

Stephanie Klein  
Heinrich-Weber-Schule Lemberg

„Best-Practice Beispiel“ zur exemplarischen Umsetzung didaktisch-methodischer Leitvorstellungen

## Koordinationsschulung mit Luftballons beim Schwimmen

Im vorliegenden Beispiel werden verschiedene Leitvorstellungen verwirklicht:

- > **inhaltliche Vielfalt** durch verschiedene Möglichkeiten den Luftballon zu benutzen
- > **Offenheit und Zielorientierung** durch Eigenvorschläge der Kinder, wie der Luftballon eingesetzt werden kann
- > **Prozess- und Ergebnisorientierung** durch eine Vielzahl möglicher Bewegungsformen und das Erkennen individueller Präferenzen („So kann ich es am besten!“)
- > **Erfahrungs- und Handlungsorientierung** durch spielerische Übungsformen und erweiterte Spielideen
- > **Soziales Lernen** durch die Möglichkeit die Übungen in Partner- bzw. Gruppenform durchzuführen (Staffeln, Volleyball, Federball)
- > **Werteorientierung** durch Einhalten von Regeln, Rücksichtnahme, Frustrationstoleranz, Anerkennung, usw.
- > **Individualisieren und Integrieren** durch die Möglichkeit differenziert auf verschiedene Leistungsniveaus einzugehen („Jeder darf es noch mal so machen, wie er es am besten konnte“)

Nach dem Spiralprinzip lassen sich aus den Inhalten mehrere Stunden füllen. Die Schülerinnen und Schüler (SuS) erlangen so eine immer größere Sicherheit und eine steigende Bewegungsqualität sollte feststellbar sein.

Thema / Ziel	Inhalte	Medien Material	& Bemerkungen: Beobachungskriterien, Fehleranalyse/ -korrektur Organisation, Sicherheit
<b>Erwärmen:</b> Abbau von Bewegungshemmungen, Orientierungsfähigkeit, Bewegungsanpassung an ein Gerät	Im Wasser schwimmt für jeden Schüler ein Luftballon. Die SuS nehmen sich einen Ballon und haben die Gelegenheit sich mit dem Ballon im Wasser frei zu bewegen..	pro Kind ein Luftballon	SuS haben die Gelegenheit mit dem „Gerät“ vertraut zu werden. Zusammenstöße vermeiden!
<b>Koordinationsübungen:</b> Koordinationsfähigkeit, Geschicklichkeit, Bewegungsphantasie,	Die Kinder finden sich mit ihrem Luftballon auf einer Seite des Beckens ein <ol style="list-style-type: none"> <li>1. SuS transportieren den Luftballon in Brustlage auf beliebige Weise zur gegenüberliegenden Beckenseite. Der Luftballon liegt dabei auf dem Wasser.</li> <li>2. Schüler-Vorschläge zur Transportweise des Luftballons sammeln und von der Gruppe ausführen lassen.</li> </ol>		Je nach Leistungsstand der Klasse Längs- oder Querbahnen schwimmen.  Lehrer beobachtet die SuS und wählt daraufhin einzelne SuS zur Demonstration aus  Je nach der Qualität der Bewegungsausführung Anzahl der Wiederholungen

	<p>Möglichkeiten:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) anpusten</li> <li>b) mit dem Kopf anstoßen</li> <li>c) mit der rechten Hand anstoßen</li> <li>d) mit der linken Hand anstoßen</li> </ul> <p>3. SuS transportieren den Luftballon in Brustlage auf beliebige Weise zur gegenüberliegenden Beckenseite. Der Luftballon sollte dabei das Wasser nicht berühren</p> <p>4. Schülervorschläge zur Transportweise des Luftballons sammeln und von der Gruppe ausführen lassen.</p> <p>Möglichkeiten:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) mit dem Kopf über Wasser halten</li> <li>b) mit der rechten Hand über Wasser halten</li> <li>c) mit der linken Hand über Wasser halten</li> </ul> <p>5. SuS transportieren den Luftballon in Rückenlage zur gegenüberliegenden Beckenseite. Der Luftballon sollte dabei das Wasser nicht berühren.</p> <p>Möglichkeiten:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) mit dem Kopf über Wasser halten</li> </ul>		<p>variieren</p>
--	---	--	------------------

<p>soziale Kooperation Einhalten von Regeln</p>	<p>b) mit der rechten Hand über Wasser halten c) mit der linken Hand über Wasser halten</p> <p>6. SuS haben die Möglichkeit noch weitere Möglichkeiten auszuprobieren und diese ihren Mitschülern vorzustellen. Diese versuchen die Vorschläge selbst umzusetzen.</p> <p>Die Schüler werden in gleichgroße Kleingruppen aufgeteilt. Jede Gruppe bildet eine Mannschaft (Staffel) Die vorher gefundenen Transportmöglichkeiten werden nun innerhalb eines Staffelfrennen nochmals vertieft.</p>		<p>Lehrer muss bei der Einteilung der Mannschaften auf Ausgeglichenheit achten, damit alle Staffeln eine reelle Gewinnchance haben</p>
<p><b>Ausklang:</b> Reaktionsfähigkeit Anpassungsfähigkeit soziale Kooperation</p>	<p>„Luftballon-Volleyball“ 2 SuS stellen sich gegenüber und spielen sich den Luftballon zu. Regel: Der Luftballon darf nicht festgehalten (d.h. gefangen) werden und sollte nicht ins Wasser fallen.</p> <p>„Luftballon-Federball“ vgl. mit vorherigem Spiel. Der Ballon wird jedoch nicht mit den Händen sondern mit einem Schwimmbrett gespielt.</p>	<p>Luftballons</p> <p>Luftballons Schwimmbretter</p>	<p>Welches Paar schafft die meisten „Ballkontakte“?</p>

