

„Zahlentennis“

Angesprochene Kompetenzbereiche

Kompetenzbereich	Kompetenzbeschreibung
ARBEITSWEISE (LFS 1) SELBSTSTEUERUNG (LFS 2, 3) KOOPERATION (LFS 1) VERANTWORTUNGSBEWUSSTSEIN (LFS 3)	• Ich kann Arbeitstechniken einüben. • Ich kann konzentriert arbeiten • Ich kann meine Konzentration und meine Ausdauer aufrechterhalten. • Ich kann in Kontakt mit Anderen sein. • Ich kann meine Bedürfnisse zurückstellen, mein Handeln anpassen und Regeln einhalten.

Unterrichtsgeschehen

Zeitbedarf:	Vor dem Unterricht:	Nach dem Unterricht:	Im Unterricht: 15 Minuten
Ziele:	• Die Schülerinnen und Schüler schulen ihre Konzentrationsfähigkeit. Hierzu benötigen sie Teilkompetenzen wie ruhig sein, zuhören, verbinden von Zusammenhängen. • Die Schülerinnen und Schüler reflektieren ihr Verhalten in Stresssituationen.		
Material und Medien			
Rahmenbedingen	Die Schülerinnen und Schüler müssen sich mit etwa 50 cm Abstand in einem Kreis aufstellen können.		
Vorbereitung:			
Ablauf	• Die Schülerinnen und Schüler stellen sich im Kreis oder in U-Form auf und zählen durch. • Die Nummer 1 fängt an. Sie nennt ihre Zahl und eine weitere Zahl. • Die „aufgerufene Nummer“ nennt ihre Zahl und ruft eine weitere „Nummer“ auf. • Es dürfen dabei alle Nummern, bis auf die direkten Nachbarn, genannt werden. • Sollten Fehler gemacht werden nimmt diejenige / derjenige die/der den Fehler gemacht hat den Platz der höchsten Nummer ein. Dadurch ändern sich die Nummern einiger Schülerinnen und Schüler. Hinweis: Zunächst sollte die Übung ohne Zeitvorgaben oder andere Stress auslösende Faktoren durchgeführt werden. Ist das Spielprinzip verstanden und soweit trainiert sollte die Übung auf Zeit gespielt werden.		

Reflexionsphase und Transfer

Transfer- / Reflexionsfragen im Gespräch mit den Schülern	• Hat die Übung funktioniert? • Woran machen Sie das fest? • Wann wurden Fehler gemacht? • In welchen Situationen im Alltag, Schule oder Praktikum haben Sie ähnliches beobachtet? • Was hat die Übung mit Lernen zu tun?
Fragen zur Nachbereitung für die Lehrkraft	• Wie lässt sich die Konzentration im alltäglichen Unterricht trainieren? • Welche Anknüpfungspunkte zur Übung können sich im Unterricht ergeben?