



Bild: Fotolia

Praxiseinheit 5: Hip running and dancing - ein mehrperspektivischer Zugang zu Le Parcour, Hip Hop und Co.

Referentin: **Kirsten Plener** (Integrierte Gesamtschule Bonn-Beuel, Bonn - *langjährige Erfahrung im GU*)

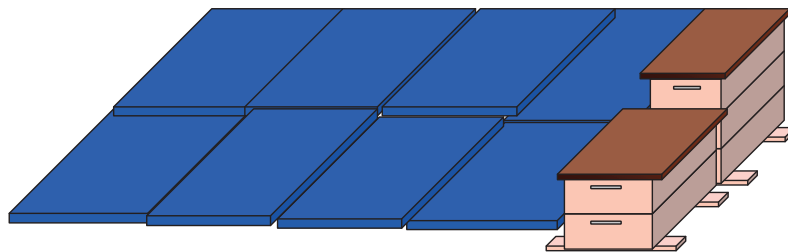
In diesem Workshop wurde ein Unterrichtsvorhaben - als mögliches Beispiel eines inklusiven, kompetenzorientierten Sportunterrichts - vorgestellt, diskutiert und praktisch erprobt.

In diesem Vorhaben wurden die Unterrichtsgegenstände Le Parcour und Hip Hop /Breakdance mit verschiedenen pädagogischen Perspektiven verknüpft, unterschiedliche kooperative Lernformen eingesetzt und die Selbstständigkeit und Selbstbestimmung der Schülerinnen und Schüler gefordert und gefördert. Hierdurch wurden Lernmöglichkeiten geschaffen, in denen jede Schülerin und jeder Schüler (mit und ohne Förderschwerpunkt) individuell gefördert und eine umfassende Handlungskompetenz angebahnt werden konnte.

STATION 1 - landen und abrollen

Benötigtes Material:

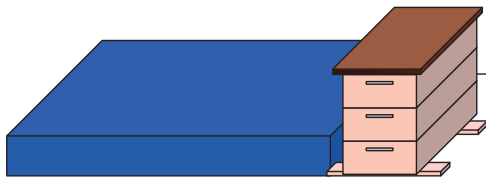
- 8 Turnmatten
- einen 3-teiligen Kasten
- einen 2-teiligen Kasten



STATION 2 - Tic Tac (an der Wand)

Benötigtes Material:

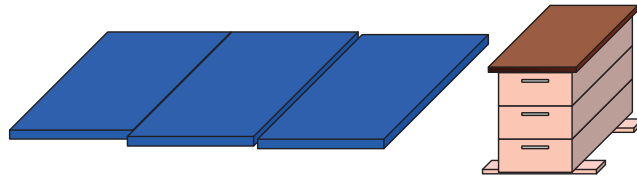
- ein 3-teiliger Kasten
- eine Niedersprungmatte oder Turnmatte



STATION 4 - Sprung

Benötigtes Material:

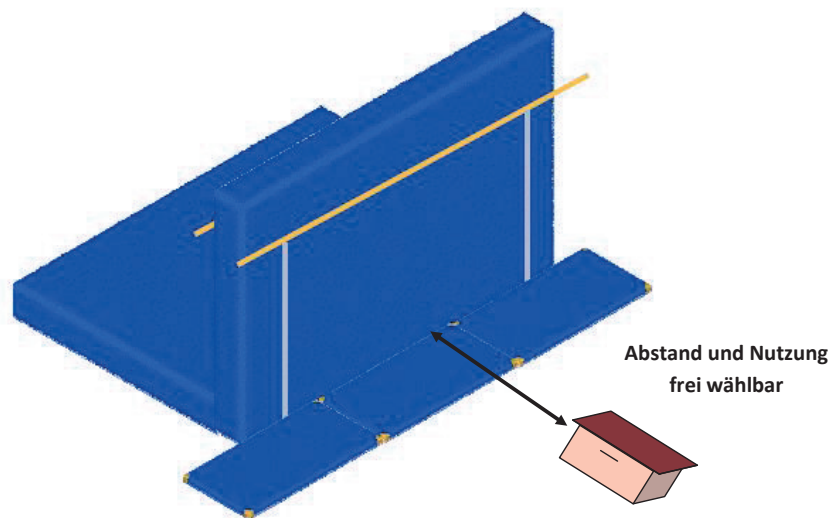
- einen Kasten (3 teilig)
- 2-3 Matten
- Sprungbrett (wäre schön)



STATION 6 - Mauerüberwindung

Benötigtes Material:

- 1 Barren
- Mind. 2 Weichbodenmatten, besser 3 Weichbodenmatten
- 3 Turnmatten
- 1 kleiner Kasten



STATION 3 - Durchbruch

Benötigtes Material:

- 1 Barren
- 3 Turnmatten
- (ggf. Weichbodenmatte, wenn Barren ohne Matten)



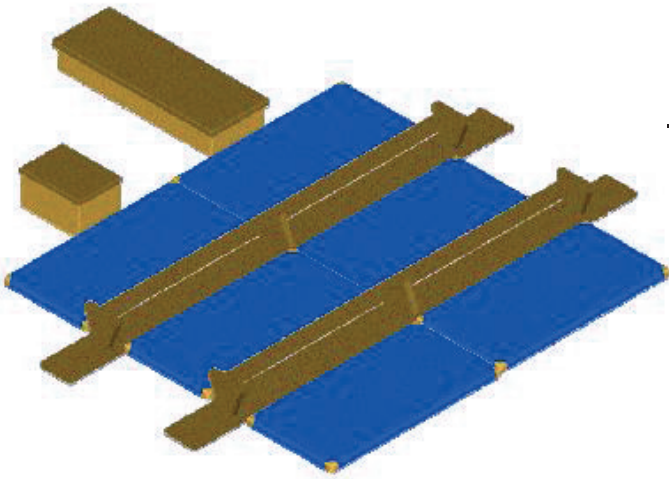
STATION 5 – Balancieren & Präzisionssprung

Benötigtes Material:

- 2 Bänke
- 1 Kastendeckel
- 1 kleiner Kasten
- 6 kleine Matten

Benötigtes Material:

- 2 Bänke
- 4 Kästen
- 1 Schwebebalken
- 6 kleine Matten



oder

