

Esther Langer

Förderung exekutiver Funktionen im Schulsport

Beratungskonzept – Protokoll Praxisphase III

Datum/Fach	Inhalt	Rückmeldung der SuS	Anmerkungen
26.2.2018 Sport	Wörter-Merken-Biathlon. Die Schüler laufen eine abgesteckte Strecke zu einem bestimmten Punkt. Dort liegt eine Wörterliste, von der sie sich beliebig viele Begriffe merken sollen. Dann laufen sie zurück zu ihrer Gruppe, schlagen den nächsten ab und schreiben alle Begriffe auf, die sie sich gemerkt haben.	Die Übung ist sehr anspruchsvoll, da sie sich zu viele Begriffe auf einmal merken wollten.	Streckenlänge muss passend gewählt sein und je nach Jahrgangsstufe angepasst werden
15.03.2018 Sport	Tic-Tac-Toe - Staffel Es wird das bekannte Spiel "Tic-Tac-Toe" gespielt. Dafür werden für je zwei Gruppen 9 Gymnastikreifen am anderen Ende der Halle ausgelegt. Die ersten beiden Spieler laufen los und legen ein Leibchen in einen beliebigen, aber freien Reifen. Die Mannschaft, welche zuerst drei eigene Leibchen in einer Reihe hat, gewinnt.	Das Spiel ist schnell vorbei, sodass die Pausen dazwischen als sehr lang empfunden wurden.	Kleine Gruppen von höchstens 4 SuS wählen.
13.01.2018 Mathe	Winkel anzeigen. Es wird eine Winkelgröße genannt, die die Schüler mit ihren ausgestreckten Armen anzeigen sollen. Über Schnelligkeit kann die Übung erschwert werden.	Übung ist Energizer, da sie im Stand durchgeführt wird und wird von den Schülern als willkommene Abwechslung angesehen.	Die Übung eignet sich gut für einen wiederholenden Einstieg. Übung lässt sich auch in PA durchführen.
09.05.2018 Sport	Badminton nach Ansage Es wird vor jedem Schlag im Badminton vom Gegner angesagt, ob ein Clear oder ein Drop gespielt wird. Zunächst noch direkt nach dem eigenen Schlag ansagen, mit zunehmender Zeit/ Könnensstand erst kurz vor dem Schlag des Gegners ansagen.	Schnelle Umsetzung des Schlags fordert eine hohe Konzentration, auch Inhibition wird gefördert.	Die Übung lässt sich auch als Differenzierung für starke Schüler verwenden und kann auch mit Zusatzaufgaben schwerer gemacht werden.