

Unterrichtsentwurf
zur zweiten staatlichen Prüfung
für das Lehramt an Grund- und Hauptschulen
gemäß § 17 PVO – Lehr II

Prüfungsunterricht II

Datum: September 2000
Zeit: 9.40 Uhr – 10.25 Uhr
Klasse: 3 (21 Schüler¹: 10 Mädchen und 11 Jungen)
Fach: Sport
Fachlehrerin:
Fachseminarleiter:

Thema der Unterrichtseinheit: Schulung der Gleichgewichtsfähigkeit

Thema der Unterrichtsstunde: „Im Abenteuerland“ - Wir balancieren auf stabilen und labilen Gerätearrangements in geringer und hoher Höhe

Stellung der Stunde in der Unterrichtseinheit:

- Wir balancieren auf stabilen Gerätearrangements in verschiedenen Höhen (1 Std.)
- Wir balancieren auf schrägen stabilen und auf labilen Gerätearrangements (1 Std.)
- **„Im Abenteuerland“ - Wir balancieren auf stabilen und labilen Gerätearrangements in geringer und hoher Höhe (1 Std.)**

1 Zur Situation der Lerngruppe und ihrer Lernausgangslage

Im Rahmen des eigenverantwortlichen Unterrichts erteile ich seit September 1999 in der jetzigen dritten Jahrgangsstufe das Fach Sport wöchentlich mit zwei Einzelstunden. Die

¹ Aus Gründen der Vereinfachung wird im Folgenden stellvertretend für den weiblichen und männlichen Plural die maskuline Form verwendet.

Lerngruppe besteht aus 21 Schülern, 10 Mädchen und 11 Jungen, im Alter von acht bis zehn Jahren.

Die Schüler sind in der Phase des frühen Schulkindalters und entsprechen bezüglich ihrer motorischen Entwicklung den in der Literatur beschriebenen Merkmalen dieser Phase. Sie zeigen einen großen Bewegungsdrang sowie große Bewegungskompetenz. Die motorische Lernfähigkeit nimmt zu, so dass sich hinsichtlich neuer Bewegungsaufgaben schnell verbesserte Anpassungsleistungen bei den Schülern einstellen.²

Insgesamt lässt sich in der Klasse ein großes Interesse und Freude am Sportunterricht feststellen. Die Schüler nehmen motiviert am Unterricht teil und zeigen sich sowohl gegenüber bekannten als auch gegenüber neuen Unterrichtsinhalten aufgeschlossen. In der Klasse herrscht ein sehr lebendiges Unterrichtsklima. Die Klassengemeinschaft ist im Allgemeinen durch ein kooperatives Sozialverhalten der Schüler untereinander gekennzeichnet. Jedoch führen Freundschaftsstrukturen innerhalb der Klasse zeitweise zu Unruhen im Sportunterricht, wenn diese keine Berücksichtigung finden bzw. sie zur Zeit „gestört“ sind.

Im Sportunterricht fallen insbesondere N. und E. durch mangelnde Konzentrationsfähigkeit auf. Ihnen gelingt es oft nicht, den Gesprächsphasen im Sitzkreis leise und angemessen zu folgen. Eine eingeschränkte Auffassungsgabe führt zu Problemen bei der Aufnahme und Umsetzung von neuen Sachverhalten, die sich in Aktivphasen des Unterrichts beobachten lassen. Aus diesem Grund ist es erforderlich, Anweisungen und Spielregeln deutlich zu erklären und gegebenenfalls wiederholen zu lassen.

Bezüglich der motorischen Fähigkeiten und Fertigkeiten, insbesondere im koordinativen und konditionellen Entwicklungsbereich, sind N., B. und C. als auffällig zu bezeichnen. Während C. aufgrund seiner starken Adipositas in den konditionellen Bereichen Kraft, Schnelligkeit und Ausdauer relativ stark eingeschränkt ist, sind bei N. und B. Defizite hinsichtlich der koordinativen Fähigkeiten festzustellen. Diese Bereiche müssen bei beiden Schülern verstärkt gefestigt und weiterentwickelt werden, um Bewegungssicherheit zu erzielen und die motorische Handlungsfähigkeit zu erweitern.

Neben den außerschulischen Bewegungserfahrungen haben die Schüler im vorangegangenen Schuljahr bereits grundlegende Erfahrungen bezüglich der Bewegungsform „Balancieren“ gesammelt. Formen des individuellen Erprobens und Erkundens standen hierbei im Vordergrund, wobei der Schwierigkeitsgrad sukzessiv erhöht wurde. Die Schüler haben in

² Vgl. Winter, H., in: Meinel, K./ Schnabel, G. 1987, S. 275

diesem Zusammenhang zunächst Balanciererfahrungen am Boden auf Linien und Seilen gesammelt, später dann an stabilen waagerechten und geringfügig schrägen Großgeräten mit geringen Höhen.

An diese Erfahrungen anknüpfend haben die Schüler in den vorangegangenen Stunden der vorliegenden Unterrichtseinheit Erfahrungen bezüglich unterschiedlicher (Fort-) Bewegungsformen auf stabilen waagerechten und schrägen Gerätearrangements in verschiedenen Höhen gesammelt, wobei sie den Schwierigkeitsgrad hierfür nach eigenem Ermessen, beispielsweise durch Hinzunahme von Handgeräten, variieren konnten. Des Weiteren haben sie das Balancieren auf labilem Untergrund kennen gelernt. Die Bewegungssicherheit weist bei den Schülern im Hinblick auf die Gleichgewichtsfähigkeit eine breite Streuung auf.

Die Schüler sind mit dem Arbeiten an Stationen in freier Auswahl sowie mit dem selbstständigen Aufbau von einfachen Gerätearrangements mit Hilfe von Gerätekarten und einem Hallenplan vertraut. Ausführlichere Erläuterungen sind bei neuen, ungewöhnlichen Aufbauten jedoch erforderlich.

Alle Schüler besitzen die Mindestvoraussetzung der für diese Unterrichtsstunde relevanten motorischen Fähigkeiten und Fertigkeiten, so dass kein Schüler überfordert wird.

2 Sachanalyse

Die Gleichgewichtsfähigkeit gehört neben der Orientierungs-, der Reaktions-, der Rhythmus- und der Differenzierungsfähigkeit zu den wesentlichen koordinativen Fähigkeiten, die Voraussetzung für die Bewegungssicherheit in der Alltags- sowie in der Sportmotorik sind. Sie sind nicht angeboren, sondern müssen erlernt, gefestigt und weiterentwickelt werden.

Unter der Gleichgewichtsfähigkeit versteht man die Fähigkeit, das Körpergleichgewicht bzw. die Erhaltung oder Wiederherstellung der Stabilität des Körperschwerpunktes, bei wechselnden Umweltbedingungen auszubalancieren.³

Hierbei wird zwischen drei Komponenten des Gleichgewichts, dem statischen, dem dynamischen und dem Objektgleichgewicht, unterschieden:⁴

Das statische Gleichgewicht ist ortsgebunden und bezeichnet die Erhaltung des Gleichgewichts im Stand. Es wird versucht, eine bestimmte Stellung des Körpers

³ Vgl. Klute, H./ Kunz, T./ Pastuch, P. u.a. 1996, S. 39

⁴ Vgl. Liebisch, R./ Dannhauer, G. in: Weimann, R./ Liebisch, R./ Breithecker, D. 1995, S. 162 und Rieder, H. in: Röthig, P./ Größing, S. 1993, S. 96

beizubehalten oder nach einer geraden, vertikalen oder (Dreh-)Beschleunigung am Ort aufzubauen.

Das dynamische Gleichgewicht bezeichnet die Gleichgewichtserhaltung des Körpers während einer Bewegung. Bewegung bedeutet hier sowohl die Fortbewegung während einer Drehbewegung oder einer geraden Beschleunigung auf einer Fläche als auch während einer vertikalen Beschleunigung in der Luft.⁵

Das Objektgleichgewicht bezeichnet die Fähigkeit, einen Gegenstand oder eine Person durch Balancieren im Gleichgewichtszustand zu halten. Es ist eine Gleichgewichtsfähigkeit im weiteren Sinne, da es sich hier nicht um die Sicherung des Gleichgewichts bezogen auf den eigenen Körper handelt.

Die Qualität der Gleichgewichtsfähigkeit basiert auf dem effektiven Zusammenspiel der Informationsaufnahme, -verarbeitung und der muskulären Reaktion in Form einer Bewegung. „Dabei sind die Sinneszellen im Körper (der kinästhetische Sinn), das Gleichgewichtsorgan im Innenohr, das anzeigt, in welcher Stellung wir uns zur Erdoberfläche befinden (der Vestibularapparat) sowie die visuelle Wahrnehmung beteiligt.“⁶ Die hier gewonnenen Informationen werden über Nervenbahnen ins Gehirn geleitet und dort verrechnet. Gerät der Körper in eine instabile Körperhaltung, so versucht er möglichst schnell wieder eine stabile Lage einzunehmen.

„Ausbalancieren“ beschreibt das Vermögen, einen Körper, der sich nicht in einer absolut stabilen Gleichgewichtslage befindet, in der vorhandenen indifferenten oder labilen Gleichgewichtslage durch Ausgleichsbewegungen zu belassen.⁷ Die erforderlichen Ausgleichsbewegungen werden dabei von den Gelenken ausgeführt, die der jeweiligen Stützfläche des Körpers am nächsten liegen. Das Balancieren umfasst demnach alle Bewegungsformen, bei denen auf schmalen oder beweglichem Untergrund das eigene Körpergleichgewicht gehalten oder wieder hergestellt werden muss. Das isolierte Balancieren von Objekten sowie dessen Kombination mit der Schulung des statischen und dynamischen Gleichgewichts sind ebenfalls hier zuzuordnen.

⁵ Vgl. Liebisch, R./ Dannhauer, G. in: Weimann, R./ Liebisch, R./ Breithecker, D. 1995, S. 162

⁶ Klute, H./ Kunz, T./ Pastuch, P. u.a. 1996, S. 39

⁷ Vgl. Röthig, P. 1983, S. 151 und Cicurs, H. in: Zimmer, R./ Cicurs, H. 1993, S. 128

3 Didaktische Überlegungen

Gemäß den Niedersächsischen Rahmenrichtlinien für das Fach Sport in der Grundschule ist das Thema der vorliegenden Unterrichtsstunde dem Bereich „Gerätturnen“ mit dem Inhalt „Balancieren“ im 3. und 4. Schuljahr zuzuordnen. Im Rahmen des spiralen Curriculums werden hier die in den ersten beiden Schuljahren entwickelten Grundbewegungsformen des Balancierens erweitert und vertieft.⁸ Des Weiteren gehört es innerhalb dieser Jahrgangsstufen zu den Aufgaben des Sportunterrichts, die Freude an der Bewegung seitens der Schüler zu fördern. Der Unterricht soll so organisiert sein, dass die Aufgabenstellungen und Anforderungen die Schüler zum Mitmachen anregen und zu Erfolgserlebnissen führen.⁹

Koordinative Fähigkeiten, insbesondere die Gleichgewichtsfähigkeit, sind die Voraussetzung für Bewegungssicherheit in Sport- und Alltagssituationen. Sie helfen hier unfallträchtige Lebenssituationen zu bewältigen. Da koordinative Fähigkeiten zunächst erlernt, gefestigt und dann weiterentwickelt werden müssen, kommt dem Sportunterricht in der Grundschule eine besondere Bedeutung zu. In der Zeit vom 6. bis zum 12. Lebensjahr, der die Schüler der Klasse 3 derzeit zuzuordnen sind, sind Kinder bezüglich der Verbesserung koordinativer Leistungen besonders lernfähig.¹⁰ Im Grundschulalter erworben, sind koordinative Fähigkeiten von großer Bedeutung für Bewegungshandlungen im gesamten späteren Leben. Die entsprechenden Lernprozesse der in dieser Zeit erworbenen Bewegungserfahrungen können im späteren Lebensalter nur unter erheblichen Schwierigkeiten oder gar nicht mehr nachgeholt werden.¹¹

Im Zuge von Veränderungen in der Lebenswelt heutiger Kinder ist ein Verlust an Eigentätigkeit und damit eine Verarmung an Bewegungs- und Sinneserfahrungen bei diesen festzustellen. Viele Kinder haben oder nutzen nicht mehr die Möglichkeit, grundlegende motorische Fertigkeiten im außerschulischen Bereich zu erlangen. Auch die Schüler meiner Lerngruppe bilden hiervon zuweilen keine Ausnahme. Aus diesem Grund möchte ich ihnen, insbesondere Schülern mit auffälligen Defiziten im koordinativen Bereich,¹² im Sportunterricht die Möglichkeit bieten, umfangreiche, stabile und vielfältige Bewegungserfahrungen zu sammeln und damit Bewegungssouveränität zu erlangen.

⁸ Vgl. RRL 1982, S. 28

⁹ Vgl. RRL 1982, S. 47

¹⁰ Vgl. Koel 1998, S.10.

¹¹ Vgl. ebd.

¹² Vgl. Zur Situation der Lerngruppe und ihrer Lernausgangslage

In diesem Sinne soll in der vorliegenden Unterrichtsstunde die Gleichgewichtsfähigkeit meiner Schüler durch die Bewegungsform des Balancierens an Stationen unterschiedlicher Gerätearrangements mit unterschiedlichem Anforderungsniveau geschult werden.¹³ Hierbei ist es wichtig, auch labile Gleichgewichtszustände zu provozieren, da sich Gefahren für Kinder in ihrer realen Bewegungs- und Alltagswelt dann ergeben, wenn diese ihr Gleichgewicht zu verlieren drohen.¹⁴ Meine Schüler haben die Möglichkeit sich, entsprechend ihrem Leistungsvermögen, individuell und selbstbestimmt an den „Balancierbaustellen“ zu bewegen. So erfolgt eine individuelle Gewichtung bezüglich der Schulung der dynamischen bzw. statischen Gleichgewichtsfähigkeit an den einzelnen Stationen. Das spätere Einbeziehen von Handgeräten und Materialien in die Bewegungshandlungen erweitert und vertieft zudem die Balancierfähigkeit meiner Schüler. Aspekte der Selbsttätigkeit und Selbstständigkeit finden des Weiteren in der vorwiegend eigenständigen Organisation des Aufbaus der Stationen Berücksichtigung. Hierbei sowie beim Balancieren an den einzelnen Stationen werden zudem die Kooperations- und Kommunikationfähigkeit meiner Schüler gefördert.¹⁵

Die Einbettung des Unterrichtsinhaltes in ein Rahmenthema aus der Alltags- oder Fantasiewelt hat sich bei meinen Schülern als ausgesprochen motivierend herausgestellt. Gleichzeitig ergibt sich auf Grund des Themas eine Sinndeutung für die Bewegungsmöglichkeiten der Schüler, die wiederum die Bewegungshandlungen der Schüler bezüglich des Stundeninhalts kanalisieren. In der vorliegenden Unterrichtsstunde kommt gegenüber dem Einsatz einzelner Großgeräte die „unkonventionelle“ Kombination dieser dem Rahmenthema „Im Abenteuerland“ entgegen.

Die Sinndeutung der Bewegungen sowie die Anregung der kindlichen Fantasie können das Freizeitverhalten auch meiner Schüler dahingehend positiv beeinflussen, dass sie Umweltgegebenheiten für Spiel- und Bewegungshandlungen umdeuten und nutzen.

4 Zielsetzung

Grobziel

Die Schüler sollen ihre Gleichgewichtsfähigkeit schulen, indem sie auf stabilen und labilen Gerätearrangements balancieren.

¹³ Vgl. Anhang

¹⁴ Vgl. Günzel, W. 1997, S. 12f

¹⁵ Vgl. Zur Situation der Lerngruppe und ihrer Lernausgangslage

Feinziele

Die Schüler sollen...

- ... ihre Selbstständigkeit schulen, indem sie die Stationen weitgehend eigenständig nach einem Plan aufbauen.
- ... ihre Gleichgewichtsfähigkeit schulen, indem sie stabile und labile Gerätearrangements balancierend überqueren.
- ... ihre Gleichgewichtsfähigkeit erweitern, indem sie neue Bewegungsideen zur Erhöhung des Schwierigkeitsgrades entwickeln und ausprobieren.
- ... ihre Gleichgewichtsfähigkeit einschätzen lernen, indem sie selbstständig die Reihenfolge sowie den veränderbaren Schwierigkeitsgrad der Stationen bestimmen.
- ... ihre Kooperations- und Kommunikationsfähigkeit schulen, indem sie sich beim Aufbau der Stationen sowie während der Stationsarbeit einvernehmlich absprechen und bei Bedarf einander helfen.

5 Methodische Vorüberlegungen und Entscheidungen

Die Sportstunde beginnt mit einer freien Bewegungszeit, die gleichzeitig einer spielerischen Erwärmung der Schüler dient. Diese ritualisierte Form des Unterrichtsbeginns kompensiert einerseits die unterschiedlichen Umziehzeiten meiner Schüler, andererseits kommt sie ihrem individuellem Bewegungsdrang entgegen. Des Weiteren können sich die Schüler mit den in dieser Phase zur Verfügung stehenden Materialien und Handgeräten, die von Zeit zu Zeit variieren, experimentierend spielerisch auseinandersetzen.

In der Einstiegsphase habe ich mich für die Organisationsform des Sitzkreises entschieden, da meine Schüler hier zur Ruhe kommen und durch den Blickkontakt aller zueinander eine effektive sowie freundliche Basis für Unterrichtsgespräche geschaffen wird.

Nach der Begrüßung stelle ich meinen Schülern das Thema der Stunde vor und informiere sie grob über den weiteren Verlauf der Stunde. Die Einbettung des Themas in eine Rahmengeschichte motiviert meine Schüler erfahrungsgemäß und baut Spannung auf.

Im Anschluss daran organisiere ich mit den Kindern den Aufbau der Stationen¹⁶ mit Hilfe eines Hallenplanes und Gerätekarten. Durch die gemeinsame Besprechung des Aufbaus erhalten meine Schüler so bereits einen Überblick über die Stationen, der ihnen beim tatsächlichen Aufbau hilfreich ist.

¹⁶ Vgl. Anhang

Um die selbstständige Organisation und Kooperation zu fördern, geschieht der Stationsaufbau weitgehend in „Eigenregie“ der Schüler, d.h. sie treffen eigenständig Absprachen und bilden gegebenenfalls Gruppen. Eine vorherige Einteilung in feste Gruppen hat sich nicht bewährt, da die oftmals hierdurch entstehende Unruhe unnötig viel Zeit beansprucht.¹⁷

Während des Stationsaufbaus werde ich den Schülern helfen und den sach- und sicherheitsgerechten Aufbau kontrollieren.

Nach einer kurzen Wiederholung von Regeln und der relativ offenen Anweisung, an den Stationen zu balancieren, begeben sich die Schüler in der Arbeitsphase an Stationen ihrer Wahl. Die freie Wahl der Stationen fördert die Selbstständigkeit meiner Schüler und kommt der Selbsteinschätzung ihrer motorischen Leistungsfähigkeit entgegen. Da die stabilen und labilen Gerätearrangements unterschiedliche Höhen aufweisen, kann ich davon ausgehen, dass beide Konzeptionen von allen Schülern genutzt werden und somit vielfältige Bewegungserfahrungen gesammelt werden. Erfahrungsgemäß sind meine Schüler motiviert, trotz freier Wahl der Stationen alle Angebote wahrzunehmen.

Die Arbeitsphase wird zweimal für eine kurze Besprechung unterbrochen. Die erste Besprechung erfolgt nach einer ersten intensiven Erprobung der Stationen in der Sozialform des Sitzkreises. Diese Organisationsform konzentriert die Aufmerksamkeit meiner Schüler im Gespräch¹⁷, bei dem eventuell aufgetretene Probleme thematisiert werden können. Zudem befinden sich innerhalb des Sitzkreises die in der nächsten Arbeitsphase einzusetzenden Handgeräte und Materialien. Meine Schüler werden mit der offenen Bewegungsanweisung in die zweite Arbeitsphase geschickt, diese Gegenstände an den Stationen einzusetzen. Meine Schüler erhöhen hiermit individuell und nach eigenem Ermessen den Schwierigkeitsgrad beim Balancieren und erweitern somit ihre Gleichgewichtsfähigkeit.

Die zweite Arbeitsphase wird anschließend ebenfalls kurz unterbrochen, damit einige Schüler die Gelegenheit bekommen, ihre Bewegungsideen vorzuführen. Dieses Vorgehen dient der weiteren Motivation sowie als Ideensammlung zum Nachmachen für weniger kreative Schüler. Um die notwendige Aufmerksamkeit und zugleich eine gute, nahe Ansicht der Vorführungen zu ermöglichen, gruppieren sich die Schüler hierfür um die entsprechende Station.

Meine Rolle besteht während der Arbeitsphasen darin, insbesondere N., E. und B. zu beobachten und sie bei Problemen beratend und helfend zu unterstützen.¹⁷

¹⁷ Vgl. Zur Situation der Klasse und ihrer Lernausgangslage

Im Anschluss an die Arbeitsphase erfolgt kein Abbau der Geräte, da die im Folgenden unterrichtende Kollegin das Stundenthema aufgreift und die Geräteaufbauten übernimmt. Hierbei handelt es sich um eine nach Absprache gerne angenommene (feste) Vereinbarung, da ein vollständiger Auf- und Abbau von Großgeräten zwangsläufig die Arbeitsphase zu Gunsten der Organisationsphasen verkürzt, die Geräte so jedoch „doppelt“ genutzt werden können.

Der Stundenabschluss findet in einem Sitzkreis statt, in dem die Schüler bei Bedarf kurz und spontan über ihre Erlebnisse an den Stationen berichten. Anschließend gebe ich meinen Schülern an dieser Stelle ein kurzes Feedback zur Stunde, indem ich ihre Leistungen würdige. Nach der eher konzentrationsintensiven Arbeitsphase soll das gemeinsame Abschlusspiel „Feuer, Wasser, Sturm“ nochmals dem Bewegungsdrang meiner Schüler entgegen kommen. Dieses Spiel ist bewegungsintensiv, erfordert jedoch keine unerwartet schnellen Richtungswechsel durch plötzlich notwendige Ausweichmanöver (wie z. B. bei einem Fangspiel), so dass eine Gefahr der Kollision mit den Geräteaufbauten ausgeschlossen werden kann. Wenn die Schüler im Rahmen des Spiels auf dem Boden liegen, beende ich die Stunde mit der Aufforderung, die Halle durch gegenseitiges „ticken“ zu verlassen. Diese Art des stillen Ausklangs bereitet meinen Schülern erfahrungsgemäß große Freude.

6 Geplanter Unterrichtsverlauf

Zeit (ca.)	Unterrichtsgeschehen	Arbeits-, Sozial- und Organisationsform	Medien und Materialien
9.40 Uhr	Die Ss ziehen sich um. <i>Freie Bewegungszeit</i>	Freies Spielen	Musik, Reissäckchen, Frisbees, Tücher, Reifen
9.45 Uhr	Begrüßung <i>Einstieg /Stationsaufbau</i> <ul style="list-style-type: none"> Die Ln gibt das Stundenthema „(Balancieren) im Abenteuerland“ bekannt und bittet die Schüler, die Turnhalle in ein Abenteuerland zu verwandeln. Die Ss bauen in Gruppen die zu ergänzenden Stationen auf. Die Ln stellt den Ss im Rahmen einer kurzen Einführungsgeschichte ins „Abenteuerland“ die Bewegungsaufgabe bezüglich der Stationen vor. 	Sitzkreis Gruppenarbeit Lehrervortrag	Hallenplan, Gerätekarten Geräte und Materialien der Stationen (siehe Anhang)
9.55 Uhr	<i>Arbeitsphase I</i> <ul style="list-style-type: none"> Die Ss balancieren an den verschiedenen Stationen. Die Ln beobachtet die Ss und steht ihnen ggf. in beratender und/ oder helfender Funktion zur Seite. 	Einzelarbeit	Geräte und Materialien der Stationen
10.00 Uhr	<i>Besprechung I</i> <ul style="list-style-type: none"> Ggf. werden aufgetretene Probleme von der Ln thematisiert und mit den Ss besprochen. Die Ln zeigt den Ss Handgeräte und stellt ihnen die offene Bewegungsaufgabe, das Balancieren durch Hinzunahme der Geräte zu erschweren. 	Sitzkreis Gel. Unterrichtsgespräch	Reissäckchen, Frisbees, Tücher, Reifen
10.02 Uhr	<i>Arbeitsphase II</i> <ul style="list-style-type: none"> Die Ss balancieren an den verschiedenen Stationen (s.o.) 	Einzelarbeit	
10.08 Uhr	<i>Besprechung II</i> <ul style="list-style-type: none"> Einige Ss erhalten die Möglichkeit, den Mitschülern ihre Bewegungsideen vorzuführen. Die Ln fordert die Ss auf, die gezeigten Bewegungsideen auszuprobieren. 	Gruppierung am Gerät Schülerdemonstration	
10.10 Uhr	<i>Arbeitsphase III</i> <ul style="list-style-type: none"> Die Ss balancieren an den verschiedenen Stationen (s.o.) 	Einzelarbeit	
10.15 Uhr	<i>Abschluss</i> <ul style="list-style-type: none"> Bei Bedarf berichten die Ss kurz von ihren Erlebnissen an den Stationen. Die Ln würdigt die Schülerleistungen. Die Ln und die Ss spielen das Spiel „Feuer, Wasser, Sturm“. Die Ss ziehen sich um. 	Sitzkreis Spiel	Tamburin
10.25 Uhr	<i>Stundenende</i>		

Literaturverzeichnis

Der niedersächsische Kultusminister: Rahmenrichtlinien für die Grundschule. Sport.
Hannover 1982.

Günzel, W.: Sicherheit im Schulsport. Wahrnehmen und Bewegen. München 1997.

Klute, H./ Kunz, T./ Pastuch, P. u.a.: Das „move it“ – Buch. Spiele und Übungen zur
Förderung der Bewegungssicherheit. Meckenheim 1996.

Kosel, A.: Schulung der Bewegungskoordination. Schorndorf 1998.

Meinel, K./ Schnabel, G.: Bewegungslehre – Sportmotorik. Berlin 1987. Volk und Wissen.

Röthig, Peter: Sportwissenschaftliches Lexikon. Schorndorf 1983.

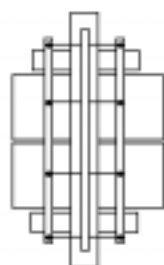
Röthig, P./ Größing, S.: Bewegungslehre. Kursbuch 3 für die Sporttheorie in der Schule.
Wiesbaden 1993.

Weimann, R./ Liebisch, R./ Breithecker, D.: Tips und Tops für eine ganzheitliche
Bewegungsförderung im Grundschulalter. Mainz 1995.

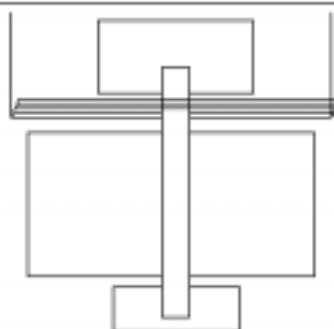
Zimmer, R./ Cicurs, H.: Psychomotorik. Neue Ansätze im Sportförderunterricht und
Sonderturnen. Schorndorf 1993.

Anhang

Hallenplan mit Stationsaufbauten



- 1 Stufenbaren
- 4 Sprungseile
- 1 Bank
- 2 Turnmatten



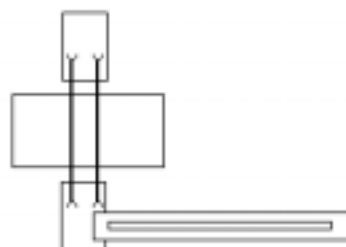
- 1 Gitterwand
- 1 Weichmatte
- 1 Bank
- 1 Turnmatte
- 1 großer Kasten



- 1 Bank
- 2 kleine Kästen
- 3 Stöbe



- 1 Bank
- 1 Sprungbrett
- 2 Turnmatten



- 1 Bank
- 2 kleine Kästen
- 1 Turnmatte
- 2 Reckstangen



- 1 großes Kartenoberteil
- 3 Medizinbälle