

Unterrichtsbeispiel

Bewegungsfeld:

Laufen, Springen, Werfen, Stoßen

Thema:

Hinführung zum Schlagwurf

Zielgruppe:

2. Schuljahr

Zusammengestellt von:

Christoph Stein
Grundschule Vallendar

Überblick über die Unterrichtseinheit

- 1. Stunde: Senkrechter Prellwurf in den Reifen**
Schwerpunkt: Einüben der Schlagbewegung
- 2. Stunde: Schräger Prellwurf in den Reifen**
Schwerpunkt: Einüben der Schlagbewegung
- 3. Stunde: Zielwerfen auf statische Ziele**
Schwerpunkt: Anwenden der Schlagwurftechnik

!!! Anmerkung: Dieser zeitliche Ansatz ist als Vorschlag anzusehen und sollte je nach Lernfortschritt der Kinder angepasst werden !!!

Voraussetzungen:

- Erfahrungen mit unterschiedlichen Bällen
- Erfahrungen mit Stationstraining
- Lerngruppe muss grundlegenden Ordnungsrahmen einhalten können

1. Stunde: Senkrechter Prellwurf in den Reifen

Schwerpunkt: Einüben der Schlagbewegung

Benötigte Materialien: Für jeden Schüler einen Reifen/einen Tennisball

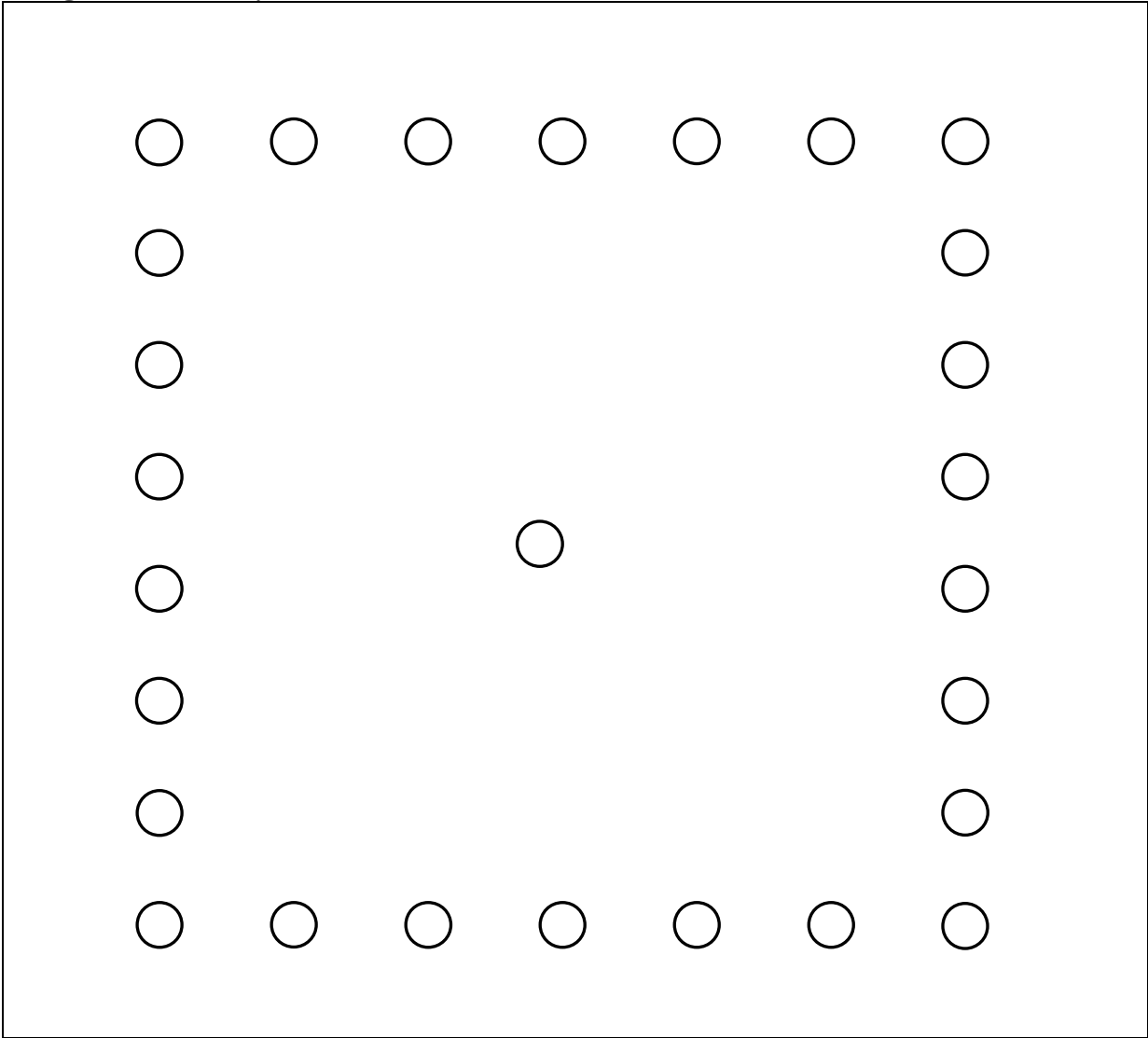
Stundenverlauf

| | Aufbau des Gerätearrangements |
|-----------|---|
| Erwärmung | <ul style="list-style-type: none"> → Im Feld laufen in unterschiedlichen Variationen (Knie anziehen, anfersen, Sidestep, ...) → auf Signal alle Kinder in einen Reifen, einer bleibt übrig und macht eine gymnastische Übung in der Mitte vor, die alle anderen nachmachen (Arme kreisen, Dehnübung Unter-/Oberarm, ...) |
| Übung | <p>Erklärung/Demonstration <i>senkrechter Schlagwurf</i>:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schüler versammeln um einen Reifen in der Mitte • Klären des Wurfarms, Ballhaltung (Drei-Finger-Kralle, ganze Hand), Kreuzkoordination Arme-Füße • Lehrerdemonstration: Fuß an den Reifen, Arm nach oben, in den Reifen werfen, fangen • Schülerdemonstration, Kinder sprechen Ablauf mit („Fuß an den Reifen, Arm nach oben, in den Reifen werfen, fangen“) <p>Übung (ca. 5min)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kinder üben an ihrem Reifen, sprechen den Ablauf mit (ca. 3 Minuten) • gleiche Übung mit der <i>schwachen</i> Hand <p>Rückmeldung/Weiterführung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kinder kommen wieder in der Mitte am Reifen zusammen, bekommen Rückmeldung zum Übungsablauf (Kreuzkoordination, Arm nach oben, fangen) • Variation: lasst euch vor dem Fangen ein Kunststück einfallen (in die Hände klatschen, hinsetzen/ aufstehen, Drehung, ...) • kurze Lehrerdemonstration/Schülerdemonstration eines Kunststücks <p>Übung mit allen Kindern (ca. 5min)</p> <ul style="list-style-type: none"> → Schüler üben an ihrem Reifen, erarbeiten eigenständig Kunststücke → Lehrer geht rund, begutachtet Kunststücke, ermuntert zu neuen Ideen, achtet auf Ordnungsrahmen |

| | |
|-----------------------|--|
| | <p>Rückmeldung/Vorführung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kinder kommen wieder in der Mitte am Reifen zusammen, erklären ihr Kunststück und führen es vor • jedes Kunststück wird mit Applaus belohnt → Wer kann sein Kunststück mit der <i>schwachen</i> Hand? → Nochmal Merkmale bewusst machen (Kreuzkoordination, Arm nach oben, fangen) |
| <p>Schluss</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Abschließende Vorführung • Schüler erhalten Lob, werden für nächste Stunde motiviert • Schüler sollen sich für nächste Stunde ein neues Kunststück ausdenken und –falls möglich- zuhause schon ausprobieren |

Anmerkung: In der ersten Stunde steht neben der Einschleifung der Schlagbewegung insbesondere das Einüben des Ordnungsrahmens in der Halle im Mittelpunkt.

Organisationsplan



2. Stunde: Schräger Prellwurf in den Reifen

Schwerpunkt: Einüben der Schlagbewegung

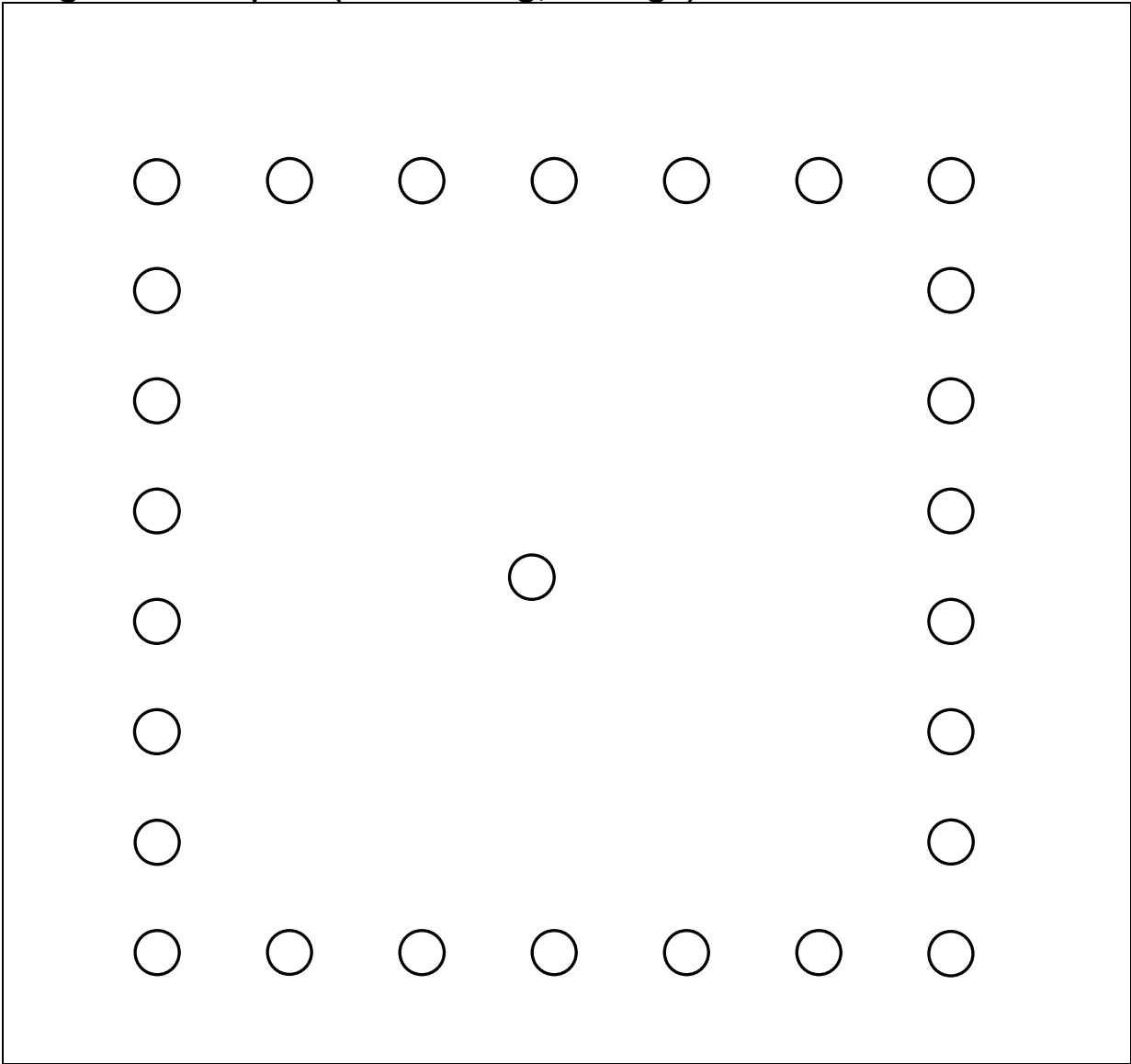
Benötigte Materialien: Für jeden Schüler einen Reifen/einen Tennisball

Stundenverlauf

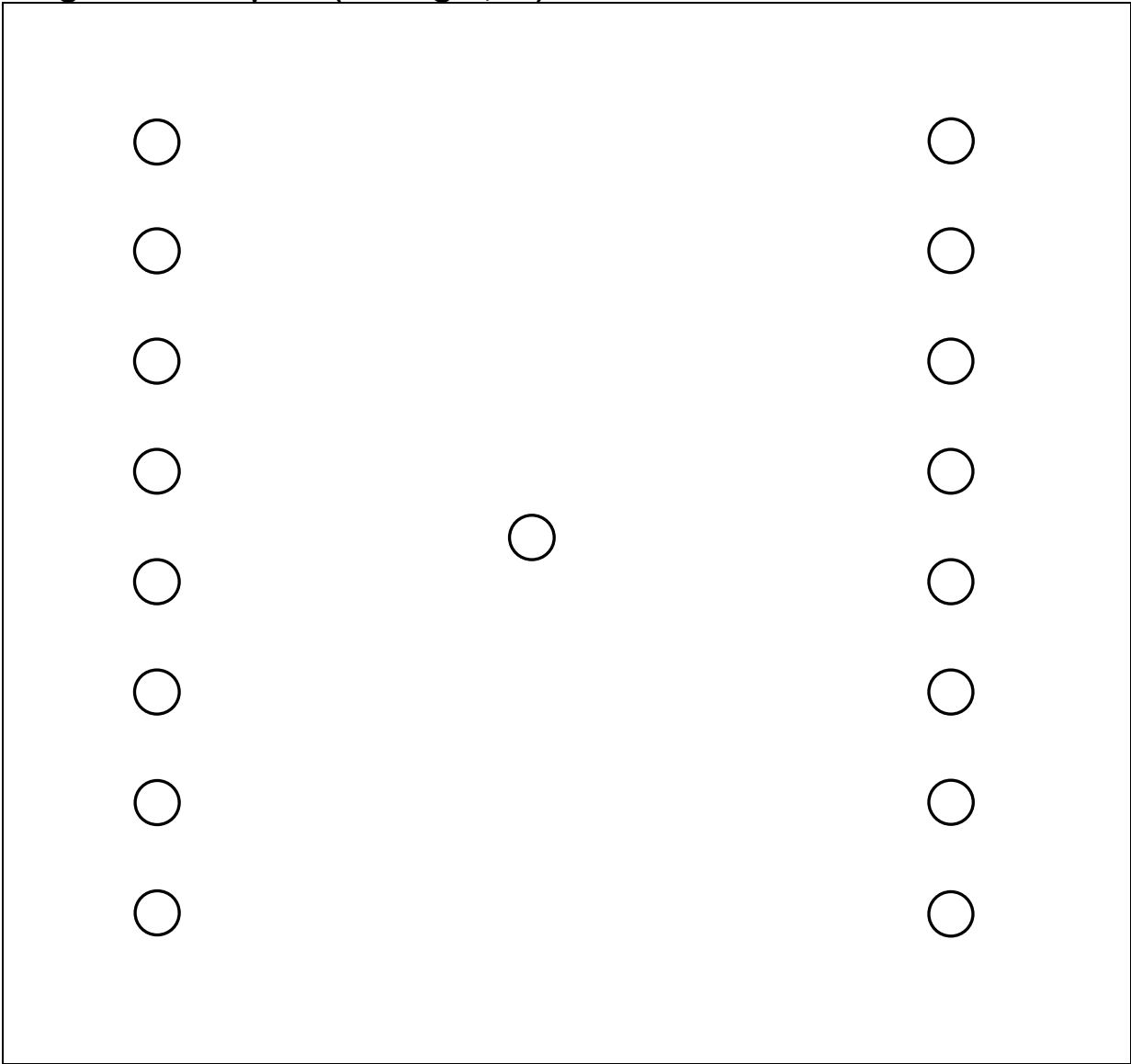
| | |
|-----------|--|
| Erwärmung | <p>→ Wie in Stunde 1, aber Kinder in der Mitte machen gymnastische Übungen nun ohne Hilfe/selbstständig vor</p> |
| Übung | <ul style="list-style-type: none">• Kinder kommen in der Mitte am Reifen zusammen, erklären und führen Kunststücke vor, die sie sich zuhause ausgedacht haben (Reflexion: Beinhalten die Kunststücke auch Kreuzkoordination, hohen Arm und fangen?) <p>Übung I (ca. 5 Minuten)</p> <ul style="list-style-type: none">• Freies Ausprobieren der Kunststücke mit Vorsprechen des Ablaufs <p>Weiterentwicklung</p> <ul style="list-style-type: none">• Kinder setzen sich in einer Reihe an die Reifen• Lehrerdemonstration: Nun gehen wir drei Schritte vom Reifen weg, versuchen aber mit dem gleichen Ablauf (Fuß nach vorne, Arm nach oben, werfen, fangen) den Ball in den Reifen zu werfen→ Hinweis: Beibehaltung der Schlagbewegung aus dem Unterarm• Schülerdemonstration mit Vorsprechen/kurzer Rückmeldung→ Neuer Ordnungsrahmen: Immer zwei Kinder gehen zusammen, werfen abwechselnd an einem Reifen, geben sich gegenseitig Rückmeldung; es wird nur noch an den Reifenbahnen links und rechts geworfen, sodass der geworfene Ball gegen die Wand springt und wieder zurückkommt (s. Organisationsplan 2) <p>Übung II (ca. 5 Minuten)</p> <ul style="list-style-type: none">• Schüler üben partnerweise an den Reifen, binden auch immer wieder den <i>schwachen</i> Arm ein <p>Rückmeldung</p> <ul style="list-style-type: none">→ Hat die Zusammenarbeit funktioniert? Gab es Probleme?→ Lösungsvorschläge für auftretende Probleme? |

| | |
|----------------|--|
| | <p>Weiterführung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schüler dürfen sich nun immer weiter vom Reifen entfernen → Nur wer in den Reifen getroffen hat, darf wieder einen Schritt weiter weg gehen → Der Wurfarm muss nicht mehr nach oben, sondern kann auch nach hinten/oben ausgestreckt werden <p>Übung III(ca. 5 Minuten)</p> <ul style="list-style-type: none"> → Schüler werfen abwechselnd, kontrollieren sich gegenseitig → Lehrer tritt zurück, achtet aber auf Ordnungsrahmen und Ausführungen, greift ggf. ein |
| Schluss | <ul style="list-style-type: none"> • Abschlussdemonstration: Schüler begutachten an einem Reifen, die Versuche ausgewählter Schüler, geben Rückmeldungen (Kreuzkoordination, neue Armhaltung, ...) • Ausblick: „In der nächsten Stunde werden diese Merkmale sehr wichtig werden. Nur wer sie beherrscht wird nächstes Mal erfolgreich üben können.“ |

Organisationsplan (Erwärmung, Übung I)



Organisationsplan (Übung II, III)



3. Stunde: Zielwerfen auf statische Ziele

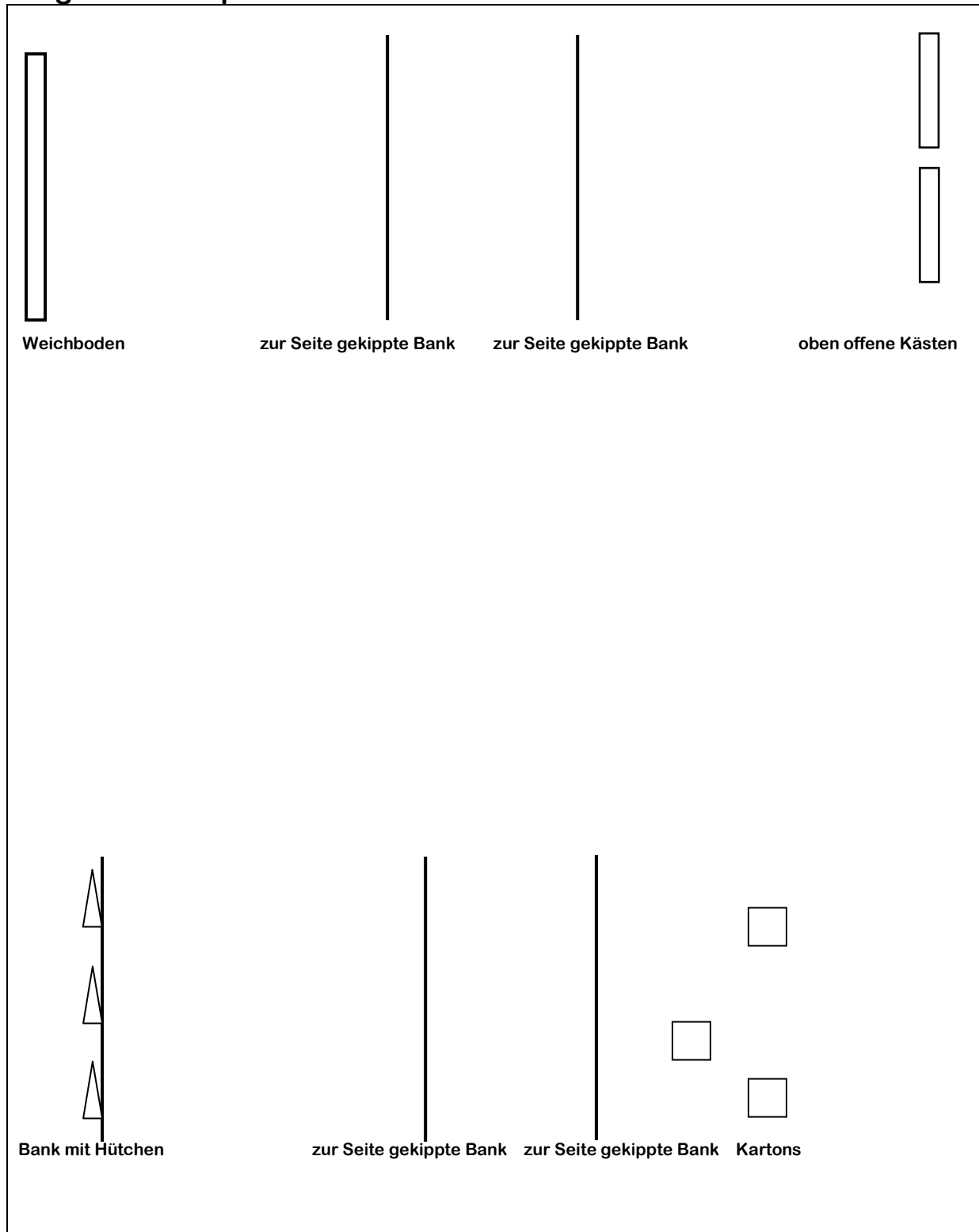
Schwerpunkt: Anwenden der Schlagwurftechnik

Benötigte Materialien: Weichboden, Bänke, Hütchen, 4 kleine Kästen, 2 große Kästen, Kartons, Tennisbälle (so viele, wie möglich)

Stundenverlauf

| | |
|-----------|---|
| | <ul style="list-style-type: none">• Aufbau der 4 Stationen (s. Organisationsplan, Übung) |
| Erwärmung | <ul style="list-style-type: none">• Partnerlauf (Vordermann gibt Laufrichtung, Lauftempo, Übung vor, Hintermann macht nach) unter Berücksichtigung einer besonderen Erwärmung der Arme• Dehnung der Armmuskulatur, Schüler führen selbstständig bereits bekannte Übungen durch |
| Übung | <p>Erklärung der Übungsstationen</p> <p>Station 1: Prellwurf in oben offene, unterschiedlich hohe Kästen Die Kinder sollen einen Prellwurf (auf den Boden werfen, Ball springt von da aus in den Kasten) in oben offene Kästen ohne Deckel ausführen. Wahlweise kann auch versucht werden, direkt in die Kästen hinein zu treffen.</p> <p>Station 2: Zielwerfen auf Hütchen Eine Bank wird auf 2 kleine Kästen aufgebockt, darauf die Hütchen gestellt. Diese werden abgeworfen und erst wieder aufgestellt, wenn alle Hütchen unten liegen oder keine Bälle mehr da sind.</p> <p>Station 3: Zielwerfen auf den Weichboden Auf dem Weichboden werden 9 Felder (unterschiedlich groß) aufgezeichnet und durcheinander von 1-9 beschriftet. Die Kinder werfen die Felder von 1-9 ab.</p> <p>Station 4: Zielwerfen auf Kartons 2 unterschiedlich große Kartons werden abgeworfen und rutschen dadurch immer weiter weg von den Werfern</p> <p>Ordnungsrahmen: <i>Vor dem Stationswechsel werden die Stationen aufgeräumt. Bälle werden erst eingesammelt, wenn keiner mehr wirft.</i></p> |
| Schluss | <p>Abschlussbesprechung</p> <ul style="list-style-type: none">• Wie hat das Stationstraining funktioniert? Gab es Schwierigkeiten? Lösungen? Wurden die Merkmale des Schlagwurfs berücksichtigt?• Vorführen gelungener Beispiele• Abbau |

Organisationsplan



Anmerkung: Die zur Seite gekippten Bänke dienen einerseits als Abwurfmarkierung, andererseits als Schutz gegen zurückrollende Bälle