RAUMVERSTEHEN UND RAUMGESTALTUNG

UNIVERSITÄT KOBLENZ · LANDAU

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

Autoren: Laura Attig, Jaqueline Hessemer, Annette Huber, Uwe Unterbörsch

Übersicht

- **Unterrichtsidee**
- **Unterrichtsgestaltung**
  - Kognitive Phase
- **Übungsauswahl**
  - Ebenen im Haushalt
  - Wäsche aufhängen in allen Ebenen
  - Schattentanz
  - Formationen in Kleingruppen
  - Formationen in der Großgruppe
- **Verlaufsplan**
- **Arbeitsmaterial**
  - Arbeitsblatt A: Bewegen im Raum (1)
  - Arbeitsblatt B: Bewegen im Raum (2)
  - Lösungsblatt (3)
- **Videos**
  - Reihentanz (1)
- **Quellenverzeichnis**

 BY-SA

Unterrichtsidee

In einer Unterrichtsstunde soll das Raumverstehen der Schülerinnen und Schüler (SuS) geschult werden und abwechslungsreiche Arten der Raumgestaltung erlernt werden. Weiterhin sollen die SuS spielerisch lernen welche verschiedenen Möglichkeiten es gibt, ihren Körper in unterschiedlichen Ebenen, Richtungen und Formationen im Raum zu bewegen.

Unterrichtsgestaltung

Kognitive Phase

In dieser Phase erarbeiten die SuS:

- Raumwege, Raumrichtungen, Raumdimensionen
- Bewegungsrichtungen und Körperebenen
- Aufstellungs-/Formierungsmuster

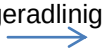
Raumgestaltung	Ausführung
Raumrichtung	nach vorne, nach hinten, zur Seite, diagonal
Raumwege	geradlinig (direkt): Viereck, Kasten, Dreieck, Raute  kurvig (indirekt): Ei, Ball, Null, Acht…
Raumebenen	hoch, mittel, tief, Boden-, Sitz- oder Standhöhe
Raumdimensionen	weit und eng, groß und klein, Form des Raumes
Bewegungsrichtungen	vorwärts, rückwärts, seitwärts, Drehung ein- oder auswärts, aufwärts, abwärts
Körperebenen	frontal, sagittal, horizontal, diagonal
Ausrichtung der Körperfront	Profil, Halbprofil, frontal
Gruppierungs- und Aufstellungsmöglichkeiten	Kreis, Gasse, Block, Reihe…

Abb. 1: Raumgestaltung

Nach einer kurzen Erarbeitungsphase erhalten die SuS in Kleingruppen ein Arbeitsblatt, ►**1-2** mit dem sie ihr erworbenes Wissen testen sollen. Zur Festigung bekommen sie anschließend ein beispielhaftes Lösungsblatt und vergleichen ihre Ergebnisse. Das Lösungsblatt ist jedoch nur eine Musterlösung, es sind noch weitere Möglichkeiten denkbar. ►**3**

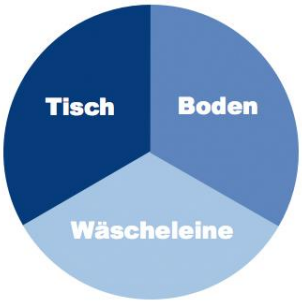
 BY-SA

Übungsauswahl

Die Übungen bauen aufeinander auf, d.h. in jeder Übung wird das Erlernte von den vorherigen Übungen mit eingebracht, weiter ausgeführt und mit der neuen Übungsaufgabe verbunden.

Übung 1: Ebenen im Haushalt

Die SuS lernen sich in unterschiedlichen Ebenen zu bewegen. Dabei geben die Begriffe Boden, Tisch und Wäscheleine eine vorstellbare Idee, wie man sich in der Bewegungsaufgabe bewegen kann. Die Halle wird in drei große Teile unterteilt und für jeden wird jeweils eine Bewegungsform festgelegt.



Bewegungsaufgabe
"Bewegt euch durch den Raum und tanzt in den Abschnitten Boden, Tisch und Wäscheleine in den vorgegebenen Ebenen!"

Ziel: Kennenlernen der verschiedenen Raumebenen und -richtungen

Übung	Beschreibung	Illustration
Boden	**Tiefe Ebene** • Bewegungen, die nach vorwärts-rückwärts, hoch-tief gehen • Vorstellung: *"Putze den Boden. Führe auch kreisende Bewegungen aus, damit alles sauber wird."*	
Tisch	**Mittlere Ebene** • Bewegungen, die nach rechts-links, vorn–hinten gehen • Vorstellung: *"Wische den Tisch, schiebe etwas auf dem Tisch hin und her."*	
Wäsche-leine	**Hohe Ebene** • Bewegungen, die sich im Bereich hoch-tief und rechts-links abspielen • Vorstellung: "*Stellt euch eine Wäscheleine vor, an der ihr Kleidung aufhängen möchtet. Nutzt die gesamte Wäscheleine"*	

Abb. 2: Übungsbeschreibung

 BY-SA

Übung 2: Wäsche aufhängen in allen Ebenen

Bewegungsaufgabe
"Bewegt euch durch den Raum und arbeitet euch von der unteren in die obere Ebene. Stellt euch dabei vor ihr hebt euren Wäschekorb vom Boden auf den Tisch, holt euch ein Kleidungsstück heraus und hängt dieses auf!"

Nun wird die Aufteilung der Halle aufgehoben und die SuS bewegen sich wieder mit verschiedenen Bewegungsformen durch den Raum. Dabei sollen sie alle drei der vorher erlernten Ebenen ausprobieren und miteinander verbinden. Durch das Aufgreifen der vorherigen Bewegungsvorstellung "Wäscheleine", wissen die SuS wie sie in den Ebenen arbeiten müssen.

Ziel: Verbindung und Zusammenführung aller drei Ebenen

Abb. 3: Verbinden der unteren mit der oberen Ebene

Übung 3: Schattentanz

Bewegungsaufgabe
"Bewegt euch in der Gruppe hintereinander und imitiert dabei die jeweiligen Bewegungsmuster eures Vordermannes!"

Abb. 4: Bewegungsumsetzung

Die SuS sammeln sich in Fünfer-Gruppen und bilden jeweils in ihrer Gruppe eine Reihe. Der Erste der Gruppe gibt sowohl eine Bewegungsrichtung als auch eine der Bewegungsgrundformen (gehen, laufen, federn, galoppieren oder hüpfen) vor, welche die anderen der Gruppe nachmachen sollen.► 1 Dabei ist besonders darauf zu achten, dass die Laufwege variieren und sich die Schlangen nicht gegenseitig berühren und behindern. Diese Übung sollte durch Musik hinterlegt werden. Wenn die Musik leiser gedreht wird, soll der Letzte der Reihe nach vorne tanzen und sich als Vordermann neue Bewegungsrichtungen und -formen in Verbindung mit den erlernten Ebenen ausdenken.

Ziel: Bewegungsrichtung und Raumwege kennenlernen und mit den Raumebenen verbinden

 BY-SA

Übung 4: Formationen in Kleingruppen

Bewegungsaufgabe
"Bewegt euch frei im Raum und findet euch auf Signal in einer Formation als Kleingruppe zusammen. Ändert in ständiger Folge die Formationen. Friert eine fertige Formation kurz ein!"

Bei dieser Übung geht es darum verschiedene Ideen zu entwickeln, welche Formationsmöglichkeiten es gibt, die die SuS später in ihren Tanz mit einbeziehen sollen. Vorab und dazwischen tanzen sie in individuellen Variationen frei im Raum. Bei einem vorher abgesprochenen akustischen Signal finden sich die Schüler jeweils in unterschiedlich großen Kleingruppen zusammen und führen verschiedene Formationsmuster aus. Als Variation können die auszuführenden Formationen vorgegeben werden.

Ziel: Kennenlernen verschiedener Formationsmuster

Abb. 5: Formationsmöglichkeiten

Übung 5: Formationen in der Großgruppe

Bewegungsaufgabe
"Übertragt die Formationen aus der Kleingruppenarbeit auf die gesamte Gruppe!"

Als Abschluss sollen die SuS die Formationen anstatt in ihrer Kleingruppe in der Großgruppe ausführen. Zu beachten ist, dass die Bewegungen trotzt großer Gruppe nicht hektisch werden und dass die gesamte Gruppe eine Einheit bildet.

Ziel: Zusammenschluss der gesamten Gruppe zu verschiedenen Formationen

Abb. 6: Herzformation in der Großgruppe

 CC BY-SA

Verlaufsplan

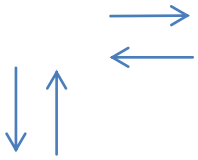
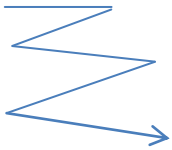
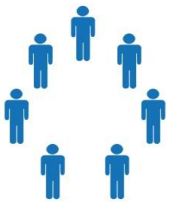
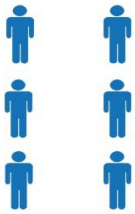
Motorisches Feinziel: Die SuS lernen den Raum zu nutzen, ihn zu gestalten, sich darin zu bewegen, indem sie die Körperebenen mit unterschiedlichen Bewegungsrichtungen verbinden.

Phase/Zeit	Motorik im Unterrichtsgeschehen	Feinstziel	Methodisch-didaktische Unterrichtsgestaltung	Organisation/ Material
Begrüßung/ 2 min.			Begrüßung und Einführung in die Stunde	Innenstirnkreis sitzend
Kognitive Phase/ 10 min.		Die SuS lernen die verschiedenen Bewegungsrichtungen und Körperebenen kennen.	**Lehrer-Schüler-Gespräch** *"Welche Möglichkeiten gibt es, sich im Raum zu bewegen?" "In welchen Ebenen kann sich der Körper befinden?"* **Bewegungsaufgabe** *"Füllt das Arbeitsblatt* ► **1-2** *aus und überprüft es mit Hilfe des Lösungsblattes!"* ► **3**	Tafel Innenstirnkreis sitzend
Erarbeitungsphase I./ 7 min	**Ebenen im Haushalt** **Wäsche aufhängen in allen Ebenen**	Die SuS setzen die gelernten Körperebenen und -richtungen im Tanz um.	**Bewegungsaufgabe** *"Tanzt im festgelegten Raumabschnitt in den verschiedenen Körperebenen"* *"Verbindet die drei erlernten Ebenen miteinander"*	Die Halle wird dreigeteilt Dreiteilung wird aufgehoben
Erarbeitungsphase II./ 5 min.	**Schattentanz**	Die SuS führen bewusste Bewegungen in den Raumebenen in Verbindung mit Raumwegen aus.	**Bewegungsaufgabe** *"Bewegt euch hintereinander im Raum und imitiert dabei die Bewegungen eures Vordermannes!"*	Vierer-Gruppen Musik
Erarbeitungsphase III./ 5 min.	**Formationen in Kleingruppen**	Die SuS setzen die Formierungsmöglichkeiten um.	**Bewegungsaufgabe** *"Führt auf ein Signal verschiedene Formationsmöglichkeiten in der Kleingruppe aus!"*	Fünfer-Gruppen
Abschlussphase II./ 3 min.	**Formationen in der Großgruppe**	Die SuS übertragen die erlernten Formationen auf die gesamte Gruppe.	**Bewegungsaufgabe** *"Übertragt die erlernten Formationen auf die Großgruppe!"*	
Reflexion/ 3 min.			**Lehrer-Schüler-Gespräch**	Innenstirnkreis sitzend

 (cc) BY-SA

Arbeitsblatt A: Bewegen im Raum 1

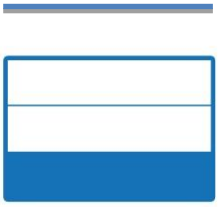
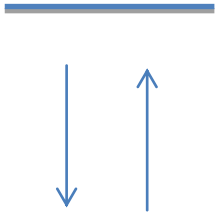
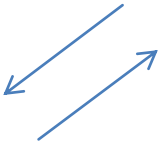
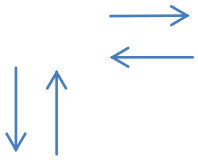
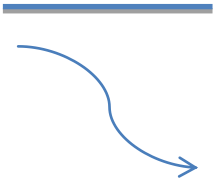
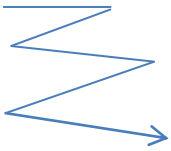
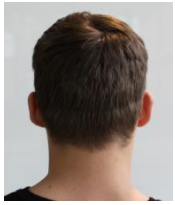
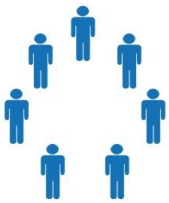
Vervollständige die Tabelle mit den fehlenden Bezeichnungen und Skizzen!

Bewegungs-ebenen	**hoch**	**mittel**		**Boden**
Bewegungs-ebenen im Raum	**vor-/rückwärts**		**diagonal**	
Bewegungs-richtungen im Raum		**kurvig**	**zackig** 	
Ausrichtung der Körperfront	**Vorderfront**			**Rückfront**
Formationen im Raum		**Reihe**	**Gasse** 	

 BY-SA

Arbeitsblatt B: Bewegen im Raum 2

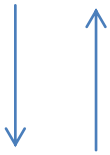
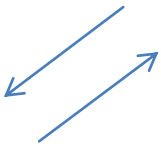
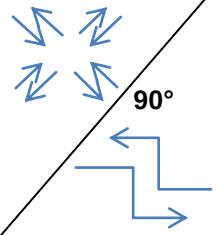
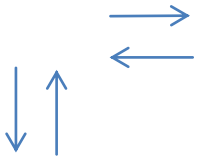
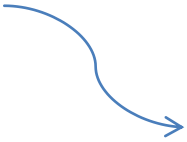
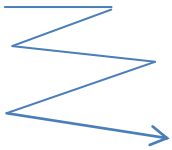
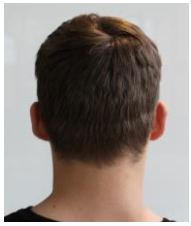
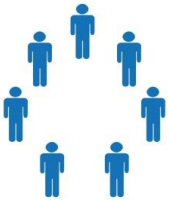
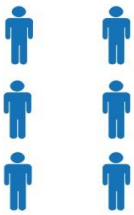
Vervollständige die Tabelle mit den fehlenden Bezeichnungen und Skizzen!

Bewegungs-ebenen	**hoch**	**mittel**		**Boden**
Bewegungs-ebenen im Raum		**rechts/links**		
Bewegungs-richtungen im Raum	**geradlinig** 		**zackig** 	
Ausrichtung der Körperfront		**Profil**		
Formationen im Raum	**Kreis** 		**Gasse**	

 BY-SA

Lösungsblatt

3

Bewegungs-ebenen	**hoch**	**mittel**	**tief**	**Boden**
Bewegungs-ebenen im Raum	**vor-/rückwärts** 	**rechts/links**	**diagonal** 	**außen/innen**  **90°**
Bewegungs-richtungen im Raum	**geradlinig** 	**kurvig** 	**zackig** 	**kreisförmig**
Ausrichtung der Körperfront	**Vorderfront**	**Profil**	**Halbprofil**	**Rückfront** 
Formationen im Raum	**Kreis** 	**Reihe**	**Gasse** 	**Viereck** **Dreieck**

 BY-SA

Quellenverzeichnis

Literatur

Autor	Literaturname	Erscheinungsort	Erscheinungsjahr	Verlag
Beck, P./Brieske-Maiberger, S.	Methodik zur Gymnastik mit Handgeräten	Aachen	1999	Meyer&Meyer
Mißmahl-Brunner, I.	Gymnastik. Training-Technik-Taktik	Reinbeck	1980	Rowohlt Taschenbuch

Abbildung / Foto

Nummer	Urheber
Titelbild, 2-5	Studenten der Universität Koblenz-Landau; Campus Koblenz; Institut für Sportwissenschaften
1, Arbeitsmaterial 1-3	Laura Attig, Jaqueline Hessemer, Annette Huber, Uwe Unterbörsch

Ursprünglich verwendete Musik

Video	Musiktitel	Interpret/Komponist	Verlag
1	Levels (Original Mix)	Avicii	Universal Music

Neuvertonte Videos

Video	Musikquelle	Unterkategorie	Nummer/Interpret	Titel
1	KNSU-Musikstudio	Pop-vocal	30 Lexter	Who's laughing now

Urheber des Beitrages

Autor	Berater	Institution
Laura Attig, Jaqueline Hessemer, Annette Huber, Uwe Unterbörsch / Lehramtsstudierende	Minnich, Marlis	Institut für Sportwissenschaft, Universität Koblenz- Landau, Campus Koblenz

 BY-SA