

# Zirkusprojekt in der Unterstufe – eine kleine Handreichung

zusammengestellt von R. Matthäus



1. **Clowns-Nr.1:** Begrüßung durch die 'Putzkolonne'
2. **Eröffnung durch die Klasse 6e:**  
*Fluch der Karibik – Auf die Plätze, fertig, los !!!!!*
3. **Bändervorführung:**  
Bänder flattern, kreisen, schwingen
4. **Steppin out**  
*Steppen mit und ohne Musik*
5. **Einrad:**  
Auf einem Rad – die Faszination des Gleichgewichts
6. **Clowns-Nr.2:** 'Nicht nur putzig - auch dekorativ!' - Eine absolute Luft(ballon)nummer
7. **Minitrampolin:**  
Der Schwerkraft entfliehen – Sprünge in die Höhe
8. **Double dutch und Rope skipping:**  
Schnelligkeit und Rhythmus mit dem Seil
9. **Pyramiden:**  
Nicht die aus Ägypten, aber ähnlich
10. **Clowns-Nr.3:** 'Jonglage - das können wir am allerbesten!'
11. **Balancieren und Jonglieren:**  
Die Kunst, Geräte und sich im Gleichgewicht zu halten
12. **Bodenturnen:**  
Roller und Räder in schneller Folge
13. **Kastenturnen:**  
Über den Kasten von allen Seiten
14. **Rhönrad:**  
Das Riesenrad der Kirmes - auch ein Sportgerät?
15. **Clowns-Nr.4:** Abschied durch die 'Putzkolonne'
16. **Finale:** Vom Tanz mit Franz und Viktoria (Gastauftritt) zum Klasse(n) - Tanz

## **Inhalt**

S. 3 UV-Übersicht: **Bewegungs-, Zirkus- und Varieteekünste entwickeln und präsentieren**

*Beispiel für: Progression in der Sek. I*

S. 4 UV-Übersicht: **Bewegungs- und Zirkuskünste entwickeln und präsentieren**

*Beispiel für: UV in der Unterstufe (Doppeljahrgang 5-6)*

S. 5 / 6 **Einzelne Inhalte im Zirkusprojekt**

*Beispiele aus den Inhalten:*

- *Bodenturnen und Akrobatik*
- *Bänder*

*Kooperatives Lernen am Beispiel Bänder*

- *Kastenturnen*
- *Minitrampolin*
- *Teller*
- *Tücher*

S. 7 / 8 / 9 UV-Übersicht: **Einradfahren – eine besondere Herausforderung an das dynamische Gleichgewicht und die Bewegungssteuerung**

*Beispiel für:*

***Selbstständiges Lernen und Üben***

- *Schritte beim Erlernen des Einradfahrens*
- *Plakate für das UV Einradfahren Thema „Üben“*

S. 10 / 11 **Üben und Reflektion**

*Beispiel:*

*Übungstagebuch*

*Übungstagebuch und Aufgabenbreichen*

*Reflexionsbogen*

S. 12 **Schülerbeteiligung bei der Projektplanung**

*Beispiel:*

S. 13 *Entwicklungsstand des Zirkusprojektes*

*Beispiel:*

*Beobachtungsbogen*

*Beispiel:*

S. 14 *Abschlussbewertung des Zirkusprojektes*

S. 15 **Kompetenzentwicklung**

*Beispiele aus:*

*Turnen*

*Trampolin*

*Akrobatik*

*Tanz*

S. 16 **Leistungsanforderungen und Benotung**

*Überblick*

S. 17 / 21 **Gelingensfaktoren (nach Reckermann)**

1. *Positive Lehrerpersönlichkeit*
2. *Klare Strukturierung des Lehr- und Lernprozesses*
3. *Intensive Bewegungszeit mit kausalem Theorie-Praxis-Bezug*
4. *Sachgerechter Organisationsrahmen*
5. *Stimmigkeit der Ziel-, Inhalts- und Methodenentscheidungen*
6. *Methodenvielfalt*
7. *Individuelles Fördern*
8. *Regelmäßige Nutzung von Schüler-Feedback*
9. *Förderung der Selbstständigkeit/Handlungsfähigkeit*
10. *Klare Leistungserwartungen und –kontrollen*

## Inhaltsbereich 5

### Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

#### Unterrichtsvorhaben : **Bewegungs-, Zirkus- und Varieteekünste entwickeln und präsentieren**

Der Teilbereich Bewegungskünste spricht Jungen und Mädchen gleichermaßen positiv an. Die meisten Kinder und Jugendlichen haben Zirkusveranstaltungen schon gesehen oder sind in der Grundschule in kleinen Zirkusaufführungen aufgetreten. Die Vielfalt der Materialien und Darstellungsmöglichkeiten auf verschiedenen Könnensstufen bietet allen Schülerinnen und Schülern gute Zugänge zu diesem Thema. Im Vordergrund dieses Unterrichtsvorhabens steht die pädagogische Perspektive des Körperausdrucks und der Bewegungsgestaltung. Der expressive Aspekt zielt auf Präsentation, die im Rahmen von Sportunterricht, aber auch als schulöffentliche Zirkus- oder Varieteeveranstaltung angesiedelt sein kann. Dieses Vorhaben kann ein Baustein der schulischen Fest- und Spielkultur im Schulprogramm sein. Die Zusammenarbeit mit den Fächern Deutsch, Kunst, Musik und Technik ist möglich. Für dieses Unterrichtsvorhaben ist die Projektarbeit besonders geeignet.

Themen - Inhalte	Didaktische Hinweise
<p><b><i>Vielfältiges Jonglieren, Balancieren und Gleichgewicht halten mit unterschiedlichen Materialien üben , gestalten, präsentieren. (5. und 6. Jg.)</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jonglieren mit Tüchern, Bällen, Keulen, Fackeln, Kästen und anderen Geräten</li> <li>• Balancieren von Gegenständen, Tellern, Stäben</li> <li>• Seilspringen: Doubledutch, Ropeskipping</li> <li>• Schwingen und Kreisen von Ringen, Reifen, Bändern</li> <li>• Balancieren auf Gegenständen: Rollen, Walzen, Bällen, Stelzen, Balken, Steg, Seil, Schlappeil , Rola Rola</li> <li>• Fahren mit Pedalos, Einrädern, Rhönrädern</li> <li>• Kombination von Jonglieren und Balancieren</li> </ul> <p><b><i>Bewegungskünste mit dem eigenen Körper, dem Partner vielfältig ausdrücken und präsentieren. (7. und 8. Jg.)</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsgeschichten entfalten mit ungewohnten Materialien (Stuhl, Stab, Zeitung...).</li> <li>• Bewegungsgeschichten entwickeln auf der Basis von Literaturvorlagen oder Musik</li> <li>• Fußtheater</li> <li>• Clownsummern allein oder mit einem Partner</li> <li>• pantomimische Szenen z. B. Gemütszustände, Sprichwörter, Szenen aus dem Alltag, Sport, Film darstellen</li> <li>• Bodenakrobatik mit dem Partner, Pyramidenbau in Gruppen</li> <li>• Bewegungstheater (Darstellen von Maschinen, Fließbänder, Skulpturen usw.)</li> </ul> <p><b><i>Bewegungskünste im Stile einer Varieteeaufführung entwickeln und präsentieren (9. und 10. Jg.)</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jonglieren und Balancieren festigen und erweitern</li> <li>• Akrobatik</li> <li>• Tanzchoreographien (Streetdance, Rap usw.)</li> <li>• Zauberkünste</li> <li>• Schwarzlichttheater</li> <li>• Play-back-Schau</li> </ul>	<p>Die ungewohnten Jongliergeräte haben anfänglich einen hohen Aufforderungscharakter für die Schülerinnen und Schüler. Schnelle Lernerfolge sind aber die Ausnahme, so dass die Geräte wieder häufig beiseite gelegt werden. Um eine langfristige Übungsmotivation zu erreichen, ist es notwendig, nach einer allgemeinen Einführung, besonders individuelle Hilfen anzubieten. Übungsmöglichkeiten auch außerhalb des Sportunterrichts anbieten, wie z. B. Jongliermaterialien in der Spielausgabe oder in der Klassenkiste . Jongliermaterialien können auch im Rahmen von Projekttagen oder im Technikunterricht selbst angefertigt werden.</p> <p>Wird der Körper zum Ausdrucksmedium, ist es unverzichtbar, die Grundlagen von Körperspannung, Isolation, Gestik und Mimik zu erarbeiten. Bei der Auswahl der Bewegungskünste ist die geschlechtsspezifische Interessenlage der Schülerinnen und Schüler zu beachten. Je nach Lerngruppe und Lerninhalt ist eine phasenweise Trennung von Jungen und Mädchen zu überlegen. Diese unterrichtsorganisatorische Maßnahme sollte aber mit den Schülerinnen und Schüler problematisiert und gemeinschaftlich entschieden werden.</p> <p>In diesem Unterrichtsvorhaben sollen die Bewegungskünste wieder aufgegriffen und erweitert werden. Die Darstellungsform wird altersgemäß entwickelt. Schülerinnen und Schüler können ihre Tanz- und Bewegungserfahrungen , ihre Musik- und Modetrends mit einbringen.</p>

Unterrichtsvorhaben: **Bewegungs- und Zirkuskünste entwickeln und präsentieren**

Der Teilbereich Bewegungskünste spricht Jungen und Mädchen gleichermaßen positiv an. Die Vielfalt der Materialien und Darstellungsmöglichkeiten auf verschiedenen Könnensstufen bietet allen Schülerinnen und Schülern gute Zugänge zu diesem Thema. Im Vordergrund dieses Unterrichtsvorhabens stehen die pädagogischen Perspektiven „**Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern**“ und „**sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten**“. Im 5. Schuljahr werden die Grundlagen der Bewegungs- und Zirkuskünste gelegt. Im 6. Schuljahr wird dann eine Präsentation vor Eltern und Mitschüler/innen erarbeitet. Die Zusammenarbeit mit den Fächern Deutsch, Kunst, Musik und Technik ist möglich.

Das Unterrichtsvorhaben ist im 5. Schuljahr auf 5 Doppelstunden geplant.

Aufgaben/Inhalte	Didaktische Hinweise
<p><b><i>Vielfältiges Jonglieren, Balancieren mit unterschiedlichen Materialien üben, gestalten, präsentieren.</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jonglieren mit Tüchern, Bällen, Keulen, Ringen</li> <li>• Balancieren von Gegenständen, Tellern, Stäben</li> <li>• Balancieren auf Gegenständen: Rollen, Walzen, Bällen, Stelzen, Balken, Steg, Seil, Schlappseil, Rola Rola</li> <li>• Fahren mit Pedalos, Einrädern, Rhönrädern                         <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kombination von Jonglieren und Balancieren</li> </ul> </li> </ul> <p><b><i>Bewegungskünste mit dem eigenen Körper, dem Partner vielfältig ausdrücken und präsentieren</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bodenakrobatik mit dem Partner, Pyramidenbau in Gruppen</li> <li>• Bewegungstheater (Darstellen von Maschinen, Fließbänder, Skulpturen usw.)</li> <li>• Clownsnummern allein oder mit einem Partner</li> </ul>	<p>Jonglieren und Balancieren erfordern viel Konzentrations- und Koordinationsfähigkeit. Viele kurze Übungsphasen sollten deshalb im Sportunterricht aber auch außerhalb (z.B. in Pausen) angeboten werden. Verschiedene Materialien und differenzierte Leistungsanforderungen erhalten die Motivation zum beharrlichen Üben. Sich gegenseitig kleine Jongliererfolge zeigen, Lernen durch Vor- und Nachmachen fördern die Selbständigkeit der Schülerinnen und Schüler.</p> <p>Sinnvolle methodische Vorgehensweisen sind: Vom Leichten zum Schweren, vom Einfachen zum Zusammengesetzten, wobei die helfende Unterstützung durch Helfer oder Geräte langsam abgebaut wird. Die akrobatischen Figuren sollen in ruhiger Atmosphäre mit langsamen, vorsichtigen Bewegungen und vorheriger Absprache aufgebaut und abgebaut werden. Spezielle Haltegriffe müssen eingeübt werden. Genaue Absprachen über alle Körperbereiche, die belastet oder nicht belastet werden dürfen, sind vor dem Üben zu treffen.</p> <p><b>Bewertungskriterien:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lernbereitschaft (sich auf neue Dinge einzulassen)</li> <li>• Lernanstrengung (üben bis ein Kunststück gelingt)</li> <li>• Erlernte Kunststücke präsentieren können</li> <li>• In Gruppenaufgaben kooperieren können</li> </ul>

## **Bodenturnen und Akrobatik**

- Einmarsch/Einlaufen auf die Bühne
- Rolle vorwärts, Strecksprung, Rolle vorwärts, Strecksprung zu zweit
- Pyramiden mit zwei Menschen
- Rolle durch einen Reifen/ über ein Hindernis
- Pyramiden mit 3 Menschen
- Räder, Rollen, Doppelrollen
- Pyramiden mit vielen Menschen
- Handstandabrollen mit und ohne Hilfe
- Bild mit vielen Kopfständen und Vortreten zur Verabschiedung
- Ausmarsch/Auslaufen

## **Bänder**

- Auf die Bühne laufen
- Aufstellung einnehmen
- 8 X Schwingen vor und zurück
- Spirale, Laufen im Kreis
- 8x Kreisen
- 8x Kreisen in der Achtform
- Schlange 4 Schritte zurück, 4 Schritte Fahne nach vorne
- 8 Kreisen über Kopf und in die Hocke
- Verabschieden und von der Bühne laufen

## **Kooperatives Lernen**

### **Indikatoren mit Bezug zum Zirkusprojekt zum Beispiel: Bandgestaltung**

Aufgabenstellung verständlich	Verschiedenen Bewegungstechniken des Bandes und verschiedene Raumwege demonstriert und erklärt. Zählweise abgesprochen Aufgabe: 6 Bandtechniken mit verschiedenen Raumwegen kombinieren.
Rollen und Funktionen in der Gruppe verteilen	Wer zählt an? Wer kümmert sich um den Zustand und die Lagerung der Bänder? Wer besorgt Musik? Wer schreibt Choreographie auf? Wer gibt Feedback? Wer achtet auf den Zeitplan?
Jedes Gruppenmitglied befasst sich mit der Aufgabenstellung.	Ist auch in Zweiergruppen möglich.
Lösungsvorschläge der Gruppenmitglieder werden vorgetragen. Gruppe trifft eine Entscheidung über den geeignetsten Vorschlag.	Erarbeiten eine Reihenfolge der Schlagtechniken und der Raumwege.
Reflektieren das Gruppenarbeitsergebnis	Üben die ganze Choreographie. Einzelne Gruppenmitglieder schauen sich die Vorführung „von außen“ an.
Gruppe kennt die Bewertungskriterien der Bandvorführung	1. Technische Ausführung (z. B. Bandführung, Bewegungsweite, Einsatz des freien Arms) 2. Gruppenrhythmus
Gruppenmitglieder halten sich an die Regeln des respektvollen Umgangs und der Kommunikation in der Gruppe.	Lösen gruppenspezifische Probleme vorrangig untereinander. Verlassen bei Frustration nicht die Gruppe.
Akzeptieren die Stärken und Schwächen der Gruppenmitglieder	

## **Kastenturnen**

*von der schmalen Seite*

- auf den Kasten hocken und Streck sprung herunter, Auf dem Rückweg Rolle vorwärts auf der Matte
- mit dem Bauch über den Kasten rutschen und abrollen
- Rolle vorwärts auf dem Kasten
- aufhocken und abgrätschen
- 1. Pyramide um und auf dem Kasten

*von der breiten Seite*

- aufhocken und mit Streck sprung herunter
- Bauchlage auf den Kasten, Handstand abrollen
- Hockwende
- aufknien und herunterspringen
- 2. Pyramide um und auf dem Kasten

## **Minitrampolin**

- Streck sprung
- Streck sprung Rolle vorwärts
- Streck sprung halbe Drehung Rolle rückwärts
- Hock sprung
- seitlicher Hock sprung über Pappkästen
- Grätschwinkelsprung
- Grätsch sprung über Person oder Bock
- Flugrolle vorwärts
- Flugrolle über Pappkästen
- Salto (über Schnur)
- Flugrolle durch Reifen

## **Teller**

Einlaufen, ausrichten zum Publikum, Geräte hochhalten, alle treten zurück und drehen ihre Teller an, wer sein Teller zum Drehen gebracht hat tritt vor

- Teller auf dem Finger jonglieren
- Teller auf dem Kinn jonglieren
- Teller vom Stab auf den Finger nehmen
- Teller um den Körper führen
- mit Teller hinsetzen und aufstehen
- mit Teller Rolle rückwärts
- Teller auf dem unteren Ende des Stabes auffangen
- Teller werfen
- Teller auf dem Finger um den Körper führen
- Teller unter dem Arm durch , unter dem Bein durch
- zu zweit: zuwerfen Trommelwirbel
- Teller drehen und Hula Hup

## **Tücher**

Einlaufen, Tücher schwenken

Halbkreis, Akteure treten vor, alle anderen jonglieren mit 2 Tüchern

- Jonglage mit drei Tüchern
- eine jongliert - eine zweite übernimmt die Tücher
- Jonglieren vom Stand in die Knie
- Kreisjonglage
- Verabschieden und auslaufen

## **Einradfahren – eine besondere Herausforderung an das dynamische Gleichgewicht und die Bewegungssteuerung**

Im neuen Lehrplan Sport ist der Inhaltsbereich 8 nicht nur eine Legitimation für Schulen, die immer schon Rollsport/Bootsport oder Wintersport betrieben haben, sondern auch eine Aufforderung, diese sportlichen Inhalte in die alltägliche Unterrichtspraxis einzubringen. Bei kritischer Reflexion der Möglichkeiten, auch unter dem Aspekt der Sicherheit, bleiben letztlich wenige Sportgeräte übrig. Das Einrad scheint zur Zeit eine dieser Möglichkeiten zu sein. In diesem ca. sechsstündigen Unterrichtsvorhaben geht es um die Einführung in das Einradfahren. Da vermutlich wenige Schülerinnen und Schüler eine Vorerfahrung mit diesem Sportgerät haben und jeder seinen individuellen Lern- und Übungsweg gehen muss, **kann hier exemplarisch das Thema des selbstständigen Übens im Vordergrund stehen.** Somit wird in diesem UV die **Leistungsperspektive** in besonderer Weise thematisiert. Das UV ist in allen Jahrgangsstufen der Sek. I möglich.

Aufgaben/ Inhalte	Didaktische Hinweise
<p><i>Einführung in das Einradfahren</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Sicherheitsaspekte kennen lernen</li><li>• technische Hinweise für die individuelle Benutzung kennen lernen</li><li>• Geräte zur Vorübung vorstellen</li><li>• Erste Übungsstationen erklären und aufbauen</li></ul>	<p>Demonstration des Auf- und Abstiegs Umgang mit Schnellspanner zur Einstellung der Sattelhöhe, wo ist vorne und hinten? Luftdruck? weitere Geräte sind z. B. verschiedene Pedalos siehe Lernprotokoll</p>
<p><i>Einführung in die Thematik Üben und Lernen</i> Nach einer ersten Übungsphase werden anhand der Plakatinhalte vom Lernen und Üben die ersten Erfahrungen mit der Theorie verglichen. Erläuterungen zum persönlichen Lernprotokoll</p>	<p><i>Plakate zum Thema aus „Schulbuch Sport“</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Lernplakat</li><li>• allgemeine Tipps zum Üben</li><li>• spezielle Tipps zum Üben auf dem Einrad</li></ul>
<p><i>Selbstständiges Üben (auch in Kleingruppen) an verschiedenen Lernstationen je nach Leistungsstand</i> (Die weiteren Stunden sind durch Reflexionsphasen am Anfang und Ende der Stunde und dem selbstständigen Üben an den Stationen strukturiert)</p>	<p>Schüler/inne bekommen ihr Lernprotokolle</p>
<p><i>Lernkontrolle und Bewertungsdiskussion</i> (Unterrichtsgespräch über diese Thematik findet in der 2. oder 3. Stunde statt - nicht am Ende!)</p>	<p><i>Lehrer/in berät Schüler/in anhand des Lernprotokolls.</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Bisheriger Lernfortschritt,</li><li>• Übungslust oder Übungsfrust,</li><li>• weitere Planung im Lern- und Übungsprozess</li><li>• individuelle Zielperspektive?</li></ul> <p><b>Formen der Lernkontrolle:</b> durch Lernprotokoll, Gegenzeichnen durch Mitschüler, durch Vorzeigen beim Lehrer oder der Gruppe?</p> <p><i>Bewertungsmaßstäbe:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• individueller Lernfortschritt (individuelle Bezugsnorm)</li><li>• Vergleich mit den anderen in der Klasse (soziale Bezugsnorm)</li><li>• Intensität des selbstständigen Übens</li></ul>

## Schritte beim Erlernen des Einradfahrens

Auf dem großen Pedalo fahren können	☹	☺	☺
Auf dem schmalen Pedalo fahren können			
Auf dem Trickrad fahren können			
Auf dem Skatebike fahren können			
Aufsteigen aufs Einrad zwischen zwei Kästen			
Aufsteigen im Türrahmen und im Stand mit den Pedalen leichte vorwärts und rückwärts Bewegungen durchführen			
Aufsteigen an der Wand und an der Wand abstützend einen Meter fahren			
Aufsteigen und fahren mit Hilfe des Einkaufswagens			
Aufsteigen und fahren mit Hilfe von zwei Mitschüler/innen			
Aufsteigen und fahren mit Hilfe eines Mitschülers			
Aufsteigen und fahren von Kasten zu Kasten frei			
Aufsteigen an der Wand und ein zwei Meter in die Halle fahren			
Aufsteigen an der Wand und quer durch die Halle fahren			
Aufsteigen ohne Hilfen und einige Meter fahren können			
Fahren können und gewollt die Richtung ändern können			
Fahren können und einen Ball halten können			
Fahren können mit einem Partner zusammen			
Rückwärtsfahren an der Wand			
Rückwärtsfahren mit dem Einkaufswagen			
Rückwärtsfahren mit einem Partner der vorwärts fährt			
Rückwärtsfahren wenige Meter			

### Selbstreguliertes Lernen

Kriterium: Die Schülerinnen und Schüler sind in der Lage, ihr Lernen selbst zu regulieren.

Indikatoren mit Bezug zum Zirkusprojekt zum Beispiel: Einradfahren

Klärung der Aufgabestellung	Was ist beim Einradfahren zu beachten z. B. Höhe des Sattels, Sicherheit beim Aufsteigen und Absteigen usw.
Suchen sich nach der Methode „vom Einfachen zum Schweren“ die für sie angemessene Anfangsaufgabe heraus.	Siehe Arbeitsplan
Bewerten zwischendurch und abschließend die Qualität ihres Arbeitsprozesses	Anhand des Arbeitsplans und im Reflexionskreis
Können ihre Fehler analysieren und aus ihnen lernen.	Reflexion in der Partnerarbeit
Können ihre Arbeit zielstrebig organisieren.	Pflege, Lagerung und Gebrauch der Einräder, Einsatz von Geländehilfen und Hilfsmitteln
Sind in der Lage, ihre eigenen Stärken und Schwächen einzuschätzen.	Üben effektiv und geben nicht auf !!!!
Können sich selbst Ziele setzen, um sich zu verbessern.	Mit Hilfe des Arbeitsplans



# Plakate für das UV Einradfahren Thema „Üben“

## Fragen zum Üben

- Was kennzeichnet richtiges Üben?
- Wie kann man sich zum Üben motivieren?
- Welche Ziele sollte man sich für das Üben setzen?
- Wie schafft man die richtige Atmosphäre zum Üben?

Wie übt man effektiv und erfolgreich?

## Wichtige Regeln richtigen Übens

- Nimm dir nicht zu viel vor. Setze dir Zwischenziele.
- Mache Pausen zur Erholung
- Sorge für Abwechslung beim Üben
- Gib nicht zu früh auf, verfolge dein Ziel beharrlich und übe dich in Geduld

## Hinweise zum Einradfahren

- „Fahre wie ein König, nicht wie ein Knecht!“
- „Sitze gerade auf dem Rad! Schiebe die Hüfte vor!“
- „Lehne dich leicht nach vorn beim Fahren!“




„Spüre dein Gewicht beim Fahren mal auf den Beinen, mal auf dem Hintern.“

## Einfache Regeln für das Bewegungslernen

- Lasse es deinen Körper machen, probiere nicht mit Gewalt.
- Erfolg ist wichtig, nimm dir deshalb nicht zu viel vor.
- Nachempfinden von gekonnten Bewegungen anderer ist ebenso wichtig.
- Ermüdung und Unkonzentriertheit erschweren das Lernen. Pausen sind wichtig.
- Neu Gelerntes muss gesichert werden. Übe abwechslungsreich und unter veränderten Bedingungen.

# Üben und Reflektion

## Trainingsplan (Zirkusprojekt) für

Datum	Inhalt	Übungsfortschritt		
				

Mein Projekttagbuch:

### Zirkusprojekt Schariwari

Name:.....

Ich gestalte folgende Aufführungen mit:

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....
- 5.....

Deinen Übungseinsatz kannst du mit + 0 - bewerten.

Ich habe etwas Neues gelernt \*

Datum	Inhalt	Bewertung

# Üben für das Zirkusprojekt

Name.....

## Befragung und Selbsteinschätzung

In den unten aufgeführten Sportbereichen habe ich in den letzten 10 Wochen

nicht geübt	einige Übungen ausprobiert	hin und wieder geübt	regelmäßig geübt, wenn es möglich war
1	2	3	4

Band	Seil	Jonglage Tücher Teller	Trampolin	Ringe	Tanz	Einrad	Reifen	Kasten		

In den folgenden Bereichen habe ich mich durch Üben

nicht verbessert	etwas verbessert	deutlich verbessert
1	2	3

Band	Seil	Jonglage	Trampolin	Ringe	Tanz	Einrad	Reifen	Kasten		

Das Üben ist nicht nur von dem eigenen Übungsfleiß abhängig. Welche Rolle spielen z. B.:

	keine Rolle	geringe Rolle	große Rolle
Die geringe Übungszeit			
Die Gruppenzusammensetzung			
Das Verhalten des Lehrers			
Die Möglichkeiten der Mitgestaltung			

Das Sportprojekt „Sportschau“ finde ich:

sehr gut	gut	geht so	nicht so gut	schlecht

Kurze Begründung:

.....

.....

.....

Insgesamt halte ich meine Übungsleistung im Klassenvergleich für:

ausreichend	befriedigend	gut	sehr gut

# Schülerbeteiligung bei der Projektplanung

Entwicklungsstand des Zirkusprojekts 6e

Aktivitäten	Organisation, Material	Verantwortlich
<b>Musikanlage und Lichtanlage</b>	GAFFA-Team ist bestellt	
<b>Theatervorhang</b>	Übungsvorhang vorhanden	
<b>Werbung</b> Zirkusplakate erstellen	Kunstlehrerin informieren	
<b>Ankündigung der Programmpunkte</b>	Flipchart und Blätter Jeder Aufführung hat ein Blatt und bekommt einen Luftballon	
<b>Name des Zirkus</b>		
<b>Kostüme:</b> schwarz weiß		
<b>Auf- und Abbau</b>		Luca, Alex, Thomas, Badi, Martin
<b>Zirkusprogramm erstellen und gestalten</b>	Wer, wann ???	
<b>Eröffnung</b>	Musik: Fluch der Karibik	alle
<b>Bändervorführung</b>	Muss noch geübt werden!!	
<b>Steppin out</b> Name des Programmpunktes Ankündigung	Musik auf Kassette Kokusnüsse ??? Wiederholen	
<b>Einrad</b> TN stehen fest Programm ist fast fertig Ankündigung? Name des Programmpunkts?	Musik: Nena Nr. 3 Schon gut geübt!!!	<b>Whitney</b> Kerstin, Vivian, Clarissa, Lukas B., Beyza, Jessica, Thomas
<b>Minitrampolin</b> Großer TN-Kreis Programm ist fertig Ankündigung ? Name des Programmpunkts Auf- und Abbau	Musik: Nr. 11 oder 7  2 Reifen	<b>Ozan</b> Badi, Thomas, Lukas F., Robin, Dilan, Lawan, Alex, Franci, Martin, Fatih, Emine
<b>Tanz (Standard und Latein)</b>	Musik wird mitgebracht	<b>Franz und Partnerin</b>
<b>Double dutch und Rope skipping</b> TN erst wenige Programm ist vorhanden Ankündigung Name des Programmpunkts	Musik Seile	<b>Jasmin</b> Michelle, Denis, Zozan, Beyza, Vivian, Whitney, Lawan
<b>Pyramiden</b> Programm ist vorhanden Ankündigung Name des Programm Auf- und Abbau	Musik Nr. 1 2 Großmatten	<b>Jessica</b> Kerstin, Clarissa, Jasmin, Beyza Robin, Lukas F. Fatih
<b>Balancieren und Jonglieren</b> TN: einige Interessenten Programm ist vorhanden Choreographie muss gestaltet werden Ankündigung Name des Programms	Musik Materialien vorhanden Kugel, Rolle, Zirkusrad, Wippe, Sitzbälle	<b>Pascal</b> , Emine, Luca, Lukas B. Robin, Roman, Lawan, Zozan, Dilan

	<b>Bodenturnen</b> TN mit turnerischen Fähigkeiten Programm ist vorhanden Ankündigung Name des Programms	Musik 2 Großmatten	<b>Badi und Ozan, Franci, Dilan, Thomas, Alex, Kerstin, Emine, Sozan, Fatih, Robin, Lukas F.</b>
	<b>Kastenturnen</b> Programm ist vorhanden Choreographie muss gestaltet werden Ankündigung Name des Programms	Musik 18	<b>Dilan, Ozan, Badi, Thomas, Lukas F. Robin, Lawan, Alex, Franci, Roman, Martin, Fatih</b>
	<b>Rhönrad</b>	Musik 1	<b>Vivian, Jessica, Whitney, Michelle</b>
	<b>Schlussbild</b>	Musik	alle

**persönlicher Arbeitsplan in den nächsten Wochen:**

<b>Was muss ich in der nächsten Zeit besonders üben? Welche Ziele setze ich mir?</b>	
<b>Welche Programmpunkte müssen in der nächsten Zeit vorrangig geübt werden?</b>	
<b>Welchen Beitrag kann ich leisten, um den Erfolg des Projekts zu erreichen?</b>	
<b>Welche Hilfen benötige ich?</b>	

**Beobachtungsbogen „Sportschau“**

Programmpunkt	<u>technische Ausführung</u> Bewegungsausführung beim Tanzen, Turnen, Jonglieren...	<u>gestalterische Ausführung</u> dynamischer Ablauf Auf und Abbau Aufstellung, Bewegungsrichtungen	<b>Gesamteindruck</b>

Das Zirkusprojekt: Eine Rückschau

*Schwerpunkt: Organisation, Inhalt*

**Wie ist es organisiert worden?**

**Was ist gemacht worden?**

**Welche Möglichkeiten der Teilhabe hatte ich?**

Ich fand an dem Zirkusprojekt gut, .....

Ich fand an dem Zirkusprojekt weniger gut,.....

*Schwerpunkt: Sozial- und Leistungsverhalten*

- **Selbstständigkeit,**
- **Kooperationsfähigkeit,**
- **Lern- und Leistungsbereitschaft**
- **Zuverlässigkeit**

Was nehme ich für mich aus der Arbeit am Zirkusprojekt mit?

Was ist mir schwer gefallen?

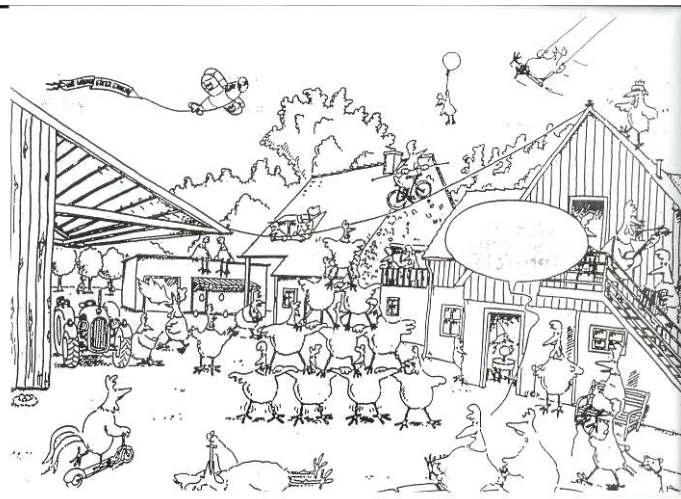
**Bewertung der Zirkusprogrammunkte ( Musik, Choreografie, Ausführung)**

	5	4	3	2	1
Eröffnung					
Bänder					
Steppin out					
Einrad					
Minitramp					
Seilspringen					
Pyramiden / Akrobatik					
Balancieren / Jonglieren					
Bodenturnen					
Kasten					
Rhönrad					
Schlussbild					
Clowns					
Pausencloawns					

**Mein Einsatz im Zirkusprojekt bewerte ich mit**

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Punkten

weil.....



Welches Huhn würde deiner Rolle im Zirkusprojekt entsprechen?  
Begründe !

## Kompetenzerwartungen

Kompetenzbereiche	Indikatoren
<p><b>Turnen</b></p> <p><b>Bodenturnen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rolle vorwärts,</li> <li>• Rolle rückwärts,</li> <li>• Handstandabrollen (mit Hilfe),</li> <li>• Rad</li> </ul> <p><b>Minitramp</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hocke.</li> <li>• Grätschwinkelsprung,</li> <li>• Flugrolle,</li> <li>• Salto</li> </ul>	<p>Im Bodenturnen sind motorische Vorerfahrungen zu erwarten.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Beim Bodenturnen muss Körperspannung sichtbar sein.</li> <li>• Die Bedeutung der konditionellen Bereiche wie Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Koordination für das Turnen müssen erkannt werden und dementsprechend geübt werden</li> <li>• Die Übung beginnt durch eine Auftaktbewegung und endet in einer Endposition</li> <li>• Die Hauptmerkmale der turnerischen Übungen müssen erkennbar sein</li> <li>• Schüler müsse Bewegungsmerkmale einer turnerischen Übung aufzählen können und im Bewegungssehen die Unterschiede zwischen einer gelungenen und nicht gelungenen Bewegungsausführung nennen können.</li> <li>• Kenntnisse über den sicherheitsgerechten Aufbau und Benutzung der Minitramps und Matten.</li> </ul>
<p><b>Pyramidenbau</b></p> <p>Die Schüler/innen sollen verschiedenen Pyramiden (2er, 3er, 4er, und Großpyramide) ausprobieren und zu einer Gestaltung zusammenstellen</p>	<p>Die Erarbeitung und Präsentation von Pyramiden ist vorrangig eine Gruppenleistung</p> <p>Es werden besonders Leistungen im Bereich des Kooperierens erwartet:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Absprachen treffen über die Auswahl der Pyramide,</li> <li>• Aufgabenverteilung innerhalb der Gruppe festlegen,</li> <li>• Kennen und Einhalten der Sicherheitsvorschriften,</li> <li>• Beobachtung und Beratung des Gruppenprozesses,</li> <li>• Umsetzung der Präsentationstechniken</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Tanz</b></li> </ul> <p>Vorgabe der Musik</p> <p>Vorgaben von Raumwegen, Rhythmus und Bewegungsebenen</p>	<p>Die Erarbeitung und Präsentation eines Tanzes ist eine Gruppenleistung</p> <p>Es werden besonders Leistungen im Bereich des Kooperierens erwartet:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Absprachen über Auswahl der Tanelemente</li> <li>• Kenntnisse über Gestaltungskriterien im Tanz wie: Bewegungsgenauigkeit, Bewegungsweite, Rhythmusicherheit, Präsentationstechniken (Kostüm, Aufstellung, Beginn und Ende),</li> <li>• Klärung und positive Mitwirkung von gruppendynamischen Problemen (Wer tanzt mit?)</li> </ul>
<p>Weitere Kompetenzen aus den Bereichen:</p> <p>Personale Kompetenz</p> <p>Sicherheitskompetenz</p> <p>Methodische Kompetenz</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Selbstständiges Üben in freien Übungsphasen</li> <li>• Erstellen eines persönlichen Leistungsprofils im konditionellen und technischen Bereich</li> <li>• Benennen von individuelle festgelegten Lernschritten</li> <li>• Nutzen von methodischen Hilfen beim Turnen wie: Geländehilfe</li> <li>• Aufteilung der turnerischen Bewegung in Teilsequenzen</li> <li>• Kenntnisse der Bewertung von turnerischen und tänzerischen Bewegungen</li> <li>• Einhalten der sicherheitsrelevanten Absprachen</li> <li>• Intervention bei Verstößen von Sicherheitsregeln</li> </ul>

## Fragestellung zu Leistungsanforderungen in Unterrichtsvorhaben

- Welche schulsportliche Leistungen ergeben sich aus den unterschiedlichen Perspektiven in den Unterrichtsvorhaben?
- Welche relevanten Beurteilungskriterien lassen sich aus den Unterrichtsvorhaben entnehmen?
- Welche unterschiedliche Niveaus können beschrieben werden?
- Welche Instrumente zur Erfassung der Leistung bieten sich an?

Leistungsanforderungen  
Unterrichtsvorhaben:

Inhalte	Zielsetzungen	Kompetenzen/ Schulsportliche Leistungen	Indikatoren
Sind im UV unter Aufgaben / Inhalte formulierten	Ergeben sich aus Aufgabenstellung und pädagogischer Perspektive	<p><b>Sportpraktische Kompetenz:</b> konditionelle und koordinative Fähigkeiten und das technische, taktische und kreativ-gestalterische Können</p> <p><b>Personale Kompetenz</b> Lernbereitschaft, Lernanstrengung, Selbstständigkeit und Selbsttätigkeit die Bereitschaft zur Übernahme von Verantwortung für das eigene Lernen</p> <p><b>Soziale Kompetenz</b> Hilfsbereitschaft Rücksichtnahme Kooperationsbereitschaft Fairness Toleranz Fähigkeit zur Konfliktbewältigung</p> <p><b>Kenntnisse</b></p>	<p>konkretes und beobachtbares motorisches Handeln, Verhalten oder verbales oder nonverbales Verhalten</p> <p>Indikatoren können für unterschiedliche Niveaus beschrieben werden</p>



# Gelingensfaktoren (nach Reckermann)

## 1. Die positive Lehrerpersönlichkeit

### *Definition:*

Eine Lehrerpersönlichkeit ist dann positiv, wenn sie ein hohes Maß an Sach- und Sozialkompetenz ausstrahlt. Diese Authentizität wirkt sich motivierend auf alle SchülerInnen aus und fördert sowohl den gesamten Lernprozess als auch die Freude am sportlichen Handeln.

### *Indikatoren:*

Die Lehrperson

- verfügt über ein großes Repertoire an Fähigkeiten und Kenntnissen,
- nimmt ihre Lerngruppen ernst, ohne den Humor zu vernachlässigen,
- ist sich ihrer Vorbildfunktion bewusst.

### *Ratschläge*

- Kleiden Sie sich dem Sportunterricht entsprechend und legen Sie Wert auf Pünktlichkeit.
- Reden Sie intensiv und empathisch mit den Lerngruppen.
- Nutzen Sie auch informelle Gespräche.
- Greifen Sie Vorschläge der Lerngruppe konstruktiv auf.
- Sie können nicht auf allen Gebieten fit sein, aber: Bilden Sie sich ständig fort.
- Zeigen Sie Humor, aber vermeiden Sie zuviel Ironie.

## 2. Klare Strukturierung des Lehr-Lernprozesses

### *Definition*

Unterricht ist dann klar strukturiert, wenn ein „roter Faden“ für alle Beteiligten jederzeit erkennbar ist.

### *Indikatoren:*

- Die Unterrichtsstunde ist transparent in den Gesamtzusammenhang eingebunden.
- Der grundsätzliche Verlauf der Stunde wird zu Beginn kurz erläutert.
- Die einzelnen Unterrichtsschritte bauen logisch aufeinander auf.
- Die Aktionsformen sind gut durchdacht und leiten zügig intensive Bewegungshandlungen ein.
- Theorie und Praxis erfahren einen erkennbaren Implikationszusammenhang.
- Alle benötigten Lernmaterialien werden rechtzeitig bereitgestellt.

### *Ratschläge:*

- Planen Sie Ihren Unterricht langfristig und binden Sie auch die SchülerInnen mit ein.
- Überlegen Sie sich die Aktionsformen genau, sie sind Schaltstellen der Stunde.
- Begründen Sie Ihre methodischen Schritte, das macht die Handlungen verständlicher.
- Runden Sie die Stunde in der Abschlussreflexion dadurch ab, dass Sie noch einmal auf die wesentlichen Aspekte (Ziele) der Stunde eingehen.

### 3. Intensive Bewegungszeit mit kausalem Theorie-Praxis-Bezug

#### *Definition*

Sportunterricht ist in erster Linie Bewegungszeit. Diese muss dem Lernziel angemessen intensiv sein, aber auch kognitiv eingebunden werden.

#### *Indikatoren:*

- Die SchülerInnen müssen immer wissen, warum sie etwas tun.
- Die Theoriezeit ist wichtig, sie darf jedoch nur so lange dauern, wie zur Vorbereitung der nächsten Bewegungsphase notwendig ist.
- Möglichst alle SchülerInnen sollen gleichzeitig in Bewegungsformen eingebunden sein.
- Theoriezeit ist auch Erholungszeit.

#### *Ratschläge:*

- Schaffen Sie die zeitlichen und räumlichen Voraussetzungen für intensive Bewegungshandlungen.
- Lassen Sie die SchülerInnen in den Theoriephasen bequem Platz nehmen und sorgen Sie für eine intime Gesprächsatmosphäre (alle müssen sich ansehen können).
- Lassen Sie in den Theoriephasen vor allem die SchülerInnen zu Wort kommen; moderieren Sie geschickt.

### 4. Sachgerechter Organisationsrahmen

#### *Definition:*

Ein Organisationsrahmen ist dann sachgerecht, wenn er

- Den zur Verfügung stehenden Raum optimal nutzt,
- Eine übersichtliche Materialecke besitzt,
- Alle Sicherheitsaspekte berücksichtigt,
- Gruppeneinteilungen ökonomisch gestaltet und
- Medien so einsetzt, dass sie den Lernprozess sinnvoll unterstützen.

#### *Indikatoren:*

- Das Unterrichtsgeschehen läuft weitgehend reibungslos ab, es entstehen keine unnötigen Pausen.
- Unfälle werden so weit wie möglich vermieden, Gefahrenstellen sind sachgerecht abgesichert.
- Die eingesetzten Medien sind angemessen und in ihrer Anzahl nicht überfrachtet.
- Die Gruppeneinteilungen funktionieren schnell, wenn möglich ritualisiert.
- Alle Anweisungen sind klar verständlich.
- Der gesamte Raum wird von der Lerngruppe angemessen genutzt.

#### *Ratschläge:*

- Setzen Sie Medien ein, die den Lernprozess sinnvoll unterstützen; vermeiden Sie eine Überforderung/Überfrachtung.
- Antizipieren Sie Gefahrenstellen und –momente; besprechen Sie diese mit den SchülerInnen.
- Bilden Sie überwiegend langfristige Gruppenkonstellationen, es sei denn, didaktische Überlegungen sprechen dagegen.
- Nutzen Sie vereinbarte Rituale, das schont die Stimme und ist viel ökonomischer.
- Beachten Sie den zur Verfügung stehenden Raum; je mehr Sie davon haben, desto größer wird der Bewegungsraum für die SchülerInnen.

## 5. Stimmigkeit der Ziel-, Inhalts- und Methodenentscheidungen

### *Definition*

Die Ziel-, Inhalts- und Methodenentscheidungen sind dann stimmig, wenn sie in einem klaren Kausalzusammenhang stehen. Wenn das vorher definierte Ziel erreicht wurde, war die Methode richtig.

### *Indikatoren:*

- Die Schüler machen das vom Lehrer formulierte Ziel zu ihrem eigenen.
- Form follows function; das bedeutet: Erst muss das Ziel (die didaktische Funktion) klar sein, danach fällt die Entscheidung für die Methode.
- Am Ende der Stunde ist das Ziel von allen/vielen erreicht.

### *Ratschläge:*

- Bringen Sie das Ziel der Stunde mit dem Könnenstand der Lerngruppe in Übereinstimmung.
- Die Ziele müssen erreichbar sein und einen angemessenen Reiz haben.
- Reflektieren Sie am Ende der Stunde mit der Lerngruppe über den Lernprozess.
- Nutzen Sie die Erkenntnisse der Stunde für die Planung der nächsten Einheit.

## 6. Methodenvielfalt

### *Definition:*

Methodenvielfalt liegt dann vor, wenn der Reichtum der verfügbaren Vermittlungstechniken sachdienlich genutzt wird. Die Entscheidung, welcher Vermittlungsansatz (induktiv oder deduktiv) gewählt wird, hängt von verschiedenen Faktoren ab (Sicherheitsaspekte, didaktische Intention, Alter und Fertigungs-/Wissensstand). Die Nutzung der Variationsbreite ist motivierend.

### *Indikatoren:*

- Die Entscheidung zum Vermittlungsansatz ermöglicht eine klare Bewegungsvorstellung für die SchülerInnen.
- Die Notwendigkeit einer ganzheitlichen (optisch-dynamischen) Bewegungsvorstellung wird erkannt und umgesetzt.
- Die methodischen Variationen sind der Sache und dem Lernprozess angemessen.

### *Ratschläge:*

- Probieren Sie vielfältige methodische Möglichkeiten aus und reflektieren Sie deren Erfolge; nur so können Sie auf Dauer situationsgerecht entscheiden.
- Bedenken Sie, dass die methodischen Entscheidungen einen didaktischen Bezug haben.

## 7. Individuelles Fördern

### *Definition:*

Individuelles Fördern ist dort gegeben, wo sich der Lehrer emotional dem Schüler zuwendet, wo er Lerngegenstandsdiagnosen für jeden Schüler erstellt und durch innere Differenzierung auf die individuellen Lernbedürfnisse und Interessen der Schüler eingeht.

### *Indikatoren:*

- Die methodischen Entscheidungen ermöglichen eine innere Differenzierung.
- Der Organisationsrahmen ist auf die unterschiedlichen Bedürfnisse der Lerngruppe abgestimmt.
- Die Aktionsformen lassen eine Individualisierung erkennen.
- Sowohl die schwächeren Schüler als auch die stärkeren werden differenziert gefördert.
- Alle Schüler werden ihren Fertigkeiten entsprechend angesprochen (z.B. in einem selbst gewählten Stationenbetrieb).

### *Ratschläge:*

- Arrangieren Sie den Unterricht so, dass unterschiedliche Schwierigkeitsgrade entstehen.
- Ermöglichen Sie Wiederholungen, Vertiefungen und Alternativen.
- Beachten Sie, dass von Ihnen festgelegte Gruppierungen einer Differenzierung/Individualisierung entgegenstehen können.

## 8. Regelmäßige Nutzung von Schüler-Feedback

### *Definition:*

Schüler-Feedback ist ein methodisch kontrolliertes Verfahren zur Qualitätssicherung im Unterricht durch die regelmäßige Nutzung von Schülerrückmeldungen zum Lernprozess und Lehrerverhalten.

### *Indikatoren:*

- In regelmäßigen Abständen werden schriftliche oder mündliche Feedback-Verfahren angewendet.
- Es muss (nicht immer) auch eine anonyme Evaluation stattfinden.
- Neben standardisierten Fragen muss auch Gelegenheit zur freien Meinungsäußerung gegeben sein.
- Die angesprochenen Ergebnisse müssen konstruktiv verarbeitet werden.

### *Ratschläge:*

- Nutzen Sie Feedbacks regelmäßig, z.B. einmal im Halbjahr oder nach jeder Unterrichtsreihe.
- Sprechen Sie mit den Schülern offen über die Ergebnisse.
- Stellen nicht nur Sie die Fragen, sondern lassen auch die Schüler entscheiden.

## 9. Förderung der Selbstständigkeit/Handlungsfähigkeit

### *Definition:*

Eine Handlungsfähigkeit ist dann erreicht, wenn die SchülerInnen in der Lage sind, ohne Lenkung von außen ihr sportliches Handeln selbst zu arrangieren.

### *Indikatoren:*

- Phasen des Unterrichts laufen auch ohne ständiges Eingreifen des Lehrers ab (z.B. Aufwärmarbeit, Aufbauarbeit, Spiele).
- Der Beginn des Unterrichts ist weitgehend ritualisiert (Ablegen von Schmuck, Sammeln zur Besprechung, Aufbau von Arrangements).
- Die Schüler sind in der Lage, selbstständig Gruppen nach festgelegten Kriterien zu bilden.
- Spiele laufen auch ohne das ständige Eingreifen des Lehrers regelgerecht ab.
- Die Schüler übernehmen festgelegte Rollen und Aufgaben (Schiedsgericht, Beobachtungen, Helfen und Sichern, Organisieren).
- Die methodischen Entscheidungen sind transparent

### *Ratschläge:*

- Selbstständigkeit unterliegt einem Lernprozess und muss deswegen methodisch erarbeitet werden.
- Selbstständigkeit muss auch geübt werden, indem die Kontrolle des Lehrers in ihrer Intensität variiert.
- Selbstständigkeit heißt auch Verantwortung zu übernehmen, darf aber die Schüler nicht überfordern; der Lehrer darf die Schüler nicht sich selbst überlassen.
- Nutzen Sie die Möglichkeit von Ritualen (Handzeichen, Regeln, Reizwörter).

## 10. Klare Leistungserwartungen und –kontrollen

### *Definition:*

*Leistungserwartungen* sind verbale und nonverbale Mitteilungen und Vereinbarungen über die Lernziele, die Aufgabenstellung und die Methoden des Unterrichts.

*Leistungskontrollen* sind vom Lehrer vorgegebene oder zwischen Lehrer und Schüler vereinbarte Verfahren der formellen und informellen Beurteilung des individuellen und kollektiven Lernfortschritts.

### *Indikatoren:*

- Die Leistungsanforderungen werden klar formuliert, eventuell auch mit den Schülern gemeinsam erarbeitet.
- Die Leistungen beziehen sich nicht nur auf motorische, sondern auch auf kognitive und sozial-affektive Dimensionen.