



SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Raufen nach Regeln und mit Plan

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de



Raufen nach Regeln und mit Plan – von Kampfspielen über Basistechniken zum Judo-Sumo-Turnier

Klassen 3 und 4

Ein Beitrag von Volker Gößling, Herne

Beim Kämpfen mit Körperkontakt „begreifen“ sich Kinder im wahrsten Sinne des Wortes. Sie erleben Sieg und Niederlage unmittelbar und sammeln Erfahrungen in den Bereichen Kooperation und Fairness, Wagnis und Verantwortung sowie Selbstbehauptung und Aggressionsbewältigung. Dies alles zu erleben, ist in heterogenen Lerngruppen – auch in Inklusions- und Integrationsgruppen – wichtig und im Lernbereich „Kämpfen“ auf spielerische Weise möglich.



Auf zum Mini-Sumo-Kampf!

Das Wichtigste auf einen Blick

Lernbereiche:

grundlegende Bewegungserfahrungen; Ringen, Raufen und Kämpfen

Themen:

- Raufen nach Regeln
- Hinführen zum Kämpfen mit Körperkontakt
- Kampfspiele in der Gruppe und Zweikampfspiele um Räume
- Schiebekämpfe und Judowürfe

Kompetenzen:

- Regeln verstehen, sie einhalten und ggf. anpassen
- sich auf einen Partner/Gegner einstellen
- elementare technisch-taktische Fertigkeiten entwickeln und in Kampfformen einsetzen
- die eigene Leistung einschätzen

Klassen: 3 und 4

Dauer: 4 Doppelstunden

Organisatorisches:

Es sollte Platz für 5–6 Matteninseln aus je 3 kleinen Matten oder 3 x 3 Judomatten für je 5–6 Schüler zur Verfügung stehen.

Fächerübergreifender Einsatz:

Regeln und Werte, respektvoller und fairer Umgang miteinander



Alle Materialien finden Sie auf der **beiliegenden CD 21** in veränderbarer Form.

Was sollten Sie zu diesem Thema wissen?

Das Unterrichtsvorhaben im Lernbereich

Die vorliegende Unterrichtseinheit wurde für die Klassenstufen 3 und 4 konzipiert, lässt sich aber bereits auch in den Klassen 1 und 2 durchführen. Im Lernbereich „Rufen nach Regeln – Ringen und Kämpfen, Zweikampfsport“ des Sportunterrichts der Grundschule geht es um regelgeleitetes Kämpfen mit Körperkontakt. Dabei soll eine Zweikampfsportart vorbereitet werden. Das vorliegende Unterrichtsvorhaben hat „Kämpfen im Stand“ zum Inhalt. Es eignet sich sowohl als alleiniges Vorhaben als auch als Ergänzung oder Fortführung erster (spielerischer) Erfahrungen zum Rangeln und Raufen, vorzugsweise in der Bodenlage.

Der rote Faden des Unterrichtsvorhabens

Der Körperkontakt und das Einhalten von Regeln werden durch Kämpfe in Kleingruppen und Zweikämpfe im Stand mit wenig Körperkontakt vorbereitet. Bei Bedarf können Sie dieser Unterrichtseinheit vorbereitende Spiele zum Anbahnen von Körperkontakt und Vertrauensspiele vorschalten (siehe Medienhinweise: Beiträge aus Einfach sportlich).

Ausgehend von Gruppen-Kampfspielen und Zweikampfspielen um Räume wird über das Erarbeiten und Üben von zwei einfachen (Judo-)Würfeln aus zwei typischen Zweikampfsituationen ein anfängergerechter Zweikampf – der sogenannte Judo-Sumo-Kampf – entwickelt und durchgeführt. Die Auswahl der Würfe und des Zweikampfes gestatten, auf die sogenannte Fallschule – das Erlernen und Üben von verletzungsfreiem Fallen – zu verzichten.

Das anwendungsnahe Üben der beiden Würfe im Entscheidungstraining und das Judo-Sumo-Turnier ermöglichen, Leistungen beim Kämpfen mehrdimensional zu verstehen, zu erfahren und einzuschätzen. So ist die Benotung der technisch-taktischen Fertigkeiten und des Verhaltens als Partner sowie der absoluten und relativen Zweikampfleistung durch die Schüler selbst und Sie als Lehrkraft angelegt.

Worauf müssen Sie bei der Vorbereitung und Durchführung achten?

Heterogene Gruppen und Gemeinsames Lernen

Durch das weitgehende Arbeiten mit einem Partner und durch freie Partnerwahl eignet sich das Vorhaben auch und insbesondere für heterogene Lerngruppen, z. B. im Gemeinsamen Lernen von behinderten und nichtbehinderten Kindern (s.u.).

Materielle Voraussetzungen, organisatorische Tipps

Es werden normale Sportkleidung und zur Hallengrundausrüstung gehörende Turnmatten benötigt. Die Kinder kämpfen auf den Matten am besten barfuß oder mit (Stopper-)Socken.

Lassen Sie die Kinder selbstständig Fünfer- bis Sechsergruppen bilden und pro Gruppe jeweils drei Turnmatten zu einer Matteninsel (3 x 3 m) zusammenlegen. Die Matteninseln sollten kreisförmig mit ausreichend Abstand zueinander in der Halle angeordnet werden.

Dadurch, dass die Schüler die Einteilung der Gruppen selbst vornehmen, kommt es in der Regel zu einer inneren Differenzierung hinsichtlich der Zweikampfstärke und je nach Lerngruppe auch des Geschlechts, denn in den Gruppen finden sich die stärkeren, „kampflustigen“ Schüler zusammen wie auch die zurückhaltenderen, in manchen Gruppen eventuell nur Jungen bzw. nur Mädchen.

Was machen Sie, wenn ...

- ... für das Kämpfen geeignete Judo- oder Ringermatten in der Halle vorhanden sind?
Liegen sie in ausreichender Zahl vor, lässt sich eine große Mattenfläche auslegen, auf der alle Schüler gleichzeitig üben können. Es können aber auch die oben beschriebenen Matteninseln aus kleinen Matten gebildet werden.
- ... Kinder mit Vorerfahrungen in Zweikampfsportarten (z. B. Ringen oder Judo) in der Lerngruppe sind?

Sie können als Helfer und Experten, z. B. bei der Demonstration des Werfens, eingesetzt werden und somit Bewegungsvorbilder sein. Da es in vorliegendem Unterrichtsvorhaben aber nicht um die Vermittlung von Judo- oder Ringerwürfen geht, sondern um die gemeinsame Erarbeitung einfacher technisch-taktischer Lösungen in typischen Zweikampfsituationen, bleibt die Übersicht und die Lenkung des Unterrichtsgeschehens bei Ihnen als Lehrkraft.

- ... Kinder mit Schwierigkeiten in der Motorik oder körperlichen Behinderungen in der Lerngruppe sind?

Die ausgewählten Spiele und Kämpfe lassen sich auch mit Handicaps durchführen, bei nicht (ausreichend) stehfähigen Schülern auch in der Bodenlage. So können alle Kinder am Unterrichtsgeschehen teilhaben und die Aufgaben ihren Voraussetzungen entsprechend durchführen – es bestimmt immer der schwächere Partner. Selbst gewählte Handicaps des stärkeren Partners, z. B. nur mit einem Arm kämpfen, sorgen für Chancengleichheit und mehr Spaß. Durch die Arbeit in Kleingruppen mit häufigen Partnerwechseln kommen alle Schüler auf ihre Kosten.

Welche Medien können Sie zusätzlich nutzen?

Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung 08/2016: Ringen und kämpfen können:

<https://www.dguv-lug.de/primarstufe/bewegte-schule/ringen-und-kaempfen-koennen>

Deutscher Judo Bund e.V.: Übersicht und Plakat mit 10 Judo-Werten:

<http://www.judobund.de/jugend/training-wettkampf/judowerte>

Elbracht, Maïke (Hrsg.), Volker Gößling: Sport unterrichten: Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport, Raufen nach Regeln im Sportunterricht, Praxislösungen. WEKA MEDIA GmbH, Kissing 2004.

Landessportbund NRW e.V.: Plakat „Respekt im Sport“, Plakatserie „Das habe ich beim Sport gelernt“: <http://www.beim-sport-gelernt.de>

Landessportbund/Sportjugend NRW/NW Judo-Verband/Ringerverband NRW: Ringen & Kämpfen – Zweikampfsport. Handreichung für die Schulen der Primarstufe und Sekundarstufe I. Meyer & Meyer Verlag, Aachen 2008 (Edition Schulsport Bd. 8).

Rheinischer Gemeindeunfallversicherungsverband (RGUVV, jetzt UK NRW): Kämpfen im Sportunterricht. Bausteine und Materialien für die Lehrerfortbildung, Essen 2000:

<http://www.sichere-schule.de/sporthalle/lehrkraft/schulsport/ringen-kmpfen>

Unfallkasse NRW: Prävention in NRW, Gemeinsames Lernen im Schulsport, Inklusion auf den Weg gebracht, Band 1 – Grundlagen. UK NRW, Düsseldorf 12/2016 (Reihe Prävention in NRW, Band 72) ebd.: Band 2 – Praxisbeispiele (Reihe Prävention in NRW, Band 71)

Deutscher Judo-Bund: www.judobund.de/jugend/training-wettkampf/judowerte

Hier werden 10 Judo-Werte (z. B. Respekt, Ehrlichkeit, Mut) aufgeführt, die mit den Schülern vor Beginn der Kämpfe besprochen werden können.

Beiträge aus Einfach sportlich

Kröhnert, Katharina: Hier wird fair gerangelt! – Ein sportliches Mit- und Gegeneinander beim Ringen und Raufen (Teil I/Beitrag 8). Einfach sportlich, Ausgabe 7/2014.

In diesem Beitrag geht es um das Sammeln erster Erfahrungen mit dem Thema Ringen und Raufen. Die Materialien enthalten Vorschläge für Partnerkämpfe, Tricks und Tipps für die Schüler, die sie beim Kämpfen umsetzen können, sowie Regeln und Verbote, damit die Kämpfe fair bleiben.

Noll, Anne-Juliane: Kampf-lustig – Spaß beim Raufen, Ringen und Kämpfen (Teil I/Beitrag 13). Einfach sportlich, Ausgabe 14/2016.

Die Schüler probieren Partner- und Gruppenkämpfe am Boden aus und entwickeln zum Schluss ein eigenes Rangelspiel.

Raufen nach Regeln und mit Plan – die Unterrichtsseinheit im Überblick

Std.	Worin liegt der Stundenschwerpunkt?	Was benötigen Sie?	Was müssen Sie vorbereiten?
1/2	Raufen nach Regeln – Hinführung zum Kämpfen mit Körperkontakt	M 1: Spiele mit Körperkontakt M 2: Verbeugungsritual M 3: So kämpfen wir auf den Matteninseln M 4: Ziehkämpfe M 5: Schiebekämpfe M 6: Mini-Sumo-Kämpfe <u>Geräte:</u> Matteninseln (3 kleine Matten oder 9 Judomatten pro Gruppe) <u>Zusatzmaterial:</u> Bodenmarkierungen, 2 Seilchen oder 2–4 Hütchen pro Paar, Plakat, Kreide	
3/4	Werfen wie ein Judoka – Erarbeitung von zwei (Judo-)Würfen	M 5: Schiebekämpfe M 6: Mini-Sumo-Kämpfe M 7, M 8: Wurfsituationen <u>Geräte:</u> s.o. <u>Zusatzmaterial:</u> s.o.	
5/6	Training macht den Meister – Anwendung und technisch-taktische Bewertung der Würfe	M 6: Mini-Sumo-Kämpfe M 9: Beobachtungsbogen Entscheidungstraining M 10: Fragebogen Lieblingspartner <u>Geräte:</u> s.o. <u>Zusatzmaterial:</u> s.o., 1 Schachtel o. Ä.	Schachtel als Sammelbox für die Beobachtungsbögen bereitstellen
7/8	Japanisches Judo-Sumo-Turnier – Anwendung der Würfe	M 6: Mini-Sumo-Kämpfe M 11: Beispiel für das Kämpfen mit Handicap <u>Geräte:</u> s.o.	

Angebote zur Leistungsbeurteilung: M 9 bis M 12



Wie können Sie den Aufbau der Einheit variieren?

Die Unterrichtssequenzen sind jeweils als Doppelstunden geplant, sie können aber auch jeweils in Einzelstunden durchgeführt werden.



SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Raufen nach Regeln und mit Plan

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de

