

Rahmen:

- Unterrichtsmaterial für circa drei bis fünf zusammenhängende 90 Minutenblöcke
- Unterrichtsmaterial für Online und/oder Fernunterricht.
- Das Unterrichtsmaterial sollte sowohl kognitive- als auch motorische Kompetenzen ansteuern (Wissen und Können).
- Der Unterricht kann in Echtzeit (online in Präsenz aller Teilnehmer*innen über z.B. Big Blue Button) oder/und zeitversetzt (z. B. Bereitstellung von Arbeitsmaterialien mit Wissensaufgaben und/oder praktischen Bewegungs-/Trainingsaufgaben) aufgebaut sein.

Unterrichtsvorhaben am Ende des Dokuments

Struktur der eingereichten Unterrichtsvorhaben

<u>UV Spielen: Dribbeln, Täuschen, Bewegen</u>	
<u>Kreative Moves mit dem Ball</u>	
Zeitaufwand	3x 90 Minuten
Kosten	keine
Benötigtes Material	Zu Hause verfügbare Bälle (Fuß-, Hand-, Basket-, Volley-, Tennisball, etc.), evtl. Schläger (Tennis-, Tischtennis-, Beachtennisschläger etc.) Digitales Endgerät, Zugang zum Internet, Möglichkeit zur Videokonferenz, Zugriff auf Arbeitsmaterial über cloud, messenger, E-Mail, etc.
Die SuS verbessern im Präsenz- oder Fernlernunterricht ihre technischen Fertigkeiten im Umgang mit dem Ball. Dabei lernen sie durch das Ausprobieren vielfältiger Bewegungsaufgaben aus den verschiedenen Ballspielen ihre technischen Fertigkeiten realistisch einzuschätzen und zu erweitern. Entsprechend ihrer Fähigkeiten entwickeln sie anhand geeigneter Hilfestellungen selbständig eine Ballkür (ca. 1min, u.U. auch mit passender Musik), die entweder im Präsenzunterricht oder auf einer sicheren und geschützten digitalen Plattform (z.B. Home-Cloud, Moodle) präsentiert werden kann.	

Dribbeln, Täuschen, Bewegen-kreative Moves mit dem Ball

Festigung und Verbesserung der technischen Fertigkeiten aus dem Inhaltsbereich „Spielen“

Zeitaufwand	Theorie 3x 20Minuten Praxis 3x 70 Minuten
Kosten	Keine
Benötigtes Material	Zu Hause verfügbare Bälle (Fuß-, Hand-, Basket-, Volley-, Tennisball, etc.), evtl. Schläger (Hockey-,Tennis-, Tischtennis-, Beachtennisschläger etc. Digitales Endgerät, Zugang zum Internet, Möglichkeit zur Videokonferenz, Zugriff auf Arbeitsmaterial über cCloud, Messenger, E-Mail, etc.

Die SuS verbessern im Präsenz- oder Fernlernunterricht ihre technischen Fertigkeiten im Umgang mit dem Ball. Dabei lernen sie durch das Erproben vielfältiger Bewegungsaufgaben aus den verschiedenen Ballspielen ihre technischen Fertigkeiten realistisch einzuschätzen und zu erweitern. Entsprechend ihrer Fähigkeiten entwickeln sie anhand geeigneter Hilfestellungen selbständig eine Ballkür (ca. 1min, u.U. auch mit passender Musik), die entweder im Präsenzunterricht (optional 4. Doppelstunde) präsentiert oder per Videoaufnahme dokumentiert und auf einer sicheren digitalen Plattform zugänglich gemacht werden kann.

Theorie:

- Warum sind technische Fertigkeiten in den Ballspielen ein Erfolgsfaktor?
- Was habt ihr schon drauf?
- Wie kann ich meine technischen Fertigkeiten überprüfen?
- Welche Gemeinsamkeiten und Unterschiede stellen wir zwischen den Ballsportarten fest?
- Wie kann ich meine technischen Fertigkeiten mit dem Ball gekonnt präsentieren?

Praxis:

In der Praxis werden gemeinsam mit der Lehrkraft zum Warm-up zahlreiche intensive, ballspezifische Bewegungsaufgaben durchgeführt (z.B. aus den Bereichen Life-Kinetik oder Ballcorobics). Anschließend probieren die SuS mit Hilfe verschiedener Tutorials (z.B. Sport-Padlet: <https://padlet.com/timoullrich/8bos733h8bq72lc0>) verschiedene Bewegungsaufgaben aus. Die Auswertung erfolgt über das Arbeitsblatt, Lernampel (s.u.).

Einheit 1

Zeit	Inhalt/Methode	Bemerkungen
10min	<p>Videokonferenz</p> <p>Einstieg / Sportvideo, „Dribbelkünstler/innen“ oder eigenes Video</p> <p>Z.B: 3 Beispiele einfügen</p> <ul style="list-style-type: none"> • https://www.youtube.com/watch?v=_x2yGa-1DNA • https://www.youtube.com/watch?v=rp7CL5sd2tl • https://www.youtube.com/watch?v=XEk-EsTLO6U <p>„Was macht die gezeigten Spieler/innen besonders?“</p> <p>LSG: Warum sind technische Fertigkeiten in den Ballspielen ein Erfolgsfaktor?</p>	<p>Beobachtungsaufgabe: Was macht die gezeigten Spieler/innen besonders?</p> <p>Kriterien erarbeiten, Evtl. Sicherung Antworten auf Whiteboard</p>
10min	<p>Gemeinsames Aufwärmen mit Ball, diverse Ballkoordinationsübungen, Z.B.:</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=Y8ZhPXL5X4w&feature=youtu.be</p> <p>Was habt ihr schon drauf? Schüler mit ins Boot holen. Übungen vorzeigen lassen. Motivation.</p>	<p>Material: Ball, Tennisball, Seil oder Handtuch</p>
45 min	<p>Experimentierphase 1: Wie gut bin ich am Ball?</p> <p>Probiere möglichst viele verschiedene Bewegungsaufgaben mit dem Ball aus. Hilfreich sind die folgenden Videos aus unserem Sport-Padlet:</p> <ul style="list-style-type: none"> • https://padlet.com/timoullrich/8bos733h8bq72lc0 • https://www.scfreiburg.com/node/42659 • https://padlet.com/timoullrich/8bos733h8bq72lc0 • https://padlet.com/timoullrich/8bos733h8bq72lc0 	<p>Einzelarbeit</p> <p>Material: Ball nach Wahl</p>
10min	<p>LSG/Reflexion: Was hat gut geklappt? Was bereitet uns noch Probleme?</p> <p>HA: Geh` raus! Werde selbst kreativ! Hast du eigene Ideen, die du mit dem Ball umsetzen kannst (Z.B. auch mit dem Schläger)?</p> <p>Notiere dir deine gelungene Ideen!</p>	<p>Material: Ball nach Wahl, evtl. Schläger</p>

Einheit 2

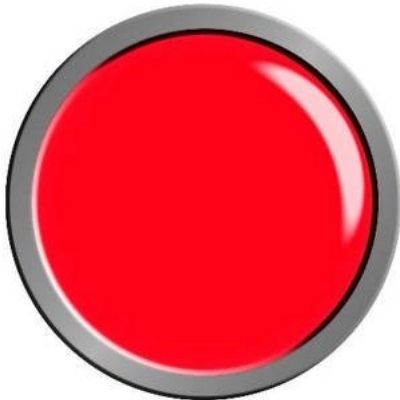
Zeit	Inhalt/Methode	Bemerkungen
10min	Videokonferenz Einstieg: Was habt ihr ausprobiert?, Was hat besonders gut geklappt? Was bereitet Probleme?	Selbstreflexion, Selbsteinschätzung
10min	Gemeinsames Aufwärmen mit Ball, diverse Ballkoordinationsübungen (Differenzierung, Progression) Kreative Ideen (HA) der SuS berücksichtigen	Material: Ball, Tennisball, Seil oder Handtuch
45 min	Experimentierphase 2: Wie gut bin ich am Ball? Stellt euch aus den vorgegebenen (Padlet) und den eigenen Elementen (Notizen) selbst einen Übungskatalog zusammen. Sucht euch für jede Farbe (grün: einfach, gelb: mittel, rot: schwierig) 4-5 geeignete Übungen heraus und tragt sie in euer AB ein. Kombiniert die Übungen in einem Quadrat von etwa 5m x 5m zunächst in einer beliebigen Reihenfolge.	Einzelarbeit Material: AB Lernampel, Ball/Bälle nach Wahl
10min	LSG/Reflexion: Was hat gut geklappt? Was bereitet uns noch Probleme? HA: Übt nochmals eure Einzelelemente, sodass ihr sie sicher beherrscht. Versucht eure Elemente miteinander zu verbinden! Welche Möglichkeiten findet ihr?	Material: Ball nach Wahl evtl. Schläger

Einheit 3

Zeit	Inhalt/Methode	Bemerkungen
10min	<p>Videokonferenz</p> <p>Einstieg: Fertige Ballkür per Video zeigen?</p> <p>Z.B.: https://www.youtube.com/watch?v=hvNygxsAaMI</p> <p>Warum diese Kür gelungen? Was gefällt weniger gut? Bewertungskriterien erarbeiten</p> <p>Das könnt ihr auch!!!</p> <p>Aufgabe: Erstellt eine eigene Ballkür! Zeigt auf dem vorgegebenen Feld eure besten Moves, Tricks und Dribblings eurer Wahl!</p> <p>Nehmt eure Kür auf Video auf. Die Dauer der Kür sollte etwa eine Minute betragen.</p>	<p>Motivation</p> <p>AB Bewertungskriterien</p> <p>Z:B:abwechslungsreich, Übergänge, passend zur Musik, Sicherheit, Raum etc.)</p> <p>Anspruch/Schwierigkeit der Einzelübungen, Flüssigkeit/Übergänge, Ausnutzung des Raumes, Lernfortschritt, Kreativität.</p>
10min	<p>Gemeinsames Aufwärmen mit Ball, diverse Ballkoordinationsübungen</p> <p>z.B. https://padlet.com/timoullrich/8bos733h8bq72lc0</p> <p>(Differenzierung, Progression)</p>	<p>Material: Ball, Tennisball, Seil oder Handtuch</p>
45min	<p>Experimentierphase 3: Wie gut bin ich am Ball? Eine Ballkür erstellen.</p> <p>Stellt aus den Elementen aus eurem Übungskatalog selbst eine Ballkür zusammen. Sucht aus jedem Farbbereich Übungen heraus, die ihr beherrscht und tragt sie in euer AB ein. Kombiniert die Übungen in einem Quadrat von etwa 5m x 5m in geeigneter Reihenfolge. Wählt am besten noch eine geeignete Hintergrundmusik aus, das macht eure Vorführung interessanter und lebendiger!</p>	<p>Einzelarbeit</p> <p>Material: AB Bewertungskriterien/ AB Lernampel/ Bälle nach Wahl, Material nach persönlichem Bedarf</p>
10min	<p>HA: Stellt eure Kür fertig und ladet Sie in den Nextcloud-Ordner der Schule hoch.</p>	<p>Ausblick: Präsentation</p>

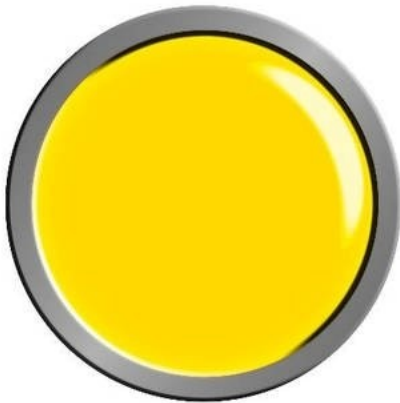
Einschätzung: Schwierigkeitsgrad der ausgewählten Übungen

schwer



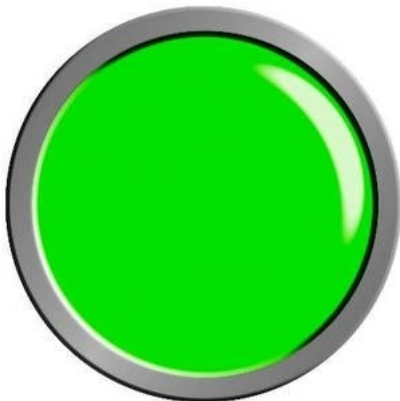
- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

mittel



- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

leicht



- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Aufgabe:

Stellt euch aus den vorgegebenen (Padlet) und euren eigenen Elementen (Notizen HA letzte Stunde) selbst einen Übungskatalog zusammen. Sucht euch für jede Farbe (grün: leicht, gelb: mittel, rot: schwierig) 4-5 geeignete Übungen heraus und tragt sie in euer AB ein.



Bewertungskriterien Ballkür



Aufgabe:

Tragt in die vorgegebenen Wolken Kriterien (Adjektive, Nomen) ein, die ihr für eine gelungene Ballkür als wichtig erachtet (Zum Beispiel: abwechslungsreich, Schwierigkeit, Überraschungen, gute Musik...etc.). Gerne dürft ihr das Arbeitsblatt auch mit eigenen Wolken ergänzen!

Literaturempfehlungen:

- Kröger, Christian (2017): *Ballkoordination*. Schorndorf. Hofmann.
- Neureuther, Felix (2003): *Mein Training mit Life Kinetik*. Nymphenburger. München.
- Ministerium für Schule und Weiterbildung, Wissenschaft und Forschung: Richtlinien und Lehrpläne Sport für die Grundschule NRW. Düsseldorf 1999.
- Starke, M. (2003): Rhythmusschulung mit dem Basketball. In: Sport Praxis. Der Übungsleiter 2, S. 6-10.

Internet:

- www.ballkorobics.de
- <http://www.bildungsplaene-bw.de/,Lde/LS/BP2016BW/ALLG/GYM/SPO/IK/5-6/01/01>
- <https://padlet.com/timoullrich/8bos733h8bq72lc0>