

SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Escape Rooms für den Sportunterricht

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de



Einführung in die Arbeit mit Escape Rooms	4
★ Escape Rooms und Breakouts	4
★ Aufbau eines Breakouts	4
★ Einsatz im Unterricht	4
Breakout: Fitness	8
★ Hinweise für die Lehrkraft	8
★ Einstieg	10
★ Rätsel	11
Breakout: Basketball	16
★ Hinweise für die Lehrkraft	16
★ Einstieg	18
★ Rätsel	19
Breakout: Parcours / Turnen	24
★ Hinweise für die Lehrkraft	24
★ Einstieg	27
★ Rätsel	28
Breakout: Handball	33
★ Hinweise für die Lehrkraft	33
★ Einstieg	35
★ Rätsel	36
Breakout: Leichtathletik	41
★ Hinweise für die Lehrkraft	41
★ Einstieg	43
★ Rätsel	44
Breakout: Bewegungskünste	49
★ Hinweise für die Lehrkraft	49
★ Einstieg	51
★ Rätsel	52

ESCAPE ROOMS UND BREAKOUTS

Seit Jahren erfreuen sich sogenannte Escape Rooms – auch Exit Games oder Exit Rooms genannt – in vielen Großstädten weltweit einer immer größeren Beliebtheit.

Bei diesem Spiel wird eine Gruppe aus mehreren Personen für eine bestimmte Zeit – in der Regel zwischen 45 und 90 Minuten – in einem Raum eingeschlossen. Um die Mission zu erfüllen bzw. rechtzeitig aus dem Raum zu entkommen, müssen Hinweise gefunden, verschiedene Rätsel gelöst, Gegenstände manipuliert und Schlösser, Geheimgänge und -türen geöffnet werden. Je besser man dabei als Team zusammenarbeitet, Aufgaben verteilt und miteinander kommuniziert, umso höher ist die Wahrscheinlichkeit, erfolgreich zu sein. Problemlösendes Denken und Teamwork stehen im Vordergrund. In der Regel wird dabei jedes Team über Kameras beobachtet, sodass die Spielleitung gegebenenfalls eingreifen und Hinweise geben kann.

Die Grundidee der Escape Rooms kann in abgewandelter und angepasster Form auch auf die Turnhalle übertragen werden – natürlich ohne die Schüler*innen einzusperren. Man spricht dann von einem (Edu)Breakout, das seinen Ursprung in den USA hat.

Breakouts können durchaus unterschiedlich gestaltet sein, das zugrundeliegende Prinzip entspricht jedoch immer der Grundidee der Escape Rooms: Die Schüler*innen verfolgen in ihren Teams ein gemeinsames Ziel, das hier letztlich darin besteht, sich durch das erfolgreiche Lösen des Breakouts, das sich aus verschiedenen Aufgaben und Rätseln zusammensetzt, von einer anderen Aufgabe zu befreien bzw. bei der Lösung einer weiteren Aufgabe zu helfen.

AUFBAU EINES BREAKOUTS

Das Breakout beginnt mit einer **Rahmengeschichte** bzw. einem **Einstieg**, der eine doppelte Funktion hat. Zum einen sollen die Schüler*innen zum Thema hingeführt werden, zum anderen definiert der Einstieg eine Lücke, die es zu schließen gilt: Im vorliegenden Fall handelt es sich dabei meist um das Bewältigen eines Problems, das durch verschiedene Bewegungsaufgaben gelöst werden kann. Die Rätsel dienen zumeist dazu, herauszufinden, **welche Bewegungsaufgabe** genau ausgeführt werden muss.

Die **Kontextualisierung der Bewegungsaufgaben** in einen größeren Zusammenhang soll lediglich als Ansporn dienen, die Aufgaben möglichst sorgfältig zu bewältigen. Der eigentliche Antrieb sollte dennoch die **Freude an der Bewegung sein**.

Aufgrund des Materialbedarfs ist es sinnvoll, dass die Kleingruppen mit unterschiedlichen Rätseln und damit auch unterschiedlichen Bewegungsaufgaben beginnen. Somit wird ein Stau an einer Station verhindert und die Gruppen können weniger leicht voneinander abschauen. Wurde ein Rätsel samt Bewegungsaufgabe erfolgreich absolviert, erhält die Gruppe ein neues Rätsel. Somit behält die **Lehrkraft den Überblick**, welches Team gerade bei welcher Aufgabe ist und **wie sauber die Bewegungen ausgeführt** werden.

EINSATZ IM UNTERRICHT

Breakouts sind weniger als Methode, sondern vor allem als Motivationsmittel und Anwendungsform zu verstehen. Sie eignen sich deshalb auch besonders gut als **Einführung in neue Unterrichtsthemen** sowie als **abschließende Festigung oder Wiederholung**.

Neben dem Erwerb und der Festigung bzw. Wiederholung von fachspezifischem Wissen bzw. sportartspezifischen Fähigkeiten geht es bei dieser Unterrichtsidee aber auch um **Kommunikation und Kooperation im Team**, um logisches und problemlösendes Denken, Durchhaltevermögen, Selbstreflexion und zielorientiertes Handeln.

Breakouts werden in **Teams** von mindestens drei bis maximal sechs Schüler*innen bearbeitet. Die Schüler*innen knobeln gemeinsam, sie beraten sich und müssen es auch aushalten, die Lösung nicht immer direkt präsentiert zu bekommen. Zudem liegt der Fokus stark auf der **gemeinsamen Ausführung einer Bewegung**.

Wie bei anderen Gruppenarbeiten wird es sich auch hier nicht verhindern lassen, dass sich einzelne Gruppenmitglieder stärker und andere weniger stark einbringen. Grundsätzlich aber steigen die Chancen, die Rätsel schnell und erfolgreich zu lösen, wenn sich auch wirklich alle Schüler*innen beteiligen und ihr Wissen bzw. ihre Überlegungen einbringen.

Deshalb, und natürlich auch wegen des möglichen Wettbewerbscharakters, kann sich auch eine andere Gruppendynamik entwickeln – ein Aspekt, den es bei der Gruppenzusammensetzung zu berücksichtigen gilt. Zudem sollte beachtet werden, wie das sportliche Können innerhalb der Gruppe ist, um entweder homogene oder heterogene Gruppen zu haben. Die Lösungen der Rätsel sind aus meiner Erfahrung in den Klassen mit ein bisschen Überlegen bzw. Ausprobieren der Bewegungen errätselbar.

Für die **Durchführung des ersten Breakouts** in einer Klasse ist großzügig Zeit einzuplanen, da sich die Schüler*innen zunächst mit dem Vorgehen und der Arbeitsform vertraut machen müssen. Die Lehrkraft sollte so wenig Hinweise wie möglich geben. Teamwork ist gefragt. Sind dennoch **Hilfestellungen** vonseiten der Lehrkraft notwendig, so sollte darauf geachtet werden, dass die Lernmotivation und Anstrengungsbereitschaft der Schüler*innen unterstützt wird, die Teams aber gleichzeitig das Gefühl haben, die Aufgabe selbstständig und kooperativ lösen zu können.

Im Idealfall schaffen es alle Teams, das Breakout erfolgreich zu absolvieren, sodass die Schüler*innen aufgrund dieses Erfolgserlebnisses auch zukünftige Breakouts motiviert angehen.

Die Teams werden für das Breakout **unterschiedlich viel Zeit** benötigen. Die Lehrkraft sollte sich daher bereits im Vorfeld überlegen, wie Gruppen weiter beschäftigt werden können, die vielleicht schon zehn oder fünfzehn Minuten vor den anderen Teams fertig sind. So könnten die Schüler*innen beispielsweise angehalten werden, schwächere Teams, die die Rätsel noch nicht gelöst haben, mit Tipps zu unterstützen.

Ist den Schüler*innen die Arbeitsform bekannt, kann auch mit **Zeitvorgaben** gearbeitet und das Breakout als **Wettbewerb** gestaltet werden. Die Gruppe, die die Aufgabe als Erstes löst, erhält einen zusätzlichen Preis (z. B. eine Urkunde/Auszeichnung oder einen Gutschein).

Am Ende einiger Bewegungsaufgaben führen die Schüler*innen **Laufunden als Ersatz** durch, wenn sie die Bewegungsaufgabe nicht adäquat bewältigt haben.

Im Idealfall sollten die Rätsel nach der Durchführung des Breakouts inhaltlich nachbesprochen werden. Die Durchführung der Ersatz-Laufunden müssen die Schüler*innen selbst einschätzen und sind dabei meiner Erfahrung nach auch sehr ehrlich bzw. erledigen die geforderte Aufgabe gewissenhaft. Dennoch ist es wohl sinnvoll, dass die Lehrkraft auf die ordentliche Durchführung der Aufgaben achtet und ggf. darauf hinweist, wenn etwas nicht passt. Natürlich kann auch die Lehrkraft die Ersatz-Laufunden einfordern, wenn die Schüler*innen das nicht aus freien Stücken machen.

Die Lehrkraft sollte **nach Regeln bzw. Inhalten fragen**, die mutmaßlich noch nicht allen Schüler*innen tatsächlich geläufig sind. Darüber hinaus sollten die Inhalte durch weitere Anwendungen gefestigt werden – auch bei den Breakouts, die auf Wiederholung bzw. Festigung zielen. Dies könnte z. B. dadurch erfolgen, dass in Folgestunden oder bereits vorab entsprechende / ähnliche Übungen eingesetzt werden, sodass das Breakout nur der Wiederholung dient.

Je nach Klasse und Durchführungssituation kann außerdem eine **Reflexion** der Gruppenarbeit sinnvoll sein.

Da die reine Spieldauer bei den Breakouts in diesem Band auf **45 Minuten** angesetzt ist, empfiehlt es sich, stets eine Doppelstunde zur Verfügung zu haben. So wird sichergestellt, dass eventuelle Fragen geklärt werden können und auch langsamere Gruppen zum Ziel kommen.

CHECKLISTE ZUR VORBEREITUNG UND DURCHFÜHRUNG EINES BREAKOUTS



Benötigte Materialien:

- ggf. Umschlag für die Hinweiskarten und Rätselblätter (je Team)
- „Belohnung“ für das schnellste Team
- Einstieg zum Vorlesen
- _____
- _____
- _____
- _____

Kopiervorlagen (je Team):

- Aufgabe _____
- Aufgabe _____
- Aufgabe _____
- Aufgabe _____
- Abschlussrätsel

LEITFRAGEN REFLEXIONSRUNDE



Mögliche Leitfragen:

- ★ Wie habt ihr als Team zusammengearbeitet?
- ★ Wie habt ihr die Aufgaben in eurem Team aufgeteilt?
- ★ Warum seid ihr beim Breakout (nicht) erfolgreich gewesen?
- ★ Wie sieht gute Teamarbeit aus?
- ★ Was habe ich über mich und mein Team beim Breakout gelernt?
- ★ Was würde ich beim nächsten Breakout wieder genauso machen, was würde ich anders machen?
- ★ Welche Aufgabe(n) war(en) für mich besonders leicht, welche war(en) besonders schwer? Begründe.
- ★ Was habe ich inhaltlich während des Breakouts gelernt? Fasse den Inhalt in fünf Sätzen zusammen.
- ★ Welche Erfahrungen aus dem Breakout könnt ihr auch auf andere Situationen übertragen?

HINWEISE FÜR DIE LEHRKRAFT

- ★ Niveau: leicht
- ★ Dauer: 1 Unterrichtsstunde
- ★ Einführung/Vertiefung
- ★ Vorkenntnisse: grundlegende Bewegungsabläufe der gängigen Fitnessübungen sowie grundlegende theoretische Kenntnisse hierzu

Didaktische Situierung

Beim Breakout zum Thema „Fitness“ sollen die Schüler*innen verschiedene Übungen aus dem Fitnesssport ausführen. Somit ist das Breakout vor allem ein Workout, das in spielerischer Gestalt dargeboten wird.

Die Schüler*innen haben eine besondere Rahmenaufgabe zu bewältigen (siehe **Einstiegs-geschichte**): Sie sollen einem Roboter verschiedene Bewegungen beibringen. Zunächst gilt es jedoch zu errätseln, um welche Bewegungen es sich handelt.

Das Breakout kann im Rahmen der Fitnessschulung durchgeführt werden, es eignet sich aber auch für den Einsatz in Vertretungsstunden, da die Dauer auf eine Stunde angesetzt ist und das Thema in sich geschlossen ist bzw. keine besonderen Vorkenntnisse erfordert, außer der Kenntnis grundlegender Bodyweight-Übungen.

Teams: Das Breakout sollte in Teams von drei bis maximal sechs Schüler*innen durchgeführt werden. Idealerweise startet jedes Team mit einer anderen Aufgabe, damit nicht alle Schüler*innen an derselben Station arbeiten.

Material: Für das Breakout sind lediglich Stoppuhren erforderlich.

Übersicht über die Rätsel und Lösungen

AUFGABE 1: KNIEGELENK BEWEGEN

Kurzbeschreibung	Die Schüler*innen sollen dem Roboter zeigen, wie er seine Kniegelenke benutzen kann. Dazu müssen sie einen kurzen Lückentext lösen, um herauszufinden, welche Bewegungsaufgabe die richtige ist, und führen dann Squats aus.
benötigte Materialien	<ul style="list-style-type: none"> ★ Bewegungsaufgabe „Kniegelenk bewegen“ ★ 1 Stoppuhr pro Team
Lösung	<p>Einzusetzende Wörter: Kniegelenk (3); Kreuzbandriss (7); Kniebeugen (9)</p> <p>Rechnung: $3 \cdot 7 \cdot 9 = 189$</p>

SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Escape Rooms für den Sportunterricht

Das komplette Material finden Sie hier:

[School-Scout.de](https://www.school-scout.de)

