

Akrobatik - entwickeln und präsentieren einer Gruppenchoreographie unter besonderer Berücksichtigung der Erarbeitung und Überprüfung von Bewertungskriterien.

1. Einzelstunde (Schema)

Zeit/Phase	Handlungsschritte (Aktions und Sozialformen)	Medien/Materialien
Eröffnungsphase 2 min.	Begrüßung - Vorstellung des Unterrichtsvorhaben (Inhalte): Akrobatik (akro (griech.) = Spitze oder Hoch) unter der leitenden Perspektive D "Das Leisten erfahren und einschätzen"	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tafel</li> </ul>
Aufwärmphase 10 min.	Intensives Erwärmen mit funktionellen Dehn- und Kräftigungsübungen im Kreis. Atomspiel: SuS laufen nach einer Musik im Kreis, bei Musikstopp begeben sich in Kleingruppen und erfüllen Aufgaben (drei Füße, zwei Arme etc.) Übungen werden so lange gehalten, bis jeder im Kreis beim "Rundzählen" eine Zahl gesagt hat. Übungen zur Arme, Bauch, Rücken, seitl. Rumpfmuskulatur, Beine	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CD-Player</li> <li>• Musik</li> <li>• Karten fürs Atomspiel mit Anzahl der Gruppengröße</li> </ul>
Erarbeitungsphase 3 min.	Welche Elemente sind für akrobatische Übungen eurer Meinung nach relevant? Denkt auch an das Erwärmen, was war besonders gefragt? Nun werdet ihr genau zu den Aspekten: Körperspannung, Körperkontakt und Vertrauen einen kleinen Akrobatikzirkel durchlaufen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tafel</li> <li>• <a href="#">evtl. Tafelbild</a></li> </ul>
Hauptphase 20 min.	Akrobatikzirkel mit 4 Stationen (oder 2x4), SuS durchlaufen ihn in 6er Gruppen, insgesamt 3x, wobei bei jedem Durchgang andere Positionen innerhalb der Stationen eingenommen werden müssen.  1.) <a href="#">Pendelstation</a> 2.) <a href="#">Brett anheben</a> 3.) <a href="#">Doppeldecker und Flugzeug</a> 4.) <a href="#">Mutsprung</a>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Matten</li> <li>• gr. Kasten</li> <li>• Musik</li> </ul>
Abbau 3 min.	Abbau der Stationen	
Abschlussphase 2 min.	Welche Erfahrungen habt ihr in Bezug auf die Körperspannung und bezüglich des Vertrauens gemacht? Was war euch angenehm, was war besonderes unangenehm? Regeln: Schuhe und frische Socken mitbringen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tafel</li> </ul>

Akrobatik - entwickeln und präsentieren einer Gruppenchoreographie unter besonderer Berücksichtigung der Erarbeitung und Überprüfung von Bewertungskriterien.  
 2. Doppelstunde (Schema)

Zeit/Phase	Handlungsschritte (Aktions und Sozialformen)	Medien/Materialien
Eröffnungsphase 5 min.	Begrüßung - Vorstellen des Stundenthemas Beschreibung richtiger Grundstellungen in der Akrobatik (Bank, Reiterstellung) Regeln in der Akrobatik: Nicht auf die WS steigen - richtiges Auf- und Absteigen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tafel</li> <li>• <a href="#">Poster Bank</a></li> <li>• <a href="#">Poster Regeln</a></li> <li>• <a href="#">Poster Griffe</a></li> </ul>
Aufwärmphase 20 min.	Intensives Erwärmen mit funktionellen Dehn- und Kräftigungsübungen im Kreis. Starlight Express: SuS laufen in Gruppen zu 7-8 in einer Schlangenform durch die Halle. Auf Zuruf führen sie Aufgaben durch, die jeweils zum Aufrollen der Schlange führt. • Tunnelkriechen - Hürdenlauf - Bockspringen - Slalomlauf Erarbeitung der Griffe durch Partnerübungen zur Balance und Köperspannung und mittels Greifspielchen Übungen werden so lange gehalten, bis jeder im Kreis beim "Rundzählen" eine Zahl gesagt hat. Übungen zur Arme, Bauch, Rücken, seitl. Rumpfmuskulatur, Beine	
Erarbeitungsphase 2 min.	Beschreibung des weiteren Vorgehens: 2er-Gruppen erhalten einen Laufzettel mit statischen Partnerübungen (s. Poster Bank)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tafel</li> </ul>
Hauptphase 20 min.	SuS gehen in 3er-Gruppen zu den Matten und üben die einzelnen Figuren! Ein Schüler ist immer zur Hilfestellung bereit.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Matten</li> <li>• Laufzettel</li> <li>• kl. Kasten</li> </ul>
Kognitive Phase 5 min.	Wo lagen Schwierigkeiten? Welche Regeln müssen besonders beachtet werden? Relevanz der Hilfestellung? - Unterscheidung Sicherheitsstellung vs. Hilfestellung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Poster Regeln</li> <li>• <a href="#">Arbeitsblatt - Sicherheits- und Hilfestellung</a></li> </ul>
Erarbeitungsphase - und Vorstellungsphase 15 min.	In den Gruppen nochmals einige Figuren üben und 3-4 Übungen hintereinanderschalten! Gruppen führen vor - die anderen beobachten in Hinblick auf die Aspekte, die sie für die Durchführung akrobatischer Figuren wichtig empfinden.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Matten</li> </ul>
Abschlussphase 5 min.	SuS schildern erste Eindrücke aus ihrer Beobachtung  HA: Benennt je 3 Kriterien, anhand derer man eure Leistung in akrobatischen Figuren bewerten kann. Abbau der Materialien	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Karteikarten</li> </ul>

Akrobatik - entwickeln und präsentieren einer Gruppenchoreographie unter besonderer Berücksichtigung der Erarbeitung und Überprüfung von Bewertungskriterien.  
 3. Einzelstunde (Schema)

Zeit/Phase	Handlungsschritte (Aktions und Sozialformen)	Medien/Materialien
Eröffnungsphase 5 min.	Begrüßung - Vorstellen des Stundenthemas Einsammeln der HA - kranke SuS sortieren die Karten nach Oberbegriffen, während der Erwärmung - Wiederholung der Grundregeln in der Akrobatik - Wiederholung Sicherheits- versus Hilfestellung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Karteikarten der HA</li> </ul>
Aufwärmphase 10 min.	Intensives Erwärmen mit funktionellen Dehn- und Kräftigungsübungen im Kreis. 18 Matten werden in der Halle verteilt: Fangen auf den Matten, wer gefangen wurde eine Runde extra laufen Übungen werden so lange gehalten, bis jeder im Kreis beim "Rundzählen" eine Zahl gesagt hat. Übungen zur Arme, Bauch, Rücken, seitl. Rumpfmuskulatur, Beine	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 18 Matten</li> <li>• Hüttchen</li> </ul>
Hauptphase 20 min.	SuS erhalten den Laufzettel der 2er-Akrobatik Üben und festigen die Figuren Abbau	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Laufzettel</li> <li>• Je 3er-Gruppe 2 Matten</li> </ul>
Kognitive Phase 5 min.	Kranke SuS stellen ihre Systematik der Bewertungskriterien vor! SuS äußern ihren ersten Eindruck zu den aufgestellten Bewertungskriterien	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tafel</li> </ul>
Abschlussphase 1 min.	Verabschiedung	

Akrobatik - entwickeln und präsentieren einer Gruppenchoreographie unter besonderer Berücksichtigung der Erarbeitung und Überprüfung von Bewertungskriterien.  
4. Doppelstunde (Schema)

Zeit/Phase	Handlungsschritte (Aktions und Sozialformen)	Medien/Materialien
Eröffnungsphase 5 min.	Begrüßung - Vorstellen des Stundenthemas Lehrer stellt den <a href="#">Bewertungskatalog</a> vor, der aus den Bewertungskriterien der letzten Stunde hervorgegangen ist.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Karteikarten der HA</li> </ul>
Aufwärmphase 15 min.	Intensives Erwärmen mit funktionellen Dehn- und Kräftigungsübungen im Kreis. 18 Matten werden in der Halle verteilt: Fangen auf den Matten, wer gefangen wurde eine Runde extra laufen Übungen werden so lange gehalten, bis jeder im Kreis beim "Rundzählen" eine Zahl gesagt hat. Übungen zur Arme, Bauch, Rücken, seitl. Rumpfmuskulatur, Beine	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 18 Matten</li> <li>• Hüttchen</li> </ul>
Erarbeitungsphase 2 min.	SuS erhalten den Katalog, um ihre Figuren bewerten zu können! Klärung des weiteren Vorgehens!	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tafel</li> <li>• Poster /<a href="#">Bewertungskatalog</a></li> <li>• Katalog als Handzettel</li> </ul>
Hauptphase 30 min.	<a href="#">Aufbau</a> der Stationen Stationsbetrieb mit 6 Stationen: 6 Gruppen a 4 SuS bauen eine Station auf - bei Musikstopp (alle 4 Min): Rotation im Uhrzeigersinn!	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 18 Matten, je Station 3 Matten</li> <li>• 6 <a href="#">Stationskarten</a></li> </ul>
Kognitive Phase 5 min.	SuS nehmen Stellung zum vorläufigen Bewertungskatalog Ergänzungen zu den Bewertungskriterien hinsichtlich 3er-Akrobatik?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tafel</li> <li>• Bewertungskatalog</li> </ul>
Erarbeitungsphase 15 min.	SuS verknüpfen in einer Kurzchoreographie 2er- und 3er-Figuren Gruppen stellen ihre Figuren vor! Abbau	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Digitalkamera oder Video</li> </ul>
Abschlussphase 1 min.	Verabschiedung	

Akrobatik - entwickeln und präsentieren einer Gruppenchoreographie unter besonderer Berücksichtigung der Erarbeitung und Überprüfung von Bewertungskriterien.  
5. Einzelstunde (Schema)

Zeit/Phase	Handlungsschritte (Aktions und Sozialformen)	Medien/Materialien
Eröffnungsphase 2 min.	Begrüßung - Vorstellen des Stundenthemas Aufbau von vier Matteninseln	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Matten</li> </ul>
Aufwärmphase 10 min.	Intensives Erwärmen mit funktionellen Dehn- und Kräftigungsübungen im Kreis. Reihenaufwärmung Übungen werden so lange gehalten, bis jeder im Kreis beim "Rundzählen" eine Zahl gesagt hat. Übungen zur Arme, Bauch, Rücken, seitl. Rumpfmuskulatur, Beine	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Parteibänder in vier verschiedenen Farben</li> <li>• Matten</li> </ul>
Erarbeitungsphase 5 min.	Darstellung der <a href="#">Bewertungskriterien (erweitert)</a> Einteilung in Oberkategorien	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tafel</li> <li>• Papierschnipsel in vier Farben</li> </ul>
Hauptphase 15 min.	SuS erhalten einen <a href="#">Pyramidenkatalog</a> für Gruppenpyramiden ? Erprobung der Pyramiden innerhalb selbstgewählter 6-er Gruppen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Matten</li> <li>• <a href="#">Pyramidenkatalog</a></li> </ul>
Kognitive Phase 5 min.	Ergeben sich durch das Turnen der Gruppenpyramiden weitere Bewertungskriterien? SuS schreiben auf und ergänzen!	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tafel</li> <li>• Kriterienkarten</li> </ul>
Erarbeitungsphase 5 min.	SuS gehen nochmals in die Gruppen und erproben ausgewählte Pyramiden ? nun mit expliziten Verweis auf die Beachtung der Kriterien!	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Matten</li> <li>• Beobachtungsbogen</li> </ul>
Abschlussphase 2 min.	Abbau der Materialien Verabschiedung	

Akrobatik - entwickeln und präsentieren einer Gruppenchoreographie unter besonderer Berücksichtigung der Erarbeitung und Überprüfung von Bewertungskriterien.  
 6. Doppelstunde (Schema)

Zeit/Phase	Handlungsschritte (Aktions und Sozialformen)	Medien/Materialien
Eröffnungsphase 2 min.	Begrüßung - Vorstellen des Stundenthemas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tafel</li> </ul>
Aufwärmphase 20 min.	Intensives Erwärmen mit funktionellen Dehn- und Kräftigungsübungen im Kreis. Kettenfangen in verschiedenen Variationen  Übungen werden so lange gehalten, bis jeder im Kreis beim "Rundzählen" eine Zahl gesagt hat. Übungen zur Arme, Bauch, Rücken, seitl. Rumpfmuskulatur, Beine	
Erarbeitungsphase 3 min.	Vorstellung der grundlegenden inhaltlichen <a href="#">Anforderungen</a> an eine Choreographie (vgl. Anhang)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OHP</li> <li>• Folie</li> </ul>
Hauptphase I 20 min.	Vier selbstgewählte Gruppen SuS erarbeiten eine Gruppenchoreographie nach den inhaltlichen Anforderungen  Vorstellen eines Gruppenergebnisses im Plenum	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Matten</li> <li>• CD-Player</li> <li>• Musik</li> </ul>
Kognitive Phase 5 min.	Reflexion der Kriterien ?Sicherheit? und ?Schwierigkeitsgrad? und deren Indikatoren Impulse: Ist das Kriterium ?Sicherheit?/ ?Schwierigkeitsgrad? und dessen Indikatoren anwendbar? Was kann man aus Sicht dieses Kriteriums verbessern?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OHP</li> <li>• Folie</li> <li>• Bewertungskatalog</li> </ul>
Hauptphase II 20 min.	Weiterentwicklung und Verbesserung der Gruppenkür unter besonderer Berücksichtigung der besprochenen Kriterien	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OHP</li> <li>• Folie</li> <li>• Bewertungskatalog</li> </ul>
Abschlussphase 2 min.	Verabschiedung, Abbau	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ggf. <a href="#">Klausur</a></li> </ul>

Akrobatik - entwickeln und präsentieren einer Gruppenchoreographie unter besonderer Berücksichtigung der Erarbeitung und Überprüfung von Bewertungskriterien.  
7. Einzelstunde (Schema)

Zeit/Phase	Handlungsschritte (Aktions und Sozialformen)	Medien/Materialien
Eröffnungsphase 2 min.	Begrüßung - Vorstellen des Stundenthemas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tafel</li> </ul>
Aufwärmphase 10 min.	<p>Intensives Erwärmen mit funktionellen Dehn- und Kräftigungsübungen im Kreis. Reihenaufwärmung</p> <p>Übungen werden so lange gehalten, bis jeder im Kreis beim "Rundzählen" eine Zahl gesagt hat. Übungen zur Arme, Bauch, Rücken, seidl. Rumpfmuskulatur, Beine</p>	
Erarbeitungsphase 5 min.	<p>Reflexion der Kriterien "Schönheit" und "Gruppenarbeit" und deren Indikatoren Impulse: Ist das Kriterium "Schönheit"/ "Gruppenarbeit" und dessen Indikatoren anwendbar? Was kann man aus Sicht dieses Kriteriums verbessern?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OHP</li> <li>• Folie</li> </ul>
Hauptphase 20 min.	<p>Weiterführung der Gruppengestaltung Die SuS verbessern ihre Gruppenchoreographie unter besonderer Berücksichtigung der Kriterien "Schönheit" und "Gruppenarbeit"</p> <p>Vorstellen eines Gruppenergebnisses im Plenum</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Matten</li> <li>• CD-Player</li> <li>• Musik</li> </ul>
Kognitive Phase 5 min.	<p>Nochmalige Reflexion des Gesehenen anhand der Kriterien "Schönheit" und "Gruppenarbeit" und deren Indikatoren</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OHP</li> <li>• Folie</li> <li>• Bewertungskatalog</li> </ul>
Abschlussphase 2 min.	Verabschiedung, Abbau	

Akrobatik - entwickeln und präsentieren einer Gruppenchoreographie unter besonderer Berücksichtigung der Erarbeitung und Überprüfung von Bewertungskriterien.  
8. Einzelstunde (Schema)

Zeit/Phase	Handlungsschritte (Aktions und Sozialformen)	Medien/Materialien
Eröffnungsphase 2 min.	Begrüßung - Vorstellen des Stundenziels	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tafel</li> </ul>
Aufwärmphase 15 min.	Intensives Erwärmen mit funktionellen Dehn- und Kräftigungsübungen im Kreis. Schattenlaufen zu zweit, zu dritt, zu viert ... mit der ganzen Gruppe  Übungen werden so lange gehalten, bis jeder im Kreis beim "Rundzählen" eine Zahl gesagt hat. Übungen zur Arme, Bauch, Rücken, seitl. Rumpfmuskulatur, Beine	
Erarbeitungsphase 3 min.	Aufgrund der Rückmeldungen aus den Vorstunden überarbeiteter Bewertungskatalog wird vorgestellt	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OHP</li> <li>• Folie</li> <li>• Bewertungskatalog</li> </ul>
Hauptphase 40 min.	Vier selbstgewählte Gruppen (vgl. Vorstunden): Gruppengestaltung Die SuS "perfektionieren" ihre Gruppenchoreographie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Matten</li> <li>• CD-Player</li> <li>• Musik</li> </ul>
Kognitive Phase 20 min.	Die Gruppenergebnisse werden präsentiert! (je zwei Durchgänge) Die anderen SuS bewerten anhand des Bewertungskatalogs die Leistung ihrer Mitschüler nach der Vorführung. Die vorführende Gruppe schätzt sich selbst ein.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• AB Bewertungskatalog</li> <li>• ggf. Videokamera</li> </ul>
Abschlussphase 3 min.	Verabschiedung, Abbau	