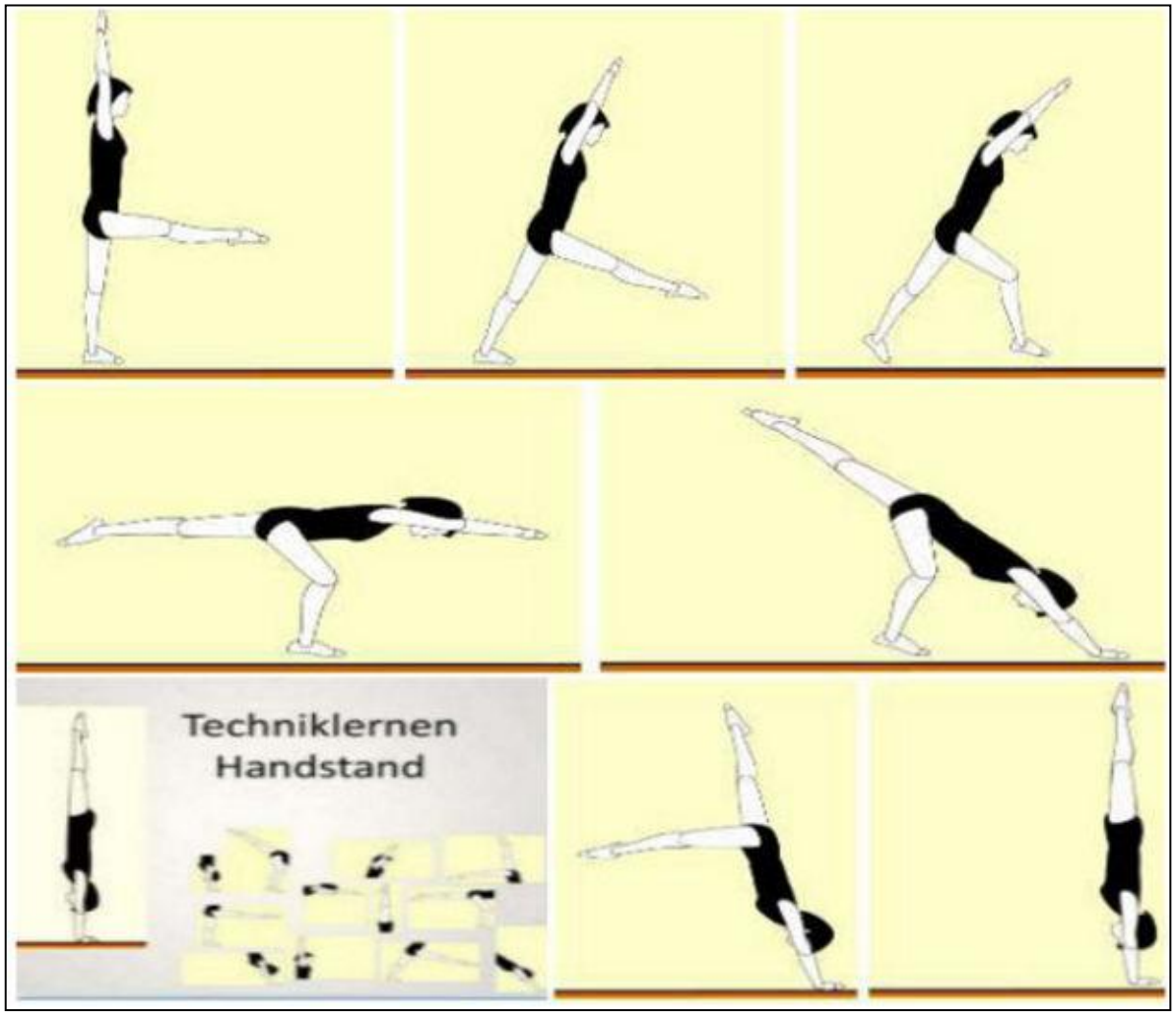
TECHNIKLERNEN HANDSTAND MIT DER INTERAKTIVEN TAFEL



Creative-Commons-Lizenz Namensnennung, Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International (CC BY-SA 4.0)

Autoren: Jonas Simek, Dennis Gilberg

Übersicht

- **Lehridee für die Arbeit mit der interaktiven Tafel**
  - Lernbereiche des eBeam-Beitrages
  - Folien - Übersicht
  - Softwaredownload - Legamaster
- **Arbeitsmaterial**
  - Leitfaden für den Lehrenden/ eBeam - Folien (1)
- **Videos**
  - Handstand (1)
- **Quellenverzeichnis**

Lehridee für die Arbeit mit der interaktiven Tafel

Die Vermittlung und das Erlernen des Handstandes wirken im Vergleich zu anderen turnerischen Elementen, wie beispielsweise dem Hüft-Umschwung am Reck oder auch dem Oberarmstand am Barren, deutlich unkomplizierter. Mit Hilfe des eBeam Lehrbeispiels können die Schülerinnen und Schüler (SuS) lernen, die wichtigsten Bewegungsmerkmale des Handstands zu erkennen und diese mit Hilfe praktischer Übungen umzusetzen.

Folie 1: Techniklernen Handstand - Einstieg

Lernbereiche des eBeam-Beitrages

- die Gesamtbewegung des Handstands erlernen
- spezifische, technische Merkmale des Handstands herausheben
- typische Fehlerbilder erkennen und Korrekturhilfen geben

Folien-Übersicht

Nummer	Folien - Inhalte
1	Techniklernen Handstand - Einstieg
2	Gesamtbewegung des Handstands (verdeckt)
2.1	Gesamtbewegung des Handstands (Videoanimation)
3	Handstand in verschiedenen Standbildern
4	Bewegungsmerkmale Handstand
4.1	Bewegungsmerkmale - Lösung
5	Fehlerbilder Handstand
5.1	Fehlerbilder Handstand - Lösung
6	Richtig oder falsch?
6.1	Richtig oder falsch? - Lösung
7	Das Handstandpuzzle
8	Übergang Praxis

In der Folienübersicht werden folgende eBeam-Funktionen eingesetzt:

- Streichen der falschen Antworten auf der Tafel (Folie 6)
- Verschieben von Bildern - Zusammenfügen von einzelnen Bildabschnitten zur Gesamtbewegung (Folie 7)
- Verdecken von Videosequenzen mit anschließender Videonutzung (Folie 2)
- Abspielen der Videosequenz in Originaltempo und Zeitlupe (Folie 2)
- Aufdecken/Verschieben von Textfeldern (Folie 4)
- Einkreisen der richtigen Antworten auf der Tafel (Folie 6),
- Einkreisen von Fehlerbildern mit darauf folgender zeichnerischer Korrektur (Folie 5)

Softwaredownload- Legamaster

Die eBeam-Software können Sie kostenlos herunterladen auf:
http://www.legamaster.com/de/downloads/software/ebeam-software/

Leitfaden für den Lehrenden 1

eBeam-Folien

Folie 2: Gesamtbewegung des Handstands (verdeckt)

Folie 2.1: Gesamtbewegung des Handstands (Videoanimation)

Kompletter Bewegungsablauf - Handstand

1. SuS nennen die Merkmale des Handstands. ▶ 1

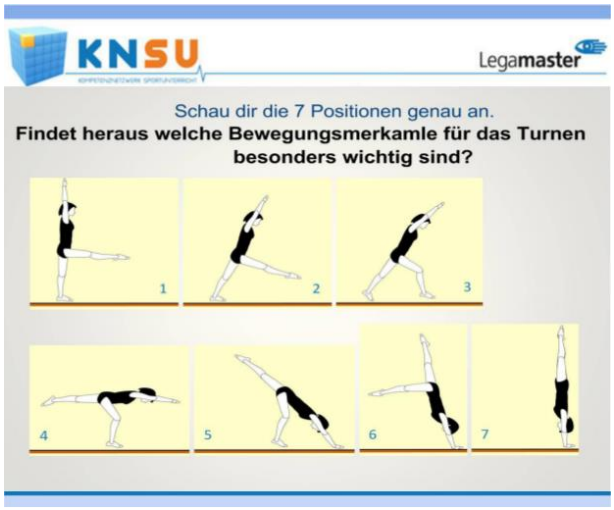
Tipp
Handstand-Video zuerst mit einem Vorhang verdecken.

2. SuS erkennen die Merkmale im Video.

3. Grundeigenschaften sollen von den SuS erarbeitet werden:

- die durchgängige Körperspannung
- die gestreckten Körperextremitäten (Füße, Beine, Arme)

1



Folie 3: Handstand in verschiedenen Standbildern

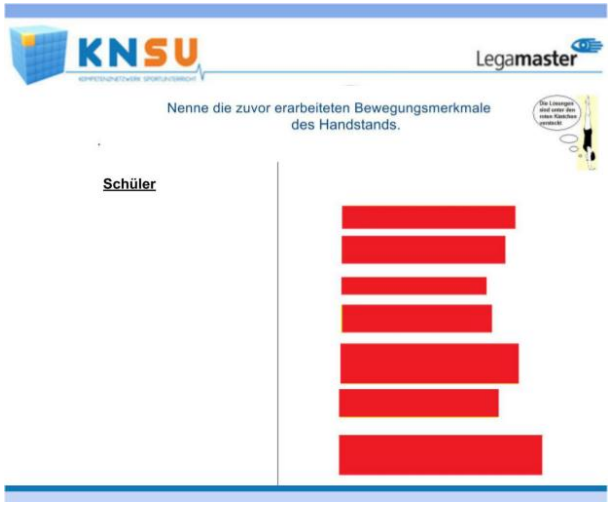
Aufgliederung der Gesamtbewegung in Einzelbilder

1. SuS analysieren die unterschiedlichen Einzelbilder.

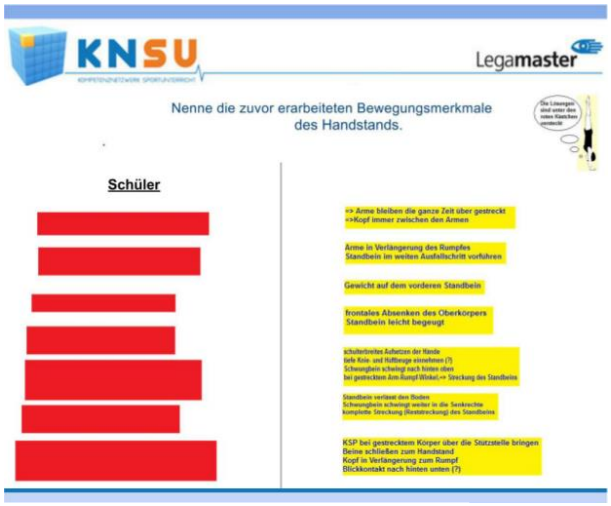
2. Merkmale bzw. technische Details sollen beschrieben werden.

Tipp
Teilweise sollten die SuS aufeinander folgende Bilder zusammenhängend betrachten.

1



Folie 4: Bewegungsmerkmale Handstand



Folie 4.1: Bewegungsmerkmale- Lösung

Die wichtigsten Bewegungsmerkmale des Handstands

Tipp
Die Merkmale sind zunächst von einzelnen kleinen Vorhängen bedeckt.

1. Die SuS sollen das zuvor erlernte Wissen anwenden und die ihnen bekannten Bewegungsmerkmale nennen.

2. Technische Details sollen dabei in chronologischer Abfolge genannt werden.

Bemerkung
Sobald die Merkmale der einzelnen Felder verbalisiert wurden, können diese aufgedeckt werden.

1

Folie 5: Fehlerbilder Handstand

Folie 5.1: Fehlerbilder Handstand- Lösung

Typische Fehlerbilder

In der Abbildung sind typische Fehlerbiler zu sehen.

1. SuS sollen:

- mit einem Rotstift einkreisen
- die Fehler benennen

2. SuS korrigieren die Fehler verbal.

1

Folie 6: Richtig oder falsch?

Folie 6.1: Richtige oder falsche - Lösung

Richtig oder falsch!?

1. SuS sollen:

- richtige Merkmale einkreisen (Grünstift)
- falsche Aussagen durchstreichen (Rotstift)

Bemerkung

Die Übung hebt die wichtigsten Bewegungsaspekte in den Vordergrund.

Folie 7: Das Handstandpuzzle

Folie 8: Übergang Praxis

Das Handstand-Puzzle

Tipp

Diese Aufgabe eignet sich für eine Gruppenarbeit.

1. SuS sollen sich zum Abschluss spielerisch mit dem Thema beschäftigen, indem sie die Gesamtbewegung des Handstands zusammen puzzlen.

So wird ersichtlich, ob sie den Gesamtablauf des Handstands verstanden haben.

Quellenverzeichnis

Literatur

Autor	Literaturname	Erscheinungsort	Erscheinungsjahr	Verlag
Ilona E. Gerling	Basisbuch Gerätturnen	Aachen	2009	Meyer&Meyer
Knirsch K., Minnich,M.	Gerätturnen mit Mädchen und Frauen	Kirchentellinsfurt	1997	Knirsch

Abbildungen / Fotos

Nummer	Urheber
1-3,7	Martina Dietzen
4-6	D.Gilberg, J.Simek

Urheber des Beitrages

Autor	Berater	Institution
Jonas Simek, Dennis Gilberg, Martina Dietzen / Lehramtsstudierende	Minnich, Marlis	Institut für Sportwissenschaft, Universität Koblenz-Landau, Campus Koblenz