

E-BOOK



SPORT

Volleyball und Basketball am Gymnasium

Lernstationen und Coachingmappen zur
Sportspielevermittlung

GYMNASIUM
7.-10. Klasse

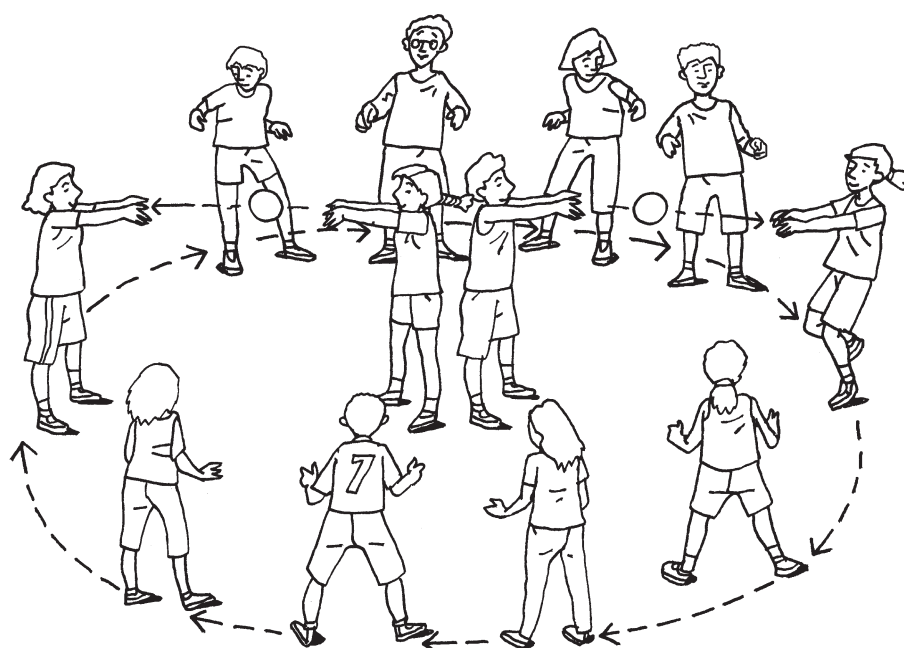


**Anja Schmidt-Größer, Michael Jobst,
Friederike Moog**

Volleyball und Basketball am Gymnasium

**Lernstationen und Coachingmappen
zur Sportspielevermittlung**

7. bis 10. Klasse



Persen Verlag

Die Autoren:

Anja Schmidt-Größer – ist Gymnasiallehrerin für die Fächer Sport und Deutsch sowie Fachausbilderin Sport für Gymnasien am Studienseminar Oberursel.

Michael Jobst – ist Gymnasiallehrer für die Fächer Sport, Wirtschaft und Politik.

Friederike Moog – ist Gymnasiallehrerin für die Fächer Sport, Erdkunde und Englisch.

© 2012 Persen Verlag, Buxtehude
AAP Lehrerfachverlage GmbH
Alle Rechte vorbehalten.

Das Werk als Ganzes sowie in seinen Teilen unterliegt dem deutschen Urheberrecht. Der Erwerber des Werkes ist berechtigt, das Werk als Ganzes oder in seinen Teilen für den eigenen Gebrauch und den Einsatz im eigenen Unterricht zu nutzen. Downloads und Kopien dieser Seiten sind nur für den genannten Zweck gestattet, nicht jedoch für einen weiteren kommerziellen Gebrauch, für die Weiterleitung an Dritte oder für die Veröffentlichung im Internet oder in Intranets. Die Vervielfältigung, Bearbeitung, Verbreitung und jede Art der Verwertung außerhalb der Grenzen des Urheberrechtes bedürfen der vorherigen schriftlichen Zustimmung des Verlages.






Die AAP Lehrerfachverlage GmbH kann für die Inhalte externer Sites, die Sie mittels eines Links oder sonstiger Hinweise erreichen, keine Verantwortung übernehmen. Ferner haftet die AAP Lehrerfachverlage GmbH nicht für direkte oder indirekte Schäden (inkl. entgangener Gewinne), die auf Informationen zurückgeführt werden können, die auf diesen externen Websites stehen.

Illustrationen: Thomas Binder
Satz: Satzpunkt Ursula Ewert GmbH







ISBN 978-3-403-53222-4

www.persen.de



	Vorbemerkung	4
	Methodisch-didaktische Hinweise	
	Sportspielevermittlung als	
	Stationenlernen	5
	Sportspielevermittlung im	
	Coaching-System	6
	Teil 1: Volleyball	
	Oberes Zuspiel	
	Technik-Überblick	7
	Kompetenzraster Oberes Zuspiel	8
	Station 1: Korbpritschen	9
	Station 2: Fang den Ball	10
	Station 3: Guten Morgen	11
	Station 4: Augen auf	12
	Station 5: Rundlauf am Korb	13
	Station 6: Spielform – Zwei gegen zwei mit	
	zwei Ballkontakten	14
	Station 7: Spielform – Zwei gegen zwei mit	
	drei Ballkontakten.	15
	Station 8: Spielform – Drei gegen drei mit	
	drei Ballkontakten.	16
	Station 9: Spielform – König der Halle	17
	Station 10: Spielform – Kaiserturnier	18
	Unteres Zuspiel	
	Technik-Überblick	19
	Kompetenzraster Unteres Zuspiel	20
	Station 1: Hoch den Ball	21
	Station 2: Aufstehen	22
	Station 3: Schiebe den Ball.	23
	Station 4: Korbaggern	24
	Station 5: Haltet den Ball hoch (Rundlauf).	25
	Station 6: Baggernachlauf	26
	Station 7: Baggerwettkampf	27
	Station 8: Baggerrundlauf.	28
	Angabe	
	Technik-Überblick	29
	Kompetenzraster Angabe von unten	30
	Station 1: Schlag den Ball (1)	31
	Station 2: Die Wand – Mein Gegner	32
	Station 3: Triff den Korb	33
	Station 4: Aufschlag über die Schnur	34
	Station 5: Feldverteidigung	35
	Station 6: Aufschlagstaffel	36
	Angriffsschlag	
	Technik-Überblick	37
	Kompetenzraster Angriffsschlag	39
	Station 1: Schlag den Ball (2)	40
	Station 2: Finde den Rhythmus	41
	Station 3: Schmettere den Ball.	42

Teil 2: Basketball

	Passen	
	Technik-Überblick	43
	Kompetenzraster Druckpass	44
	Station 1: Unser Ball	45
	Station 2: Triff das Ziel	46
	Station 3: Reifenpassen	47
	Station 4: Wanderei.	48
	Station 5: Spielform – Holt uns ein.	49
	Station 6: Spielform – Brettball	50
	Station 7: Spielform – Burgball.	51
	Station 8: Spielform – Lauerball.	52
	Dribbeln	
	Technik-Überblick	53
	Kompetenzraster Dribbeln	54
	Station 1: Bankdribbeln.	55
	Station 2: Slalomlauf.	56
	Station 3: Sei mein Spiegelbild.	57
	Station 4: Dribbelstaffel.	58
	Station 5: Spielform – Folge meinem	
	Schatten	59
	Station 6: Spielform – Balldieb	60
	Station 7: Spielform – Meister des Dribblings	
	Station 8: Spielform – Dribbelstaffel mit	
	Korbwurf	62
	Korbwurf	
	Technik-Überblick	63
	Kompetenzraster Korbwurf	64
	Station 1: Korbwurf mit Passen	65
	Station 2: Spielform – Around the world.	66
	Station 3: Spielform – Bump the ball	67
	Korbleger	
	Technik-Überblick	68
	Kompetenzraster Korbleger	69
	Station 1: Rechts-links-Korbleger.	70
	Station 2: Spielform – Wettkampf am Korb	71
	Station 3: Spielform – Zwei gegen eins auf	
	einen Korb.	72
	Station 4: Spielform – Kastenbasketball	73
	Material zum Coachingsystem	
	Volleyball	74
	Basketball	80
	Quellenverzeichnis	85



Der moderne Sportunterricht erfordert, dass Sportlehrer¹ auf die unterschiedlichen Leistungsvoraussetzungen eingehen, die ihre Schüler mitbringen. Darüber hinaus verlangt ein mehrperspektivischer Sportunterricht, dass die Schüler zunehmend selbstständig arbeiten bzw. Selbstverantwortung übernehmen.

Sowohl die Methode des Stationenlernens als auch die des Coachingsystems kommen dem Umgang mit Heterogenität sowie dem Ansatz der Mehrperspektivität entgegen. Lerngruppen entwickeln hierdurch Selbstständigkeit und Eigenorganisation beim Lernen, der Lernprozess wird individualisiert und die Lehrkraft wird zum Lernpartner, der Übungs- und Lernprozesse noch präziser begleiten, beobachten, analysieren und optimieren kann.

Das vorliegende Buch zeigt Möglichkeiten auf, im Stationenbetrieb und/oder durch den Einsatz von Coachingmappen im Bereich der Sportspielevermittlung des Bewegungsfeldes „Spielen“ kompetenzorientiert zu arbeiten. Dabei konzentrieren sich die Unterrichtsmaterialien auf die Vermittlung der großen Spiele Volleyball und Basketball in den Sportklassen der Jahrgangsstufen 7–10. Die hier vorgestellten Übungs- und Spielformen können sowohl als Stationskarten genutzt werden als auch als Vorlagen zum Einbinden in Coachingmappen. Die beiden Methoden und die entsprechenden Materialien können jedoch auch miteinander kombiniert werden. Die Abfolge der Übungs- und Spielformen kann jederzeit verändert werden, die Nummerierung der Stationen entspricht nicht automatisch dem Aufbau im Sinne einer methodischen Reihe. Die zeitliche Gestaltung der Stationen sollte auf die individuelle Lerngruppe angepasst sein. So mag beispielsweise eine längere Arbeitsphase an einer Station für einige Lerngruppen angebracht sein, bei anderen bietet sich möglicherweise ein Übungsbetrieb als Circuittraining mit festen Belastungszeiten und Pausen an.

Die dargestellten Übungsmaterialien können kopiert und gegebenenfalls als Stationskarten laminiert und in der Sporthalle aufgehängt werden. Die Lerngruppenmitglieder können mit vorheriger Einweisung eigenständig und nach individuellem Lernbedarf Stationen auswählen und an diesen ihrem Lernniveau entsprechend üben und trainieren. Ebenso eigenständig kann die Arbeit mit Coachingmappen erfolgen, die den Experten helfen, ihre Teammitglieder zu trainieren. Im Coaching-

system schulen Schülerexperten ihre Teammitglieder über mehrere Einheiten. Die Kompetenzraster können in ausgewählten Stunden der Unterrichtseinheit zur selbstständigen Kontrolle des Lernfortschritts eingesetzt werden.

Zur präziseren Technik- und Taktikvermittlung können in Verbindung mit diesen Unterrichtsmaterialien auch Bildreihen bzw. Videosequenzen zur Demonstration oder zur individuellen Bewegungsanalyse einzelner Schüler zum Einsatz kommen. Die Zielspiele Volleyball und Basketball können zudem jederzeit in abgewandelter Form, wie zum Beispiel durch variierende Spielfelder und Spielfeldgrößen, variierende Spielerzahlen oder reduzierte Regeln, in die Unterrichtsstunden integriert werden. Auch ist der Einsatz verschiedener Spielgeräte, wie unterschiedlich großer oder schwerer Bälle, im Rahmen der schulischen Ausstattung möglich. Dabei können sukzessive die sportspielgemäßen Regeln je nach Stand der Lerngruppe einbezogen werden.

Zum Unterrichtseinstieg jeder Stunde sollten Inhalte gewählt werden, die sich thematisch an den angestrebten Kompetenzen orientieren. So ist es, beim Erlernen des unteren Zuspiels im Volleyball sinnvoll, spezielle vorbereitende Spiel- und Übungsformen zur Ballgewöhnung in die Phase der Erwärmung zu integrieren, z. B.: „Werft den Ball hoch und fangt ihn in Baggerhaltung auf den Unterarmen auf!“, „Rollt euch den Ball zu zweit in Baggerhaltung mit einem Abstand von 1–2 Metern mit den Armen zu!“.

¹ Zugunsten der besseren Lesbarkeit ist in den Texten überwiegend von Lehrern, Schülern, Fängern usw. die Rede. Selbstverständlich sollen sich auch Lehrerinnen, Schülerinnen, Fängerinnen usw. angesprochen fühlen.



1. Sportspielevermittlung als Stationenlernen

Sportspiele über die Methode des Stationenlernens zu vermitteln, hat im modernen Sportunterricht seine Berechtigung, zumal die Bewegungszeit, bedingt durch geringe Hallengrößen, oft sehr eingeschränkt ist, wenn über reine Spielformen gelehrt wird. Zudem kommt die offene Form des Stationenlernens der Heterogenität schulischer Lerngruppen entgegen. Unterschiedliche Leistungspotenziale können genutzt oder ausgebaut werden, verschiedene Kompetenzen fachlicher wie überfachlicher Art können erweitert werden und unterschiedliche Lerntypen sowie Lerngeschwindigkeiten werden angesprochen. So lernen die Schüler beispielsweise, Bewegungsanweisungen und Aufbauanleitungen in verbalisierter und visualisierter Form zu lesen, zu verstehen und umzusetzen. Im Stationenlernen sollte der Lernprozess durch ein erhöhtes Maß an Selbstständigkeit und Eigenorganisation der Lerngruppen gekennzeichnet sein. Durch den Einsatz unterschiedlicher Bewegungsstationen wird:

- die Selbstständigkeit der Schüler gefördert
- ein differenzierendes Vorgehen ermöglicht
- die Teamkompetenz erhöht
- die Urteils- und Entscheidungskompetenz geschult
- die Bewegungskompetenz erweitert
- die sportliche Handlungskompetenz stabilisiert

Wichtig sind die gründliche Vorbereitung der Stationen und die differenzierenden Angebote, die in der Gestaltung der Stationskarten altersangemessen konzipiert sein müssen. Auf den Stationskarten sind unterschiedliche Schwierigkeitsstufen dargestellt, die durch die Begriffe **Beginner**, **Intermediate** und **Champion** gekennzeichnet werden. Diese ermöglichen es den Schülern, auf transparente und individuelle Weise Übungs- und Spiel-

formen ihrem Lernstand angemessen auszuwählen und zu trainieren. Die Stationen können je nach didaktisch-methodischem Konzept in Partner-, Gruppen- oder auch in Einzelarbeit bearbeitet werden.

Stationskarten müssen in ihrer Gestaltung übersichtlich sein und sich auf das Wesentliche beschränken. Außerdem ist es wichtig, dass sie motivierend gestaltet sind und eine schnelle Umsetzbarkeit durch die Schüler gewährleistet ist. Die Stationenarbeit kann so angelegt sein, dass es Pflicht- und Wahlstationen gibt oder aber unter zeitlichen Vorgaben gearbeitet wird. Unterstützend kann Musik methodisch als strukturgebendes Instrument eingesetzt werden: Spielt die Musik, wird an den Stationen gearbeitet, bricht sie ab, erfolgt ein Stationenwechsel. Bei Wiedereinsetzen wird dann an der nächsten Station geübt. Das Einsetzen der Musik zum Zeichen des Stationenwechsels, dann spielt während des Übens keine Musik, ist ebenfalls denkbar, um das konzentrierte Arbeiten an den Stationen nicht zu stören.

Wichtig ist, dass im Unterrichtsgespräch vorab folgende Vereinbarungen mit der Lerngruppe bezüglich der Vorgehensweise getroffen werden:

- Zunächst lesen alle Schüler die Aufgaben auf den Stationskarten.
- Gemeinsam wird anschließend die Station aufgebaut.
- Alle Schüler halten sich an die Regel: Bevor wir zu einer anderen Station wechseln, wird die vorherige Station wieder in ihren Originalzustand versetzt.



2. Sportspielvermittlung im Coachingsystem

Die Methode des Coachingsystems stellt eine Form des kooperativen Lernens in der Sportspielvermittlung dar. Dabei wird den Lernenden die Verantwortung für die Vermittlung des Unterrichtsinhalts übertragen. Somit lernen Schüler von Schülern. Im Sportunterricht zeigen sich unter den Schülern oftmals Experten für bestimmte Sportarten. Diese Schüler fungieren bei dieser Unterrichtsmethode als Coaches bzw. Trainer. Sie übernehmen eigenständig die Unterrichtsplanung und Durchführung, wobei die Lehrkraft als Berater zur Seite steht. Diese Methode eignet sich insbesondere für Sportspiele, da dort die Heterogenität der Lernenden im Spielgeschehen deutlich sichtbar wird.

Zu Beginn einer Einheit werden die Coaches ausgewählt. Dies kann entweder durch die Lehrkraft oder durch die Lerngruppe selbst erfolgen. Dabei bietet sich an, Schüler auszuwählen, die im Verein Basketball oder Volleyball spielen oder solche, die durch besondere Fähigkeiten oder Fertigkeiten auffallen. Die ausgewählten Schüler eignen sich nun fachliche und methodische Kenntnisse über die von der Lehrkraft bereitgestellten Coachingmappen an. Nach individuellem Bedarf der eigenen Gruppe wählen sie anschließend die passenden Übungs- bzw. Spielformen aus. Die Mappen können außerdem jederzeit durch die Coaches erweitert werden.

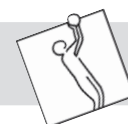
Sobald die Coaches gewählt wurden, ordnen sich alle übrigen Schüler der Lerngruppe den Trainern zu. Die Teambildung sollte dabei möglichst eigenständig ablaufen. Um einen reibungslosen Lernverlauf zu gewährleisten, ist es hilfreich, Verhaltensverträge zwischen den Coaches und den Lernenden vereinbaren zu lassen. Diese Verträge

beinhalten Regeln, die von beiden Seiten eingehalten werden sollten, und befinden sich im Anhang der vorliegenden Materialien. Damit die Coaches einen Überblick über den Lernstand ihrer Spieler erhalten und damit sie die entsprechenden Übungen vorbereiten können, sollte ihnen die Möglichkeit gegeben werden, die Spieler im Spiel zu beobachten. Am Ende jeder Stunde können den Coaches und Spielern Auswertungsbögen ausgehändigt werden, um sich gegenseitig eine Rückmeldung zum Lernprozess geben zu können. Dabei sollen die Coaches ihre Gruppenmitglieder hinsichtlich deren Mitarbeit und Lernfortschritt bewerten. Die Spieler bewerten ihre Coaches hingegen bezüglich ihrer Anweisungen, Erklärungen und Demonstrationsfähigkeit.

Durch den Einsatz des Coachingsystems wird:

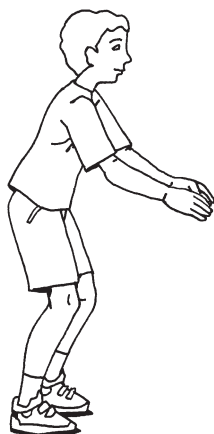
- eine vielfältige Differenzierung ermöglicht
- auf individuelle Lernstände eingegangen
- Selbstständigkeit geschult
- Teamkompetenz gefördert
- Urteils- und Entscheidungskompetenz erhöht
- Bewegungskompetenz erweitert

Gerade für Schüler aus Vereinen bietet diese Methode Möglichkeiten, ihr Leistungspotenzial in den Unterricht einzubringen. Sie übernehmen nicht die Rolle des Übenden, sondern nehmen die Rolle des Lehrenden ein. Für diese Schüler tritt zwar die Erhöhung der Bewegungskompetenz in den Hintergrund, sie sind jedoch im Bereich der Urteils- und Entscheidungskompetenz stärker gefordert. Dies ist in der Bewertung der erbrachten Leistung zu berücksichtigen. Die Lehrkraft wird in der Stunde entlastet und kann die gewonnene Zeit zur individuellen Beobachtung nutzen.



Technik-Überblick

①



Aktive Grundstellung:
 Füße schulterbreit stellen
 Knie leicht beugen
 Gewicht auf die Fußballen verlagern
 Oberkörper leicht nach vorn neigen
 Arme anwinkeln und Hände anheben

②



①

Bewegung zum Ball:
 Knie und Ellenbogen beugen
 Hände anheben
 Hände in Körbchenhaltung bringen

② bis ③

③



④



Streckung zum Ball:
 Ball vor/über der Stirn spielen
 Ball mit Ganzkörperstreckung spielen

④ bis ⑤

⑤

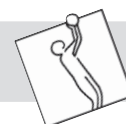


Spielbereit sein:
 Knie leicht beugen
 Hände anheben

⑥

⑥








Kompetenzraster Oberes Zuspiel

Name: _____

Klasse: _____

Coaching-Team: _____

Datum: _____

					Das muss ich noch üben
1. Nimmt der Spieler die korrekte Ausgangsposition ein?					
Füße schulterbreit?					
Knie leicht gebeugt?					
Gewicht auf den Fußballen?					
Oberkörper leicht nach vorn geneigt?					
Arme angewinkelt und Hände angehoben?					
2. Wie bereitet der Spieler die Ballannahme vor?					
Knie und Ellbogen leicht gebeugt?					
Hände angehoben?					
Korbchenhaltung der Hände erkennbar?					
3. Wie spielt der Spieler den Ball?					
Ball vor/über der Stirn gespielt?					
Ball mit Ganzkörperstreckung gespielt?					
4. Wie bewegt sich der Spieler nach dem Spielen des Balls?					
Spielbereite Position eingenommen?					
Knie leicht gebeugt?					
Hände angehoben?					