



 DIE AUTOREN



Stefan unterrichtet Sport und Biologie und ist stellvertretender Schulleiter einer neu gegründeten Gesamtschule. 2003 gründete er gemeinsam mit seiner Frau die Internet-Plattform „moderner-Unterricht.de“, dort wurde die Unterrichts-idee „nichts ist unmöglich“ bereits veröffentlicht. Die Idee wurde überarbeitet und jetzt auf WIMASU veröffentlicht.

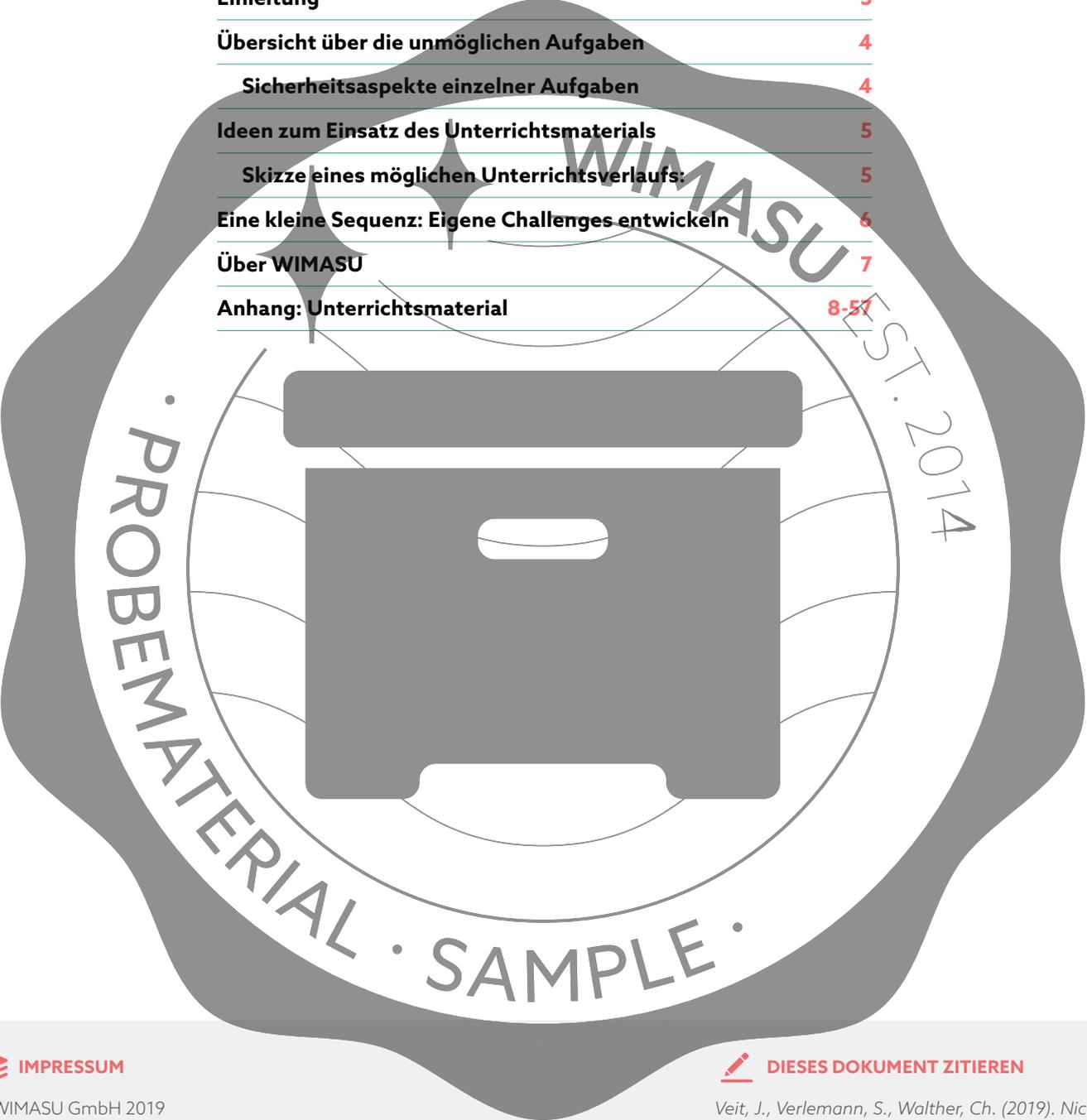


Co Autoren: Christoph und Janes haben die Idee getestet und um ein paar Ansätze ergänzt. Sie sind leidenschaftliche Sportlehrkräfte und Teil des WIMASU-Teams.

INHALT

Einleitung	3
Übersicht über die unmöglichen Aufgaben	4
Sicherheitsaspekte einzelner Aufgaben	4
Ideen zum Einsatz des Unterrichtsmaterials	5
Skizze eines möglichen Unterrichtsverlaufs:	5
Eine kleine Sequenz: Eigene Challenges entwickeln	6
Über WIMASU	7
Anhang: Unterrichtsmaterial	8-57

PROBEMATERIAL · SAMPLE ·



IMPRESSUM

© WIMASU GmbH 2019
Alle Rechte vorbehalten. Alle Nachdrucke und digitale Weitergabe nur mit ausdrücklicher schriftlicher Genehmigung.

<https://wimasu.de/shop/nichtsistunmoeglich>
1. Version

Idee: Stefan Verlemann
Autoren: J. Veit, S. Verlemann, Ch. Walther
Illustrationen: J. Schäfer, N. Matsuyama
Lektorat: Leif Boe

DIESES DOKUMENT ZITIEREN

Veit, J., Verlemann, S., Walther, Ch. (2019). Nichts ist unmöglich.
Eingeschränkter Zugriff am DATUM unter
<https://www.wimasu.de/shop/nichtsistunmoeglich>

EINLEITUNG

Das Unterrichtsmaterial „Nichts ist unmöglich“ beschäftigt sich mit Fragen des Sports – *ist das möglich? Kann das sein? Ist es nur Glück gewesen?*

Oft genug erleben wir als Zuschauer bzw. Zuschauerin Sportmomente, die wir nicht glauben können:

- ▶ **Schon wieder ein Freistoß in den Winkel?**
<https://www.youtube.com/watch?v=le-wtmcPgcw>
- **Hole-in-One**
<https://www.youtube.com/watch?v=iSxqp9rckGQ>
- **Buzzer Beater in der NBA**
<https://www.youtube.com/watch?v=QGGLH1EtA9Y>
- **Dart**
<https://www.youtube.com/watch?v=aYFU5acj2l4>
- **Biathlon Frauen: 5 aus 5 Treffer**
<https://youtu.be/GHXMChnmedY?t=25>

Hinter einem „Glückstreffer“ steht bei Leistungssportlerinnen und -sportlern häufig hartes und viel Training bzw. ein „langer Weg“. Dies könnte ein Reflexionsergebnis dieses „unmöglichen Unterrichtsmaterials“ sein.

Im Rahmen dieser Unterrichtsidee werden die Lernenden

in Situationen gebracht, in denen sie denken „das ist unmöglich“, aber durch häufiges Wiederholen entstehen erste Vorstellungen der Bewegung bzw. der Herausforderung und der Funke springt über... „es könnte doch gehen...!“. Und so wird es immer mehr Herausforderungen geben, die der eine oder die andere meistert.

Ziel dieser kleinen Unterrichtsidee ist es, die Schülerinnen und Schüler mit etwas mehr Mut als zuvor an die oftmals schier unmöglichen Herausforderungen des Schulalltages treten zu lassen: „You can do it, if you really want...!“

Das zugehörige Unterrichtsmaterial in Form von (unmöglichen) Aufgabenkarten ist differenziert aufgebaut, da die Herausforderungen aus vielen verschiedenen Sportbereichen stammen. Zudem besteht die Möglichkeit, Rekorde und Herausforderungen mit Hilfsmitteln bzw. in der Gruppe zu erreichen (z. B. den 1500 m Weltrekord mit mehreren Personen zu knacken oder den Hochsprungweltrekord mit einer Absprunghilfe zu meistern). Das Unterrichtsmaterial kann als „besondere Stunde“ eingesetzt oder für ca. 3 Stunden in einer kleinen Unterrichtssequenz genutzt werden. Dabei können eigene Stationen entwickelt, erprobt und gemeistert werden.

ÜBERBLICK DER UNTERRICHTSIDEE

PÄDAGOGISCHE PERSPEKTIVE	INHALTSBEREICH
Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen	Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen Wissen erwerben und Sport begreifen
MATERIAL UND RÄUMLICHE VORAUSSETZUNG	GEPLANTE STUNDENZAHL
Vieles funktioniert mit einer normalen Turnhallenausstattung	1-2 Doppelstunden

ÜBERSICHT ÜBER DIE UNMÖGLICHEN AUFGABEN

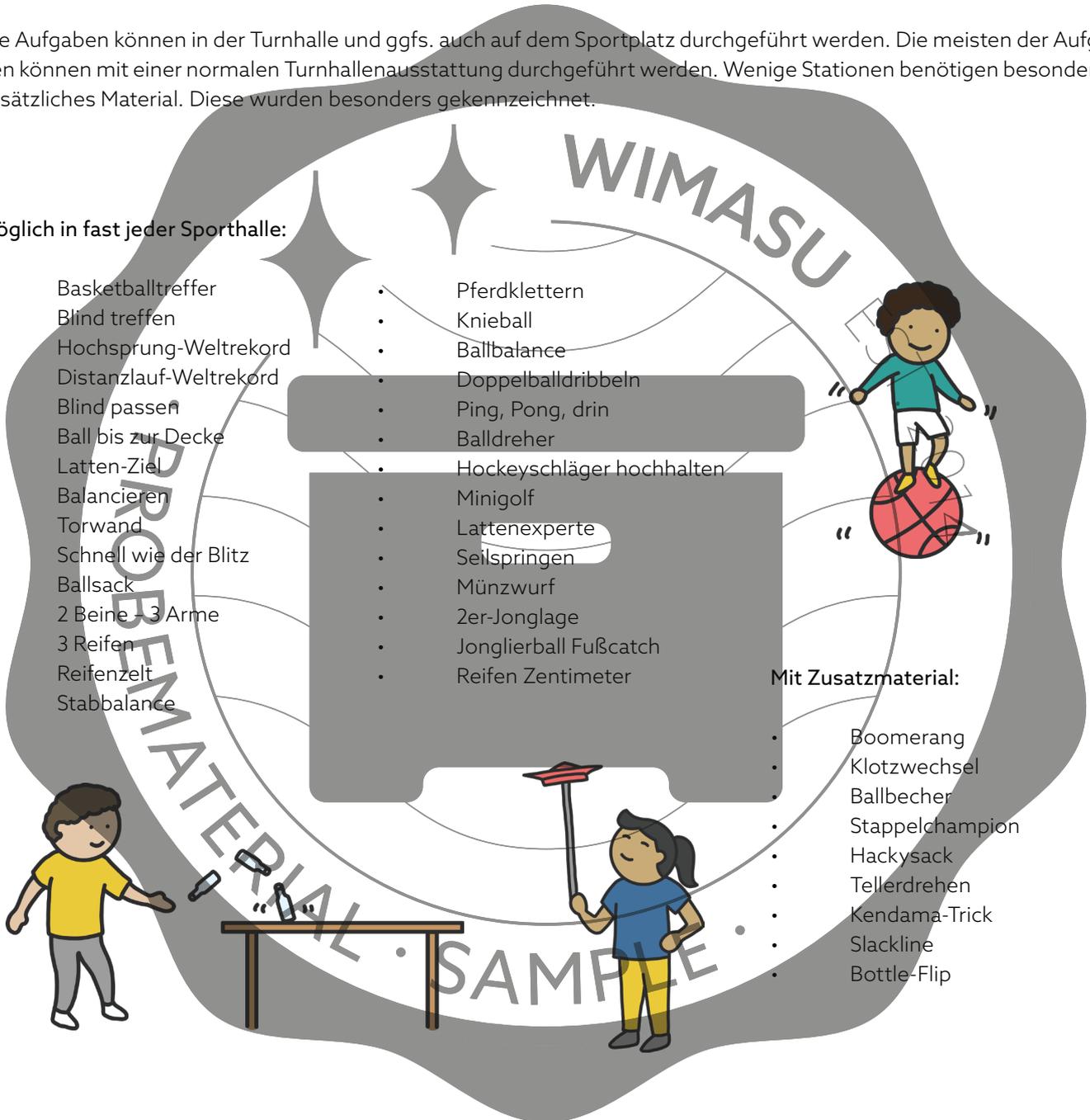
Die Aufgaben können in der Turnhalle und ggfs. auch auf dem Sportplatz durchgeführt werden. Die meisten der Aufgaben können mit einer normalen Turnhallenausstattung durchgeführt werden. Wenige Stationen benötigen besonderes zusätzliches Material. Diese wurden besonders gekennzeichnet.

Möglich in fast jeder Sporthalle:

- Basketballtreffer
- Blind treffen
- Hochsprung-Weltrekord
- Distanzlauf-Weltrekord
- Blind passen
- Ball bis zur Decke
- Latten-Ziel
- Balancieren
- Torwand
- Schnell wie der Blitz
- Ballsack
- 2 Beine - 3 Arme
- 3 Reifen
- Reifenzelt
- Stabbalance
- Pferdklettern
- Knieball
- Ballbalance
- Doppelballdribbeln
- Ping, Pong, drin
- Balldreher
- Hockeyschläger hochhalten
- Minigolf
- Lattenexperte
- Seilspringen
- Münzwurf
- 2er-Jonglage
- Jonglierball Fußcatch
- Reifen Zentimeter

Mit Zusatzmaterial:

- Boomerang
- Klotzwechsel
- Ballbecher
- Stappelchampion
- Hackysack
- Tellerdrehen
- Kendama-Trick
- Slackline
- Bottle-Flip



SICHERHEITASPEKTE EINZELNER AUFGABEN

Wir haben auf den Aufgabenkarten zunächst keine Sicherheitshinweise vermerkt. Deshalb weisen wir hier nochmal darauf hin, dass die „wackligen“ Stationen entsprechend mit Matten abgesichert werden sollten. Klar ist, dass manche Challenges wie z. B. der Hochsprung-Weltrekord besondere Bedingungen an die Schülerinnen und Schüler bzw. an die Lehrkräfte stellen.

ÜBER WIMASU



Wir machen Sportunterricht (kurz: WIMASU) ist ein junges Projekt – gegründet von Sportlehrkräften. In den Unterrichtsreihen und Materialien steckt viel Erfahrung und Liebe zum Detail. Wir versuchen, neue Impulse für den Sportunterricht zu geben, aber auch bereits etablierte Sportarten für den Unterricht ansprechend aufzubereiten. Die Materialien werden digital bereitgestellt und können an die jeweilige Lerngruppe angepasst werden. Neben dem inhaltlichen Schwerpunkt versuchen wir, die Materialien so darzustellen, dass die Lehrkraft und die Schülerinnen und Schüler motiviert sind, gemeinsam Sport zu machen.

Haftungsausschluss

Unsere Veröffentlichungen stellen nur generelle Anleitungen für Sportübungen dar. Sportübungen unterliegen sich laufend fortentwickelnden sportwissenschaftlichen Erkenntnissen. Daher garantieren wir nicht, dass die Anleitungen zu jedem Zeitpunkt den aktuellen Erkenntnissen entsprechen. Weiterhin kann auch kein Erfolg der Übungen garantiert werden. Generell gilt: Jeder Nutzer muss bei der konkreten Ausführung der vorgestellten Übungen selbst für eine sichere Übungsumgebung sorgen. Für den Fall, dass dies nicht möglich ist, sollte keine Übung ausgeführt werden.



KLICK' HIER & FOLGE UNS!

© WIMASU GmbH 2019

wimasu.de

Wir machen Sportunterricht.



WIMASU

NICHTS IST UNMÖGLICH



Der Weltrekord von Bob Beamon

- Erläutere deinen Mitschülerinnen und Mitschülern in einem spannenden Kurzvortrag den „**Wunderweltrekord von Bob Beamon**“
- Alle Zuhörenden sollten danach wissen WAS, WANN und WO passiert ist.
- Was war das (scheinbar) unmögliche daran?

**NICHTS IST
UNMÖGLICH!**

Tipp: Mache dir einen Notizzettel und sprich möglichst frei. Du kannst dir gerne ein Bild zur Visualisierung und Unterstützung ausdrucken.



<https://www.youtube.com/watch?v=OnbIjcxLKgE>

SIEG IN LETZTER SEKUNDE



PROBEMATERIAL

SAMPLE

NICHTS IST UNMÖGLICH!

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed do eiusmod tempor incididunt ut labore et dolore magna aliqua. Ut enim ad minim veniam, quis nostrud exercitation ullamco laboris nisi ut aliquip ex ea commodo consequat. Duis aute irure dolor in reprehenderit in voluptate velit esse cillum dolore eu fugiat nulla pariatur. Excepteur sint occaecat cupidatat non proident, sunt in culpa qui officia deserunt mollit anim id est laborum. Sed ut perspiciatis unde omnis iste natus error sit voluptatem accusantium doloremque laudantium, totam rem aperiam, eaque ipsa quae ab illo inventore veritatis et quasi architecto beatae vitae dicta sunt explicabo. Nemo enim ipsam voluptatem quia voluptas sit aspernatur aut odit aut fugit, sed quia consequuntur magni dolores eos qui ratione voluptatem sequi nesciunt. Neque porro quisquam est, qui dolorem ipsum quia dolor sit amet, consectetur, adipisci velit, sed quia non numquam eius modi tempora incidunt ut labore et dolore magnam aliquam quaerat voluptatem.

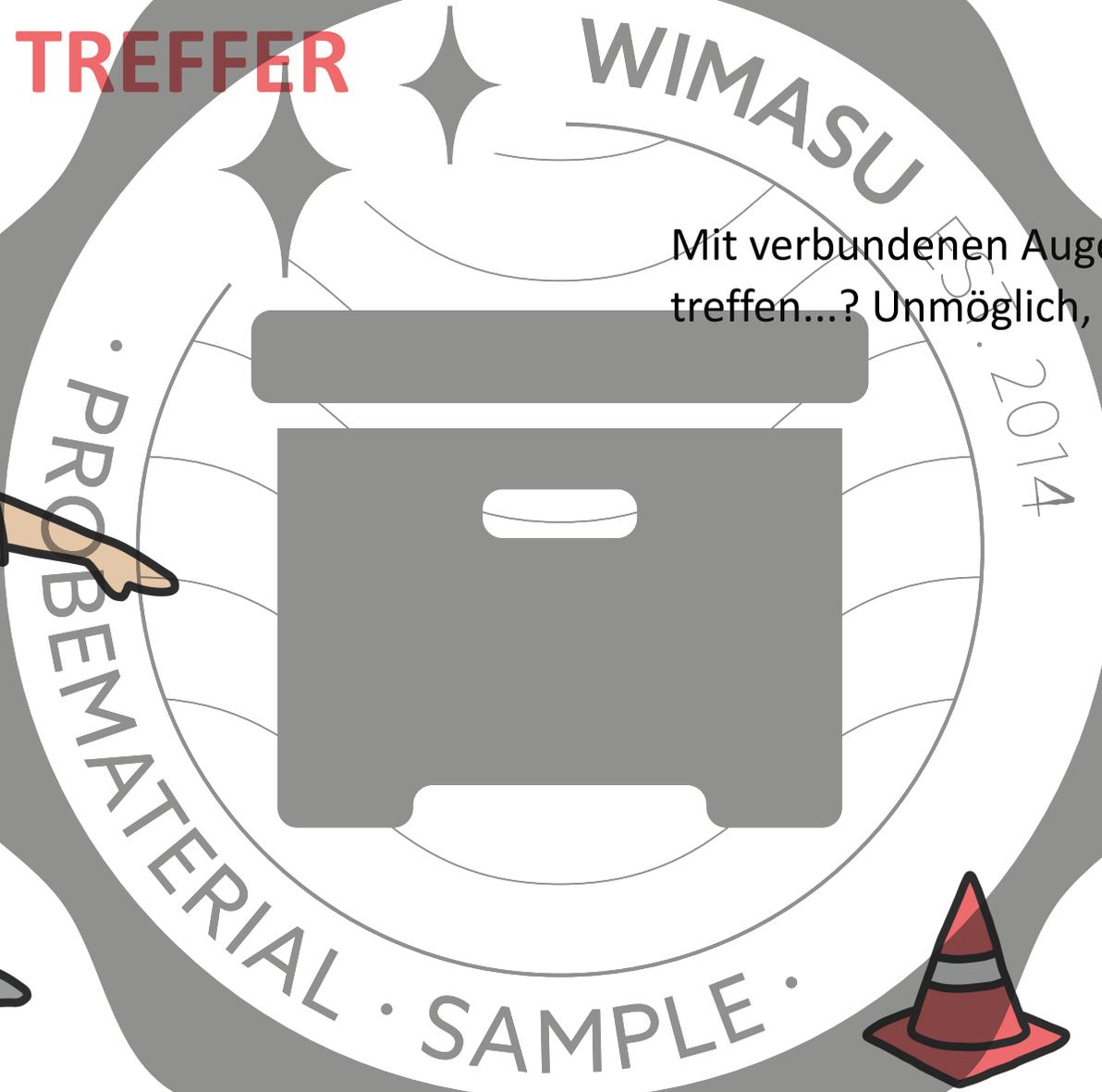
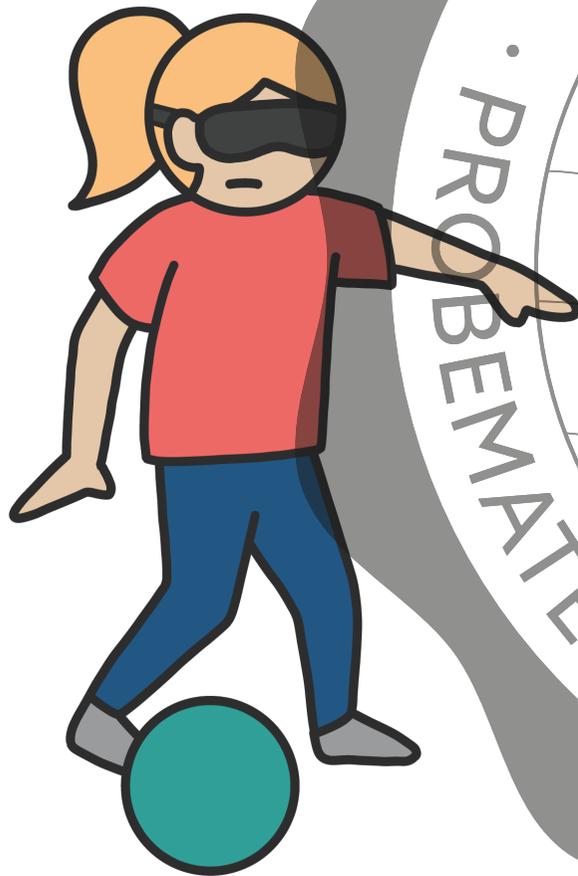
Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed do eiusmod tempor incididunt ut labore et dolore magna aliqua. Ut enim ad minim veniam, quis nostrud exercitation ullamco laboris nisi ut aliquip ex ea commodo consequat. Duis aute irure dolor in reprehenderit in voluptate velit esse cillum dolore eu fugiat nulla pariatur. Excepteur sint occaecat cupidatat non proident, sunt in culpa qui officia deserunt mollit anim id est laborum. Sed ut perspiciatis unde omnis iste natus error sit voluptatem accusantium doloremque laudantium, totam rem aperiam, eaque ipsa quae ab illo inventore veritatis et quasi architecto beatae vitae dicta sunt explicabo. Nemo enim ipsam voluptatem quia voluptas sit aspernatur aut odit aut fugit, sed quia consequuntur magni dolores eos qui ratione voluptatem sequi nesciunt. Neque porro quisquam est, qui dolorem ipsum quia dolor sit amet, consectetur, adipisci velit, sed quia non numquam eius modi tempora incidunt ut labore et dolore magnam aliquam quaerat voluptatem.

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed do eiusmod tempor incididunt ut labore et dolore magna aliqua. Ut enim ad minim veniam, quis nostrud exercitation ullamco laboris nisi ut aliquip ex ea commodo consequat. Duis aute irure dolor in reprehenderit in voluptate velit esse cillum dolore eu fugiat nulla pariatur. Excepteur sint occaecat cupidatat non proident, sunt in culpa qui officia deserunt mollit anim id est laborum. Sed ut perspiciatis unde omnis iste natus error sit voluptatem accusantium doloremque laudantium, totam rem aperiam, eaque ipsa quae ab illo inventore veritatis et quasi architecto beatae vitae dicta sunt explicabo. Nemo enim ipsam voluptatem quia voluptas sit aspernatur aut odit aut fugit, sed quia consequuntur magni dolores eos qui ratione voluptatem sequi nesciunt. Neque porro quisquam est, qui dolorem ipsum quia dolor sit amet, consectetur, adipisci velit, sed quia non numquam eius modi tempora incidunt ut labore et dolore magnam aliquam quaerat voluptatem.

NICHTS IST UNMÖGLICH
BLINDER TREFFER

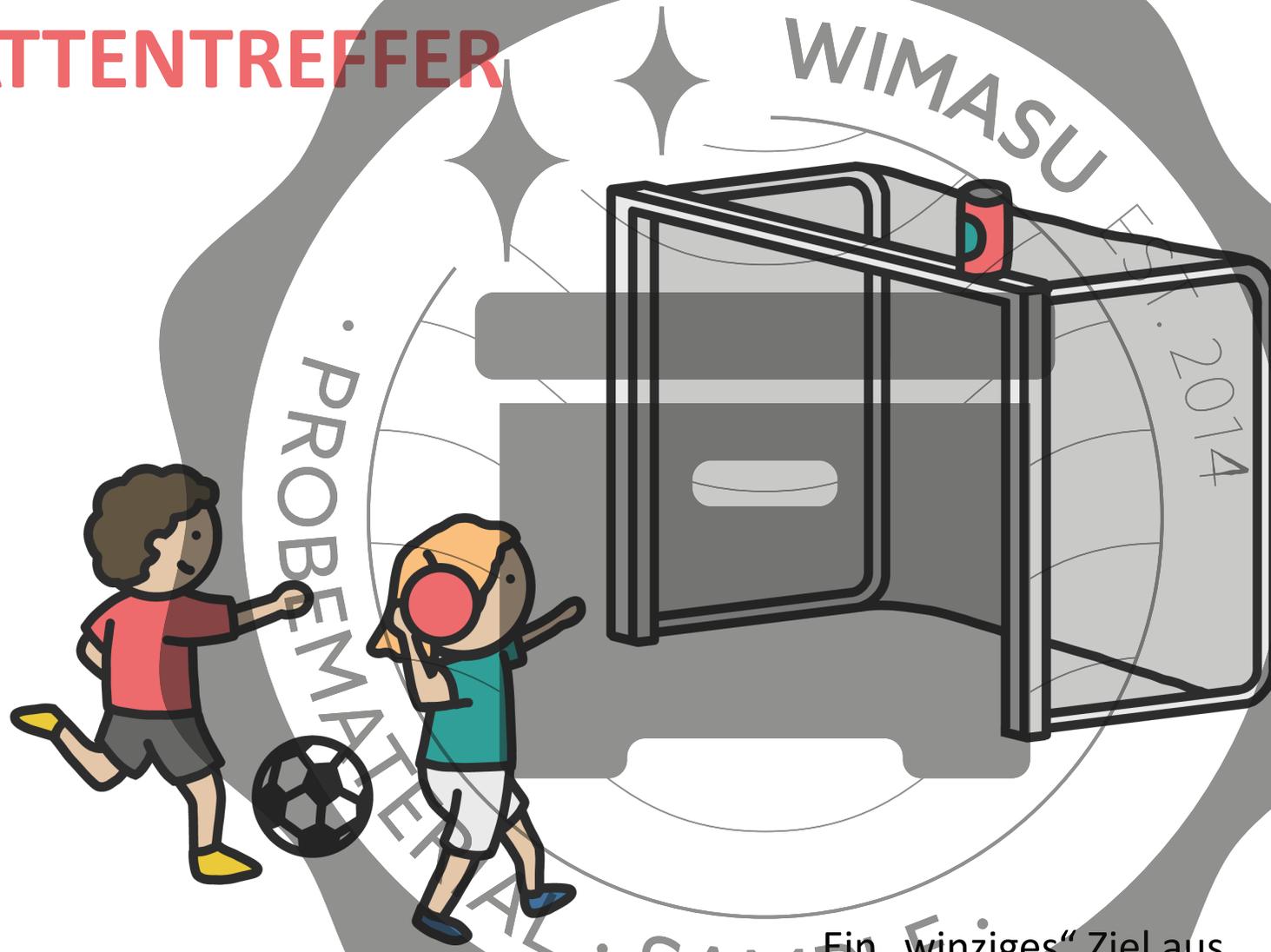


Mit verbundenen Augen ein Ziel treffen...? Unmöglich, **oder?**



Material: Ball, Augenbinde, Hütchen

NICHTS IST UNMÖGLICH
LATTENTREFFER



Ein „winziges“ Ziel aus
„unglaublicher“ Entfernung treffen?
Unmöglich, **oder?**

Material: kleines Hütchen, verschiedene Bälle

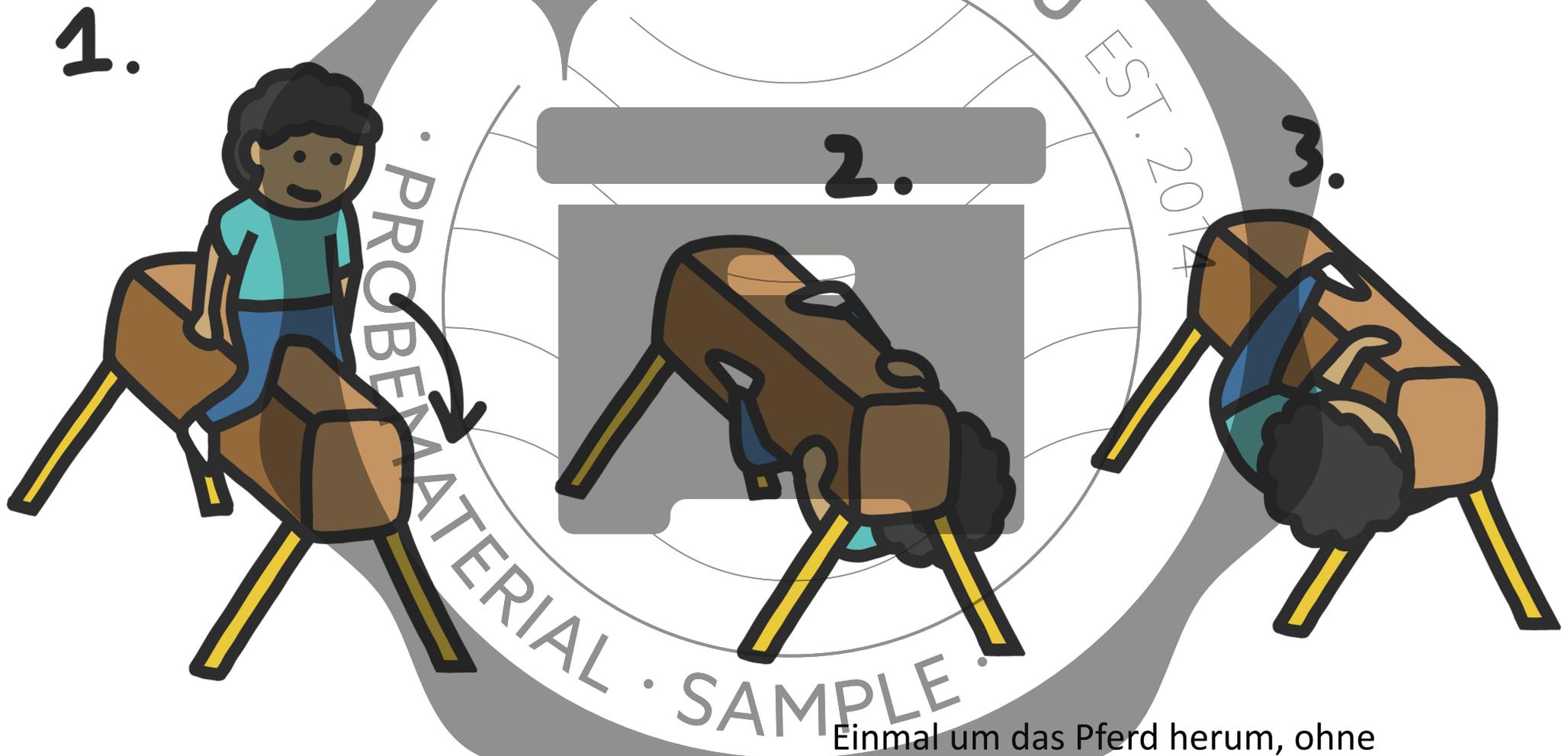
NICHTS IST UNMÖGLICH
BALLSACK



Und wenn das Ballnetz kaputt ist? Kann man 10 Bälle (ohne Ballnetz) gleichzeitig tragen? Nein! Unmöglich, **oder?**

Material: 10 Bälle, Ballwagen oder Korb zur Aufbewahrung

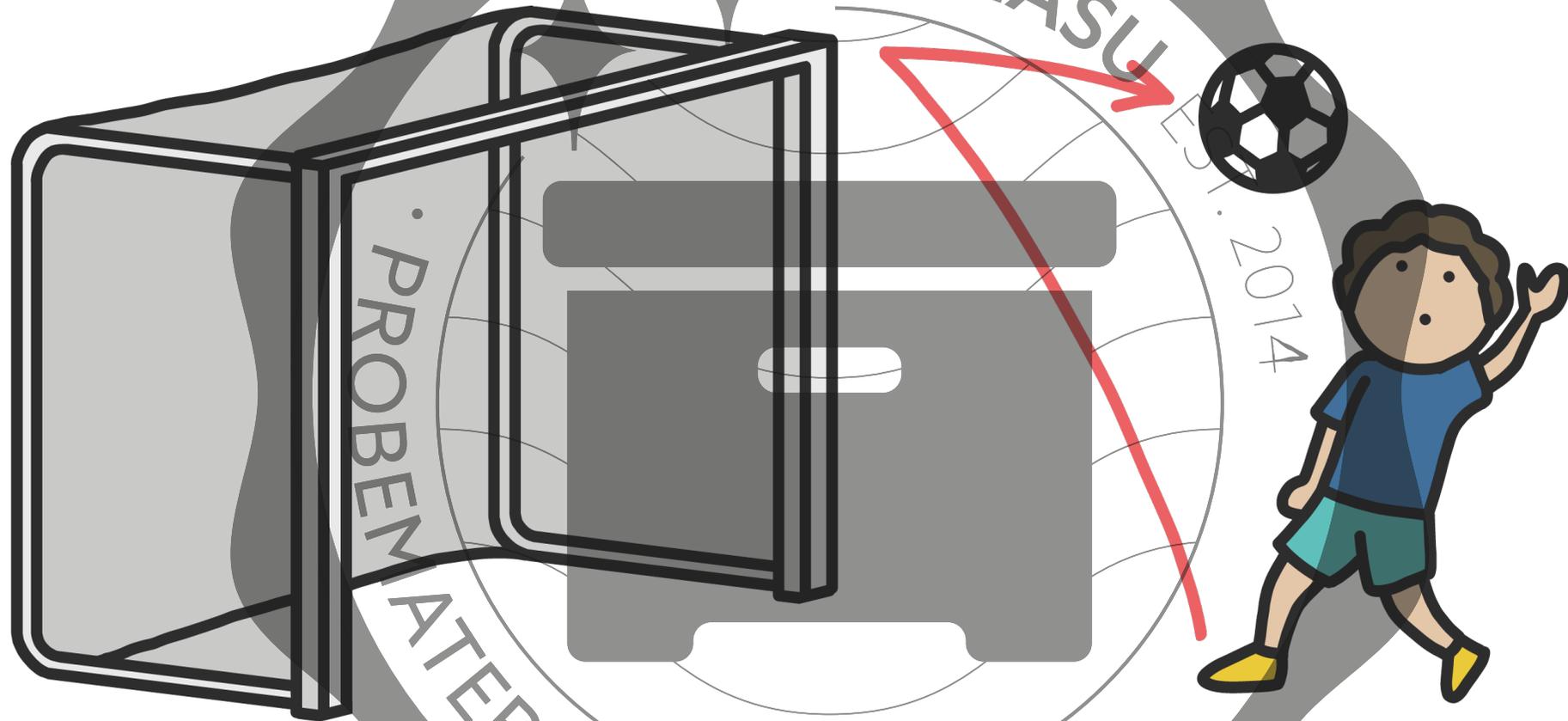
NICHTS IST UNMÖGLICH
PFERDKLETTERN



Einmal um das Pferd herum, ohne loszulassen... das ist unmöglich, **oder?**

Material: Turnpferd, 3 Turnmatten

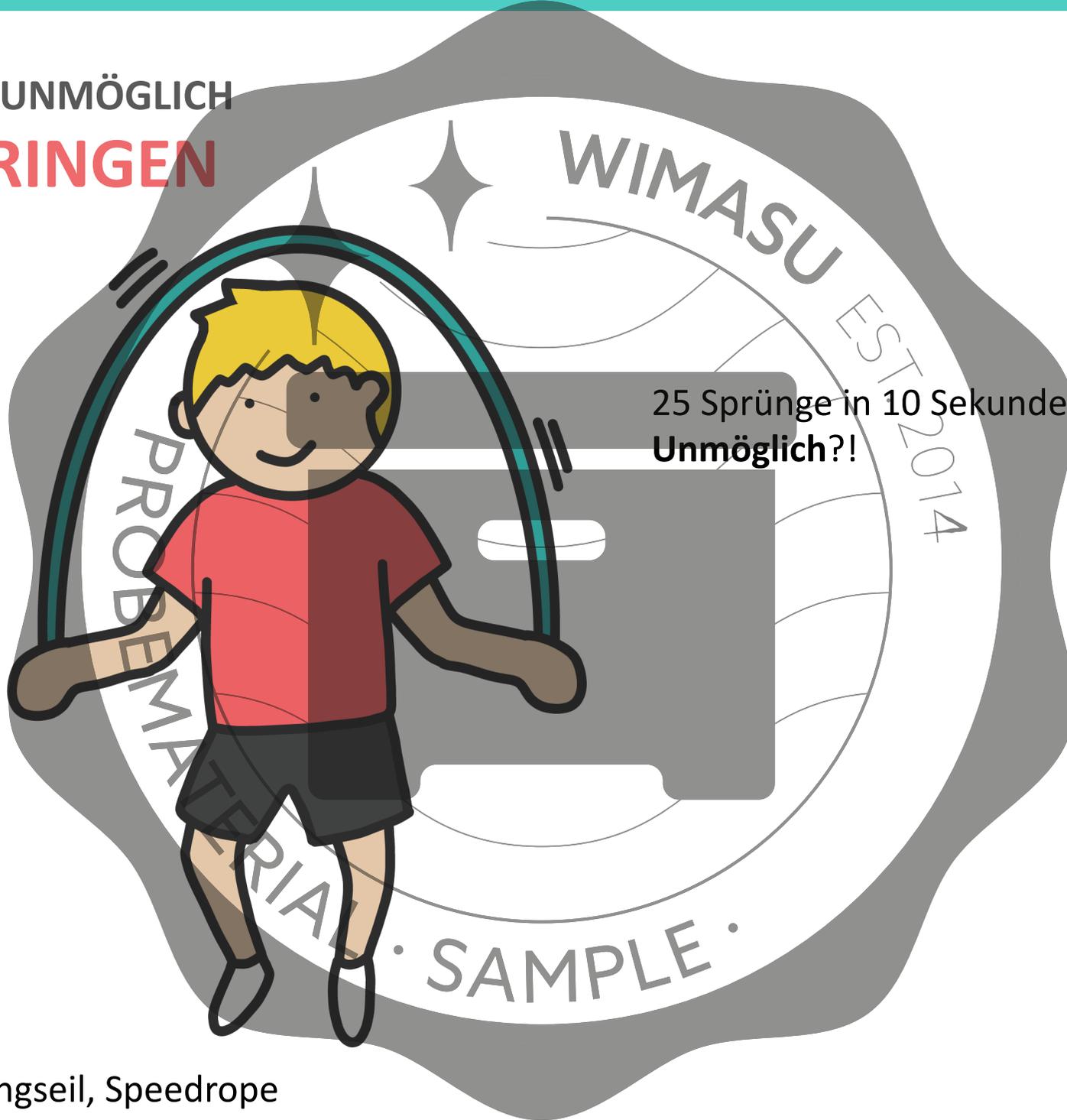
NICHTS IST UNMÖGLICH
LATTENEXPERTE



Aus 5 m Entfernung 3 x hintereinander die Latte treffen (und den Ball wieder auffangen)! Das ist unmöglich!

Material: Fußball, Handball

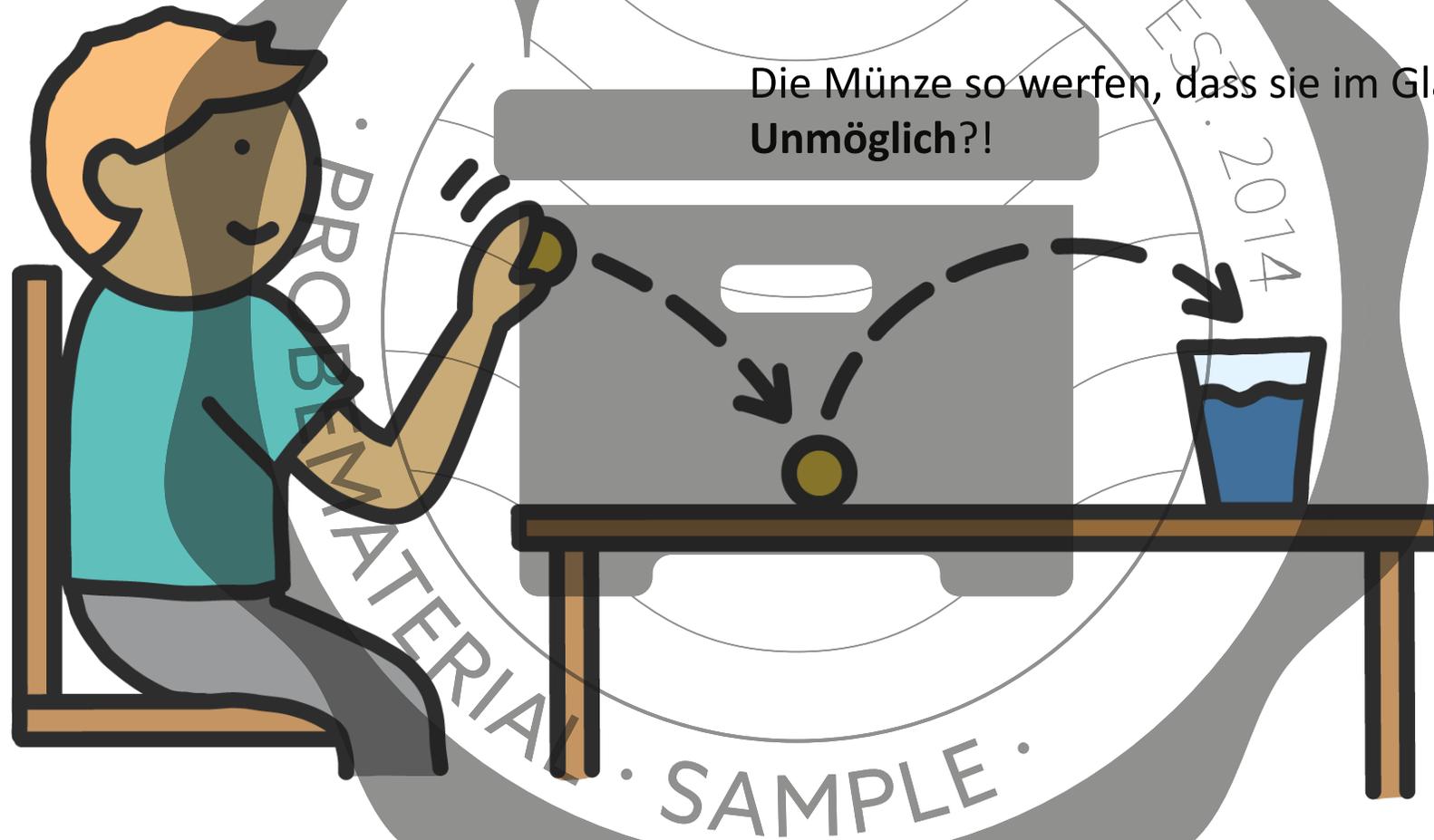
NICHTS IST UNMÖGLICH
SEILSPRINGEN



25 Sprünge in 10 Sekunden?!
Unmöglich?!

Material: Springseil, Speedrope

NICHTS IST UNMÖGLICH
MÜNZWURF



Material: Tisch oder Turnbank, Münze, Becher oder Glas mit Wasser