

Auf dem Volksfest (Teil 1) – Wir testen an Wurfständen unsere Wurfhand

Jahrgangsstufen	2/3/4
Fach	Sport
Übergreifende Bildungs- und Erziehungsziele	Verkehrserziehung, Gesundheitliche Bildung, Sprachliche Bildung, Soziales Lernen
Einbettung in die Sequenz	Unterrichtseinheit (UE) 3 innerhalb der Sequenz
Zeitrahmen	1 Unterrichtseinheit
Benötigtes Material	Fahrradreifen, vielfältiges Wurfmaterial (siehe Foto), Bildkarten für beidseitiges Werfen („süß (Apfel)“ / „sauer (Zitrone)“, Musik

Kompetenzerwartungen

S 1/2 4 Sportliche Handlungsfelder

S 1/2 4.1 Laufen, Springen, Werfen/Leichtathletik

Die Schülerinnen und Schüler ...

- probieren verschiedene Wurfgeräte aus, um dabei den Zusammenhang zwischen Beschaffenheit, Flugeigenschaft und Wurftechnik festzustellen. (*entscheiden, handeln, verantworten*) (*kooperieren, kommunizieren, präsentieren*)

S 3/4 4 Sportliche Handlungsfelder

S 3/4 4.1 Laufen, Springen, Werfen/Leichtathletik

Die Schülerinnen und Schüler ...

- erweitern systematisch ihre Wurferfahrungen und führen die Schlagwurfbewegung aus dem Stand und dem 3-Schritt-Anlauf aus.

S 1/2 4 Sportliche Handlungsfelder

S 1/2 4.3 Spielen und Wetteifern mit und ohne Ball / Kleine Spiele und Sportspiele

Die Schülerinnen und Schüler ...

- nutzen unterschiedliche Spielgeräte, um ihre Hand-Auge-Fuß-Koordination zu verbessern. (*wahrnehmen, analysieren, bewerten*)

S 1/2 1 Gesundheit und Fitness

Die Schülerinnen und Schüler ...

- nehmen Sinnesreize und Körperreaktionen in verschiedenen Bewegungssituationen wahr und verstehen zunehmend deren Ursachen. (*wahrnehmen, analysieren, bewerten*)

Aufgabe

Der Schwerpunkt dieser Unterrichtseinheit liegt auf dem beidseitigen Werfen. Durch das Angebot unterschiedlich beschaffenen Wurfmaterials in Größe, Gewicht und Form sowie die Aufgabenstellung „Teste an der Wurfbude deine Wurfhand“, erproben die Schülerinnen und Schüler ihre Wurfhand. Dabei aktivieren sie ihre Beidhändigkeit und -seitigkeit und benennen die Hand, mit der sie ein besseres oder ein weniger gutes Wurfgefühl haben. Sie beschreiben den Unterschied und hinterfragen das beidseitige Werfen. So verbessern die Kinder auch unbewusst ihre Wurftechnik.

Kompetenzorientierte Arbeitsaufträge bzw. Bewegungsaufgaben:



Wirf im Wechsel mit rechts und links!



Beschreibe den Unterschied beim Werfen mit rechts und links!



Finde eine Begründung für das Werfen mit rechts und links!

Hinweise zum Unterricht

Dieses Aufgabenbeispiel stellt die dritte UE von insgesamt sechs (in Jahrgangsstufe 2) bzw. neun (in Jahrgangsstufe 3/4) innerhalb der Sequenz dar.

Die Sequenz ist wie folgt aufgebaut:

UE 1: Vielfältige Wurferfahrungen mit unterschiedlichsten Wurfgeräten sammeln und die Flugeigenschaften in der Flug- und Wurfkonferenz verbalisieren

UE 2: Variantenreiche Wurfspiele

UE 3 - 6: Auf dem Volksfest

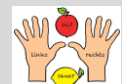


UE 3: Wir probieren alle Wurfbuden aus und testen unsere Wurfhand

(Schwerpunkt: beidseitiges Werfen)

„süß/sauer“ (gute Wurfhand/ungewohnte oder andere Wurfhand)

→ unbewusste Verbesserung der Wurftechnik durch Aktivieren der Beidhändigkeit und -seitigkeit



UE 4: An der Wurfbude – Wir brauchen zum Werfen mehr als nur unsere Hand

(Schwerpunkt: Zielweitwurf)

Schrittstellung und Wurfauslage

→ stabiler Stand, weite Ausholbewegung, kraftvoller Wurf



UE 5: Sondervorstellung im Zirkus „Hoch und Weit“

(Schwerpunkt: Werfen auf hohe Ziele)

→ Einsatz des Wurfarms zum Werfen auf hohe Ziele



UE 6: Verdeutlichung des Zusammenhangs zwischen Wurfhöhe und Flug-/Wurfweite (ballistische Kurve)

Die beschriebenen UE 1 – 6 beziehen sich vorrangig auf die Jahrgangsstufen 1/2. In den Jahrgangsstufen 3/4 werden die Inhalte der UE 1 – 6 wiederholt und mit den folgenden Inhalten der UE 7 – 9 verknüpft.

Hinweise zur Weiterarbeit:

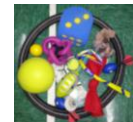
UE 7: Werfen mit kleineren Wurfgeräten, die gut in der Hand liegen (Tennis-, Flatter-, Schweifball, Heuler, ...) im Freien

UE 8: Anwendung des Weitwurfs (mit Messung, in Zonen, bei Bundesjugendspielen)

UE 9: ggf. Werfen mit „Anlauf“ oder „Hopser“ – auch auf der Außenanlage

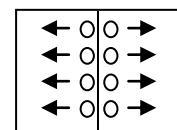
Organisatorisches und Allgemeines zum Aufbau

Zum Erproben des Wurfmaterials und zum Herausarbeiten des entsprechenden Schwerpunkts der UE bieten sich zwei an der Hallenmittellinie gegenüberliegende Fahrradreifen-Reihen an (siehe Abb.), die mit unterschiedlichstem Wurfmaterial gefüllt sind (siehe Foto).



Immer 2-3 Schülerinnen und Schüler stehen an einem Reifen und werfen von der Hallenmitte nach beiden Seiten voneinander weg.

Die Musik regelt das Holen und Deponieren der Wurfgeräte im Reifen: Auf ein Zeichen hin wird in die vereinbarte Richtung geworfen. Das Ausblenden der Musik signalisiert das Ende des Einsammelns und das Rotieren zum nächsten Reifen im Uhrzeigersinn. Bei Musikstopp erfolgt die nächste Wurfphase.



Während dieses Ablaufs kann die Lehrkraft gezielt die „Wurf- und Flugkonferenz“ steuern, indem neue Bewegungsaufgaben gestellt und diese reflektiert werden. Dabei ruft sie beim Ausblenden der Musik „Wurf- und Flugkonferenz“. Die Schülerinnen und Schüler setzen sich dazu im „Ei“ außen um die Reifen (siehe Foto).



Die sich anschließenden Wurfstationen können im Vorfeld gleich mit aufgebaut werden. Das Wurfmaterial aus den Reifen der Hallenmitte kann dann an die Stationen verteilt werden.

Sicherheitshinweise:

Erst wenn alle Wurfgeräte aus den Reifen herausgenommen wurden und die Reifen leer sind, darf die Musik zum Holen der Wurfgeräte angestellt werden, damit kein Kind Gefahr läuft, von einem Wurfgerät getroffen zu werden.



Während jeder UE der Sequenz bleibt oben beschriebener Aufbau sowie Ablauf mit den mit Wurfmaterial gefüllten Fahrradreifen gleich. Während dieser Phase des Ausprobierens mit zwischengeschalteter Wurf- und Flugkonferenz erarbeiten und erschließen sich die Schüler je nach gesetztem Schwerpunkt und angeleitet durch offene Bewegungsaufgaben der Lehrkraft einzelne Bewegungen der Wurfphase sukzessiv eigenständig (siehe Bewegungsaufträge).

Gemeinsame Reflexion zum Unterricht

Beim Erproben der „besseren“ Wurfhand und dem kontinuierlichen Wechsel der Seitigkeit beim Werfen, finden die Schülerinnen und Schüler heraus, dass es nicht optimal ist, die Begriffe „rechts“ und „links“ zu verwenden. Dem einen Kind gelingen die Würfe mit der rechten, dem anderen mit der linken Hand besser. Die Schülerinnen und Schüler bestimmen gemeinsam für beide Seiten zutreffende Begriffe und Symbole, die das Beschreiben von „guter“ oder „weniger guter“ Wurfhand erleichtern. Die Klasse einigt sich in diesem Fall auf „süß“ und „sauer“ für gute Wurfhand bzw. ungewohnte oder andere Wurfhand. Zur optischen Unterstützung wird ein Plakat mit den gewählten Symbolen „Apfel“ für „süß“ und „Zitrone“ für „sauer“ angefertigt. Nachdem nun beim Werfen immer das Motto „süß/sauer“ bzw. „Apfel/Zitrone“ gilt, beschreiben die Schülerinnen und Schüler ihre Wahrnehmungen aus dieser Übungsphase wie folgt:

- Ich konzentriere mich immer auf die Hand, mit der ich werfe.
- Mit der „Zitronenhand“ ist es ganz komisch zu werfen, es wird aber immer besser, je öfter man wirft.
- Sogar der Wurf mit der „Apfelhand“ wird besser, weil man sich dauernd so sehr auf die „saure“ Hand konzentriert und dann die Bewegung mit der „süßen“ Hand irgendwie lockerer geht.

Quellen- und Literaturangaben

Bilder: gezeichnet im Auftrag der LASPO; Fotos: Suska Oestreicher, GS Diepersdorf-Leinburg