

Reihenverlaufsplan: Ultimate Frisbee

Fach: Sport

Klassenstufe: 12

Geplante Stunden: 8 á ca. 60 Min.

Erstellt am: 14.05.2025

Reihenüberblick & Didaktische Begründung

Die Unterrichtsreihe 'Ultimate Frisbee' für die Klassenstufe 12 zielt darauf ab, Schüler*innen nicht nur die technischen und taktischen Grundlagen dieser Sportart zu vermitteln, sondern auch die Werteorientierung und den Teamgeist zu fördern, die im 'Spirit of the Game' verankert sind. Der rote Faden der Reihe ist die problemorientierte Auseinandersetzung mit zentralen Fragen rund um Ultimate Frisbee, die von den grundlegenden Regeln und Wurftechniken bis hin zu komplexen taktischen Überlegungen und der Spielanalyse reichen. Die Reihe ist relevant, da sie eine attraktive Alternative zu traditionellen Sportarten bietet, die soziale Kompetenzen stärkt und gleichzeitig körperliche Aktivität fördert.

Übergeordnete Kompetenzen / Lernziele der Reihe

- Fachkompetenz: Die Schüler*innen beherrschen die grundlegenden und fortgeschrittenen Techniken und Taktiken des Ultimate Frisbee.
- Methodenkompetenz: Die Schüler*innen können Spielsituationen analysieren, Strategien entwickeln und ihre Leistungen selbstständig verbessern.
- Sozialkompetenz: Die Schüler*innen arbeiten im Team zusammen, kommunizieren effektiv und respektieren die Regeln und den 'Spirit of the Game'.
- Personalkompetenz: Die Schüler*innen entwickeln Selbstvertrauen, übernehmen Verantwortung und setzen sich realistische Ziele.

Stundenübersicht im Detail

Std.	Thema / Titel	Kompetenzziele (Auswahl)	Inhalte / Aktivitäten	Methoden / Sozialform	Medien / Materialien
1	Einführung in Ultimate Frisbee: Regeln, Werte und Basistechniken	- Die SuS können die grundlegenden Regeln von Ultimate Frisbee erklären und anwenden. - Die SuS können die zentralen Werte des 'Spirit of the Game' erläutern und im Verhalten zeigen. - Die SuS können die Forehand- und Backhand-Wurftechniken demonstrieren und einfache Pässe ausführen.	- Theoretische Einführung in die Regeln und den 'Spirit of the Game' - Demonstration und Übung der Forehand- und Backhand-Wurftechniken in Partnerarbeit - Einfache Passübungen und spielerische Elemente zur Festigung der Techniken	Lehrervortrag mit fragend-entwickelndem Gespräch, Partnerarbeit, Stationstraining	Regelwerk Ultimate Frisbee, Frisbees, Markierungshütchen, Skizzen Wurftechniken
2	Präzision und Distanz: Perfektionierung der Wurftechniken	- Die SuS können ihre Wurftechniken (Forehand und Backhand) situationsgerecht und präzise anwenden. - Die SuS können die Flugbahn der Frisbee bewusst beeinflussen, um unterschiedliche Distanzen zu überwinden. - Die SuS können gezielte Pässe über kurze und mittlere Distanzen unter Zeitdruck ausführen.	- Aufwärmspiele mit Frisbee zur Verbesserung der Wurfgenauigkeit - Übungen zur Erhöhung der Wurfdistanz (z.B. mit Anlauf oder aus der Drehung) - Spielformen wie 'Frisbee-Golf' oder 'Zielwerfen' zur spielerischen Anwendung der Techniken	Einzelübungen, Partnerarbeit, Gruppenwettbewerb, spielerisches Lernen	Frisbees, Markierungshütchen, Zielscheiben, Messband
3	Freilaufen und Raumdeckung: Die Kunst der Bewegung ohne Scheibe	- Die SuS können sich ohne Scheibe effektiv freilaufen, um anspielbereit zu sein und Räume zu öffnen. - Die SuS können die Prinzipien der Raumdeckung anwenden, um Pässe des Gegners zu antizipieren und zu verhindern. - Die SuS können ihre Laufwege an die Spielsituation anpassen und taktisch klug agieren.	- Übungen zum Freilaufen (z.B. 'Give-and-Go', 'Deep Cut') - Einführung in die Raumdeckung und Übungen zur Antizipation von Pässen - Kleine Spielformen, in denen das Freilaufen und die Raumdeckung im Fokus stehen	Partnerarbeit, Kleingruppenspiele, Demonstrationen, Instruktionen	Markierungshütchen, Frisbees, Taktiktafel oder Whiteboard

Std.	Thema / Titel	Kompetenzziele (Auswahl)	Inhalte / Aktivitäten	Methoden / Sozialform	Medien / Materialien
4	Taktische Grundlagen: Passmuster und Teamrollen	- Die SuS können einfache Passmuster im Team spielen und variieren. - Die SuS können die Bedeutung von Timing und Präzision im Passspiel erkennen und umsetzen. - Die SuS können die verschiedenen Rollen im Team (z.B. Handler, Cutter, Mid) benennen und ihre Aufgaben erfüllen.	- Erarbeitung und Übung verschiedener Passmuster (z.B. 'Horizontal Stack', 'Vertical Stack') - Rollenspiele zur Verdeutlichung der verschiedenen Teamrollen - Spielformen, in denen die Passmuster und Teamrollen angewendet werden	Gruppenarbeit, Rollenspiele, Taktikbesprechung, angeleitetes Spiel	Frisbees, Markierungshütchen, Taktiktafel oder Whiteboard, Rollenkarten
5	Defensive Strategien: Markieren und Intercept	- Die SuS können die Grundlagen des Markierens (Verteidigens) anwenden und den Passweg des Gegners beeinflussen. - Die SuS können die Technik des Intercepts (Abfangen) demonstrieren und erfolgreich Pässe abfangen. - Die SuS können die Vor- und Nachteile verschiedener defensiver Strategien (z.B. Mann-gegen-Mann-Verteidigung) erläutern.	- Übungen zum richtigen Markieren (z.B. Abstand halten, Druck ausüben) - Techniktraining für das Intercept (z.B. Timing, Positionierung) - Spielformen, in denen das Markieren und Intercept geübt werden	Einzelübungen, Partnerarbeit, Kleingruppenspiele, Demonstrationen	Frisbees, Markierungshütchen, Videos zur Veranschaulichung der Techniken
6	Spielanalyse: Stärken stärken, Schwächen minimieren	- Die SuS können die eigenen Fehler im Spiel erkennen und analysieren. - Die SuS können konstruktive Kritik geben und annehmen, um das Team zu verbessern. - Die SuS können Verbesserungsvorschläge für das eigene Spiel und das des Teams entwickeln und umsetzen.	- Kurzes Spiel zur Beobachtung und Videoaufnahme - Analyse des Spiels anhand von Videoaufnahmen oder Beobachtungsbögen - Diskussion der Stärken und Schwächen des Teams und einzelner Spieler - Entwicklung von individuellen und teambezogenen Verbesserungsplänen	Gruppenarbeit, Videoanalyse, Feedback-Gespräche, Selbstreflexion	Videoaufnahmen des Spiels, Beobachtungsbögen, Computer oder Tablet zur Videoanalyse

Std.	Thema / Titel	Kompetenzziele (Auswahl)	Inhalte / Aktivitäten	Methoden / Sozialform	Medien / Materialien
7	Turniervorbereitung: Taktik, Teamgeist und 'Spirit of the Game'	- Die SuS können eine taktische Strategie für ein simuliertes Turnier entwickeln und begründen. - Die SuS können die Bedeutung des Teamgeists für den Erfolg im Ultimate Frisbee erklären und fördern. - Die SuS können die Regeln des 'Spirit of the Game' im simulierten Turnier anwenden und vorleben.	- Entwicklung einer taktischen Strategie für das Turnier in Gruppenarbeit - Übung verschiedener Spielsituationen (z.B. 'Force', 'Break Side') - Diskussion und Festigung der Werte des 'Spirit of the Game' - Erstellung von Teamregeln und -vereinbarungen	Gruppenarbeit, Taktikbesprechung, Rollenspiele, Teambuilding-Aktivitäten	Taktiktafel oder Whiteboard, Frisbees, Markierungshütchen, Regelwerk Ultimate Frisbee
8	Abschlussturnier: Bewährungsprobe und Reflexion	- Die SuS können die erlernten Fähigkeiten und Kenntnisse im Turnier anwenden und ihr Bestes geben. - Die SuS können die Regeln des 'Spirit of the Game' im Turnier anwenden und Konflikte fair lösen. - Die SuS können ihre Erfahrungen aus dem Turnier reflektieren und Verbesserungspotenzial für die Zukunft identifizieren.	- Durchführung eines Abschlussturniers mit Anwendung der erlernten Fähigkeiten - Beobachtung und Bewertung des 'Spirit of the Game' durch die Schüler*innen selbst - Reflexionsrunde nach dem Turnier zur Auswertung der Erfahrungen und zur Identifizierung von Verbesserungspotenzial	Turnierform, Selbstbeobachtung, Feedback-Gespräche, Reflexionsrunde	Frisbees, Markierungshütchen, Turnierplan, Bewertungsbögen für den 'Spirit of the Game'

Differenzierungsmaßnahmen

Differenzierung nach Lerntempo durch individuell angepasste Übungen und Aufgaben.

Differenzierung nach Komplexität durch Variation der Spielformen und taktischen Anforderungen.

Unterstützung schwächerer Schüler*innen durch Partnerarbeit und individuelle Hilfestellung.

Förderung stärkerer Schüler*innen durch anspruchsvollere Aufgaben und die Übernahme von Coaching-Aufgaben.

Leistungsbewertung / Lernerfolgskontrolle

Formative Leistungsbewertung durch Beobachtung der Mitarbeit, des Engagements und der Fortschritte im Laufe der Reihe.

Selbst- und Fremdeinschätzung durch die Schüler*innen anhand von Beobachtungsbögen und Feedback-Gesprächen.

Summative Leistungsbewertung durch die Bewertung der spielerischen Leistung im Abschlussturnier unter Berücksichtigung der technischen Fertigkeiten, der taktischen Fähigkeiten, des Teamgeists und des 'Spirit of the Game'.