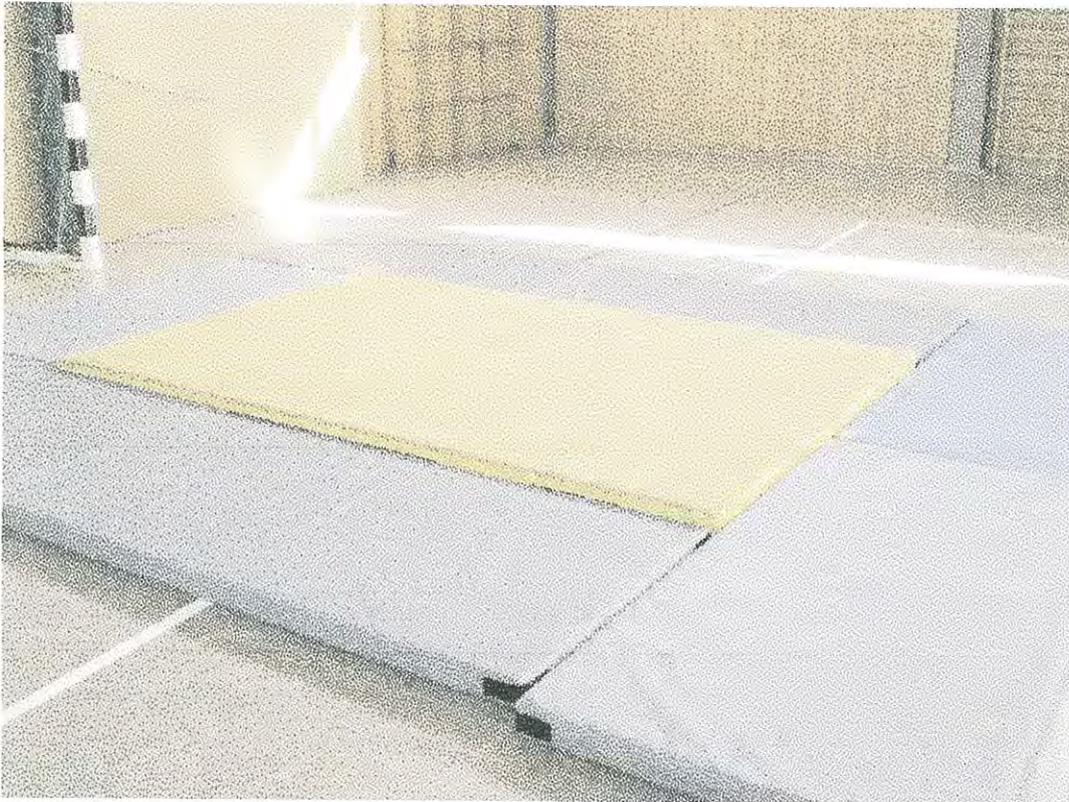
Nach den Präsentationen sollen die Schüler ihre Schuhe anziehen, die kleinen Matten in den Geräteraum bringen und die Niedersprungmatten an die Wand stellen. Daraufhin werden die Schüler im Sitzkreis auf die nächste Stunde vorbereitet und verabschiedet.

## 6. Geplanter Unterrichtsverlauf

| Unterrichtsphase  | Lerninhalt  | Hinweis, Kommentar  |
|---|---|---|
| <b>Einstieg</b>   | Begrüßung, Ablauf der Std.  | Sitzkreis; ca. 2 min.   |
| <b>Aufbau</b>   | Die Niedersprungmatten und kleinen Matten werden zu Matteninseln aufgebaut.   | 3 Niedersprungmatten, 21 kl. Matten<br>ca. 3 min.   |
| <b>Kognitive Phase I</b>                                | Jede Gruppe übt maximal drei und minimal zwei Pyramiden für die Präsentation am Ende der Stunde ein.<br>„Hinweise zum Bau von Menschenpyramiden“ werden wiederholt, indem die Bilder als visuelle Unterstützung gezeigt werden.<br><i>„Schuhe und Socken aus!“</i>            | Sitzkreis;<br>Bilder von „Hinweise zum Bau von Menschenpyramiden“ werden gezeigt;<br>S dürfen sich ohne Meldung äußern;<br>Schuhe und Socken werden in die Ecke der Halle gestellt.<br><b>LZ5</b><br>ca. 5 min. |
| <b>Erwärmung</b>  | Jede Gruppe macht je zwei Übungen auf ihrer Matteninsel vor. Der Gleichgewichtssinn und die Rücken-, Rumpf- und Schultermuskulatur soll aktiviert werden;   | 3 (bzw. 4) Gruppen;<br>L macht Übungen mit;<br>ca. 5 min.   |
| <b>Übungsphase I</b>                                    | Die Schüler üben in ihren Gruppen und entscheiden sich für zwei bzw. drei Menschenpyramiden für die Präsentation.   | Gruppenarbeit;<br>Arbeitskarten stehen zur Verfügung<br><b>LZ1, LZ 4, K</b><br>ca. 8 min.   |
| <b>Kognitive Phase II</b>                               | Was wurde beobachtet?<br>Verbesserungsvorschläge bzgl. „Hinweise“;<br>Differenzierung: Dynamische Elemente dürfen eingeübt und zu Beginn der Präsentation (Steg zur Bühne) ausgeführt werden.   | Sitzkreis;<br>Arbeitskarten (Dynam. Elemente) werden ausgelegt;<br>ca. 3 min.   |
| <b>Übungsphase II</b><br>&<br><b>Aufbau der „Bühne“</b> | Gruppen stellen ihre Präsentation fertig und studieren evtl. Dynamische Elemente ein.<br><br>Bühne wird aufgebaut. Vier Niedersprungmatten werden zu einer großen Matte zusammengebaut. Für das Publikum werden zwei Bänke spitz zusammenlaufend vor der „Bühne“ aufgestellt. | Gruppenarbeit;<br>„Bühne“ besteht aus 4 Niedersprungmatten und 2 Bänken;<br><br>ca. 8 min.  |
| <b>Präsentation</b><br>&<br><b>Feedback</b>             | Möglichst alle 3 Gruppen präsentieren ihre Menschenpyramiden.<br>Restlichen S beurteilen die Gruppe mit Hilfe der Beobachtungskriterien.<br><br><i>„Schuhe und Socken anziehen!“</i>  | Eine Gruppe präsentiert; Rest der S sitzt auf den Bänken;<br>Beobachtungsbögen und Stifte;<br>alle Lernziele werden erwartet, insbesondere <b>LZ2, LZ3</b> ;<br>ca. 8 min.                                      |
| <b>Abbau/ Schluss</b>                                   | S fahren die kleinen Matten in den Geräteraum und stellen die Niedersprungmatten an die Wand.<br>Lob/Kritik; Verabschiedung   | S räumen arbeitsteilig die Matten weg;<br>Sitzkreis;<br>ca. 3 min.  |

## 7. Anhang

### 7.1 Matteninsel



### 7.2 Beobachtungsbogen

#### Beobachtungsbogen: Menschenpyramiden

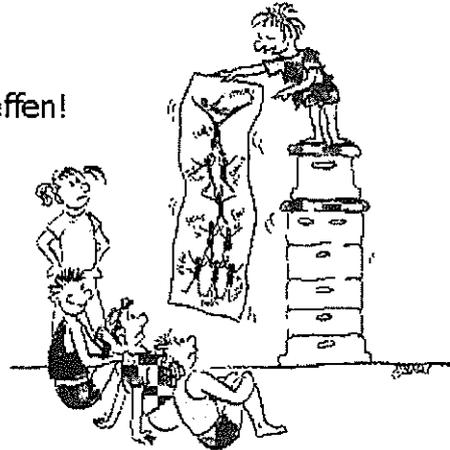
Gruppe:

|                     |  | ja | nein |
|---------------------|--|----|------|
| <b>Sicherheit</b>   | Hat sich die Gruppe geholfen?                                |    |      |
|                     | Hat die Gruppe schnell, aber nicht hastig auf- und abgebaut? |    |      |
| <b>Kooperation</b>  | Haben sich die Gruppenmitglieder abgesprochen?               |    |      |
|                     | Gibt einer in der Gruppe Kommandos?                          |    |      |
| <b>Präsentation</b> | Ist die Körperhaltung gerade und aufrecht?                   |    |      |
|                     | Wurde auf die Armstellung und den Gesichtsausdruck geachtet? |    |      |

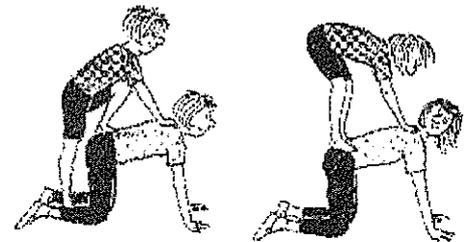
# Hinweise zum Bau von Menschenpyramiden!

1) **Vorbereitung:** Vor dem Bau Absprachen treffen!

- a. Wer nimmt welche Position ein?
- b. Wer gibt Kommandos?



2) **Aufbau:** Schnell, aber nicht hastig aufbauen!



3) **Präsentation**

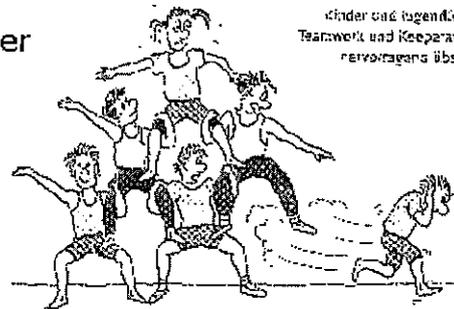
- a. Höchstens 5 Sekunden präsentieren!
- b. Auf Armstellung und Gesichtsaudruck achten.



4) **Abbau**

Kontrolliert, niemals unkontrolliert von einer Pyramide abspringen bzw. weggehen!

Kinder sind tugendliche Teamwork und Kooperation hervorragend über

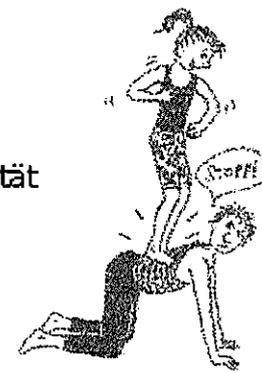


**Es gilt immer:**

- a. Gegenseitig helfen und sichern!



- b. Bei Schmerzen, falschen Stellungen, nachlassenden Kräften oder Instabilität sofort „Stopp!“ (=Abbau) rufen.



## 7.4 Arbeitsplan Sport 7b/d

# Arbeitsplan Sport

Klasse und Fach:

**7b/d Sport**

Schuljahr:

**2. Halbjahr 2011/2012**

für die Zeit vom 06.02.2012

bis 20.04.2012

**20 Stunden stehen im eingegebenen Zeitraum insgesamt zur Verfügung**

| Datum      | Tag |   | Unterrichtseinheit      | Lehrplan, Begriffe, Hinweise | Stundenthema   |
|------------|-----|---|-------------------------|------------------------------|--|
| 06.02.2012 | Mo  |   |                         |                              |  |
| 07.02.2012 | Di  | 1 | Fußball                 | Bereich B                    | Spielnoten   |
| 08.02.2012 | Mi  |   |                         |                              |  |
| 09.02.2012 | Do  |   |                         |                              |  |
| 10.02.2012 | Fr  | 2 | Fußball und Gerätturnen | Bereich B und A              | Fußball-Parcours Noten und Besonderheiten des Geräteaufbaus  |
| 11.02.2012 | Sa  |   |                         |                              |  |
| 12.02.2012 | So  |   |                         |                              |  |
| 13.02.2012 | Mo  |   |                         |                              |  |
| 14.02.2012 | Di  | 1 | Gerätturnen             | Bereich A                    | Lernvoraussetzungen Bodenturnen; erste hinführende Übungen zum Rad/ Handstand  |
| 15.02.2012 | Mi  |   |                         |                              |  |
| 16.02.2012 | Do  |   |                         |                              |  |
| 17.02.2012 | Fr  |   |                         |                              | Unterrichtsentfall aufgrund „Tag der offenen Tür“  |
| 18.02.2012 | Sa  |   |                         |                              |  |
| 19.02.2012 | So  |   |                         |                              |  |
| 20.02.2012 | Mo  |   |                         |                              |  |
| 21.02.2012 | Di  |   | Fastnachtsdienstag      |                              |  |
| 22.02.2012 | Mi  |   |                         |                              |  |
| 23.02.2012 | Do  |   |                         |                              |  |
| 24.02.2012 | Fr  | 2 | Gerätturnen             | Bereich A                    | Reck, Boden, Sprung - Vorgehensweise der nächsten Wochen wird erklärt und Übungen für die Leistungsfeststellung werden vorgemacht (Ü1-Ü5); erste Übungsphase in Kleingruppen |
| 25.02.2012 | Sa  |   |                         |                              |  |
| 26.02.2012 | So  |   |                         |                              |  |
| 27.02.2012 | Mo  |   |                         |                              |  |

|            |    |   |                                  |                 |  |
|------------|----|---|----------------------------------|-----------------|--|
| 28.02.2012 | Di | 1 | Gerätturnen                      | Bereich A       | Sprung und Kräftigungsübungen am Barren  |
| 29.02.2012 | Mi |   |                                  |                 |  |
| 01.03.2012 | Do |   |                                  |                 |  |
| 02.03.2012 | Fr |   | Gerätturnen                      | Bereich A       | Koedukativer Unterricht (Frau Wittker) aufgrund von Kletter-Fortbildung                        |
| 03.03.2012 | Sa |   |                                  |                 |  |
| 04.03.2012 | So |   |                                  |                 |  |
| 05.03.2012 | Mo |   |                                  |                 |  |
| 06.03.2012 | Di | 1 | Gerätturnen                      | Bereich A       | Sprung, Boden und Kräftigungsübungen am Barren   |
| 07.03.2012 | Mi |   |                                  |                 |  |
| 08.03.2012 | Do |   |                                  |                 |  |
| 09.03.2012 | Fr | 2 | Partnerakrobatik                 | Bereich C       | Einführung des Basiselements "Tisch"   |
| 10.03.2012 | Sa |   |                                  |                 |  |
| 11.03.2012 | So |   |                                  |                 |  |
| 12.03.2012 | Mo |   |                                  |                 |  |
| 13.03.2012 | Di | 1 | Gerätturnen                      | Bereich A       | Sprung und Boden   |
| 14.03.2012 | Mi |   |                                  |                 |  |
| 15.03.2012 | Do |   |                                  |                 |  |
| 16.03.2012 | Fr | 2 | Gerätturnen und Partnerakrobatik | Bereich A und C | Boden/Sprung und Wiederholung des Basiselements "Tisch"; weitere zwei Partnerakrobatikelemente |
| 17.03.2012 | Sa |   |                                  |                 |  |
| 18.03.2012 | So |   |                                  |                 |  |
| 19.03.2012 | Mo |   |                                  |                 |  |
| 20.03.2012 | Di | 1 | Akrobatik                        | Bereich C       | Akrobatikelemente in 3er Gruppen   |
| 21.03.2012 | Mi |   |                                  |                 |  |
| 22.03.2012 | Do |   |                                  |                 |  |

|            |    |   |             |                  |   |
|------------|----|---|-------------|------------------|---|
| 23.03.2012 | Fr | 2 | Akrobatik   | Bereich C        | Akrobatikelemente in 3er und 4er Gruppen                              |
| 24.03.2012 | Sa |   |             |                  |   |
| 25.03.2012 | So |   |             |                  |   |
| 26.03.2012 | Mo |   |             |                  |   |
| 27.03.2012 | Di | 1 | Akrobatik   | Bereich C; 4. UB | Hinführung zum Bau einer Menschenpyramide (5er, 6er Gruppen)          |
| 28.03.2012 | Mi |   |             |                  |   |
| 29.03.2012 | Do |   | Osterferien |                  |   |
| 30.03.2012 | Fr |   |             |                  |   |
| 31.03.2012 | Sa |   |             |                  |   |
| 01.04.2012 | So |   |             |                  |   |
| 02.04.2012 | Mo |   |             |                  |   |
| 03.04.2012 | Di |   |             |                  |   |
| 04.04.2012 | Mi |   |             |                  |   |
| 05.04.2012 | Do |   |             |                  |   |
| 06.04.2012 | Fr |   |             |                  |   |
| 07.04.2012 | Sa |   |             |                  |   |
| 08.04.2012 | So |   |             |                  |   |
| 09.04.2012 | Mo |   |             |                  |   |
| 10.04.2012 | Di |   |             |                  |   |
| 11.04.2012 | Mi |   |             |                  |   |
| 12.04.2012 | Do |   |             |                  |   |
| 13.04.2012 | Fr |   |             |                  |   |
| 14.04.2012 | Sa |   |             |                  |   |
| 15.04.2012 | So |   |             |                  |   |
| 16.04.2012 | Mo |   |             |                  |   |
| 17.04.2012 | Di | 1 | Akrobatik   | Bereich C        | Auf- und Abbau der Menschenpyramide und Beobachtungskriterien         |
| 18.04.2012 | Mi | 1 | Akrobatik   | Bereich C; PLP   | <b>Wir bauen eine Menschenpyramide</b>                                |
| 19.04.2012 | Do |   |             |                  |   |
| 20.04.2012 | Fr | 2 | Akrobatik   | Bereich C        | Wir bauen eine Menschenpyramide - Präsentation der restlichen Gruppen |

## 7.5 Literatur

- Blume, M. (2010). *Akrobatik mit Kindern & Jugendlichen* (9. überarb. Aufl.). Aachen: Meyer & Meyer.
- Ballreich, R. & von Grabowiecki, U. (Hrsg.) (1992). *Zirkus-Spielen – Ein Handbuch für Artistik, Akrobatik, Jonglieren, Äquilibristik, Improvisieren und Clownspielen*. Stuttgart: Hirzel.
- Diem, C. (1969). *Weltgeschichte des Sports und der Leibeserziehung* (S. 107-112). Stuttgart: Cotta.
- Huisman, B. & Huisman, G. (1988). *Akrobatik* (Aus dem Holländischen von H. J. J. Wassink). Hamburg: Rohwolt.
- Kruber, D. & Kikow, A. (2003). *Übungskarten zur Freizeitakrobatik in Schule und Verein. Vorbereitung, Grundposition und Unterrichtseinheiten*. Celle: Pohl.
- Landzettel, S. (2008). Akrobatische Pyramiden. In: Frohn, J. et al. (Hrsg.). *sportpädagogik* 4+5/2008. Seelze: Friedrich.
- Ministerium für Bildung, Wissenschaft und Weiterbildung (1998). *Lehrplan Sport Sekundarstufe I*. Grünstadt: Sommer.

## Arbeitsmaterial

- Übungskarten von Kruber & Krikow (2003)