

## Problemorientiertes Lernen: Frisbee

Die Lektionsvorbereitung dient dazu, die Eigenschaften der Methode «Problemorientiertes Lernen» (POL) anhand eines konkreten Beispiels aufzuzeigen. Dieses basiert auf einem Frisbee-Training, bei dem die Teilnehmenden die Lerninhalte selbstständig in Gruppen erarbeiten.

### Rahmenbedingungen

- Lektionsdauer: 90 Minuten
- Zielgruppe: Erwachsene
- Ort: Outdoor

### Lektionsziel

- Die Teilnehmenden zeigen sich kreativ und entwickeln unterschiedliche Spielformen, mit denen sich verschiedene Wurftechniken, die Ausdauer oder Präzisionswürfe trainieren lassen.

**Autorin:** Annette Notz: Fachspezialistin esa-Expertenbildung

	Unterrichtsphase und Inhalte	Methodische Hinweise
Einstieg	<p>30' <b>Einführung</b></p> <p><b>Ziele</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Die Teilnehmenden kennen das Lernziel «Kreativität zeigen». Sie entwickeln verschiedene Spielformen, mit denen sich verschiedene Wurftechniken, die Ausdauer oder Präzisionswürfe trainieren lassen.</li> <li>• Die Teilnehmenden kennen die Vorgehensmethodik der Methode «Problemorientiertes Lernen».</li> <li>• Die Teilnehmenden kennen die Problemstellung (Aufgabe).</li> </ul> <p><b>Material:</b> Videos: <a href="#">Frisbee-Grundlagen</a>, <a href="#">weitere Frisbee-Übungen</a></p> <p><b>Lektionsablauf</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gruppen bilden</li> <li>• Problemstellung begreifen</li> <li>• Frisbee-Performance</li> </ul> <p><b>Arbeitsweise</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Die Lehrperson erklärt die Vorgehensmethodik und die entsprechenden Fragestellungen des «Problemorientierten Lernens».</li> <li>• Die Gruppen arbeiten selbstständig. Sie befolgen die Vorgehensweise der Methode «Problemorientiertes lernen» und halten ihre Überlegungen schriftlich fest. Die Gruppen bereiten eine Demonstration ihrer Vorschläge vor und beziehen die anderen Teilnehmenden ein.</li> <li>• Das Prinzip der Selbstevaluation kommt zum Zug: Die Lehrperson unterstützt die Teilnehmenden nur so viel, wie nötig.</li> </ul> <p><b>Problemstellung (Aufgabe)</b></p> <p>In 5er-Gruppen drei Spielformen mit dem Frisbee entwickeln, bei denen der Fokus auf folgenden Punkten liegt:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Variantenreiches Handling des Frisbees,</li> <li>• Ausdauer,</li> <li>• Präzisionswürfe.</li> </ul> <p>Jede Form muss dem Niveau der Teilnehmenden angepasst werden können.</p>	<p><b>Problemorientiertes Lernen</b></p> <p>Im Fokus der Methode steht die individuelle Auseinandersetzung der Lernenden mit einem gegebenen Problem (im Gegensatz zu einer «normalen» Aufgabe, setzt ein Problem immer eine bewusste Denkleistung und Handlungsstrategie voraus). Die Lernenden suchen selbstständig nach Lösungen und stützen sich auf ihre persönlichen Erfahrungen und ihr Wissen.</p> <p><b>Charakteristik</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Offener Unterricht</li> <li>• Individualisiertes Lernen</li> <li>• Herausfordernde Problemstellung und attraktives Aufgabenmaterial (Sportgeräte etc.)</li> <li>• Eigeninitiative und Selbständigkeit der Lernenden</li> <li>• Lehrperson als Coach und Begleiter</li> <li>• Pädagogische Imperative: «Hilf mir, es selbst zu tun», «Learning by doing»</li> </ul> <p><b>Sicherheit</b></p> <p>Die Lehrperson kann und soll den offenen Unterricht nur bedingt steuern, sie ist aber jederzeit für die Sicherheit der Lernenden verantwortlich. Klare Regeln helfen ihre Sicherheit gewährleisten zu können.</p>

		Unterrichtsphase und Inhalte	Methodische Hinweise
Hauptteil	40'	<p><b>Die drei Phasen</b></p> <p><b>Ziel:</b> Die Teilnehmenden entwickeln in 5er-Gruppen drei Frisbee-Spielformen, die der Problemstellung entsprechen.</p> <p><b>Material:</b> Frisbees und Zugang zu möglichst viel Materialien.</p> <p>Die Teilnehmenden versuchen in Teams/Gruppen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Die Problemstellung zu erkennen und sie zu verstehen;</li> <li>• Die Problemstellung zu analysieren und verschiedene Lösungen zu finden;</li> <li>• Das Problem mit konkreten Vorschlägen zu lösen.</li> </ul>	<p><b>Vorgehensmethodik</b></p> <p>Die Vorgehensmethodik ist eine Orientierungshilfe und soll die Lernenden zum Denken (kognitive Aktivierung) anregen. Wenn möglich werden die Gedanken schriftlich festgehalten.</p>
	Ausklang	20'	<p><b>Frisbee-Performance</b></p> <p><b>Ziel:</b> Lernzielüberprüfung.</p> <p>Jede Gruppe demonstriert die erfundene(n) Spielform(en). Anschliessend machen alle Teilnehmenden mit.</p> <p><b>Reflektion</b></p> <p>Die Lehrperson regt danach eine Diskussion an:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Handelt es sich um eine Spielform?</li> <li>• Wurden die Ausdauer oder Präzisionswürfe oder das Handling des Frisbees effektiv trainiert?</li> <li>• Hat es Freude bereitet, so zu arbeiten?</li> <li>• Wo lagen die Schwierigkeiten?</li> </ul>