

Lektionsthema: Attraktive Aufgaben stellen und Rückmeldungen geben (JUSPO)

Autorin: Andrea Zryd

Rahmenbedingungen:

Lektionsdauer: 60 Minuten
 Teilnehmende: Experten LA
 Gruppengrösse: ca. 15
 Kursumgebung: Turnhalle
 Zielgruppe: Jugendtraining U14-U16

Attraktive Aufgaben stellen und Rückmeldungen geben

Attraktive Aufgaben
 Lernende können reizvolle und schwierige Aufgaben selten auf Anhieb lösen. Es gelingt ihnen aber mit der entsprechenden Anleitung, Unterstützung oder Übung. Vielseitige Lernarrangements und herausfordernde Aufgabenstellungen können motivierend auf den Lernprozess wirken.

Rückmeldungen geben
«Beraten meint informieren und anleiten, korrigieren und bestärken, bekräftigen, ermutigen, betreuen und auch erteilen von Ratschlägen. Die Qualität der Beratung ist das Gütezeichen des Unterrichts.»¹

1) J+S Broschüre, Kernlehrmittel Jugend+Sport

Vielseitige Lernarrangements planen und umsetzen

Altes neu verpacken
«Ohne Fleiss kein Preis.» Gerade das Erlernen technisch komplexer Fertigkeiten beansprucht hohe Wiederholungszahlen und stellt den Leiter vor Herausforderungen. Wer dabei stur an den gleichen Abläufen festhält, vergraut seine Trainingsgruppe. Stattdessen sind kreative «Verpackungskünstler» gefragt. Sie garnieren altbekannte Übungen mit neuen Zutaten und sorgen mit vielfältigen Lernarrangements für Abwechslung.

Den Entdeckergeist wecken
 Nach Möglichkeit berücksichtigt der Leiter auch offene Aufgabenstellungen. Ein Ansatz, der die Teilnehmer zum Mitdenken anregt und der sich mit den Erkenntnissen des Entwicklungspsychologen Jean Piaget deckt. Dessen Credo lautet: *«Was man einem Kind beibringt, kann es nicht mehr selbst entdecken.»*

Herausfordernde Aufgaben stellen und fachlich korrekt anleiten | Zeitnahe, zielorientierte und konstruktive Rückmeldungen geben | Individuelle und gemeinsame Erfolgsergebnisse ermöglichen

Individuelle und gemeinsame Erfolgsergebnisse ermöglichen

Erfolg macht hungrig
«Gibt es etwa eine bessere Motivation als den Erfolg?», fragt der Sportmanager Ion Tiriac. Tatsächlich hinterlassen Erfolgsergebnisse einen prägenden Eindruck. Aus motivations-psychologischer Sicht geht es dabei weniger um Medaillen und Pokale, sondern vielmehr um die Wahrnehmung von individuellen Fortschritten und Gemeinschaftserlebnissen. Leiter sollten darauf achten, dass möglichst alle Teilnehmer im Laufe einer Aktivität Erfolge feiern dürfen.

Das Ich im Fokus
 Erfolgsergebnisse treten verstärkt auf, wenn der Leiter nicht nur das Resultat in den Vordergrund stellt. Diese Herangehensweise legt den Fokus auf den individuellen Lernfortschritt. Sieg und Niederlage verlieren an Bedeutung.

Herausfordernde Aufgaben stellen und fachlich korrekt anleiten | Vielseitige Lernarrangements planen und umsetzen | Zeitnahe, zielorientierte und konstruktive Rückmeldungen geben

Zielsetzungen Teilnehmende:

Herausfordernde, attraktive Aufgaben lösen. Motivierende Trainingsübungen erleben. Individuelle und gemeinsame Erfolgsergebnisse. Zielorientierte Feedbacks erhalten.

Zielsetzungen für J+S-Leiter an den MF-Leiter:

Erfolgsergebnisse für alle ermöglichen, Feedbackkultur, herausfordernde Aufgaben stellen und diese niveaugerecht variieren. Vielseitige Lernarrangements anbieten.

Hinweise: Erfolgsergebnisse für alle stehen im Vordergrund. Lernen-Lachen-Leisten.

Einleitung, Einstieg

Zeit	Thema / Aufgaben / Ablauf	Organisation	Ziel	Material
5'	Ausblick auf die Lektion, Ziele bekannte geben	Bänkliviereck	Ziele und Absicht transparent darlegen	Kartenset vergrössert, 4 Bänkli

Beispiellektion Springen-In die Weite springen				
Zeit	Thema / Aufgaben / Ablauf	Organisation	Ziel	Material
5'	Warm-up: <i>Vielseitige Lernarrangements planen und umsetzen</i>	Mattenparcours, div. Hindern.	Vielseitige Lernarrangements planen	Matten, kleine Hürden, Blocks, etc.
5'	Aufgabe: Variiere Sprungumgebung	Mattenparcours verändern	Input Experten	dito
8'	Hauptteil 1: Challenge: <i>Erfolgserlebnis ermöglichen</i> Aufgabe: Was für andere Challengeformen gibt es?	Mattenstafette, 2 Teams, Stafettenform Mündlich Bsp. nennen	Gemeinsames Erfolgserlebnis (Schwächere fallen nicht ab) Ideensammlung	2 dicke Matten umdrehen
25'	Hauptteil 2: <i>a) Herausfordernde Aufgabe stellen und korrekt anleiten</i> <i>b) Zeitnahe, zielorientierte, konstruktive Rückmeldung geben</i> Aufgabe: Gruppe 1 sucht zwingende Übungen für Ganzkörperstreckung. Gruppe 2 gibt Feedback. Sprungchallenge: Erfolgserlebnis ermöglichen, LA ist messen, wetteifern.	Indoorweitsprung, 2 Sprunganlagen mit T-Absprung auf dicke Matte. Übung vorzeigen (Lernen am Modell). Ev. Methode mit Fehlerbild noch nutzen. Aufteilen in 2 Gruppen auf je 1 Anlage 2 Anlagen. Welches Team springt total am weitesten. Beste Individualleistung	Trainingsform korrekt anleiten und viele Sprünge ermöglichen. Fokus auf technische Elemente wie Ganzkörperstreckung. Feedback zeitnahe geben, konstruktiv Feedback mittels zwingenden Übungen Wettkampf mit Leistung messen. Individualwert und Gruppenwertung	4 Kastenoberteile, 4 dicke Matten, kleine Matten, ev. Klebband. z.B. Seil, Ball Sprunganlage, Klebeband und Messband
Ausklang, Abschluss, Auswertung				
Zeit	Thema / Aufgaben / Ablauf	Organisationsform	Ziel	Material
10'	Reflexion, Diskussion	Übungen zuteilen im Bänklviereck (Visualisieren)		