

Niveaubestimmende Aufgaben – Sport – Schuljahrgänge 7/8:

Parkour – Fortbewegen wie ein Actionheld!

1. Einordnung in den Fachlehrplan

<p>Bewegungsfeld (Kompetenzschwerpunkt) Turnerisches Bewegen</p>
<p>Kompetenzbereich: Erfahren, Gestalten und Leisten von Bewegung</p>
<p>zu entwickelnde (bzw. zu überprüfende¹) Kompetenzen:</p> <ul style="list-style-type: none"> – vielfältige motorische Bewegungserfahrungen in altersgerechten Hindernisbahnen und Bewegungslandschaften nachweisen – Bewegungshandlungen digital erfassen, aufgabenbezogen nutzen und auswerten (3.1) – Videos mit vorgeschriebenen Dateinamen zur Verfügung stellen (3.3) und dabei – persönliche Daten und Privatsphäre in digitalen Umgebungen schützen (4.2) – Technikmerkmale komplexer Bewegungsabläufe bzw. Übungsverbindungen digital erfassen, auswerten und zur Bewegungssteuerung bzw. -analyse anwenden (5.4)
<p>Bezug zu grundlegenden Wissensbeständen:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Eigenschaften und Funktionsweisen digitaler Endgeräte – digitale Aufnahme- bzw. Messverfahren – Gestaltungskriterien für Videoproduktionen: Musik, Aufstellungsformen, Kameraeinstellungen, Kameraperspektive (SJG 8-10) – Recht an personenbezogenen Daten, Datenschutz

2. Anregungen und Hinweise zum unterrichtlichen Einsatz

- Schülerinnen und Schüler erleben verschiedene Bewegungserfahrungen, wobei der Einsatz von digitalen Medien der eigenen Bewegungsanalyse dient
- dabei wird der Umgang mit den Endgeräten nicht im Sportunterricht eingeführt, sondern angewendet und geübt
- als Differenzierungsmöglichkeiten dienen farbliche Kennzeichnungen verschiedener von der Lehrkraft festgelegter Schwierigkeitsgrade (grün-gelb-rot), sodass die individuellen Voraussetzungen der Schülerinnen und Schüler berücksichtigt werden

¹ Davon abhängig, ob Lern- oder Testaufgabe entwickelt wurde.

- Schülerinnen und Schüler entscheiden sich nach eigenem Ermessen für einen Schwierigkeitsgrad
- je nach Länge der Sequenz sowie individueller Voraussetzungen kann eine 4. Stufe, im Schwierigkeitsgrad noch über rot liegend, angebahnt werden dabei werden die Schülerinnen und Schüler selbst kreativ tätig und entwickeln (in Absprache mit der Lehrkraft) eigene Parkour-Übungen.
- das Einstudieren der Übungen ist für zwei Doppelstunden angelegt
- für Bewegungsvorstellungen stehen Leitvideos sowie Bewegungsbeschreibungen zur Verfügung (über emuCloud)
- Stationen sind den Gegebenheiten (z. B. Klassenstärke) und der Ausstattung der Sporthalle anzupassen, eine Auswahl ist zu treffen
- Stationsarbeit kann um den Einsatz von Fitnessübungen erweitert werden, um intensive Bewegungszeit zu gewährleisten
- Gruppenstärke wird mit 2 - 3 Schülerinnen und Schüler empfohlen, um die Bewegungszeit intensiv zu gestalten
- Smartphones oder Videoaufzeichnungsgeräte werden im Idealfall durch die Schule zur Verfügung gestellt
- werden Smartphones/Tablets der Schülerinnen und Schüler genutzt, ist die Erlaubnis der Eltern einzuholen (Verweis auf Lehrplan)
- um die Kontrolle über die eigenen Daten zu sichern, ist es empfehlenswert, die Übungen jeweils mit dem eigenen Endgerät aufnehmen zu lassen
- die Schülerinnen und Schüler sollten sensibilisiert und belehrt werden, mit den eigenen Daten und den Daten ihrer Mitschüler sorgsam umzugehen sowie die Persönlichkeitsrechte zu wahren. Sie dürfen lediglich für die Umsetzung der Aufgabe genutzt werden.
- Hausaufgabe für die Schülerinnen und Schüler im Vorfeld: Herunterladen der digitalen Stationskarten/ Leitvideos, z. B. über emuCloud)
- Hausaufgabe für die Schülerinnen und Schüler im Nachhinein: Videos für Lehrkraft bearbeiten und zur Verfügung stellen

3. Mögliche Probleme der Umsetzung

- es empfiehlt sich, den Schülerinnen und Schüler einen Hallenaufbauplan auszuhändigen, um eine Orientierung über die Stationen zu erhalten
- Ausstattung der Sporthalle ist vorher zu prüfen, da eine Vielzahl verschiedener Geräte benötigt wird
- Möglichkeit der Mehrfachverwendung einzelner Geräte besteht und sollte genutzt werden

- Umgang mit Endgerät sollte bekannt sein (Erstellung eines Ordners, Umbenennen einer Datei), da Bewegungszeit sonst verkürzt würde
- mehrfaches Hinweisen auf konkrete Anzahl der Wiederholungen sollte erfolgen
- Rhythmisierung von Übungszeit und Videoaufnahme sollte durch Lehrkraft getätigt werden
- dauerhafter Hinweis, dass je Station nur 1 Video aufgenommen wird
→ von dem Schwierigkeitsgrad, der am besten gelingt
- Schülerinnen und Schüler zum sofortigen Löschen von misslungenen Videos aufrufen, um Überblick nicht zu verlieren
- Stationen sollten so aufgebaut sein, dass sie am Ende hintereinander "im Fluss" absolviert werden können

4. Variationsmöglichkeiten

Diese Aufgabe kann als Bewertungsaufgabe gestellt werden.

Die Differenzierung erfolgt durch verschiedene Schwierigkeitsstufen, erkennbar an der Farbgebung: grün - orange - rot

Die Leistungsbewertung würde dabei neben dem Bewegungsfluss und der Qualität der Ausführung eine Punktvergabe berücksichtigen:

rot = 3, orange = 2, grün = 1 Punkt

5. Lösungserwartungen

- Schülerinnen und Schüler absolvieren die einzelnen Stationen zielgerichtet
- Schülerinnen und Schüler erfassen ihr Ergebnis digital
- Schülerinnen und Schüler vergleichen ihr Ergebnis mit den Beobachtungsschwerpunkten
- Schülerinnen und Schüler reflektieren ihr Ergebnis und verbessern es

Arbeitsblatt

Station	Schwierigkeitsgrad?		Beobachtungsschwerpunkte			
Lazy Vault	Grün		Einbeiniger kräftiger Absprung		Fließende Bewegung	
	Orange					
Dropping	Grün		Kräftiger Absprung, Knie bewusst nach oben ziehen		Beidbeinige sichere Landung	
	Orange					
	Rot					
Parkour-Rolle	Grün		Schräg über die Schulter abrollen		Zeitgleiches Aufsetzen von Stützhand und Unterarm	
	Orange					
	Rot					
Gap Jump	Grün		Einbeiniger Absprung		Beidbeinige sichere Landung	
	Orange					
	Rot					
Drop Jump	Grün		Flüssiger Bewegungsablauf		Beidbeinige sichere Landung	
	Orange					
	Rot					
TicTac	Orange		Kräftiger, einbeiniger Absprung		Kräftiges abdrücken von der Wand	
	Rot					
Cat Leap	Grün		Sicheres Greifen der Hände und Füße ohne abrutschen		Sichtbare Flugphase	
	Orange					
	Rot					
Hocke	Grün		Fester stabiler Stützgriff mit beiden Händen		Beidbeiniger Absprung und Landung	
	Orange					
	Rot		Weite Flugphase		Beidbeinige sichere Landung	