

Alles, was man werfen kann – Flugeigenschaften verschiedener Wurfgeräte erkunden

Klassen 3 und 4

Ein Beitrag von Anne-Juliane Noll, Schwäbisch Gmünd
Illustrationen von Carmen Hochmann, Bielefeld

Wie fliegt eigentlich eine Wäscheklammer? Und wie treffe ich am besten mit einer Socke in einen Basketballkorb? Um das Werfen nach Herzenslust geht es in dieser Unterrichtseinheit. Die Schüler erkunden und analysieren zunächst die Flugeigenschaften verschiedener Wurfgeräte, bevor sie das Zielwerfen an Stationen üben. Eine Wurfolympiade schließt das Thema ab.



Wie hoch fliegt ein Luftballon?

colourbox.com

Das Wichtigste auf einen Blick

Lernbereich:

Leichtathletik (Werfen)

Themen:

- Material- und Ballerkundung
- Zielen, Werfen
- Koordination

Kompetenzen:

- Wurfarten entdecken, ausprägen und situationsangemessen anwenden
- koordinative Bewegungsaufgaben mit verschiedenen Wurfgeräten ausführen
- mit verschiedenen Wurfgeräten aus dem Stand weit, hoch, auf und in Ziele werfen

Klassen: 3 und 4

Dauer: 4 Unterrichtsstunden

Organisatorisches:

Die Schüler sollen verschiedene Wurfgegenstände sammeln und mit in den Unterricht bringen. Stellen Sie außerdem zusätzliche Materialien (z. B. Wäscheklammern, leere Klopapierrollen, Putzschwämme usw.) zur Verfügung.

Für ein Aufwärmspiel und die Ballmassage benötigen Sie einen CD-Player.

Musik:

- Warm-up
(Track 1 oder 2 auf CD Grundwerk)
- Chill out
(Track 5 oder 6 auf CD Grundwerk)



Alle Materialien finden Sie auf der **beiliegenden CD 4** in veränderbarer Form.

Was sollten Sie zu diesem Thema wissen?

Kinderleichtathletik – theoretische Grundlagen

Laufen, Werfen und Springen stellen die natürlichen und grundlegenden Bewegungsabläufe des Menschen dar und bilden eine breite Basis für viele Sportarten. Die Leichtathletik hat diese in feste Bahnen des Sports gelenkt und arbeitet vor allem wettkampforientiert.

Im Gegensatz dazu stellt die Kinderleichtathletik eine umfangreiche fachliche Fundgrube mit gezielter Anleitung zum pädagogischen Handeln dar. Vor allem die koordinativen und konditionellen Fähigkeiten können mit ihrer Hilfe altersgerecht geschult werden. Eine moderne Kinderleichtathletik geht außerdem auf die geänderten gesellschaftlichen Verhältnisse und das andere Kindsein in der heutigen Zeit ein. Sie verfolgt diese Aufgaben und Ziele:

- Eine Basis für die allgemeine Fitness schaffen.
- Die Kinder sollen vielseitige koordinative Bewegungserfahrungen machen, die es ihnen ermöglichen, sportliche Fertigkeiten auszubilden.
- Eine angenehme Lernatmosphäre schaffen, in der sich die Kinder wohl und akzeptiert fühlen.
- Die Kinder sollen durch die Beschäftigung mit der Leichtathletik und einer pädagogisch sinnvollen Leistungsorientierung in ihrer Persönlichkeitsentwicklung unterstützt werden.

Schneller, weiter, höher ... – das Werfen in der Grundschule

Auch im Sportunterricht der Grundschule steht der Fokus häufig noch auf dem oben genannten Leistungsanspruch. Ziel der Kinder- und Spielleichtathletik im Schulsport sollte aber vielmehr sein, den Schülern Freude und Spaß an der Bewegung zu vermitteln und sie dadurch zu motivieren, ihre koordinativen und konditionellen Fähigkeiten zu verbessern. Dies bildet die Grundlage für ein lebenslanges Sporttreiben in den verschiedensten Sportarten. Natürlich können Wettkämpfe auch eine Rolle spielen, denn Kinder vergleichen sich gern und sollen lernen, ihre Leistung selbst einzuschätzen. Diese Wettkämpfe sollten allerdings in abgeschwächter Form durchgeführt werden und so, dass jedes Kind Erfolgserlebnisse hat.

Der Fokus dieser Unterrichtseinheit liegt auf dem Sammeln von Wurferfahrungen. Die Technik des Werfens sollte zunächst im Hintergrund bleiben, denn das Werfen stellt einen sehr komplexen Bewegungsablauf dar, der manche Grundschüler überfordert.

Die Schüler gehen vielmehr folgenden Fragen nach:

- Wie verhalten sich unterschiedliche Wurfgeräte?
- Wie muss ich werfen, damit mein Wurfgerät möglichst hoch oder weit fliegt?
- Wie kann ich meinen ganzen Körper einsetzen, um weiter und höher zu werfen?

Bei dieser Unterrichtseinheit steht der mehrperspektivische Ansatz im Vordergrund (siehe Neumann/Balz in der Medienliste). Hier dürfen die Schüler selbst aktiv werden, z. B. durch geeignete Bewegungen die oben gestellten Fragen erkunden und analysieren.

Worauf müssen Sie bei der Vorbereitung und Durchführung achten?

Grundsätzlich gilt: Es gibt nichts, was man nicht werfen kann! Sie sollten die Schüler schon vor Beginn der Unterrichtseinheit miteinbeziehen. Fordern Sie sie z. B. auf, sich zu überlegen, welche Gegenstände man werfen kann, und diese dann in den Unterricht mitzubringen. In der ersten Stunde finden die Kinder die Flugeigenschaften der verschiedenen Gegenstände heraus und legen fest, welche sich für den weiteren Einsatz eignen.

Stellen Sie weitere Wurfgeräte zur Verfügung (z. B. Zeitungsbälle, Wäscheklammern, verknottete Socken usw.). Damit diese nicht in der Halle herumliegen und dadurch Chaos oder Unruhe entsteht, vereinbaren Sie mit den Schülern einen bestimmten Platz oder stellen Sie große Kartons bzw. umgedrehte kleine Kästen bereit, in die die Geräte gelegt werden. Die Kartons können dann während der gesamten Unterrichtseinheit im Geräteraum gelagert werden.

Was machen Sie, wenn ...

- ... Kinder Angst vor manchen Wurfgeräten haben?
Verwenden Sie zunächst weiche Wurfgeräte. Achten Sie auf die Einhaltung der Regeln, z. B. nur ein Kind wirft an der Station; die Wurfgeräte werden erst eingesammelt, wenn alle Kinder an der Station geworfen haben, usw.
- ... Kinder nicht am Sportunterricht teilnehmen können?
Diese Schüler können an den Stationen für die Einhaltung der Regeln sorgen oder Beobachtungsaufgaben bekommen, z. B. „Wie muss der Schüler an Station ... werfen, damit er das Ziel trifft?“

Welche Medien können Sie zusätzlich nutzen?

Bechheim, Yvonne: Leichtathletik für Kinder: Spielerische Übungsformen zum Laufen, Springen und Werfen. Limpert Verlag, Wiebelsheim 2008.

Das Buch ist für Sportlehrer, Übungsleiter und Trainer konzipiert. Im Mittelpunkt stehen Übungsformen für einen abwechslungsreichen und methodisch fundierten Leichtathletik-Unterricht. Die Bereiche Laufen, Springen, Werfen sowie das Aufwärmen, Kräftigen und Koordinationstraining werden aufgegriffen. Zusätzlich werden Leistungstests und Stundenbilder aufgeführt.

Katzenbogner, Hans: Kinderleichtathletik: Spielerisch und motivierend üben in Schule und Verein. Philippka-Verlag, Münster 2010.

Der Autor ist einer der Hauptvertreter des Ansatzes der Kinderleichtathletik. Durch die Erläuterungen in seinem Buch gewinnt man einen anderen Blick auf die Leichtathletik in der Schule. Ziel ist es vor allem, die kindliche Neugier und den Bewegungsdrang zu wecken. Das Buch bietet viele Praxisbeispiele und Erklärungen zum Trainingsaufbau und zur Trainingsgestaltung.

Neumann, Peter und Balz, Eckart (Hg.): Mehrperspektivischer Sportunterricht. Orientierungen und Beispiele. Hofmann Verlag, Schorndorf 2004.

Nach einer kurzen „Blütezeit“ in den 70er-Jahren erlebt das Konzept derzeit eine Renaissance in der fachlichen Diskussion. Auch in den aktuellen Richtlinien und Lehrplänen des Schulsports kommt es zum Tragen. Wer sich eingehender mit der didaktischen Idee eines mehrperspektivischen Sportunterrichts beschäftigt, wird dabei auf verschiedene Auslegungen stoßen. Der vorliegende Sammelband will die Vielfalt des mehrperspektivischen Sportunterrichts aufzeigen.

Alles, was man werfen kann – die Unterrichtseinheit im Überblick

Std.	Worin liegt der Stundenschwerpunkt?	Was benötigen Sie?	Was müssen Sie vorbereiten?
1	Schnell, langsam, flattrig, gerade, hoch, niedrig? – Die Flugeigenschaften verschiedener Wurfgeräte erkunden	M 1: Analysekarten M 2: Gruppenkarte „Unsere Wurfanalyse“ <u>Geräte:</u> verschiedene Bälle (z. B. Tennisball, Volleyball, Handball, Softball usw.), 5–6 Gymnastikreifen, kleine Kästen <u>Zusatzmaterial:</u> verschiedene Wurfgeräte (z. B. Socken, Wäscheklammern, Zeitungsbälle), Kartons o. Ä., 1 Stift pro Gruppe	 CD-Player, CD Grundwerk, Track 1 oder 2 Wurfgeräte in Kartons sammeln, Reifen in der Halle verteilen, evtl. Analysekarten laminieren, Stifte in einem kleinen Karton bereitlegen
2/3	Jeder Wurf ein Treffer – auf feste und bewegliche Ziele werfen	M 3: Stationskarten „Zielwerfen“ <u>Geräte:</u> 2 Langbänke, 4–5 Medizinbälle, 7–8 Hüthen, 8–10 Softbälle, 1 großer Kasten, 5 kleine Kästen, Ringe, 2 Reifen, 2 Seilchen, 1 Basketballkorb <u>Zusatzmaterial:</u> s.o., Zahlenblätter	Stationskarten laminieren und an Hallenwand befestigen, Reifen für Station 3 befestigen, Wurfgeräte für die Stationen bereitlegen
4	Damit könnt ihr punkten! – Eine Wurfolympiade durchführen	M 4: Punktevergabe „Wurfolympiade“ M 5: Laufzettel „Wurfolympiade“ <u>Geräte:</u> s.o. <u>Zusatzmaterial:</u> s.o., 1 Maßband, 1 Stift pro Station	s.o., Laufzettel in Anzahl der Schüler kopieren



Wie können Sie den Aufbau der Einheit variieren?

Wenn Sie wenig Zeit haben, können Sie die Wurfolympiade in der vierten Stunde weglassen oder sie gesondert, z. B. im Rahmen eines Sportfestes, mit anderen Klassen durchführen.

SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

*Alles, was man werfen kann - Flugeigenschaften
verschiedener Wurfgeräte erkunden*

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de

