

REFERENT:

Felix Burmeister



GUMMITWIST CHINESE JUMP ROPE

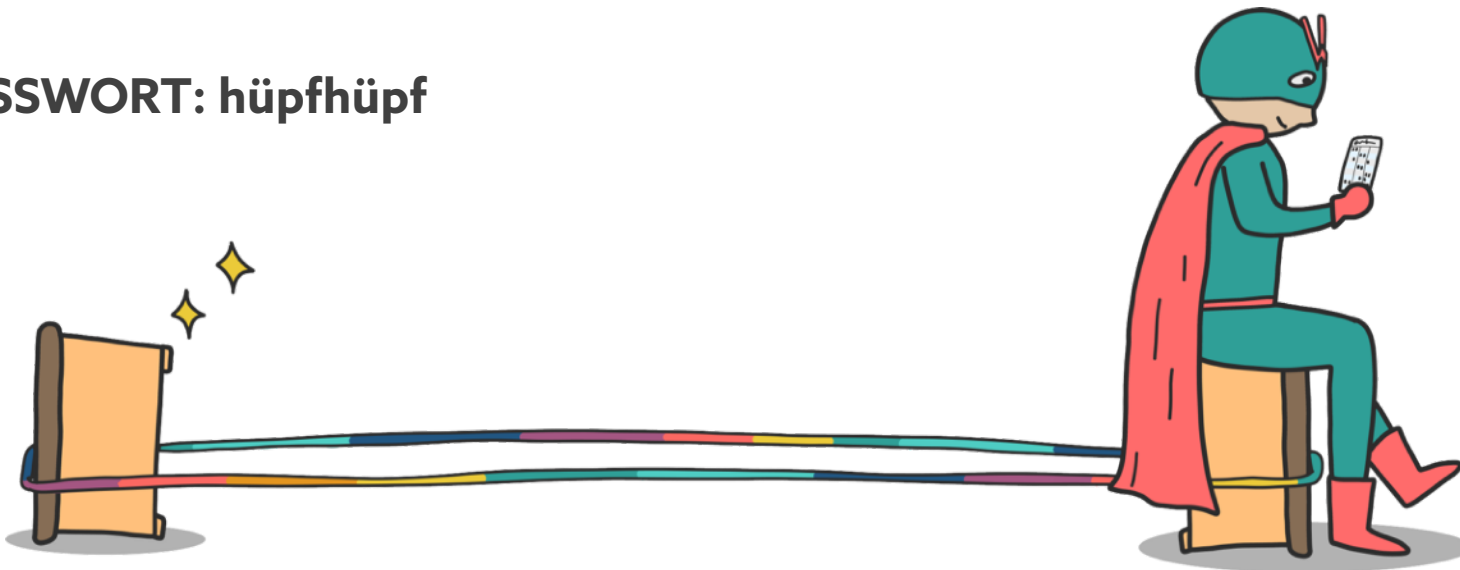
LETZTE SEITE








DOWNLOAD der Präsentation auf <https://wimasu.de/material-fobi-gummitwist>



PASSWORT: hüpfhüpf



ABLAUF DES WORKSHOPS

1. **VORSTELLUNG** 
2. **DENKEN IN UNTERRICHTSREIHEN** 
3. **VORSTELLUNG DER UNTERRICHTSREIHE** 
4. **DURCHFÜHRUNG DER UNTERRICHTSREIHE** 
5. **ABSCHLUSSBESPRECHUNG** 

WAS WIR UNTER UNTERRICHTSVORHABEN VERSTEHEN



aktivierend

demokratisch



zielorientiert



WELCHE ZIELE SAGEN WIR DEN SCHÜLERINNEN UND SCHÜLERN?



Werden wir ein Klassenteam und stellen uns kooperativen Bewegungschallenges.

...organisieren wir ein Handballturnier für den Jg. 7

...finden wir heraus was „Bouldern“ ist und besuchen eine Kletterhalle.

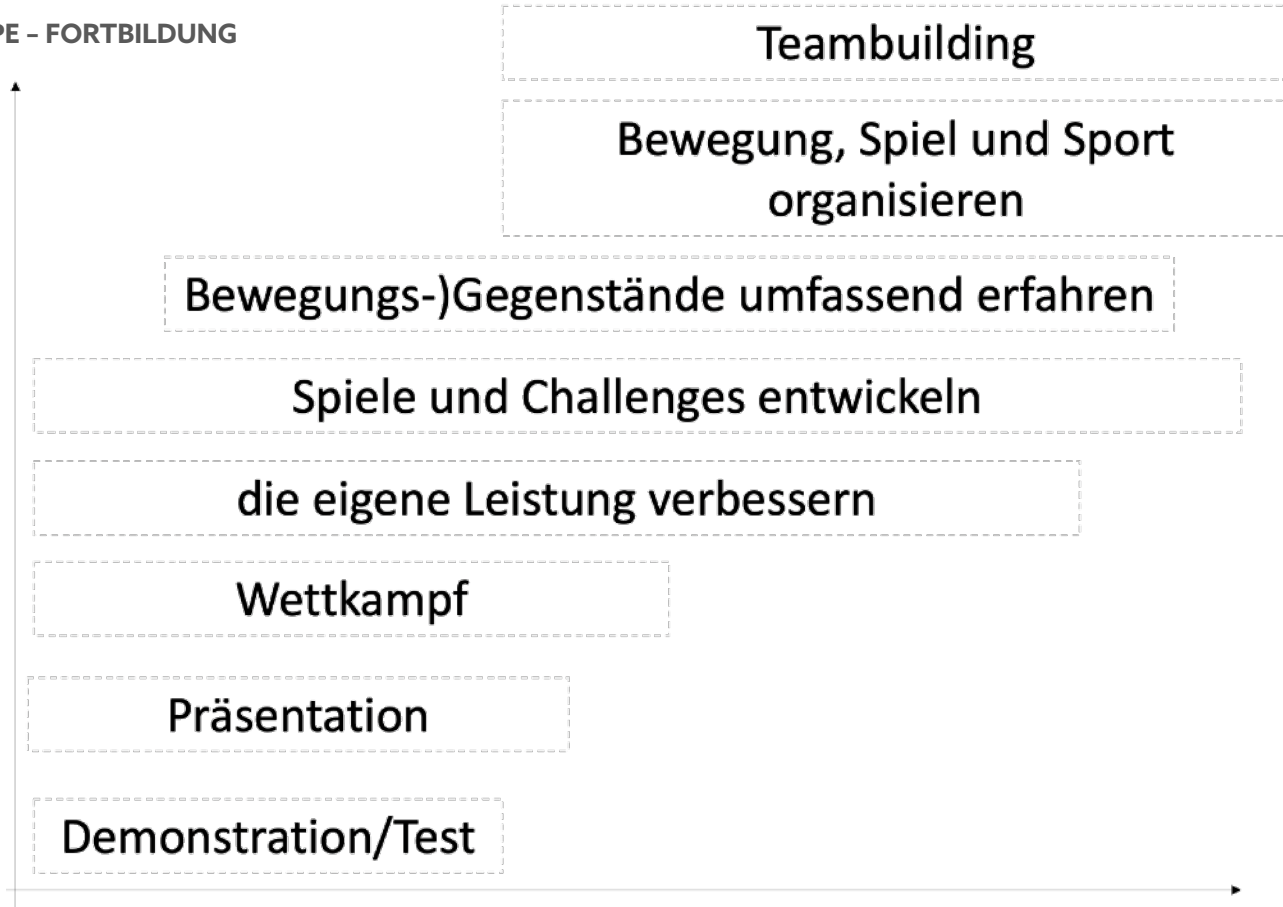
...entwickeln wir ein Ballspiel für die ganze Klasse.

...verbessern wir uns im Laufen

...kämpfen wir ein Turnier

...machen wir eine Gummitwist-Präsentation

... machen wir einen Volleyball-Technik-Test



GRUNDIDEE



SCHWERPUNKT: „Gymnastik, rhythmisches Bewegen, Tanzen“

LERNSETTING: In Kleingruppen eine Choreografie entwickeln



ÜBERBLICK ÜBER DIE REIHE



UE	INHALT
1. DS	Bewegungskompetenz Grundsprung im Gruppenrhythmus
2.DS	Kriteriengeleitete Erarbeitung einer Gruppenchoreographie
3.DS	Übungsphase und Erweiterung der Gruppenchoreographie
4.DS	Präsentation und Bewertung der Gruppenchoreografien

SCHWERPUNKT DER UNTERRICHTSREIHE

SCHWERPUNKT

Grundsprung erlernen
Bewegungskompetenz



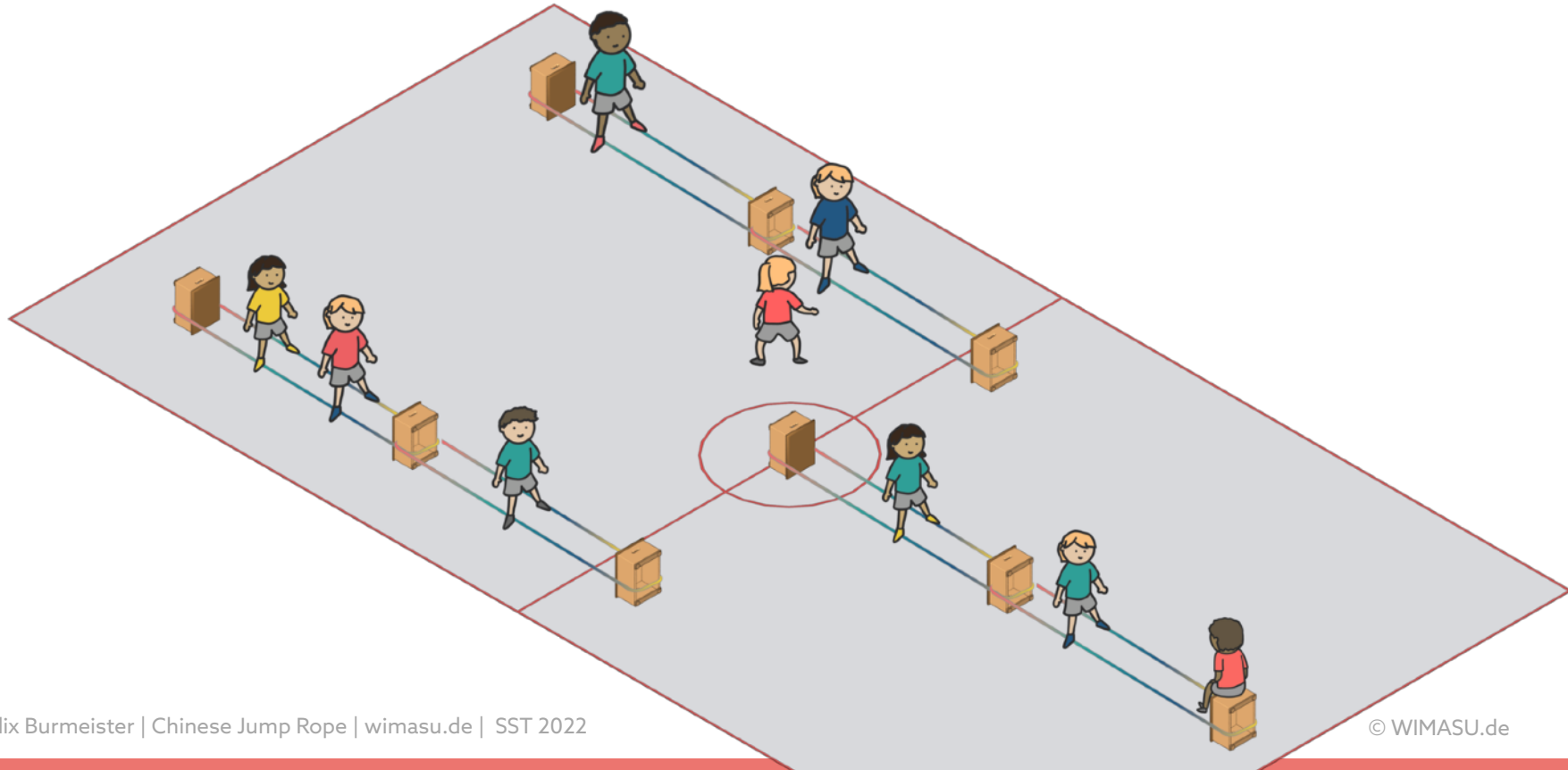
SCHWERPUNKT

Choreografie entwickeln
Teamkompetenz

SCHWERPUNKT

Choreografie bewerten und analysieren
Urteils- und Entscheidungskompetenz

AUFBAU



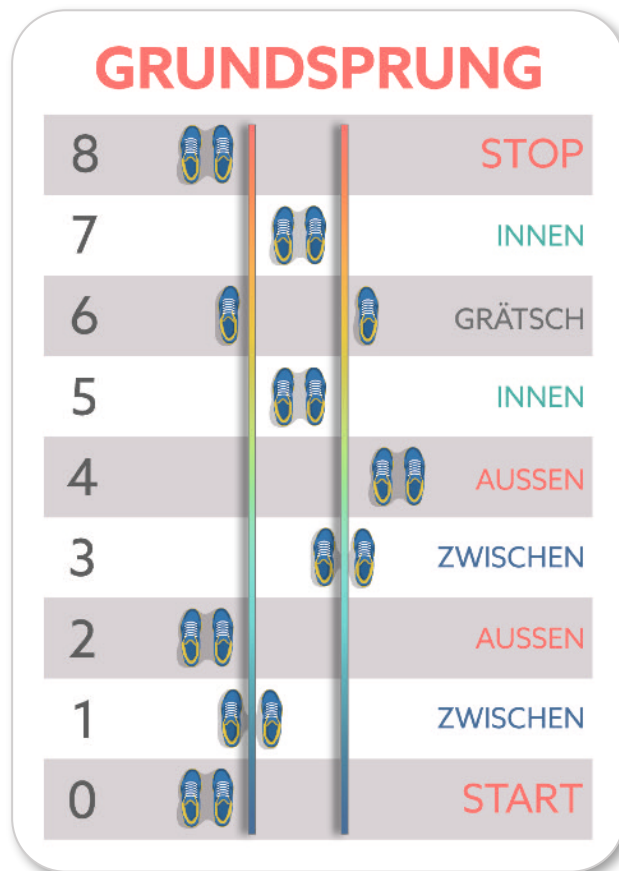
CHINESE JUMP ROPE - FORTBILDUNG

DER GRUNDSPRUNG

Hier geht es zum Video



<https://www.youtube.com/watch?v=b8gSasb0rgA>



CHINESE JUMP ROPE - FORTBILDUNG

DER GRUNDSPRUNG

JETZT AUSPROBIEREN!



GRUNDSPRUNG ERLERNEN

LERNWEG: DEN GRUNDSPRUNG

Übt alleine mithilfe der Sprungkarte



Übt zu zweit synchron



Übt zu viert synchron



Übt den Grundsprung gemeinsam in acht 4er-Gruppen

DIFFERENZIERUNG

- Klatschen auf die 1-3, auf die 2-4
- Springen auf den Beat der Musik
- Sprünge und Drehungen einbauen
- Gummi höher spannen
- Vorbildfunktion übernehmen
- Einzählen in Gruppen übernehmen

GRUNDSPRUNG ERLERNEN



DIFFERENZIERUNGSMÖGLICHKEITEN

- Klatschen auf bestimmte Zählzeiten
- Synchron zur Musik
- Erhöhung der Gummis

STRATEGIEN IN DER GRUPPE

- Anzählen
- Laut mitzählen
- Sprungrhythmus klatschen
- Tempo verlangsamen
- Visuelle Orientierung durch Vorderperson bzw. Spiegel



Geschwindigkeitsregelung der Musik per App

- DJ to go (iTunes)
- Music Speedchanger (Google Play)

GRUPPENAUFGABE (4er-5er Gruppen)



VARIATIONEN DES GRUNDSPRUNGS

- Drehungen
- Klatschen
- Armbewegungen einführen
- Einbeiniges Springen
- Höhenebenenveränderungen
- Körperteile auf den Boden bringen
- Das Gummitwist verändern
- komplett neue Sprungmuster



GRUPPENAUFGABE (4er-5er Gruppen)

ANFANG

MINIMALZIEL (Grundsprung +2)

ZIEL (Grundsprung + 3)

MAXIMALZIEL (Grundsprung + 4 und Pose)

ENDE



DIE LEHRKRAFT IN DEN GRUPPENPHASEN



MÖGLICHE PROBLEME BEI SCHÜLER:INNEN

- Synchronität ist nicht möglich
- Mehrere oder einzelne Schüler:innen brechen immer an gleichen Stellen ab
- Manche sind früh fertig

VIDEOANALYSE



DAS TABLET ALS ANALYSE- UND FEEDBACKMEDIUM IN GRUPPENCHOREOGRAFIEN

Gruppenfeedback → Selbständige Überprüfung

DAS TABLET ALS DOKUMENTATIONSMEDIUM ZUR LEISTUNGSBEWERTUNG

Lampenfieber? → Objektivere Benotung

→ Lasst euer bestes Video benoten



BEWERTUNG



CHINESE JUMP ROPE BEWERTUNGSBOGEN



GRUPPE:

Nutzt bitte für jede bewertete Gruppe eine Zeile. Notiert darin die Bewertung der beiden Kriterien und deren Summe.

Es können maximal 5 Punkte pro Kriterium vergeben werden.

	GRUPPE	KRITERIUM 1 SYNCHRONITÄT	KRITERIUM 2 GESAMTEINDRUCK	SUMME
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				

BEWERTUNG



ABBAU



- Seil in die Hand nehmen
- Zwei mal halbieren
- Knoten rein
- Mit anderen Seilen einpacken



CHINESE JUMP ROPE - FORTBILDUNG

VIELEN DANK FÜR EURE AUFMERKSAMKEIT!



EINLADUNG ZU
WIMASU.de

