



# KAPITEL 2

## NUTZUNGSHINWEISE

- 2.1 AUFBAU DES BUCHS
- 2.2 AUFBAU DER STUNDENBILDER
- 2.3 ALLGEMEINE REGELN FÜR DEN SPORTUNTERRICHT
- 2.4 MATERIALÜBERSICHT
- 2.5 REGELN FÜR DEN GERÄTEAUFBAU

# 2 NUTZUNGSHINWEISE

## 2.1 AUFBAU DES BUCHS

### Kategorien

Die Stundenbilder wurden inhaltlich nach den Bewegungsfeldern des Sportlehrplans für Grundschulen des Landes Nordrhein-Westfalen strukturiert. Dennoch wird nicht der Anspruch auf eine vollständige Abdeckung aller Inhaltsbereiche des Lehrplans erhoben. So werden die Stundenbilder in folgende Kategorien aufgeteilt:

1. Laufen, Springen, Werfen
2. Bewegen an Geräten
3. Gestalten, Tanzen, Darstellen
4. Dribbeln, Passen, Schießen
5. Gleiten, Fahren, Rollen
6. Ringen und Kämpfen

Die geförderten Kompetenzbereiche der einzelnen Stundenbilder werden nicht gemäß des Lehrplans beschrieben, sondern anhand der vier inhaltlichen Basics, die in Kap. 1.2 dargestellt wurden. Dennoch werden auch Kompetenzerwartungen des Lehrplans erfüllt, diese werden aber nicht gesondert herausgestellt.

### Reihenfolge der Durchführung

Im Rahmen der sechs Kategorien wurden jeweils 5-6 Stundenbilder entwickelt. Diese bauen nicht zwingend methodisch aufeinander auf; vielmehr beinhalten die Stundenbilder verschiedene Schwerpunkte, bezogen auf die zu erlernenden Fähigkeiten und Fertigkeiten in diesem Bewegungsfeld. Demnach ist die Reihenfolge der Stunden frei wählbar, lediglich in der Kategorie *Ringen und Kämpfen* empfiehlt es sich, aufgrund der thematischen Sensibilisierung, dem vorgegebenen Aufbau zu folgen. Je mehr Stundenbilder einer Kategorie durchgeführt werden, desto umfassender werden die einzelnen Fähigkeiten und Fertigkeiten geschult.

### Ziele

Jeder Stunde wird ein Ziel vorangestellt, welches eindeutig für die Kinder formuliert ist. Hier soll der Anwendungsbezug im Kontext Sport hergestellt werden. Es hat sich bewährt, das Ziel der Stunde den Kindern zu Beginn des Unterrichts oder am Ende zu erläutern und gemeinsam zu reflektieren.

## Zeitraumen

Die *Stundenbilder* sind zeitlich so strukturiert, dass sie für eine Doppelstunde von 90 Minuten genutzt werden können. Weg- und Umziehzeiten wurden bereits einkalkuliert. Es wird davon ausgegangen, dass ca. 60 Minuten zur inhaltlichen Gestaltung der Sportstunde zur Verfügung stehen. Wir empfehlen für die einzelnen Phasen – Aufwärmen und Aufbau, Hauptteil, Abbau und Abschluss – jeweils gleich große Zeitintervalle einzuplanen. In diesem Fall je Phase ca. 20 Minuten.

Die Zeiten können natürlich nur als Richtlinie gelten, da sie aufgrund der Rahmenbedingungen oder situativen Bedingungen stark variieren können. Der zeitlich-organisatorische Rahmen lässt sich beispielsweise durch die Anzahl der aufgebauten Stationen oder die Anzahl der angebotenen Variationen anpassen.

*Zur Anzahl der aufgebauten Stationen:* Es besteht natürlich die Möglichkeit, einzelne Stationen oder Übungen nicht durchzuführen. Ebenso ist es möglich, eine Station mehrmals aufzubauen, falls die Materialien dies zulassen. So können mehrere Kinder gleichzeitig die gleiche Aufgabe erfüllen.

*Die Variationen:* Die Variationen bieten eine Erleichterung, Erschwerung oder eben nur eine Variante einer Übung an. Diese können, müssen aber nicht umgesetzt werden. Sie können aber auch zur Differenzierung der Aufgabe genutzt werden, um diese an das unterschiedliche Fähigkeits- und Fertigkeiteniveau der Kinder anzupassen.

*Der organisatorische Rahmen:* Die Stationen können im Zirkelbetrieb durchgeführt werden, sodass die Kinder jeweils unterschiedlichen Aufgaben nachgehen oder aber auch nacheinander geschaltet, sodass alle Kinder eine Aufgabe bewältigen.

Die Entscheidung obliegt der durchführenden Person in Bezug auf die Gruppe und die zur Verfügung stehende Zeit und das vorhandene Material.

## 2.2 AUFBAU DER STUNDENBILDER

Den chronologischen Ablauf betreffend, sind alle Stundenbilder in gleicher Weise strukturiert: In der *Anfangsphase* wird das Aufwärmenspiel und das Aufbauen der Station beschrieben, daraufhin wird der *Hauptteil* mit den einzelnen Bewegungsstationen bzw. dem Parcours beschrieben, danach die *Abschlussphase* mit dem Abbau der Geräte und einem abschließenden Spiel.

### Aufwärmenspiel

Das jeweilige *Aufwärmenspiel* der Stunde wird in der Spielsammlung in Kap. 4 ausführlich beschrieben. Die Spiele wurden in Bezug zum jeweiligen Inhalt der Stunde ausgesucht und fordern Fähigkeiten, die innerhalb der Stunde geschult werden und bereiten somit auf den Inhalt der Stunde vor. Dennoch ist auch hier eine freie Gestaltung der Phase möglich.

## Trinkpause und Aufbau der Stationen

Den Kindern kann vor oder nach dem Aufbau die Möglichkeit einer kurzen Trinkpause gegeben werden. Dies hat sich in der Praxis bewährt und bringt als festes Ritual wenig Unruhe in den Unterricht bzw. die Stunde. Der Aufbau der Stationen erfolgt gemeinsam mit allen Kindern. Es erscheint sinnvoll, in der ersten Stunde den Geräteaufbau mit den Kindern zu besprechen und klare Regeln festzuhalten:

- Wie viele Kinder tragen die einzelnen Geräte?
- Was soll getan werden, wenn die eigene Station aufgebaut wurde?
- Was ist beim Abbau zu beachten?

Ebenso empfiehlt es sich, mehr Zeit für den Aufbau in den ersten Stunden einzuplanen, um die Regeln konsequent umsetzen zu können und Routinen zu entwickeln. Es scheint sinnvoll, die Kinder in Gruppen einzuteilen und sie verantwortlich für den Aufbau einer Station zu machen. Es kann ebenfalls ein Sicherheitsbeauftragter in der Gruppe benannt werden, der dafür verantwortlich ist, dass die Regeln eingehalten werden. Sobald die Station aufgebaut worden ist, können sich die Kinder an ihre Station setzen. Es sei denn, sie werden aufgefordert, an einer anderen Station mitzuhelfen.

## Bewegungsstationen/Parcours

Die einzelnen Stationen sind dem Stundenziel untergeordnet und es erfolgt eine Zuordnung zu den in Kap. 1.2 ausführlich erläuterten Basics. So wird direkt ersichtlich, welche Fähigkeiten und Fertigkeiten in den einzelnen Übungen geschult werden. Darin sehen die Autoren einen besonderen Mehrwert, den dieser Lehrplan für Lehrer, Trainer und Übungsleiter anzubieten hat.

Die Varianten stellen, wie bereits erwähnt, eine Möglichkeit der Abwechslung dar, aber auch die Möglichkeit, eine Übung zu erleichtern oder zu erschweren. Die Funktion der Variation wird mit Pfeilen rechts neben der Variation gekennzeichnet. Zeigt dieser nach oben, so ist die Variante anspruchsvoller als die ursprüngliche Übung. Zeigt der Pfeil nach rechts, so ist der Anspruch ähnlich. Zeigt der Pfeil nach unten, so ist die Variante weniger anspruchsvoll. Somit kann die Aufgabe je nach Anspruch differenziert gestellt werden.

## Abbau der Stationen und Trinkpause

Nach dem Üben an den Stationen wird gemeinsam abgebaut. Es ist zielführend, die Gruppen, die ihre Station aufgebaut haben, auch wieder ihre Station abbauen zu lassen. So ist klar, wo die Geräte hergeholt wurden und wer welche Aufgabe erledigen soll. Es empfiehlt sich, darauf zu achten, dass alle Kinder den Abbau unterstützen. Auch hier können Abbaubeauftragte gemeinsam mit der Lehrkraft den Einbezug aller Kinder begünstigen. Anschließend kann erneut eine Trinkpause erfolgen.