

sportunterricht

Monatsschrift zur Wissenschaft und Praxis des Sports mit Lehrhilfen



1

Januar 2014
63. Jahrgang

**KÖRPER
ERZIEHUNG**

Das Fachmagazin für Sportwissenschaft und Sportlehrer



Offizielles Organ des Deutschen
Sportlehrerverbandes e.V. (DSLVL)

sportunterricht



herausgegeben vom
Deutschen Sportlehrer-
verband e. V. (DSLVL)

vereinigt mit

KÖRPERERZIEHUNG

Herausgegeben vom Hofmann-Verlag

Schriftleiter: Dr. Norbert Schulz

Redaktionskollegium:

Prof. Dr. H. P. Brandl-Bredenbeck
Dr. Barbara Haupt
Martin Holzweg (Vertreter des DSLVL)
Prof. Dr. Albrecht Hummel
Prof. Dr. Stefan König
Prof. Dr. Michael Krüger
Heinz Lang
Prof. Dr. Günter Stibbe
Prof. Dr. Ulrike Ungerer-Röhrich
Prof. Dr. Annette Worth

Manuskripte für den Hauptteil an:

Dr. Norbert Schulz
Marderweg 55, 50259 Pulheim
E-Mail: n.schulz@dshs-koeln.de

Manuskripte für die „Lehrhilfen“ an:

Heinz Lang
Neckarsulmer Str. 5, 71717 Beilstein
E-Mail: H-W.Lang@t-online.de

Besprechungen und

Besprechungsexemplare an:

Dr. Norbert Schulz
Marderweg 55, 50259 Pulheim

Informationen, Termine an:

Thomas Borchert
Am Neuen Palais 10, Haus 12, 14469 Potsdam
thomas.borchert@uni-potsdam.de

Erscheinungsweise: Monatlich
(jeweils in der 2. Hälfte des Monats)

Bezugsbedingungen:

Jahresabonnement (12 Ausgaben) € 61.20
Sonderpreis für Studierende € 51.00
Sonderpreis für Mitglieder des DSLVL € 50.40
Einzelheft € 6.– (jeweils zuzüglich Versandkosten). Mitglieder des DSLVL Nordrhein-Westfalen, Hessen und Berlin erhalten sportunterricht im Rahmen ihrer Mitgliedschaft kostenfrei.

Die Abonnement-Rechnung ist sofort zahlbar rein netto nach Erhalt. Der Abonnement-Vertrag ist auf unbestimmte Zeit geschlossen, falls nicht ausdrücklich anders vereinbart. Abbestellungen sind nur zum Jahresende möglich und müssen 3 Monate vor dem 31. Dezember beim Verlag eintreffen.

Die Post sendet Zeitschriften auch bei Vorliegen eines Nachsendeantrags nicht nach! Deshalb bei Umzug bitte Nachricht an den Verlag mit alter und neuer Anschrift.

Vertrieb: siehe Verlag

Telefon (0 71 81) 402-124

E-Mail: sportunterricht@hofmann-verlag.de

Anzeigen: siehe Verlag

Tel. (0 71 81) 402-124, Fax (0 71 81) 402-111

Druck:

Druckerei Djuric

Steinwasenstraße 6–8, 73614 Schorndorf

ISSN 0342-2402

© by Hofmann-Verlag GmbH & Co. KG
Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck nur mit ausdrücklicher Genehmigung der Redaktion und des Verlags mit Quellenangabe. Unverlangte Manuskripte werden nur dann zurückgesandt, wenn Rückporto beiliegt.

Verlag:

Hofmann-Verlag GmbH & Co. KG

Postfach 1360, D-73603 Schorndorf

Tel. (0 71 81) 402-0, Fax (0 71 81) 402-111

E-Mail: info@hofmann-verlag.de

Inhalt

Jg. 63 (2014) 1

Brennpunkt		1
<hr/>		
Beiträge	<i>Stefan König:</i>	
	Lerngebundenes Training – eine Chance für den Schulsport?!	2
	<i>Franz J. Schneider:</i>	
	Zur Standardisierung schulischer Leistungsbewertung im Sportbereich Schwimmen in der Sekundarstufe I	7
	<i>Antje Finke, Sabine Zubrägel:</i>	
	Das Sächsische Curriculum für Bewegung, Spiel und Sport	13
	<i>Henner Hatesaul:</i>	
	Zum Auftrag des Schulsports	18
<hr/>		
Bericht	<i>Petra Guardiera:</i>	
	Sportlehrerbildung – revisited	20
<hr/>		
Nachrichten und Informationen		22
Nachrichten und Berichte aus dem Deutschen Sportlehrerverband		24
<hr/>		
Lehrhilfen	<i>Eric Espenschied:</i>	
	Snowboard und Sprungseil – ein Wagnis!	1
	<i>Ole Drewes:</i>	
	Die „Snowboardwoche“. Anregungen für eine mehrperspektivische Anfängerschulung	5
	<i>Veit Dubiel:</i>	
	Eislaufen als Alternative zum Schwimmen	13
<hr/>		
Titelbild:	<i>Tina Schulz</i>	

Brennpunkt

Zum Auftrag des Schulsports

Die Themenwahl für den monatlichen „Brennpunkt“ in dieser Zeitschrift fällt nicht in die Zuständigkeit der Gesamtedaktion. Normalerweise entscheidet allein der jeweilige Autor (Redaktionsmitglied bzw. DSLV-Vertreter) auf der Basis individueller Interessen und Bedeutungszuweisungen, welches Ereignis oder Problem hier – in möglichst pointierter Form und nicht unbedingt an wissenschaftlichen Standards orientiert – zur Sprache gebracht wird.

Angesichts solch stark individuell geprägter Themengenerierung ist eigentlich eine Vielzahl unterschiedlichster Anliegen, Fragen, Probleme zu vermuten, die in dieser Rubrik Berücksichtigung finden. Die Realität indes sieht anders aus. Wertet man die Inhalte der „Brennpunkte“ über einen längeren Zeitraum aus, stößt man zwar zuweilen durchaus auf wahrscheinlich persönlich bedingte „Exoten“. Es schälen sich aber einige wenige Themenschwerpunkte heraus, die – in unterschiedlicher Perspektivierung – immer wieder aufgegriffen werden. Dazu zählen ganz eindeutig Fragen zu Sportlehrerausbildung, Sportlehrerberuf und Sportlehrerrekutierung sowie – noch häufiger anzutreffen – Überlegungen zum grundlegenden Auftrag des Schulsports, also zu dem, was Bewegung, Spiel und Sport in der Schule eigentlich bezwecken und bewirken sollen. Dabei variieren nicht nur die Zugangsweisen zu dieser Thematik (von überzeugt-missionarisch bis hin zu kritisch-zweifelnd), sondern vor allem auch die vertretenen inhaltlichen Positionen. Nimmt man als Beispiel die „Brennpunkte“ des letzten Jahres, dann finden sich dort Forderungen nach kognitiv-reflexiver Aufklärungsarbeit im Schulsport (z. B. Hefte 1/13 und 12/13), aber auch die Warnung vor kognitiver Überfrachtung heutiger Schule und – damit korrespondierend – ein Plädoyer für die Ermöglichung unverscholter Erfahrungen gerade durch Bewegung, Spiel und Sport im Kontext eines humanen Bildungsauftrags (8/13). Neben dem Aufruf, Schülern im Schulsport wieder mehr Anstrengung und intensives Üben (auch vorübergehende Misserfolge) zuzumuten, um sie zu befriedigendem Leisten zu führen (10/13), steht die Mahnung, auch die Sportdistanzierten und Bewegungsbenachteiligten unter den Schülern zu bedenken und einen

Schulsport zu praktizieren, der für alle Schüler attraktiv ist – nicht zuletzt auch im Blick auf den bildungspolitisch aktuell gepushten Inklusionsgedanken (9/13 und 11/13).

Bereits die wenigen Autoren der „Brennpunkte“ bieten zum „Auftrag des Schulsports“ folglich ein facettenreiches, ansatzweise auch kontroverses Spektrum von Argumenten, das sich mit großer Wahrscheinlichkeit noch verbreitern würde, gäbe man mehr Interessierten die Gelegenheit, sich Gehör zu verschaffen. Was Schulsport leisten soll und kann, das scheint nicht nur eine durchgängig gewichtige Fragestellung zu sein, sondern darüber gibt es offensichtlich recht verschiedene Ansichten und darüber lässt sich folglich trefflich streiten.

Zu eben diesem Zweck hat der „sportunterricht“ eine neue Rubrik „Zum Auftrag des Schulsports“ eingerichtet, in der insbesondere die Leser der Zeitschrift die Gelegenheit bekommen sollen, auf die bereits Stefan König in seinem letzten „Brennpunkt“ verwiesen hat – nämlich mit knappen und möglichst scharf konturierten Sätzen die eigene Sicht zu Notwendigkeiten und (Un-)Möglichkeiten der Aufgaben des Schulsports mitzuteilen. Der Start in die neue Rubrik erfolgt in diesem Heft (s. S.18). Wir hoffen nun auf zahlreiche weitere „Bekanntnisse“, die in lockerer Folge publiziert werden.

Ziel dieser Aktion sollte dabei nicht sein, dass jeder im Sinne selektiver Wahrnehmung bei der Lektüre jene Position(en) bestätigend herauspicks, die der eigenen weitgehend entspricht (entsprechen), und alles andere „bedenkenlos“ verwirft. Vielmehr hoffen wir auf einen reflexiven Umgang mit dem jeweils Angebotenen, der dann auch zur Modifizierung oder Erweiterung des eigenen Standpunktes führen könnte.



Norbert Schulz
Schriftleiter der Redaktion



Norbert Schulz

Lerngebundenes Training – eine Chance für den Schulsport?!

Stefan König

Sowohl die Sportpädagogik als auch die Trainingswissenschaft sehen das Thema Training und Schulsport widersprüchlich: Befürchten Sportpädagogen ein aus den Augen verlieren pädagogischer Ansprüche, argumentieren Trainingswissenschaftler mit einer wenig angemessenen Trainingshäufigkeit und einem mangelhaften Gesamttrainingszeitraum. Der vorliegende Beitrag versucht mit dem Konzept lerngebundener Trainingsprozesse einen Vorschlag zu unterbreiten, der hilft, bestehende Gegensätze aufzubrechen.

Training Connected with Learning: An Opportunity for Physical Education?!

Sport pedagogy as well as exercise physiology perceive the topic of training and physical education as contradictory: Sport pedagogues are afraid of losing educational priorities, whereas exercise physiologists criticize both the inadequate frequency of exercise and an insufficient time period for practice. The author offers his concept of training processes connected with learning in order to overcome existing controversies.

Ob Fitnessstraining und damit die Herausbildung einer körperlichen Leistungsfähigkeit zur Sinnmitte des Schulsports gehören, wurde und wird nach wie vor kontrovers diskutiert. Unbestritten ist jedoch derzeit die Tatsache, dass Schulsport zur sportlichen Qualifizierung der Schülerinnen und Schüler beizutragen hat, wozu zumindest auch ein Minimum an körperlicher Förderung gehören sollte. Dies wird wiederum aus trainingswissenschaftlicher Perspektive in Frage gestellt, da Schulsport sehr oft nicht mit den grundlegenden Prinzipien des Trainings in Einklang gebracht werden kann.

Sowohl die Sportpädagogik als auch die Trainingswissenschaft sehen das Thema Training und Schulsport widersprüchlich: Befürchten Sportpädagoginnen und Sportpädagogen eine Rückkehr zum Stiehlerschen Intensivierungskonzept (König, 2012b, S. 193) und ein aus den Augen verlieren pädagogischer Ansprüche (vgl. Kurz, 2008, S. 212), argumentieren Trainingswissenschaftler mit einer wenig angemessenen Trainingshäufigkeit und einem mangelhaften Gesamttrainingszeitraum, der darüber hinaus noch regelmäßig durch Ferien unterbrochen

wird (Frey, 2009, S. 357f). Dem gegenüber argumentieren zumindest einzelne Vertreter der Sportpädagogik mit dem Prinzip der Leistungs- und Gesundheitserziehung durch Training (Adolph, 2012; Prohl, 2012), verschiedene Trainingswissenschaftler hingegen sehen die Chance, durch Schulsport zu einer Verbesserung einer stetig abnehmenden körperlichen Leistungsfähigkeit und zur Prävention von Bewegungsmangelkrankheiten beizutragen (Bös et al., 2009; Frey, 2002).

Vor diesem Hintergrund möchte der vorliegende Beitrag einen Ansatz vorstellen, der auf die Idee des lerngebundenen Trainings (Ehni, 2000; Frey, 1981) zurückgreift. Hierzu werden zunächst noch einmal die Argumente für und gegen die Notwendigkeit körperlicher Förderung im Schulsport abgewogen. Dem folgt eine Gegenüberstellung von intentionalen und lerngebundenen Trainingsprozessen. Anschließend werden drei Beispiele berichtet, die die Wirksamkeit von lerngebundenen Trainingsprozessen im Schulalltag belegen. Empfehlungen, besonders im Hinblick auf eine langfristige Unterrichtsplanung, runden den Beitrag ab.



Prof. Dr. Stefan König
Pädagogische Hochschule
Weingarten
Kirchplatz 2
88250 Weingarten

E-Mail:
koenig@ph-weingarten.de

Pro und Contra Fitnessstraining im Schulsport

Bereits in der Einleitung wurden sportpädagogische und trainingswissenschaftliche Argumente einander gegenübergestellt. Tabelle 1 gibt hierzu nochmals einen Überblick über die derzeit vertretenen Argumente und Positionen.

Versucht man einen pädagogischen Kompromiss in Sachen Training im Schulsport zu finden, dann lassen sich folgende Argumente ins Feld führen:

- Training im Schulsport kann durch die Argumente der sportlichen Qualifizierung, der Prävention bzw. Gesundheitsförderung und der ganzheitlichen Entwicklung begründet werden.
- Training im Schulsport ist aus Sicht trainingswissenschaftlicher Axiome allerdings fragwürdig, da mehrere Gesetzmäßigkeiten „verletzt“ werden. Insofern sind didaktisch-methodische Prinzipien und Strategien zu finden, die helfen, diese Fragwürdigkeit zu entkräften.

Akzeptiert man körperliche Förderung als einen Inhalt des Erziehenden Schulsports, dann müssen Sportpädagogik und -didaktik einerseits und Trainingswissenschaft andererseits dieses Thema gemeinsam bearbeiten (vgl. Hohmann, Lames & Letzelter, 2010, S. 281). Dies wurde, mit einem zusätzlichen Blick auf den Grundriss der Sportpädagogik (Prohl, 2010, S. 16), auch in dieser Zeitschrift bereits vehement gefordert (König, 2009, S. 355). Forschungsstrategisch betrachtet haben Sportdidaktik und Trainingswissenschaft deshalb gemeinsam Fragestellungen zu lösen, die körperliches Training im Schulsport fokussieren. Dies wird im folgenden Abschnitt am Beispiel intentionaler und lerngebundener Trainingsprozesse realisiert.

Intentionales und lerngebundenes Training

Blickt man vor diesem Hintergrund auf eine bereits vor mehr als 30 Jahren von Frey (1978, S. 191ff) vorgenommene und von Ehni (2000) vertiefte Unterscheidung von intentionalem und lerngebundenem Training, dann sind diese beiden Formen folgendermaßen zu verstehen: Unter intentionalem Training, auch explizites oder lernlosgelöstes Training genannt (Frey, 1978, S. 191f), ist das bewusste Ansteuern von Trainingszielen zu verstehen, während lerngebundenes Training, von Ehni (2000, S. 271f) auch implizites oder funktionales Training genannt, Effekte bezeichnet, die beim Erlernen, Üben oder Automatisieren von Bewegungen durch überschwellige Reize quasi „nebenher“ anfallen. Am Beispiel eines Krafttrainings sollen beide Möglichkeiten verdeutlicht werden:

Pro	Contra
• Körperliche Grundqualifikation für alle	• Reduzierte Ansprüche an SU
• Prävention von Bewegungsmangel	• Z. T. extrem heterogene Gruppen
• Schule übt Sitzzwang aus	• Zeitintensives, langfristiges Thema
• Körperliche Grunderfahrungen	• Rahmenbedingungen, z. B. Stundenzahl, Unterrichtsausfälle, etc.
• Aufbau stabiler Gewohnheiten	• Ferieneinschnitte
• Ganzheitliche Entwicklung	• Tatsächliche Bewegungszeit

- Effekte eines **intentionalen Krafttrainings** werden über angemessene Trainingsinhalte und -methoden, wie z.B. Zirkeltraining (Klee, 2008) oder sanftes Krafttraining (Reuter, 2003) gezielt angesteuert, wofür im Schulsport bereits Kurzprogramme genügen. Für die Wirksamkeit solcher spezifischen Trainingsprogramme wurden in den letzten Jahren wiederholt empirische Nachweise über die Effekte von Ausdauer-, Beweglichkeits-, Koordinations- und Krafttraining auch für das Setting Schule erbracht (vgl. zusammenfassend König, 2011), so dass diesbezüglich zwar noch nicht von einer zufriedenstellenden Forschungssituation ausgegangen werden kann, aber dennoch grundlegende Kenntnisse vorliegen.
- **Lerngebundenes Krafttraining** dagegen läuft ab, wenn Schülerinnen und Schüler beispielsweise turnen oder schwimmen und durch die dort auftretenden überschweligen Reize, etwa beim Aufschwung am Reck, beim Schwingen am Barren oder bei Übungen zum Brust-Armzug, Trainingseffekte entstehen. Dies setzt logischerweise eine gewisse Intensität und eine gewisse Häufigkeit voraus. Erstere ist in aller Regel durch das eigene Körpergewicht gegeben, letztere dagegen ist Aufgabe einer entsprechenden methodischen Organisation der Sportstunde.

Was den Kenntnisstand über lerngebundene Trainingsprozesse und deren Effekte anbelangt, existieren noch große Lücken. Aus diesem Grund werden im Folgenden drei Studien vorgestellt, die im Schulsportalltag an verschiedenen Schulen durchgeführt wurden. Ihnen ist gemeinsam, dass sie lerngebundene Trainingseffekte hinsichtlich der Entwicklung motorischer Beanspruchungsformen untersuchen, sie unterscheiden sich allerdings in der jeweiligen spezifischen Fragestellung.

Beispiel 1 „Krafttraining und Turnen“

Aus verschiedenen Untersuchungen ist bekannt, dass Untrainierte auf Kraftreize am intensivsten reagieren. Insofern kann davon ausgegangen werden, dass dies auch im Schulsport der Fall ist, was letztendlich auch in verschiedenen Studien nachgewiesen werden konnte (vgl. u. a. Reuter, 2003).

Tab. 1: Argumente für und gegen körperliche Förderung im Schulsport (vgl. u. a. Frey, 2009, 2002; König, 2011)

Nr	Testitem	Trainingsgruppe Turnen		Kontrollgruppe	
		MZP 1	MZP 2	MZP 1	MZP 2
1	Liegestütze	13,98	15,98**	13,47	14,63
2	Klimmzüge	1,89	2,40**	2,34	2,82
3	Sit-ups	15,80	18,42***	16,63	18,29*
4	Aufrichten	17,96	21,02**	24,92	26,21
5	Kniebeugen	21,69	26,58***	25,92	27,47

Tab. 2: Ergebnisse der Testbatterie (Mittelwerte) für die Wirkungen von Turnen als lerngebundenes Krafttraining (* = signifikante Verbesserung auf dem 0.05-Niveau, ** = .01-Niveau, *** = .001-Niveau).

Die im Rahmen eines Quasi-Experiments durchgeführte Feldstudie „Lerngebundenes Krafttraining“ zielte darauf ab zu prüfen, ob im Rahmen einer Unterrichtseinheit Turnen in verschiedenen weiterführenden Schulen Trainingseffekte in den großen Muskelgruppen auftreten. Insgesamt haben an dieser Studie $n = 187$ Schülerinnen und Schüler im Alter von 11 bis 17 Jahren teilgenommen; hierin enthalten war eine Teilstichprobe von $n = 45$ für die Trainingsgruppe Turnen sowie eine Kontrollgruppe mit $n = 38$ (König, 2012a, S. 23). Als Testinstrumente wurden fünf sportmotorische Tests herangezogen:

- Liegestütze: Die Probanden mussten innerhalb von 30 Sekunden eine maximale Anzahl an Liegestütze durchführen. Hierbei zählte einmal hinunter und hoch als eine Wiederholung. Ziel war, das Niveau von Arm-, Schulter- und Brustmuskulatur zu überprüfen.
- Klimmzüge: Es wurde die Anzahl der durchgeführten Klimmzüge gezählt. Auch dieses Testitem zielte auf die Messung der Arm-, Schulter- und Brustmuskulatur ab.
- Sit-ups: Die Probanden mussten aus der Rückenlage mit angewinkelten Beinen die Nase zu den Knien hochführen und anschließend in die Ausgangsposition zurückgehen. Hiermit wurde die Leistungsfähigkeit von Bauch- und Hüftmuskulatur geprüft.
- Aufrichten: Bei dieser Übung mussten die Probanden aus der gestreckten Bauchlage ihre gestreckten Arme über einen Ball, der etwa 30 cm vor dem Kopf liegt, heben. Jede Ballüberquerung zählte als ein Punkt.
- Kniebeugen: Aus dem aufrechten Stehen ging der Übende in die Knie, bis zwischen Ober- und Unterschenkel ein Winkel von 90° bestand. Das einmalige Beugen und Strecken der Beine wurde als eine Wiederholung gezählt.

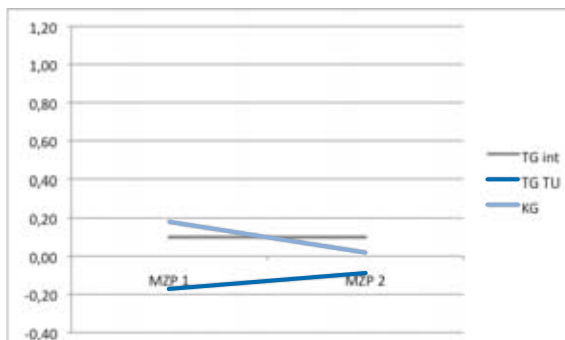


Abb. 1: Entwicklung des Kraftfaktors.

Abb. 2a: Leistungen (Laufstrecken) im Cooper-Test.

Folgende Ergebnisse konnten festgehalten werden (vgl. Tab. 2):

- Statistisch betrachtet konnte sich die Trainingsgruppe Turnen in allen Testitems signifikant verbessern, die jeweiligen Effekte sind als mittelgroß zu bezeichnen ($\eta^2 = .07$). Im Gegensatz dazu hat sich die Kontrollgruppe nur in einem Item (Sit-ups) überzufällig verbessert.
- Fasst man die Einzelergebnisse mittels z-Transformation zu einem Kraftfaktor zusammen, ergibt sich die in Abbildung 1 dargestellte Entwicklung.

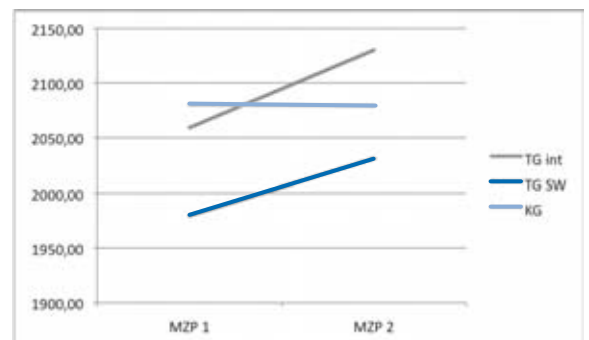
Es zeigt sich, dass die lerngebundene Gruppe eine deutliche, wenn auch nicht signifikante Verbesserung ($p = .173$) aufweisen kann, wohingegen die intentionale keine Verbesserung erzielt. Die leichte Verschlechterung der Kontrollgruppe kann hingegen vernachlässigt werden.

Interpretiert man diese Ergebnisse auf einer inhaltlichen Ebene, dann lässt sich festhalten, dass eine Unterrichtseinheit zum Gerät- und Bodenturnen offensichtlich so viele überschwellige Trainingsreize produziert, dass neben motorischen und sozialen Lerneffekten insbesondere auch Effekte im Bereich der allgemeinen Kräftigung auftreten.

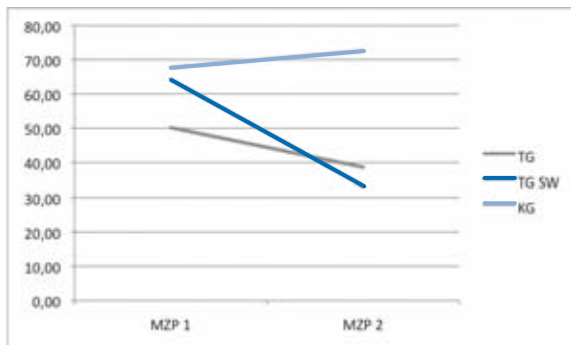
Beispiel 2 „Ausdauertraining und Schwimmen“

Die Grundlagenausdauer ist vermutlich derjenige physische Leistungsfaktor, dem die eindeutigsten Effekte für die Entwicklung einer sportlichen Grundlage, aber auch einer Förderung der Gesundheit zugestanden werden. Effekte für intentionale Trainingsinterventionen konnten im Rahmen verschiedenster Felduntersuchungen im Schulsport nachgewiesen werden (vgl. u. a. Horn & Keyßner, 2009; König, 2011).

Die Frage, die sich aber auch im Zusammenhang mit Ausdauertraining stellt, bezieht sich auf mögliche lerngebundene Trainingseffekte. Zu diesem Zweck wurden im Rahmen einer mehrsträngigen Feldstudie zum Thema „Lerngebundenes Ausdauertraining“ (König, 2011, S. 159ff) die Wirkungen einer sechswöchigen Unter-



richtseinheit Schwimmen auf die Grundlagenausdauer untersucht. Als Instrument zur Datenerhebung wurde – trotz bekannter Schwächen – der Cooper-Test eingesetzt. Die Ergebnisse waren relativ eindeutig (vgl. Abb. 2a und 2b):



- Neben der intentional trainierten Gruppe konnte auch die im Schwimmen lerngebunden trainierte Gruppe signifikante und damit eindeutige Trainingseffekte erzielen.
- Diese Trainingseffekte konnten sowohl über die gemessene Laufstrecke im Cooper-Test als auch über die gemessenen Gehstrecken festgehalten werden. Die Laufstrecke hat sich bei der lerngebunden trainierenden Gruppe signifikant verbessert, die Gehstrecken signifikant reduziert.
- Allerdings muss auch festgehalten werden, dass lerngebunden erworbene Trainingseffekte auch im Ausdauertraining wenig stabil sind; ein Follow-up Test nach sechs Wochen ergab einen völligen Rückgang des erworbenen Leistungszustandes, womit die Gesetzmäßigkeit der Adaptionsfestigkeit (vgl. Frey & Hildenbrandt, 2002, S. 54f) sich einmal mehr bestätigt.
- Schließlich konnten mit Blick auf die Verbesserung der Grundlagenausdauer auch lerngebundene Effekte in Unterrichtseinheiten zur Leichtathletik (Schwerpunkt Laufen) und den Spielen (Fußball) festgestellt werden (vgl. König, 2011).

Somit kann abschließend festgehalten werden, dass lerngebundenes Training in verschiedenen Sportarten auch unter den Rahmenbedingungen des Schulsports zu nachweisbaren Effekten führt, die allerdings als klein zu bezeichnen sind. Sie sind ebenso instabil wie andere Trainingsprozesse und bedürfen deshalb regelmäßiger Erhaltungsreize.

Beispiel 3 „Koordinationstraining und Akrobatik/Turnen“

Vor dem Hintergrund des von Thienes und Lehmann (2010) entwickelten Vorschlages der implizit-funktionalen Methode im Koordinationstraining gilt es, Inhalte bezüglich ihrer lerngebundenen Trainingswirkungen

auf einzelne koordinative Kompetenzen zu prüfen. Diesbezüglich stellt Akrobatik – neben dem traditionellen Turnen – im Rahmen des Bewegungsfeldes „Gestalten“ eine durchaus ernst zu nehmende Alternative dar, wobei der trainingswirksame Schwerpunkt entsprechend auf dem Gleichgewicht liegt (Brielmeyer, 2009; Hahn, 2010).

Für den vorliegenden Beitrag wurden deshalb zwei Unterrichtseinheiten zu den Themen Akrobatik und Turnen durchgeführt und bezüglich ihrer lerngebundenen Wirkungen auf das Gleichgewicht analysiert. Folgende Parameter kennzeichnen die Untersuchungen:

- Im Rahmen von separaten Feldstudien wurde die Verbesserung des Balanciergleichgewichts durch Turnen und Akrobatik an zwei kleinen Stichproben ($n_{AK} = 18$ und $n_{Tu} = 27$) überprüft.
- Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer waren zum Zeitpunkt der Untersuchung in den Klassen 1 und 2 (Akrobatik) sowie 5 und 6 (Turnen).
- Als Instrument zur Datenerhebung wurden die Testitems für Balanciergleichgewicht aus dem GGT (Bös, Wydra & Karisch, 1992) eingesetzt.
- Der Trainingszeitraum kann für die Gruppe „Akrobatik“ mit vier Wochen, für die Gruppe „Turnen“ mit 6 Wochen angegeben werden.

Folgende Ergebnisse können berichtet werden:

- Die Gruppe „Akrobatik“ zeigte zwar Verbesserungen in den Testleistungen (+ 6%), diese genügten aber nicht, um das Signifikanzkriterium von $p < .05$ zu schlagen ($p = .28$).
- Die Gruppe „Turnen“ hingegen zeigte hinsichtlich ihrer Gesamtentwicklung eine signifikante Verbesserung des Balanciergleichgewichts ($p < .01$), allerdings muss der Effekt als klein bezeichnet werden.

Reflektiert man die Untersuchungsdesigns vor dem Hintergrund der unterschiedlichen Ergebnisse kritisch, dann könnte der jeweilige Interventionszeitraum als mögliche Ursache herangezogen werden, d.h. eine Unterrichtseinheit von weniger als 5 Wochen ist dann vermutlich nicht effektiv genug. Dies hat zur Konsequenz, dass zukünftige Untersuchungen bzw. Unterrichtseinheiten von einem Gesamtumfang von wenigstens 5 bis 6 Wochen Trainingsintervention ausgehen sollten – ein Ergebnis, das im Übrigen auch bei konditionellen Interventionen die Minimalanforderungen darstellt (vgl. König, 2011).

Empfehlungen für die Unterrichtspraxis

Untersuchungen zur Wirksamkeit von konditionellen bzw. koordinativen Trainingsprogrammen im Schulsport sind vor allem dann von Bedeutung, wenn sie im Sinne einer Anwendungsforschung (vgl. Hohmann, 2007) auf unterrichtliche Praxis übertragen werden

Abb. 2b: Gehstrecken im Cooper-Test.

können. Vor diesem Hintergrund lassen sich die in diesem Beitrag dargestellten Ergebnisse zu lerngebundenen Trainingsprozessen wie folgt zusammenfassen:

- Lerngebundenes Training sollte in der Unterrichtsplanung gezielt berücksichtigt und mit intentionalen Programmen vernetzt werden.
- Grundlage hierfür ist die von Frey (2009, S. 361) sowie Frey und Hildenbrandt (1995, S. 110) beschriebene Akzentuierungsmethode, die ein blockweises Trainieren ausgewählter physischer Leistungsfaktoren vorsieht.
- Zu ergänzen sind diese „Trainingsblöcke“ durch lerngebundene Trainingsprozesse, die einen jeweils anderen konditionellen Schwerpunkt ansteuern und eine Analyse des jeweiligen Unterrichtsinhalts voraussetzen.

Fasst man diese Ideen in einem epochal organisierten Stoffverteilungsplan zusammen (vgl. Frey & Hildenbrandt, 1995, S. 112) und berücksichtigt hierfür vorliegende empirische Erkenntnisse (König, 2011, S. 189 – 194), kann die Planung eines Schuljahres wie in Abbildung 3 dargestellt aussehen.

Abb. 3: Schuljahresplanung mit lerngebundenen und intentionalen Trainingsprozessen.

	Epochenunterricht (Sportarten, Sportaktivitäten, Bewegungsfelder)			Intentionales Training
	Aufwärmern	Lerninhalte	Beanspruchung	Kurzprogramme
Jahresplanung für Klasse ...	Koordinations- und Beweglichkeitstraining	Leichtathletik (Schwerpunkt: Laufen)	Ausdauerreize	Krafttraining
		Turnen	Kraftreize	Ausdauertraining
		Basketball (Schwerpunkt: Gruppentaktik)	Ausdauerreize	Krafttraining
		Ringern & Raufen (Schwerpunkt: Boden- und Standkampf)	Kraftreize	Ausdauertraining
		Fußball (Schwerpunkt: Spielfähigkeit)	Ausdauerreize	Krafttraining

Blickt man auf die eingangs erhobenen Forderungen nach der Notwendigkeit körperlicher Förderung sowie der Kooperation von Sportdidaktik und Trainingswissenschaft zurück, kann mit Fug und Recht behauptet werden, dass Fragestellungen im Rahmen der Unterrichtsplanung ein solches gemeinsames Feld sind.

Literatur

Adolph, H. (2012). Den Körper trainieren, die Fitness verbessern – Fitnesssport. In V. Scheid & R. Prohl (Hrsg.), *Sportdidaktik. Grundlagen – Vermittlungsformen – Bewegungsfelder* (S. 296 – 313). Wiebelsheim: Limpert.

Bös K., Wydra, G. & Karisch, G. (1992). Gesundheitsförderung durch Bewegung Spiel und Sport. *Beiträge zur Sportmedizin*. Bd. 38. Erlangen: Perimed.

Bös, K., Worth, A., Oppen, E., Oberger, J., Romahn, N., Wagner, M. Jekauc, D., Mess, F. & Woll, A. (2009). *Motorik-Modul: Eine Studie zur motorischen Leistungsfähigkeit und körperlich-*

sportlichen Aktivität von Kindern und Jugendlichen in Deutschland. Baden-Baden: Nomos Verlag.

Brielmeyer, S. (2009). *Akrobatik- und Koordinationstraining – Ein Unterrichtsversuch zur Verbesserung der Gleichgewichts-kompetenz*. Wissenschaftliche Hausarbeit im Rahmen der ersten Staatsprüfung für das Lehramt an Grund- und Hauptschulen. Weingarten: Selbstverlag

Ehni, H. (2000). Trainieren und Wettkämpfen. In P. Wolters, H. Ehni, J. Kretschmer, K. Scherler & W. Weichert (Hrsg.), *Didaktik des Schulsports* (S. 259 – 294). Schorndorf: Hofmann.

Frey, G. & Hildenbrandt, E. (1995). *Grundlagen der Trainingslehre. Band 2: Anwendungsfelder*. Schorndorf: Hofmann.

Frey, G. & Hildenbrandt, E. (2002). *Grundlagen der Trainingslehre. Band 1: Grundlagen*. 2., erweiterte und überarbeitete Aufl. Schorndorf: Hofmann.

Frey, G. (1978). Entwicklungsgemäßes Training in der Schule. Zur Altersplatzierung von Curriculumelementen unter den Gesichtspunkten von Trainierbarkeit und Belastbarkeit. *Sportwissenschaft* 8, 172 – 204.

Frey, G. (1981). *Training im Schulsport*. Schorndorf: Hofmann.

Frey, G. (2002). Möglichkeiten und Grenzen des Beitrags der Trainingswissenschaft für den Schulsport – eine Bilanz der Enttäuschungen und Hoffnungen. *sportunterricht* 51 (10), 299 – 304.

Frey, G. (2009). Körperliche Belastung aus didaktischer und trainingsmethodischer Sicht. *sportunterricht* 58 (12), 356 – 362.

Hahn, J. (2010). *Bedeutung des schulischen Turnens für den Gleichgewichtssinn. Eine empirische Untersuchung zur Entwicklung der Gleichgewichtsfähigkeit in der Bodensee-Schule in Friedrichshafen*. Wissenschaftliche Hausarbeit im Rahmen der ersten Staatsprüfung für das Lehramt an Grund- und Hauptschulen. Weingarten: Selbstverlag.

Hohmann, A. (2007). Sportwissenschaft und Schulsport: Trends und Orientierungen (3) Trainingswissenschaft. *sportunterricht* 56 (1), 3 – 10.

Hohmann, A., Lames, M. & Letzelter, M. (2010). *Einführung in die Trainingswissenschaft*. 5. Aufl. Wiebelsheim: Limpert.

Horn, A. & Keyßner, J. (2009). Das Projekt „Ausdauer in der Real- und Hauptschule“. *sportunterricht* 58 (12), S. 369 – 374.

Klee, A. (2008). *Circuit-Training und Fitness-Gymnastik*. 4., erweiterte Aufl. Schorndorf: Hofmann.

König, S. (2009). Zu diesem Heft: Training in der Schule. *sportunterricht* 58, 355.

König, S. (2011). *Körperliche Förderung im Schulsport. Theoretische Ansätze, empirische Studien und praktische Konzepte zur Unterrichtsentwicklung*. Berlin: Logos.

König, S. (2012a). Effects of Fitness Training at German Secondary Schools. *International Journal of Physical Education*, 49, 1, S. 13 – 27.

König, S. (2012b). Brennpunkt: Kann der Schulsport ein Breitband-Antibiotikum sein? *sportunterricht* 61, 193.

Kurz, D. (2008). Der Auftrag des Schulsports (1). *sportunterricht* 57, 211 – 218.

Prohl, R. (2010). *Grundriss der Sportpädagogik*. 3., korr. Aufl. Wiebelsheim: Limpert.

Prohl, R. (2012). Der Doppelauftrag des Erziehenden Sportunterrichts. In V. Scheid & R. Prohl (Hrsg.), *Sportdidaktik. Grundlagen – Vermittlungsformen – Bewegungsfelder* (S. 70 – 91). Wiebelsheim: Limpert.

Reuter, K. (2003). *Sanftes Krafttraining bei Kindern und Jugendlichen*. Berlin: Mensch und Buch-Verlag.

Thienes, G. & Lehmann, S. (2010). Koordinationstraining im Sportunterricht – methodisch angeleitet oder spielerisch bei-läufig? *sportunterricht* 59 (1), S. 2 – 7.

Zur Standardisierung schulischer Leistungsbewertung im Sportbereich Schwimmen in der Sekundarstufe I¹

Franz J. Schneider

In den (neuen) Kernlehrplänen für das Unterrichtsfach Sport wurden sog. Bildungsstandards als Konsequenz aus der mit dem Paradigmenwechsel von der Input- zur Output-Orientierung einhergehenden bildungspolitischen Diskussion entwickelt. Sowohl in den meisten neuen als auch älteren Lehrplänen bzw. ministeriellen Handreichungen zur Leistungsmessung und -bewertung fehlen jedoch nach wie vor konkrete Empfehlungen zur Leistungsbewertung in Form von schüleradäquaten/-orientierten Bewertungstabellen in den sog. (schulrelevanten) cgs-Sportarten (z.B. Leichtathletik, Schwimmen).

Zum Zwecke einer (Quasi-)Standardisierung wurden die (teils wenigen) vorliegenden curricularen Vorgaben zur Leistungsbewertung im Sportbereich Schwimmen deskriptiv-statistisch analysiert. Auf der Basis dieser Ergebnisse werden vorläufige curriculare Normwerte für die grundlegenden Schwimmdisziplinen und Streckenlängen für Jungen und Mädchen zur Verwendung in der Unterrichtspraxis präsentiert und zur Diskussion gestellt.

Standardizing Grades for Swimming in Physical Education at the Initial Secondary School Level

As a result of the paradigmatic shift from an input orientation to an output orientation in the political discussion about education, so-called educational standards have been developed for the (new) core curricula of physical education. However, in most new as well as old curricula or administrative suggestions concrete recommendations are still lacking for grading with reference to adequate and student oriented evaluation charts for the so-called (school relevant) cgs-sports (e.g. track and field, swimming).

In order to more or less offer a standardization the author analyzed the (partially few) existing curricular guidelines with descriptive statistical means. Based on these results the author presents and opens the discussion about preliminary standards for both the basic swimming disciplines and distances for students in physical education.

Zusammenfassung
Abstract
Zusammenfassung
Abstract
Zusammenfassung
Abstract
Zusammenfassung
Abstract
Zusammenfassung
Abstract

Das bildungs- und ordnungspolitische Paradigma „Nationale Bildungsstandards“ im Schulwesen hat auch den Sportunterricht längst erreicht (u. a. Aschebrock & Stibbe, 2008; Krick, 2005; Thiele, 2008).² In den bereits vorliegenden Kernlehrplänen für das Unterrichtsfach Sport wurden sog. Bildungsstandards als Konsequenz aus der mit dem Paradigmenwechsel von der Input- zur Output-Orientierung einhergehenden bildungspolitischen Diskussion entwickelt (s. z. B. MSW NRW, 2012).

Die Bildungshoheit der Länder führte u. a. zu Differenzen hinsichtlich Struktur der Bildungsgänge, Inhalt gleicher Bildungsgänge und auch bzgl. Grundlagen der Leistungsmessung und -bewertung. Selbst innerhalb eines Bundeslandes können die Leistungsanforderungen in einem Fachbereich zweier benachbarter Schulen gleichen Typs stark divergieren. Denn häufig ist laut Richtlinien des Faches Sport vorgeschrieben, dass die

Fachkonferenzen ein Konzept zur Leistungsmessung und -bewertung erstellen müssen (s. z.B. MSWF NRW, 1999; MSW NRW, 2012) – was die durch die Bildungshoheit bedingte Disparität curricularer Vorgaben zwangsläufig vergrößert.

Die cgs-Sportarten (z.B. Schwimmen und Leichtathletik) ermöglichen ein hohes Maß an Objektivität bei der Leistungsmessung und -bewertung. Jedoch beschränkt sich die Objektivität meist nur auf die jeweilige Klasse oder Schule. Auf Länderebene variieren beispielsweise die zu erlernenden Disziplinen, die zu absolvierenden Strecken und die zugrunde liegenden Bahnlangen im Sportbereich Schwimmen. Hinzu kommt, dass sich sogar die Leistungsanforderungen – sofern überhaupt vorliegend – bei sonst gleichen Bedingungen (Disziplin, Strecke, Bahnlänge) deutlich unterscheiden.



Franz J. Schneider

Gymnasiallehrer am
Franken-Gymnasium
Zülpich, Privatdozent am
Institut für Sport und
Sportwissenschaft des
Karlsruher Instituts für
Technologie (KIT).

Priv.-Doz. Dr. Dr.
Franz J. Schneider,
Marienhof,
53501 Graftschaff

E-Mail: franzschneider
@t-online.de

Vor dem skizzierten Hintergrund können folgende Zielstellungen des Beitrags formuliert werden:

- Sensibilisierung für unterschiedliche Inhalte, Normen und Anforderungen im gegenwärtigen System der Leistungsbewertung im Fach Sport.
- Darstellung der derzeit vorliegenden curricularen Vorgaben zur Leistungsbewertung im Sportbereich Schwimmen.
- Entwicklung von (vorläufigen) Standards (Normwerten) zur Leistungsbewertung durch curricular-basierte Standardisierungsvorschläge für das Zeitschwimmen, und zwar mit dem pädagogischen Ziel eines Erziehenden und kompetenzorientierten Sportunterrichts, um erstens eine „Auseinandersetzung mit objektiv messbarer Leistung“ zu initiieren und zweitens die „individuelle Leistungsbereitschaft“ (MSW NRW, 2012) zu fördern sowie, letztlich,
- um eine Verbesserung der (derzeit beklagten Abnahme der) allgemeinen Schwimmfähigkeit von Kindern und Jugendlichen ganz im Sinne einer Orientierung am Schüler (= Output von Lernergebnissen) zu bewirken.

Methodisches Vorgehen

Als Ausgangspunkt der Entwicklung von Standards³ zur Leistungsbewertung im Sportbereich Schwimmen diente eine Analyse der entsprechenden curricularen Vorgaben der Bundesländer. Dabei war zuerst zu klären, wie die Bundesländer das Schulschwimmen definieren und im Lehrplan realisieren. Es stellten sich u.a. Fragen zur Verbindlichkeit des Schwimmens, zu den Inhalten des Sportbereichs, zur Differenzierung nach Alter und Geschlecht, zur Vorgabe von Leistungsanforderungen und zur Bezugnahme auf externe Leistungsanforderungen wie z.B. Bundesjugendspiele (BJS), Deutsches Schwimmabzeichen oder (neues) Deutsches Sportabzeichen.

Nach der inhaltlich-organisatorischen Analyse wurden die Leistungsanforderungen der einzelnen Bundesländer („Rohwerte“) zusammengetragen und deskriptiv-statistisch ausgewertet. Zur anschließenden Entwicklung von (vorläufigen) curricular-basierten Standardisierungs- resp. Normierungsvorschlägen wurden sowohl deskriptiv-statistische Maßzahlen als auch Vergleiche der Leistungsanforderungen mit nicht-schulischen Qualifikationen (z.B. BJS) herangezogen. Die BJS wurden deshalb gewählt, weil die korrespondierenden Richtlinien zur Durchführung der BJS eine umfassende Sammlung schulexterner Leistungsanforderungen darstellen.

In diesem Beitrag können aufgrund quantitativer Vorgaben lediglich exemplarische Ergebnisse der curricularen Analyse präsentiert werden. Die mitgeteilten repräsentativen Ergebnisse wurden anhand folgender Merk-

male ausgewählt: Geschlecht, Alter (Mittelstufe), grundlegende Schwimmdisziplinen (Brust- und Kraulschwimmen) und Streckenlänge (50 m). Auf die Darstellung weiterer Ergebnisse zum Ausdauer-, Rettungsschwimmen und Tauchen muss an dieser Stelle ebenfalls verzichtet werden.

Inhalts- und organisationsspezifische curriculare Ergebnisse

Im ersten Analyseschritt zeigte sich u.a., dass alle Curricula, Rahmenlehrpläne und Richtlinien der 16 Bundesländer den Sportbereich Schwimmen in der Sekundarstufe I (und II) beinhalten, was als kleinster gemeinsamer Nenner gewertet werden kann.⁴ Dennoch gibt es Unterschiede: Schwimmen ist in Bremen, Thüringen und Sachsen-Anhalt nicht verbindlich. Im hessischen Lehrplan ist festgeschrieben, dass der Schwimmunterricht mindestens in den Klassenstufen 5 und 6 verbindlich angeboten werden muss. In den Richtlinien Sachsens wird darauf verwiesen, dass die ungleichen materiellen Voraussetzungen im Lernbereich Schwimmen zu einer territorial sehr unterschiedlichen Ausbildung führen können. Dieser Sachverhalt erfordert eine Gliederung des Lernbereiches in Komplex 1 (Anfänger) und Komplex 2 (Fortgeschrittene).

Außerdem unterscheiden sich die Richtlinien und Lehrpläne hinsichtlich des Zeitpunkts der Vermittlung des Schwimmunterrichts und/oder der ersten zu erlernenden Schwimmtechnik. Das Rettungsschwimmen als Unterrichtsinhalt ist in vielen Lehrplänen gewährleistet (s. z.B. MSW NRW, 2012). Auch das Ausdauer Schwimmen (ebd.) und der Erwerb externer Qualifikationen (wie z.B. Deutsches Jugendschwimmabzeichen) (s. z.B. Sächsisches Staatsministerium für Kultus, 2004/2007) lassen sich als Gemeinsamkeiten einiger Lehrpläne festhalten.

Die wenigsten Bundesländer (z.B. Bayern) stellen Lehrplananforderungen für jede einzelne Klassenstufe auf. Üblicher ist die Erstellung von Anforderungen für sogenannte *Doppeljahrgangsstufen*.

Leistungsspezifische curriculare Ergebnisse

Allgemeiner Vergleich der Disziplinen

Im Kontext der Analyse von Leistungsanforderungen erfolgt zuerst ein allgemeiner Disziplinenvergleich für die Sekundarstufe I (Tab. 1). In der Übersicht finden nur diejenigen Bundesländer Berücksichtigung, die systematische Angaben zur Leistungsbewertung veröffentlicht haben.

In Tabelle 1 werden die geforderten Disziplinen der Sekundarstufe I für die Länder Bayern, Sachsen und Thüringen dargestellt. Wie der Auflistung zu entnehmen ist, sind die Disziplinen 50 m Brust-, 50 m Kraul- und 50 m Rückenschwimmen am häufigsten vertreten.

Sekundarstufe I

• 50 m Brustschwimmen Klasse 7

Im Folgenden werden nun die Leistungsanforderungen in ausgewählten Schwimmdisziplinen für die Mittelstufe, Klasse 7, graphisch präsentiert⁵; auf eine tabellarische Darstellung der Leistungsvorgaben wurde aus ökonomischen Gründen verzichtet. Die Abbildungen 1 und 2 zeigen, wie sich die Zeitanforderungen der Bundesländer, der Bundesjugendspiele und das arithmetische Mittel im Kurvenverlauf darstellen. Dabei ist die Sonderstellung Sachsens mit den höchsten Leistungsanforderungen über das gesamte Notenspektrum unverkennbar. Die Maßgaben aus Bayern und Thüringen liegen im Bereich der Noten 3 und 2 eng beieinander, bei der Note 1 sind sie identisch. Die insgesamt niedrigsten Leistungsanforderungen sind in Thüringen zu erfüllen.

Für die Differenz zwischen höchster und niedrigster Leistungsanforderung gilt, dass diese zum unteren Ende des Notenspektrums hin ansteigt. Bei den Mädchen lässt sich ein Differenzbereich zwischen 3 (Note 1) und 20 Sekunden (Note 4), bei den Jungen zwischen 0 (Note 1) und 22 (Note 4) Sekunden feststellen. Die Verhältnisse sind bei den Schülerinnen demnach etwas ausgeglichener, jedoch sind Differenzen von bis zu 22 Sekunden zwischen den Bundesländern inakzeptabel.

Die Leistungsanforderungen für die Mädchen sind nahezu deckungsgleich mit denen der Bundesjugendspiele, bei den Jungen werden sie von den Leistungsanforderungen der BJS noch übertroffen. Lediglich das Deutsche Jugendschwimmabzeichen – Gold – erfordert eine Leistung im Brustschwimmen über 50 m: Die Bedingung „in höchstens 1:10 Minuten“ entspricht in etwa dem Mittelwert der drei Bundesländer für die Note „befriedigend“. Im Bereich Schnelligkeit des (neuen) Deutschen Sportabzeichens kann ein Zeitschwimmen nur über 25 m absolviert werden, was einen Vergleich mit den curricularen Leistungsvorgaben erschwert.

• 50 m Kraulschwimmen Klasse 7

Auch für das 50 m Kraulschwimmen der Klassenstufe 7 werden nur von Bayern, Sachsen und Thüringen quantitative Anforderungen formuliert. Die Ansprüche für das Notenspektrum zwischen der Note sehr gut und ausreichend bezüglich des 50 m Kraulschwimmens der Jungen und Mädchen sind in den Abbildungen 3 und 4 dokumentiert. In Sachsen werden auch im Kraulschwimmen über 50 m die höchsten Anforderungen

Land	50 m Brust	100 m Brust	200 m Brust	400 m Brust	50 m Kraul	100 m Kraul	200 m Kraul	400 m Kraul	25 m R/S	50 m R/S	100 m R/S	200 m R/S	400 m R/S	400 m Freistil
BY	X	X ₁			X	X ₂				X				X
SN	X				X				X	X				
TH	X	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X	

Tab. 1: Allgemeiner Disziplinenvergleich im Sportbereich Schwimmen: Sekundarstufe I (BY = Bayern, SN = Sachsen, TH = Thüringen; R/S = Rücken- bzw. Schmetterlings-/Delphin-schwimmen) (x₁ = ab Klasse 9, x₂ ab Klasse 10) (x = Bundesland stellt für die entsprechende Disziplin Anforderungen in Form von Leistungstabellen) (fettgedrucktes x = Auswertung in dieser Publikation)

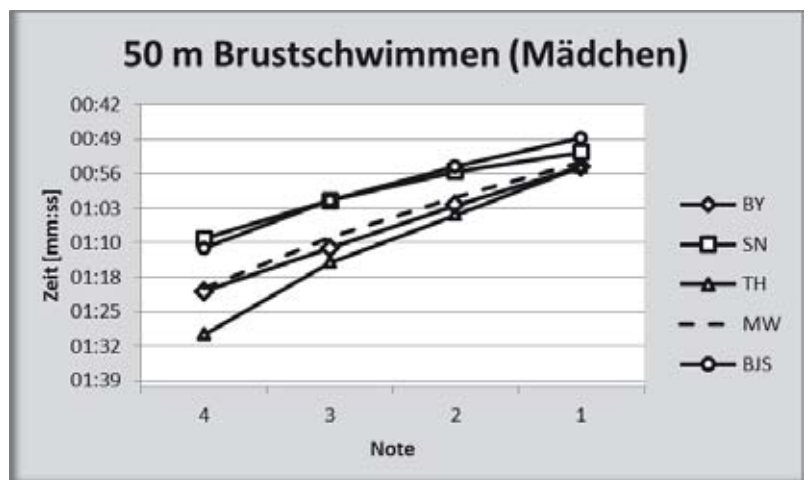


Abb. 1: 50 m Brustschwimmen Mädchen Klasse 7: Bewertungsvorgaben der Bundesländer Bayern (BY), Sachsen (SN) und Thüringen (TH) sowie für die Bundesjugendspiele (BJS) inklusive resultierender Mittelwertkurve (MW)⁶

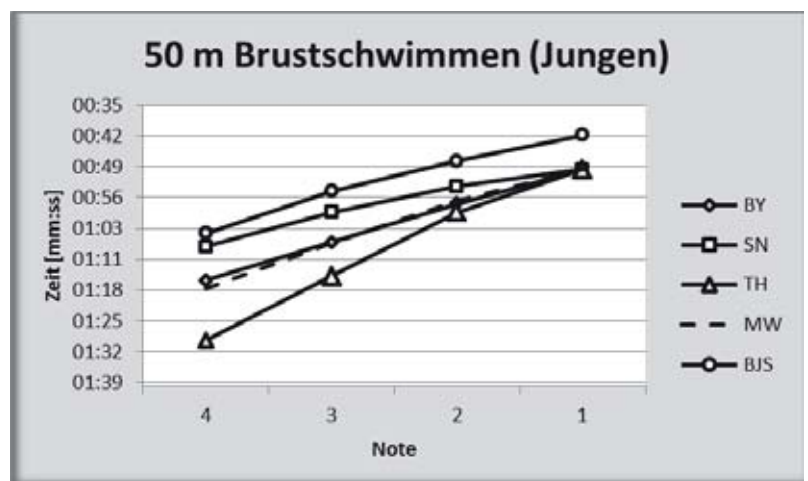


Abb. 2: 50 m Brustschwimmen Jungen Klasse 7: Bewertungsvorgaben der Bundesländer Bayern (BY), Sachsen (SN) und Thüringen (TH) sowie für die Bundesjugendspiele (BJS) inklusive resultierender Mittelwertkurve (MW)⁶

gestellt. Die niedrigsten Ansprüche sind hingegen erneut in Thüringen zu erfüllen. Die Differenzen zwischen niedrigsten und höchsten Anforderungen verdoppeln sich im Vergleich zum 50 m Brustschwimmen mit Werten zwischen 12 (Note 1)

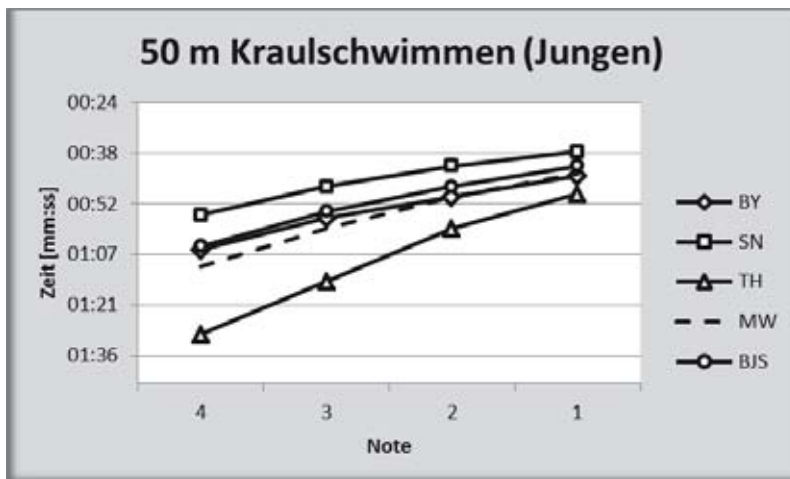


Abb. 3: 50 m Kraulschwimmen Jungen Klasse 7: Bewertungsvorgaben der Bundesländer Bayern (BY), Sachsen (SN) und Thüringen (TH) sowie für die Bundesjugendspiele (BJS) inklusive resultierender Mittelwertkurve (MW)

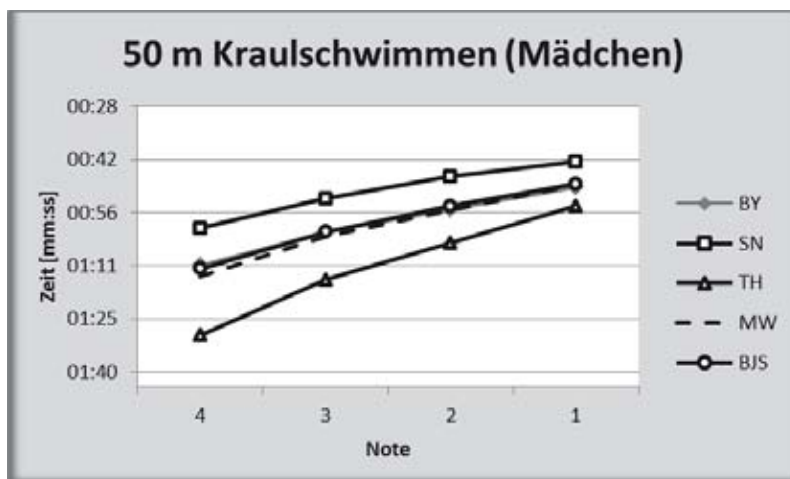


Abb. 4: 50 m Kraulschwimmen Mädchen Klasse 7: Bewertungsvorgaben der Bundesländer Bayern (BY), Sachsen (SN) und Thüringen (TH) sowie für die Bundesjugendspiele (BJS) inklusive resultierender Mittelwertkurve (MW). Die bayerische Kurve ist mit derjenigen der BJS nahezu deckungsgleich, weshalb sie in obiger Abbildung nicht erkennbar darzustellen ist.

und 34 Sekunden (Note 4) nahezu. Demnach entspricht der Zeitwert der größten Differenz annähernd der sächsischen Anforderung für die Note 1 (= 38 sec). Im Kraulschwimmen der gleichaltrigen Mädchen zeigt sich ein ganz ähnliches Bild (s. Abb. 4).

Die Bundesjugendspiele (BJS) geben für diese Schwimmdisziplin auch entsprechende Leistungstabellen vor. Eine Gegenüberstellung der schulischen Anforderungen mit den Maßgaben der BJS erfolgt in den Abbildungen 3 und 4. Dabei zeigt sich, dass die Ansprüche der BJS über denen Bayerns und Thüringens liegen. Die sächsischen Vorgaben übertreffen im Kraulschwimmen beider Geschlechter dieser Altersklasse die Anforderungen der Bundesjugendspiele. Auch die unterschiedlich starke Regression der Leistungskurven wird sichtbar. Die sächsische und bayerische Kurve verläuft eher flach, die thüringische dagegen recht steil.

Tab. 2: Normtabelle 50 m Brustschwimmen, Jungen und Mädchen der Sekundarstufe I (7. Jgst.) (Werte für die Noten 5 und 6 = errechnete Zeiten) – gerundete Werte

Standardisierungsvorschläge

Ziel einer (soliden) Standardisierung bzw. Normierung müsste es sein, statistisch-empirische Normen aufzustellen (s. Fußnote 3), die im gesellschaftlichen Diskurs mit Vorstellungen über eine Idealnorm abgeglichen wurden. Diese Forderung ließe sich allerdings nur mit hohem Aufwand realisieren. Im Rahmen dieser Studie musste eine Beschränkung auf das vorliegende Datenmaterial erfolgen, um auf deren Grundlage vorläufige Standardisierungs- resp. Normierungsvorschläge zu unterbreiten.

Eine Normierung auf der Basis curricularer Vorgaben könnte auf verschiedene Weise erfolgen. Theoretisch betrachtet, könnte jede der hier vorgestellten Kurven zur Darstellung länderspezifischer Leistungsanforderungen einer optimalen Norm entsprechen. Dem Ziel einer Standardisierung von Leistungsanforderungen wäre damit allerdings wenig gedient. Vor dem Hintergrund des derzeitigen Erkenntnisstands bietet sich, logisch betrachtet, eine Berechnung des arithmetischen Mittels aus den vorliegenden Ländervorgaben an. In Folgestudien sollte der Mittelwert, wie oben skizziert, in Normierungsstudien überprüft und ggf. modifiziert werden. Die Mittelwerte wurden gerundet, da Zehntel bei der Leistungsbewertung im Schwimmunterricht der Sekundarstufe I vernachlässigt werden können.

Standardisierte Leistungstabellen Sekundarstufe I

In den Tabellen 2 und 3 werden die Mittelwerte für die einzelnen Notenstufen zur Bewertung der Leistungen im 50 m Brust- und Kraulschwimmen der Jungen und Mädchen mitgeteilt.

Gemäß Quitsch (1982) muss die Struktur der Noten-Leistungswerte-Beziehung regressiv angelegt sein. Es liegt folglich keine lineare Relation zwischen den beiden Größen vor, so dass fehlende Leistungswerte für die Noten „mangelhaft“ und „ungenügend“ nicht über eine lineare Funktion bestimmt werden konnten. Für diese Notenstufen wurden die Leistungswerte mittels einer Exponentialfunktion des Typs $f(x) = ae^{bx}$ errechnet⁷, weil mehrere (von den ohnehin wenigen) Bundesländern, die systematische Leistungsanforderungen für das Zeitschwimmen angeben, auf Werte für die beiden unteren Notenstufen gänzlich verzichten.

Note	Jungen	Mädchen
1	00:51	00:55
2	00:58	01:03
3	01:08	01:11
4	01:19	01:22
5	01:31	01:34
6	01:46	01:47

Note	Jungen	Mädchen
1	00:46	00:49
2	00:52	00:56
3	01:01	01:03
4	01:12	01:14
5	01:24	01:25
6	01:37	01:38

Resümee

Die Leistungen der Schüler zu messen und zu bewerten, ist für die Berichtsfunktion gegenüber der Gesellschaft sicherlich notwendig; das Wissen über den eigenen Leistungsstand kann hingegen als weitaus bedeutsamer für die individuelle Förderung und Entwicklung eingestuft werden. Diese Aspekte gewinnen mit der Implementierung von Bildungs- resp. Leistungsstandards einerseits und zahlreichen bildungspolitischen Vorgaben zur individuellen Förderung andererseits zunehmend an Bedeutung. Auch im Fach Sport gilt es, im Kontext der allgemeinen bildungspolitischen Diskussion vergleichbare Anforderungen an die Schüler zu stellen. Dies soll durch länderübergreifende Bewertungsvorgaben gewährleistet werden.

Eine Analyse der curricularen Grundlagen für den Sportbereich Schwimmen in den einzelnen Bundesländern zeigt, dass erstaunliche Unterschiede nicht nur hinsichtlich der inhaltlichen und organisatorischen Vorgaben, sondern auch bezüglich der Leistungsanforderungen bestehen.

Die (partiell) vorliegenden Leistungstabellen sind gegenwärtig allenfalls für eine gegebene Klasse oder Schule objektiv. Zwischen den Bundesländern bestehen allerdings Differenzen, die im Sinne einer interindividuellen, schülergerechten Bewertung nicht tragbar sind, und zwar unabhängig von dem bildungs- und ordnungspolitischen Paradigma „Nationale Bildungsstandards“. Verbindliche Leistungstabellen lassen sich nur in wenigen Bundesländern finden. Manche Länder lehnen eine Bewertung auf der Grundlage spezifischer Wertetabellen sogar gänzlich ab. In anderen Ländern existieren dagegen mehrere informelle Leistungstabellen nebeneinander, da keine verbindlichen Anforderungen auf Landesebene vorhanden sind.

Die in diesem Beitrag exemplarisch behandelten Disziplinen (50 m Brust- und Kraulschwimmen) erfuhren eine vorläufige Normierung durch die Bildung eines Mittelwertes aus den länderspezifischen Leistungstabellen. Die Standardisierungsvorschläge können als bundesweit einheitliche Anforderungsniveaus zur Überprüfung in der schulsportlichen Praxis dienen und zur wissenschaftlichen Diskussion gestellt werden. Dass in der Unterrichtspraxis eine Relativierung der Standardwerte aus pädagogisch-fachlichen Gründen erfolgen sollte, versteht sich von selbst, und zwar v.a. dann, wenn die (schulischen und lokalen) Rahmenbedingungen dies erfordern.

Letztendlich bilden die vorliegenden Ausführungen nur eine Grundlage für die empirische Entwicklung von Standards zur (Leistungsmessung und) Leistungsbewertung im Sportbereich Schwimmen. Die curricular normierten Leistungstabellen stehen von nun an zur Überarbeitung durch Vertreter aus Theorie und Praxis der Sportwissenschaft z.B. in Form einer systematischen Normierung auf der Basis hinreichend großer Populationen zur Verfügung – zwecks vergleichbarer und gerechterer Benotung aus Sicht der Schüler (und der Eltern) sowie professioneller und objektiverer Notengebung aus der Perspektive der Lehrer. Vielleicht lässt sich in Folge eines schülerorientierten Leistungsansatzes mittelfristig auch eine Verbesserung der allgemeinen Schwimmfähigkeit von Kindern und Jugendlichen bewirken⁸, v.a. dann, wenn eine qualitative Leistungsfeststellung im Hinblick auf die Güte der jeweiligen Schwimmtechnik in angemessenem zeitlichen Abstand vor eine rein quantitative Leistungsmessung in den cgs-Sportarten geschaltet ist.

Anmerkungen

- (1) Der vorliegende Beitrag basiert partiell auf Ergebnissen aus der Wissenschaftlichen Hausarbeit von N. Quiering, die im Rahmen eines Forschungsprojekts zur Leistungsmessung und Leistungsbewertung im Schulsport unter der Leitung von Franz J. Schneider, ehemals Vertretungsprofessur am Institut für Sportwissenschaft der Friedrich-Schiller-Universität Jena, verfasst wurde. Die deskriptiv-statistischen Ergebnisse und Standardisierungsvorschläge für die Sekundarstufe II werden an anderer Stelle publiziert werden.
- (2) Kritische Ausführungen zur Thematik (Qualitätsmanagement, Output-Steuerung, kompetenzdefinierte Standards im Schulwesen etc.) finden sich u.a. in Aschebrock & Stibbe (2008), Koch (2004), Krick (2005), Regenbrecht (2005) und Schneider (2010).
- (3) Die Begriffe Standard und Norm unterscheiden sich im technischen Sprachgebrauch wie folgt: Eine Norm wird durch ein konsensuell geregeltes Normungsverfahren erstellt. Unter Standard versteht man die Vereinheitlichung von Maßen, Typen und Verfahrensweisen. Standards können somit schneller entstehen als Normen und dienen deshalb oft als Grundlage für eine spätere Normenentwicklung. In der schulpolitischen und -pädagogischen Diskussion wird ferner zwischen Mindest- und Regelstandard sowie zwischen inter- und intra-individueller und curricular-kriterialer Bezugsnorm unterschieden. Da im vorliegenden Beitrag eine Vereinheitlichung curricular-kriterialer Bezugsnormen vorgenommen wird, können die Begriffe Standard und Norm hier weitgehend synonym verwendet werden. Die curricular-kriteriale Norm ist als Quasi-Standard zu verstehen.
- (4) Auf bibliographische Angaben zu den konsultierten Richtlinien/Lehrplänen der einzelnen Bundesländer für das Fach Sport (Leistungsvorgaben zum Sportbereich Schwimmen) wurde (weitgehend) verzichtet, da sie alle auf der Homepage des jeweiligen Bildungsministeriums bzw. auf dem deutschen Bildungsserver einzusehen sind.
- (5) Dass die Kurven in den Abbildungen 1 bis 4 einen logarithmischen Verlauf zeigen, liegt in der (bewusst gewählten) Skalierungsrichtung der beiden Achsen begründet. Exponential- und Logarithmusfunktion sind Umkehrfunktionen (s.u.; „Standardisierungsvorschläge“).
- (6) In den Tabellen der Bundesjugendspiele im Schwimmen werden Leistungsvorgaben lediglich für das Freistil-Schwimmen

Tab. 3: Normtabelle 50 m Kraulschwimmen, Jungen und Mädchen der Sekundarstufe I (7. Jgst.) (Werte für die Noten 5 und 6 = errechnete Zeiten) – gerundete Werte

über 50 m in dieser Altersklasse mitgeteilt, weshalb die Werte nur annäherungsweise zu einem Vergleich herangezogen werden können.

- (7) Für die mathematische Unterstützung danke ich meinem Kollegen Herrn Christoph Kips herzlich.
- (8) Im Jahre 2012 ertranken gemäß Info-Brief der DLRG vom 22.05.2013 in Deutschland 383 Menschen – jeden Tag mindestens ein Mensch. Jeder vierte Deutsche über 14 Jahre kann nicht oder nur sehr schlecht schwimmen. Von Januar bis August 2013 sind bereits 32 Kinder unter 15 Jahren ertrunken, mehr als doppelt so viele wie im Vorjahr (dvs-Info, 26.09.2013). Gut, dass die Verantwortlichen das Problem allmählich erkennen und handeln (s. z.B. Landesprogramm „NRW kann schwimmen“).

Literatur

- Aschebrock, H., Stibbe, G. (2008). Standards, Kerncurricula und schuleigene Lehrpläne. *Sportpädagogik*, 32 (3), 4-13.
- Ingenkamp, K., Lissmann, U. (2002). *Lehrbuch der Pädagogischen Diagnostik*. Weinheim und Basel: Beltz.
- Klieme, E. et al (Hrsg.) (2003). *Zur Entwicklung nationaler Bildungsstandards: eine Expertise*. Bundesministerium für Bildung und Forschung. <http://www.bmbf.de/pub/zur_entwicklung_nationaler_bildungsstandards.pdf>(Stand: 2003-02-18) (Zugriff: 2013-05-31).
- KMK (Kultusministerkonferenz) (2003). *Vereinbarung über Bildungsstandards für den Mittleren Schulabschluss (Jahrgangsstufe 10)*. Beschluß der KMK vom 04.12.2003.
- Koch, L. (2004). Allgemeinbildung und Grundbildung, Identität oder Alternative? *Zschr. f. Erziehungswissenschaft*, (2), 183-191.
- Krick, F. (2005). *Bildungsstandards im Sportunterricht. Risiken und Chancen*. <http://www.uni-frankfurt.de/fb/fb05/ifs/sportpaedagogik/Mitarbeiter/Krick/2006_Krick_Bildungsstandards_im_SpU.pdf> (Stand: 2005-10-18) (Zugriff: 2013-05-31).

- MSW NRW (Ministerium für Schule und Weiterbildung des Landes Nordrhein-Westfalen) (Hrsg.) (2012). *Kernlehrplan für das Gymnasium – Sekundarstufe I in Nordrhein-Westfalen*. Sport. Frechen: Ritterbach.
- MSWWF NRW (Ministerium für Schule, Weiterbildung, Wissenschaft und Forschung des Landes Nordrhein-Westfalen) (Hrsg.) (1999). *Richtlinien und Lehrpläne für die Sekundarstufe II – Gymnasium/Gesamtschule in Nordrhein-Westfalen*. Sport. Frechen: Ritterbach.
- Quitsch, G. (1982). Die Problematik der Leistungsbewertung im Schulschwimmen. *Lehrhilfen für den Sportunterricht*, 31 (7), 97-106.
- Regenbrecht, A. (2005). Sichern Bildungsstandards die Bildungsaufgabe der Schule? In Rekus, J. (Hrsg.), *Bildungsstandards, Kerncurricula und die Aufgabe der Schule* (S. 53-76). Münster: Aschendorff.
- Rheinberg, F. (2002). Bezugsnormen und schulische Leistungsbeurteilung. In Weinert, F.-E. (Hrsg.), *Leistungsmessungen in Schulen* (S. 59-71). Weinheim und Basel: Beltz.
- Sächsisches Staatsministerium für Kultus (Hrsg.) (2004/2007). *Lehrplan Gymnasium. Sport*. Dresden.
- Sekretariat der Ständigen Konferenz der Kultusminister der Länder (Hrsg.) (2005). *Bildungsstandards der Kultusministerkonferenz. Erläuterungen zur Konzeption und Entwicklung*. Neuwied: Luchterhand.
- Scherler, K. (2000). Messen und Bewerten. In Wolters, P., Ehni, H., Kretschmer, J., Scherler, K. Weichert, W., *Didaktik des Schulsports* (S. 167-186). Schorndorf: Hofmann.
- Schneider, F. J. (2010). *Interne Evaluation im Englischunterricht. Unterrichts begleitende Diagnoseverfahren zur schulischen Qualitätsentwicklung*. Berlin: LIT-Verlag.
- Stibbe, G., Aschebrock, H. (2007). *Lehrpläne Sport: Grundzüge der sportdidaktischen Lehrplanforschung*. Baltmannsweiler, Hohengehren: Schneider Verlag.
- Thiele, J. (2008). „Aufklärung, was sonst?“ – Zur Zukunft der Schulsportentwicklung vor dem Hintergrund neoliberaler Vereinnahmungen des Bildungssystems. *Spectrum der Sportwissenschaften*, 20 (2), 59-74.

Vorschau Themenhefte

Für 2014 sind folgende Themenhefte in Planung:

- Sportspiele vermitteln
- Bewegte Schulentwicklung
- Kompetenzorientierung
- Belastung und Wohlbefinden bei Sportlehrkräften
- Schneesport
- Kooperieren

Neues Redaktionsmitglied

Frau Dr. Barbara Haupt ist seit Januar 2014 Mitglied der Redaktion von „sportunterricht“. Frau Haupt bringt aus hochschulischer und schulischer Tätigkeit umfangreiche Erfahrungen in die Redaktionsarbeit ein. Als Diplomlehrerin für Körpererziehung und Biologie (1987 Promotion zu Fragen der Sportlehrerausbildung) war Frau Haupt bis 1999 an der Universität Jena tätig, um dann in den Schuldienst an Thüringer Regelschulen zu wechseln. Sie unterrichtet die Fächer Sport und Biologie, ist zudem als Beraterin für Schul- und Unterrichtsentwicklung sowie als Fachberaterin Sport für Lehramtsanwärter aktiv. Seit WS 2011/12 ist sie außerdem mit 4 Stunden an die Universität Jena abgeordnet, wo sie u. a. das Praxissemester der Lehramtsstudierenden begleitet. Die Redaktion verspricht sich von der Mitarbeit von Frau Dr. Haupt insbesondere wertvolle und interessante Anregungen zur Behandlung relevanter schulpraxisnaher Themen und Probleme.



Barbara Haupt

Das Sächsische Curriculum für Bewegung, Spiel und Sport

Struktur und Arbeitsgrundlage für die Akteure im Bereich Bewegung, Spiel und Sport

Antje Finke, Sabine Zubrägel

Lehrer, Eltern, Erzieher, Trainer, Übungsleiter, Erlebnispädagogen und weitere Akteure im Bereich Bewegung und Sport eint das Anliegen, bei Kindern und Jugendlichen das Interesse und die Freude an Bewegungsaktivitäten zu wecken und nachhaltig zu fördern. Mit besten Absichten und verschiedensten Ansätzen produzieren sie ein kaum zu überblickendes Spektrum an Angeboten und Konzepten. Die Bildungsinstanzen agieren zudem auf der Grundlage verschiedener, erfahrungsgemäß kaum abgestimmter Pläne, was insbesondere die Gestaltung von Übergängen erschwert. Eine gemeinsame Struktur, die Systematisierung und Orientierung ermöglicht, war das Ziel des Entwicklungsvorhabens Sächsisches Curriculum für Bewegung, Spiel und Sport. Diese wird als Voraussetzung für ein abgestimmtes, systematisches Zusammenwirken verschiedener Erziehungsinstanzen und Bildungsinstitutionen angesehen. Das komplexe Thema Bewegung und Sport wurde im Ergebnis so aufbereitet, dass eine strukturierte Einordnung der Konzepte, Inhalte und Angebote für Kinder und Jugendliche im Alter von 0 – 18 Jahren auf Grundlage gemeinsamer Bildungsziele möglich wurde und ist.

Saxon's Curriculum for Movement, Play and Sports: The Structure and Basic Description for Those Involved in the Realm of Movement, Play and Sports

Teachers, parents, educators, coaches, instructors, adventure leaders and others involved in the realm of movement and sports are united by the common goal to initiate and facilitate the children's and adolescents' interest and joy in movement activities with a lasting impression. With best intentions and very diverse attempts they produce a variety of offers and concepts with hardly any possible overview. In addition the educational institutions usually act on the basis of different, hardly coordinated plans, which especially complicates the organization of transitions. The goal of the developmental project concerning Saxon's curriculum for movement, play and sports was to create a common systematic structure which offers orientation. The authors see this project as a prerequisite for uniting and systematically coordinating different educational authorities and institutions. The authors finally present the complex topic of movement and sports in a way which provides a structure of the different concepts, contents and offers for children and adolescents from the ages of 0 to 18 on the basis of common educational goals.

Bildungsverständnis und Kompetenzansatz

Den Ausgangspunkt für die Annäherung an Bewegung, Spiel und Sport bildet ein modernes Bildungsverständnis, das dem tiefgreifenden Wandel in der Gesellschaft Rechnung trägt.

Die subjektzentrierte Perspektive verdrängt darin die tradiert institutionengebundene Perspektive und richtet den Blick auf das Bildungsgeschehen im Lebenslauf (vgl. BMFSFJ, 2005). Bildung wird als ein „Transformationsprozess der Persönlichkeit [...] verstanden, der sich in der Auseinandersetzung des Menschen mit sich selbst und der Welt vollzieht“ und „zu einer Genese von Kompetenzen (führt), die als Persönlichkeitspoten-

ziale die Erkenntnis- und Handlungsmodi des Menschen determinieren“ Grunert, (2005, S. 11-12).

Mit Bezug auf BALZ (2008) ist Bildung auch immer als ein individueller Prozess der Kompetenzzaneignung anzusehen. Dabei sind verschiedene Bildungsorte und Settings zu berücksichtigen sowie das Faktum, dass Kompetenzzaneignung nicht nur im Kontext formeller Bildungsprozesse, sondern auch informell, jenseits bewusst angestrebter Ziele geschieht (vgl. Heim, 2008). Kinder und Jugendliche erwerben Kompetenzen nicht nur in Bildungsinstitutionen wie Kindergarten und Schule, sondern auch in der Familie, der Peer-Group, im Verein, über die Nutzung von Medien und in weiteren Arrangements.

Auf der Basis dieses kompetenzbasierten Bildungsverständnisses wurde eine subjektzentrierte und instituti-

Zusammenfassung
Abstract
Zusammenfassung
Abstract
Zusammenfassung
Zusammenfassung
Abstract
Zusammenfassung
Abstract



Dr. Antje Finke

ist Diplomlehrerin für Sport und Biologie, hat an der Universität Rostock im Fachbereich Sportwissenschaft promoviert und ist seit 2001 Geschäftsführerin der LSJ Sachsen.

LSJ Sachsen e. V. (Landesarbeitsstelle Schule-Jugendhilfe)
Hoyerswerdaer Str. 22,
01099 Dresden
E-Mail: antje.finke@lsj-sachsen.de

onsunabhängige Annäherung an Bewegung, Spiel und Sport als Voraussetzung für ein institutionenübergreifendes Curriculum möglich.

Die Ziele im Sächsischen Curriculum für Bewegung, Spiel und Sport sind als Ziele der Bewegungsbildung definiert. Zum einen wird damit einem Bildungsverständnis mit internationaler Perspektive Rechnung getragen; im englischen Sprachraum sind dem Terminus education Bildung und Erziehung in Einheit implizit. Zum anderen sollte das Kind im Mittelpunkt der Bildungs- und Erziehungsprozesse stehen. Der Begriff Erziehung erscheint damit verzichtbar, denn er „hebt stärker auf die Perspektive der (äußeren, ergebnisorientierten) Gestaltung der Bildungsprozesse ab und betont insofern stärker die Perspektive der Erwachsenen“ (Thüringer Bildungsplan, 2008, S. 15). Der Begriff Bewegungsbildung öffnet den Raum, verschiedene pädagogische Ansätze, Konzepte und Inhalte zusammenzuführen, einschließlich der im Bereich Bewegungserziehung vorhandenen. Bewegungsbildung wird damit als Oberbegriff für alle formellen und informellen Prozesse des Kompetenzerwerbs in Bezug auf Bewegung, Spiel und Sport im Rahmen formaler oder non-formaler Settings postuliert.

Dem Curriculum liegt das Kompetenzmodell von Roth (1971) zugrunde, das auch für die sächsischen Lehrpläne sowie für den sächsischen Bildungsplan relevant ist. Roth postuliert die Dimensionen Sachkompetenz, Selbstkompetenz und Sozialkompetenz, in denen jeweils motorische, kognitive und sozial-affektive Komponenten vereint sind. Diese Dimensionen fließen im Begriff Handlungskompetenz zusammen. Sie entwickeln sich durch Handeln und werden im Handeln manifest.

Individuelle Handlungskompetenz in und durch Bewegung, Spiel und Sport als zentrale Zielgröße

Als zentrale Zielgröße der Aktivitäten und Angebote im Bereich Bewegung und Sport wird mit Bezug auf Kurz (1998) und Saß (1999) *individuelle Handlungskompetenz in und durch Bewegung, Spiel und Sport* postuliert. Mit der Begriffstria folgen die Autorinnen Saß (2009, S.408), die Bewegung und Sport in direkten Kontext zu Spiel stellt. Mit Verweis auf Saß lässt sich zusammenfassen: *Bewegung* hat als grundlegende Dimension menschlichen Verhaltens Basisfunktion für alle motorisch-sportlich orientierten Lern- und Erfahrungsfelder. *Spiel* wird als schöpferische Tätigkeit verstanden, die ohne bewussten Zweck, aus reinem Vergnügen erfolgt. *Sport* orientiert sich als Bestandteil der gesellschaftlich-kulturellen Lebenswelt vorrangig an zweckrationalen und effizient ausgerichteten Verhaltensmustern im Bereich von Sportarten.

Individuelle Handlungskompetenz in und durch Bewegung, Spiel und Sport kann als spezifische Handlungskompetenz betrachtet werden, deren Entwicklung sich in Einheit von Sach-, Sozial- und Selbstkompetenz vollzieht. Die Autorinnen definieren sie als Bereitschaft und Fähigkeit, situationsangepasste auf Bewegungsanforderungen bezogene Handlungen zu generieren, sich dabei individuell und sozial verantwortlich zu verhalten und eigene Bewegungshandlungen sowie die anderer sachgerecht zu beurteilen und kritisch zu reflektieren. Damit wird das Konzept *Individuelle Handlungsfähigkeit in und durch Bewegung, Spiel und Sport*, das Saß (2009) als fachdidaktische Leitidee für die Gestaltung des Schulsports vorschlägt, ausgeweitet.

Mit Bezug auf Grunert (2005) ist *Individuelle Handlungskompetenz in und durch Bewegung, Spiel und Sport* Voraussetzung für Bewegungshandeln und gleichsam dessen Ergebnis. Sie ermöglicht es Kindern (und auch Erwachsenen), sich Bewegung, Spiel und Sport in unterschiedlichen Lern- und Erfahrungsfeldern, in unterschiedlichen sozialen Konstellationen und mit unterschiedlichen Motiven zu eigen zu machen und die entsprechenden Lern- und Erfahrungsräume für sich selbst und für andere sinnstiftend zu gestalten. Mit dem Begriff der *Individuellen Handlungskompetenz in und durch Bewegung, Spiel und Sport* wird berücksichtigt und betont, dass Kinder (und auch Erwachsene) ihre Erfahrungen „unmittelbar durch und mit ihren Bewegungen und mit und über ihren Körper machen“ (Grupe, 1992, S. 27). Der Mensch setzt seinen Körper ein, um sich mit der Umwelt auseinander zu setzen, sich ein Bild von ihr zu machen und auf sie einzuwirken. Bewegung ist dabei das Mittel, über Mitwelt und Umwelt Erfahrungen zu machen. Zugleich sind der eigene Körper und die eigenen Bewegungen selbst Gegenstand der Erfahrung. Das ist für die kindliche Entwicklung von besonderer Bedeutung, trifft aber auch auf Erwachsene zu (vgl. Müller, 2008). Kompetenzen im Bereich Bewegung, Spiel und Sport werden zwar im Bewegungshandeln offenbar, haben aber über die körperlich-motorische Dimension hinaus auch emotionale, motivationale, volitive, kognitive und soziale Dimensionen (vgl. Le Gouvernement du Grand-Duché de Luxembourg, 2009). Insofern wird *Individuelle Handlungskompetenz in und durch Bewegung, Spiel und Sport* in einem ganzheitlichen Sinne verwirklicht.

Mehrdimensionales Zielverständnis

Die curriculare Annäherung an diese Zielgröße setzt ein mehrdimensionales Zielverständnis voraus. Hier hat Kurz (1998) mit Bezug auf die Kenyon-Skalen (1968) Basisarbeit geleistet. Die von ihm postulierten Sinnperspektiven im Schulsport sind zu in der Sportwissenschaft allgemein anerkannten pädagogischen Perspek-

tiven und Bildungspotenzialen geworden. Sie umfassen weit mehr, als man mit Sport in erster Linie assoziiert: Leistung und Fitness. In den Bildungspotenzialen sind Aspekte des Sports berücksichtigt wie z. B. Bewegungsfreude, Wagnis, Risiko, Sozialerfahrung, Spannung, Ausdruck, Ästhetik, Wohlbefinden, Gesundheit, Körpererfahrung und Emotionalität. Mit der Ausweitung des Begriffs Sport auf Bewegung, Spiel und Sport nimmt deren Bedeutung noch zu. Dies fand bei der Entwicklung der Ziele der Bewegungsbildung (Finke, Schindhelm & Zubrägel, 2010) für das Sächsische Curriculum für Bewegung, Spiel und Sport Beachtung.

Die Ziele der Bewegungsbildung sind als komplexe Kompetenzerwartungen an 18-jährige junge Erwachsene formuliert.

Der junge Erwachsene ...

- verfügt über ein positives Selbstkonzept in und durch Bewegung, Spiel und Sport,
- weist ein gesundheitsförderndes Bewegungsverhalten auf,
- hat das Bedürfnis nach lebenslanger Bewegungsaktivität entwickelt und gestaltet seine Bewegungsbiographie selbstbestimmt,
- handelt sozial verantwortlich in und durch Bewegung, Spiel und Sport und
- ist körperlich leistungsfähig und verfügt über ein vielfältiges Bewegungsrepertoire.

Kompetenzen als Lernziele

Die Ziele der Bewegungsbildung wurden mit *Kompetenzen im Sinne von Lernzielen* untersetzt. Lernziele werden dabei als Tätigkeit oder Verhaltensweise verstanden, die der Lernende nach Erreichen des Zieles zeigen kann (vgl. Bielefelder Netzwerk für die sportpädagogische Praxis, 2004).

Die Kompetenzen wurden für die Aufbereitung in *Lern- und Erfahrungsfeldern* sowie nach *Bildungsphasen und Altersgruppen* gewichtet und konkretisiert. Dabei werden Lern- und Erfahrungsfelder als sportpädagogische Bereiche aufgefasst, in denen die grundlegenden Sinnbezüge und Bedeutungen von Bewegung, Spiel und Sport thematisiert werden, um eine Elementarisierung von Grundgehalten zu erreichen (vgl. Marburger Sportpädagogen, 1998). Die Zusammenstellung der Inhalte und Themen der Bewegungsbildung des Sächsischen Curriculums für Bewegung, Spiel und Sport in acht Lern- und Erfahrungsfeldern geht deutlich über Sportartenkonzepte hinaus und schließt die Sportarten dennoch ein (vgl. Aschebrock, 2009). Bei der Zusammenstellung und Bezeichnung der Felder erfolgte eine grundsätzliche Orientierung an den relevanten Lernbereichen der Sächsischen Lehrpläne und des Kita-Bildungsplans, aber auch Ansätze aus anderen Bundesländern fanden Berücksichtigung. Im Ergebnis

können sämtliche Inhalte und Angebote aus dem Spektrum der Sport-, Spiel- und Bewegungskultur, z. B. auch aktuelle Entwicklungen aus dem Gesundheits- oder Freizeitsport unter den Prämissen von Lern- und Erfahrungsfeldern betrachtet werden.

Durch die zwischen einzelnen Lern- und Erfahrungsfeldern existierenden Schnittflächen kann die Betrachtung einzelner Bewegungsangebote oder Sportarten aus Sicht mehrerer Felder sinnvoll sein. Die Kompetenzen in jedem Lern- und Erfahrungsfeld sind weiterhin nach Bildungsphasen bzw. Altersgruppen differenziert, wobei entwicklungspsychologische Erkenntnisse ebenso wie Bildungs- und Lehrplananforderungen Beachtung fanden. Die Bildungsphase bzw. Altersgruppe wird dabei als zeitlicher Ausdruck der Entwicklung und/oder als Einflussfaktor betrachtet (vgl. Payr, 2011). Erstmals sind Inhalte von Bewegung, Spiel und Sport im Basal- und Elementarbereich bzw. für die Altersgruppe der 0- bis 6-Jährigen in den Gesamtzusammenhang der sächsischen Bewegungsbildung eingeordnet. Somit wird für die verschiedenen Akteure eine Orientierung an gemeinsamen bildungsphasen- bzw. altersgruppenspezifischen Kompetenzen als Voraussetzung für die umfassende Förderung *Individueller Handlungskompetenz in und durch Bewegung, Spiel und Sport* möglich.

Lern- und Erfahrungsfelder und Bildungsphasen/ Altersgruppen des Curriculums

Kompetenzen als Lernziele konkretisiert für			
Lern- und Erfahrungsfelder	und	Bildungsphasen/Altersgruppen	
Laufen, Springen, Werfen			
Kräfte messen und miteinander kämpfen		Basalphase	0 - 3 Jahre
Spielformen und Sportspiele		Elementarphase	3 - 6 Jahre
Bewegen an Geräten, Turnen		Primarphase	6 - 10 Jahre
Gestalten, Tanzen, Darstellen			
Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten		Sekundarphase I	10 - 15 Jahre
Bewegen im Wasser		Sekundarphase II	15 - 18 Jahre
Prävention und Gesundheit			

Umsetzung im Lernportal „Junge Sachsen in Bewegung“

Diese Entwicklungen wurden im Online-Lernportal „Junge Sachsen in Bewegung“ verfügbar und nutzbar gemacht. Damit haben die Akteure im Bereich Bewegung, Spiel und Sport die Möglichkeit:

- sich über die Lern- und Erfahrungsfelder für Bewegung, Spiel und Sport zu informieren,
- sich einen Überblick zu verschaffen, welche Kompetenzerwartungen es bezogen auf ein Lern- und Erfahrungsfeld im Verlauf der kindlichen Entwicklung gibt,



Sabine Zubrägel
ist Diplomsportheilerin (DSHS Köln) und Master of Public Health (Boston University). Sie ist seit 2008 als Projektmitarbeiterin bei der LSJ Sachsen tätig.

LSJ Sachsen e.V.
Hoyerswerdaer Str. 22,
01099 Dresden

- sich zu informieren, welche Kompetenzen als Lernziele für die altersgerechte Ausrichtung eines Bewegungsangebots Beachtung finden sollten,
- sich über die konkreten Bezüge des sächsischen Kita-Bildungsplans und der sächsischen Lehrpläne für verschiedene Fächer zu den Bildungsphasen/Altersgruppen und den Lern- und Erfahrungsfeldern zu informieren,
- Materialien und Projektangebote zu recherchieren, die das eigene Anliegen konkret unterstützen können,
- zu überprüfen, ob wichtige Kompetenzen im Sinne von Lernzielen in aktuellen oder zu konzipierenden Angeboten (schon umfassend) berücksichtigt werden.

Die Kompetenzbeschreibungen im Lernportal weisen ein hohes Abstraktionsniveau jenseits von Sportart- oder Angebotsspezifika auf. Sie dienen nicht als Qualitätsstandards, sondern im Sinne allgemeiner Lernziele als gemeinsame Orientierungsgrundlage für verschiedene Akteure. Dabei kommt dem Bewusstmachen der Bandbreite der Bildungspotenziale von Bewegung, Spiel und Sport eine besondere Rolle zu. Dass Kinder und Jugendliche diese Breite tatsächlich erfahren und erleben können, wird als zentraler Faktor angesehen, um ihr Interesse und ihre Freude an Bewegungsaktivitäten zu wecken und nachhaltig zu fördern. Die Kompetenzbeschreibungen bilden die Grundlage für die konkrete angebotsspezifische Unterersetzung im

Tab. 1: Beispiel: Kompetenzen im Verlauf der kindlichen Entwicklung unter dem Inhaltsaspekt spielerische Bewegungserfahrungen im Lern- und Erfahrungsfeld Bewegen im Wasser

Tab. 2: Beispiel: Kompetenzen im Lern- und Erfahrungsfeld Bewegen an Geräten/ Turnen für die Sekundarphase I/10-15 Jahre



Welche Lernziele sind von Bedeutung? Dass die Kinder und/oder Jugendlichen...

Inhaltsaspekt	Bildungsphasen/Altersgruppen				
	Basalphase 0-3 Jahre	Elementarphase 3-6 Jahre	Primarphase 6-10 Jahre	Sekundarphase I 10-15 Jahre	Sekundarphase II 15-18 Jahre
Kompetenzen in Bezug auf Wassergewöhnung und spielerisches Bewegen im Wasser Lehr- und Bildungsplanbezüge	- vielfältige Körper- und Bewegungserfahrungen im Wasser sammeln können. - Bewegungsfreude im Wasser haben können.	- vielfältige Körper- und Bewegungserfahrungen im Wasser sammeln und erweitern können. - Bewegungsfreude im Wasser haben können. - positive Erlebnisse und persönliches Wohlbefinden entdecken können. - soziale Vereinbarungen und Regeln kennen und akzeptieren können.	- Körper- und Bewegungserfahrungen im Wasser erweitern können. - Bewegungsfreude im Wasser haben können. - vielfältige Spielformen im Wasser ohne und mit Partnern und/oder Geräten erkunden können. - Interessen und Bedürfnisse anderer wahrnehmen und berücksichtigen können. - soziale Vereinbarungen und Regeln akzeptieren können.	- Bewegungsfreude im Wasser haben können. - vielfältige Spielformen im Wasser ohne und mit Partnern und/oder Geräten anwenden können. - Interessen und Bedürfnisse anderer wahrnehmen und berücksichtigen können. - soziale Vereinbarungen und Regeln anwenden können.	- Bewegungsfreude im Wasser haben können. - vielfältige Spielformen im Wasser ohne und mit Partnern und/oder Geräten anwenden können. - Interessen und Bedürfnisse anderer wahrnehmen und berücksichtigen können. - soziale Vereinbarungen und Regeln anwenden können.



Welche Lernziele sind von Bedeutung? Dass die Kinder und/oder Jugendlichen...

Bildungsphase Altersgruppe	Kompetenzen in Bezug auf			
	spielerische Bewegungserfahrungen an Geräten	Turnen und weitere relevante Sportarten	Könnensentwicklung, Leistungsverhalten, Leistungsvergleiche	gesundheitsförderndes und sicheres Bewegen an Geräten
Sekundarphase I 10 - 15 Jahre Lehr- und Bildungsplanbezüge	- Körper- und Bewegungserfahrungen erweitern können. - Lust am Entdecken neuer Bewegungsmöglichkeiten und Bewegungsfreude haben können. - Vertrauen in die eigenen Stärken haben können. - soziale Vereinbarungen und Regeln anwenden können. - Erfolgserlebnisse und Wohlbefinden haben können. - Möglichkeiten für das Bewegen an Geräten im Alltag nutzen können. - eigene Bewegungsideen und Darstellungsformen selbstständig erproben können.	- ausgewählte motorische Fähigkeiten entwickeln und erweitern können. - ausgewählte Turnelemente, Techniken und Übungsverbindungen festigen und erweitern können. - eigene Bewegungsideen und Darstellungsformen selbstständig erproben können. - Vorlieben des eigenen Bewegungshandels entdecken und in den Lebensstil einbeziehen können. - relevante Freizeitmöglichkeiten kennen und nutzen können. - den Zusammenhang von Körperbildern und gesellschaftlichen Normen und Tendenzen verstehen und reflektieren können.	- Vertrauen in die eigenen Stärken entwickeln können. - die individuellen Leistungsvoraussetzungen in normativen Bezügen einschätzen und entwickeln können. - leistungsbestimmende Faktoren und Trainingsgesetzmäßigkeiten kennen können. - Erfolge in Bezug auf Leistungsanforderungen als Ergebnis eigener Anstrengung erleben können. - Freude an der eigenen Leistungsentwicklung und Leistungsverzicht haben können. - eigene Choreografien und Präsentationen selbstständig entwickeln und verbessern können. - Freude am Präsentieren haben können.	- einen verantwortungsvollen Umgang mit Wagnis und Risiko entwickeln können. - soziale Vereinbarungen und Regeln anwenden können. - Maßnahmen des Helfens und Sicherns anwenden können. - Tätigkeiten beim Geräteaufbau und -abbau selbstständig ausüben können. - Zusammenhänge von Bewegung an Geräten mit Gesundheit und Fitness reflektieren können.

jeweiligen Setting. Das erfordert die Expertise des jeweiligen Trainers, Pädagogen oder Verantwortlichen. Zudem stehen im Lernportal lernfeldbezogenen Projektangebote, Unterrichtsmaterialien, Literaturverweise, Übersichten zu Anbietern und weitere Informationen zur Verfügung. Dem Anspruch des Lernportals „Junge Sachsen in Bewegung“ entsprechend bilden diese Informationen nicht den Einstieg in das Portal, sondern flankieren die Auseinandersetzung mit den Kompetenzen als Lernziele.

Struktur des Lernportals

Der Einstieg in das Lernportal ist über drei Wege möglich. Über:

- Lern- und Erfahrungsfelder
- Altersgruppen/Bildungsphasen
- Wissenschaftliche Grundlagen

Die beiden ersten Wege führen letztlich zu den Kompetenzen als Lernziele. Diese sind für zwei unterschiedliche Betrachtungsweisen aufbereitet:

- Kompetenzen im Verlauf der kindlichen Entwicklung für jedes Lern- und Erfahrungsfeld (Beispiel Tab. 1)
- Kompetenzen in den Bildungsphasen/Altersgruppen für jedes Lern- und Erfahrungsfeld nach Inhaltsaspekten (Beispiel Tab.2).

Die Kompetenzen können in den acht Lern- und Erfahrungsfeldern nach einheitlichen Inhaltsaspekten betrachtet werden (1). Mit Hilfe der Inhaltsaspekte wird die Komplexität der Lern- und Erfahrungsfelder erschließbar.

Die Inhaltsaspekte umfassen jeweils die Kompetenzen in einem Lern- und Erfahrungsfeld in Bezug auf:

- spielerische Bewegungserfahrungen
- relevante Sportarten
- Könnensentwicklung, Leistungsverhalten, Leistungsvergleiche
- gesundheitsförderndes und sicheres Bewegungshandeln

Die Aufbereitung unter dem Aspekt Bildungsphase/ Altersgruppe gibt Aufschluss, welche Kompetenzen in einem Lern- und Erfahrungsfeld in einer konkreten Bildungsphase oder für eine konkrete Altersgruppe bzw. für die bildungsphasen- bzw. altersgerechte Ausrichtung eines Bewegungsangebots von Bedeutung sind.

Um die Bildungspotenziale von Bewegung, Spiel und Sport über traditionelle Sichtweisen wie Leistung und Fitness hinaus in den Blick der Praktiker zu rücken, wurden so genannte Checklisten entwickelt. Sie rücken auch Aspekte wie Bewegungsfreude, Risiko, Sozialerfahrung, Ästhetik, Gesundheit und Emotionalität ins Bewusstsein der Akteure und stellen letztlich die Untersetzung der Ziele der Bewegungsbildung mit den für das

jeweilige Lern- und Erfahrungsfeld relevanten Kompetenzen dar. Die Mehrdimensionalität der zentralen Zielgröße Individuelle Handlungskompetenz in und durch Bewegung, Spiel und Sport wird somit konkret erschließbar. So können z. B. Lehrer, Trainer, Erzieher überprüfen, ob die Ziele der Bewegungsbildung in aktuellen oder zu konzipierenden Angeboten (schon umfassend) berücksichtigt werden und daraus ableiten, in Bezug auf welche Kompetenzen eine Verbesserung des Angebots oder Konzepts möglich oder notwendig ist. Das ist insbesondere für Akteure im institutionalisierten Bereich von Bedeutung, die für verschiedene Lern- und Erfahrungsfelder der Bewegungsbildung verantwortlich sind. Das Sächsische Curriculum für Bewegung, Spiel und Sport ist vollständig einzusehen unter www.lernportal-sachsen-bewegung.de.

Anmerkungen

(1) Einzig für das Lern- und Erfahrungsfeld Prävention und Gesundheit sind andere Inhaltsaspekte relevant.

Literatur

- Aschebrock, H. (2009). Lehrplanentwicklung im Sport. In H. Haag & A. Hummel (Hrsg.), *Handbuch Sportpädagogik* (403-409). Schorndorf: Hofmann-Verlag.
- Balz, F. (2008). Welche Standards für den Schulsport? In *Sportpädagogik* (3), 14-18
- Bielefelder Netzwerk für die sportpädagogische Praxis (Hrsg.) (2004). Schulsport NRW. *Lernziele. (Elektronische Version)*. Zugriff am 13. Januar 2011 unter www.unibielefeld.de/sportunterricht/referendare/lernziele.htm
- BMFSFJ (Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend) (Hrsg.). (2005) *Zwölfter Kinder- und Jugendbericht. Bildung, Betreuung, und Erziehung vor und neben der Schule*. Zugriff am 14.12.2009 und am 15.04.2013 unter http://www.bmfsfj.de/doku/kjb/data/download/kjb_060228-ak3.pdf
- Finke, A., Schindhelm, A., Zubrägel, S. (2010). *Die Ziele der Bewegungsbildung des Sächsischen Curriculums für Bewegung, Spiel und Sport. (Elektronische Version)*. Zugriff am 13.12.2012 unter http://www.sasj.de/bewegungsportal/downloads/Ziele_Bewegungsbildung_2010_SCBSS.pdf
- Le Gouvernement du Grand-Duché de Luxembourg. Ministère de l'Éducation nationale et de la Formation professionnelle (Hrsg.) (2009). *Education physique et sportive. Standards und Kompetenzen für den Sportunterricht. (Elektronische Version)*. Zugriff am 22.11.2010 unter www.men.public.lu/publications/postprimaire/socles_de_competences/090729_ed_physique/090729_ed_physique_cut.pdf
- Grunert, C. (2005). Kompetenzerwerb von Kindern und Jugendlichen in außerunterrichtlichen Sozialisationsfeldern. In Sachverständigenkommission 12. Kinder- und Jugendbericht, Band 3, *Kompetenzerwerb von Kindern und Jugendlichen im Schulalter* (9 - 94). München: DJI-Verlag.
- Grupe, O. (1992). Zur Bedeutung von Körper-, Bewegungs- und Spielerfahrungen für die kindliche Entwicklung. In H. Altenberger, F. Mauer, F. (Hrsg.), *Kindliche Welterfahrungen in Spiel und Bewegung* (9-38). Bad Heilbrunn: Klinkhardt.
- Heim, R. (2008). Bewegung, Spiel und Sport im Kontext von Bildung. In W. Schmidt (Hrsg.), *Zweiter Deutscher Kinder- und Jugendsportbericht* (21-42). Schorndorf: Hofmann.
- Hummel, A. & Krüger, M. (2006). Qualitätskriterien und Bildungsstandards. *Sportunterricht*, 55 (2), 35.
- Kenyon, G.S. (1968). Six scales for assessing attitude towards physical activity. *Research Quarterly*, 39, 566-574.
- Kurz, D. (1998). Schulsport in Nordrhein-Westfalen. Das pädagogische Konzept der Richtlinien- und Lehrplanrevision. *Sportunterricht*, 47 (4), 141 – 147.
- Kurz, D. (2004). Von der Vielfalt sportlichen Sinns zu den pädagogischen Perspektiven im Schulsport. In P. Neumann & E. Balz (Hrsg.), *Mehrperspektivischer Sportunterricht. Orientierungen und Beispiele* (57-70). Schorndorf: Hofmann.
- Marburger Sportpädagogen (1998). Grundthemen des Bewegens. *Sportunterricht*, 47 (8).
- Müller, C. (2006). *Bewegte Schule. Aspekte einer Bewegungserziehung in den Klassen 5 bis 10/12* (1. Aufl.). Sankt Augustin: Academia Verlag.
- Müller, C. (2008). *Bewegter Kindergarten*. Meißen: Unfallkasse Sachsen.
- Müller, C. (2009). *Bewegter Hort*. Meißen: Unfallkasse Sachsen.
- Payr, A. M. (2011). *Der Zusammenhang zwischen der motorischen und kognitiven Entwicklung im Kindesalter. Eine Metaanalyse*. Dissertation Universität Konstanz, Fachbereich Geschichte und Soziologie – Sportwissenschaft. (Elektronische Version). Zugriff am 11.05 2012 unter <http://kops.ub.uni-konstanz.de/bitstream/handle/urn:nbn:de:bsz:352129693/DissertationAnnettePayr.pdf?sequence=3>
- Roth, H. (1971). *Pädagogische Anthropologie*. Band 2. Hannover. Sekretariat der Kultusministerkonferenz, Referat Berufliche Bildung, Weiterbildung und Sport (Hrsg.). (2011). *Handreichung für die Erarbeitung von Rahmenlehrplänen der KMK für den berufsbezogenen Unterricht in der Berufsschule und ihre Abstimmung mit Ausbildungsordnungen des Bundes für anerkannte Ausbildungsberufe. (Elektronische Version)*. Zugriff am 13.01.2012 unter http://www.kmk.org/fileadmin/veroeffentlichungen_beschluesse/2011/2011_09_23_GEP-Handreichung.pdf
- Sachverständigenkommission 12. Kinder- und Jugendbericht (2005) In Sachverständigen-kommission Zwölfter Kinder- und Jugendbericht (Hrsg.), Band 3, *Kompetenzerwerb von Kindern und Jugendlichen im Schulalter*. München: DJI-Verlag.
- Sächsisches Staatsministerium für Kultus (Hrsg.). (2009). *Lehrplan Grundschule – Sport*.
- Sächsisches Staatsministerium für Kultus (Hrsg.). (2009). *Lehrplan Gymnasium – Sport*.
- Sächsisches Staatsministerium für Kultus (Hrsg.). (2009). *Lehrplan Mittelschule – Sport*
- Sächsisches Staatsministerium für Kultus (Hrsg.). (2005). *Lehrplan Schule zur Lernförderung – Sport*
- Sächsisches Staatsministerium für Soziales (Hrsg.). (2007). *Sächsischer Bildungsplan*. Weimar, Berlin: Verlag das Netz.
- Saß, I. (1999). Zielperspektiven, Inhaltsbereiche und Gestaltungsgrundsätze in der gymnasialen Oberstufe. *Körpererziehung*, 49 (4), 212-215.
- Saß, I. (2009). Schulsport. In H. Haag & A. Hummel (Hrsg.). *Handbuch Sportpädagogik* (403-409). Schorndorf: Hofmann-Verlag.
- Thüringer Kultusministerium (Hrsg.). (2008). *Bildungsplan Thüringen für Kinder bis 10 Jahre*. Weimar, Berlin: Verlag Das Netz. (Elektronische Version). Zugriff am 14.12. 2009 unter www.thueringen.de/imperia/md/content/tkm/kindergarten/bildungsplan/bildungsplan.pdf
- Weinert, F. E. (Hrsg.). (2001). *Leistungsmessung in Schulen*. Weinheim und Basel: Beltz.

Zum Auftrag des Schulsports: Selbstständiges Erarbeiten von Sportarten, Gestaltung eigener Spielideen, Einschätzung der eigenen Leistungsfähigkeit für die Bewältigung einer Bewegungsaufgabe – geht so etwas überhaupt?

Henner Hatesaul

Von den etwa 100 Rahmenrichtlinien Sport (16 Bundesländer mit den verschiedenen Schulformen Primarstufe, Haupt-, Real-, Gesamt-, Berufsschule, Gymnasium usw.) habe ich mich etwas intensiver mit zwei Dokumenten beschäftigt, da ich verpflichtet war, danach zu unterrichten bzw. angehende Lehrer in die Lage zu versetzen, sie in die Praxis umsetzen zu können. Immer wieder kam ich zum Ergebnis, dass die Anforderungen an die Schülerinnen und Schüler sowie an die Lehrkräfte in einigen Bereichen zu hoch angesetzt sind.

Eigentlich lautete der Aufruf im Brennpunkt des Juniheftes von 2013: „Sagen Sie uns einfach, worin Sie den Auftrag des Schulsports sehen.“ Bei einer Neubestimmung ist es m.E. aber durchaus sinnvoll, auch festzustellen, was nicht Auftrag des Schulsports sein sollte bzw. was er nicht leisten kann. Dazu drei Beispiele:

1. Selbstständiges Erarbeiten von Sportarten

In den Rahmenrichtlinien für das Fach Sport an Berufsschulen und Berufsfachschulen des Landes Niedersachsen aus dem Jahr 2002 heißt es auf Seite 7: *„Der Einsatz von Medien, die auch autodidaktisches Erarbeiten von Sportarten ermöglichen, bietet hier Anregungen, die Fähigkeiten des selbstständigen Erarbeitens von sportlichen Fähigkeiten auszubilden. Die Nutzung von Medien fördert die Fähigkeit zur selbstständigen Erarbeitung von Bewegungen bzw. das Analysieren von Bewegungsfehlern.“* Wir reden hier von einem zweistündigen Sportunterricht für 1

Jahr! Die Schüler sollen – so die Idee – in dieser Zeit (unter anderem) lernen, sich eine Sportart oder Teile davon selbst beizubringen! Hand aufs Herz, wer von den Sportlehrerinnen und Sportlehrern hat das schon fürs eigene Sporttreiben mit Erfolg praktiziert? Aber auch die selbstständige Analyse von Bewegungsfehlern ist m.E. eine Überforderung, haben doch sogar Sportlehrkräfte manchmal Probleme, Fehler bei den Schülerinnen und Schülern und ihre Ursachen zu erkennen, v.a. wenn sie vorher keine fundierte Bewegungsanalyse erstellt haben.

2. Gestaltung eigener Spielideen

Dieser Auftrag findet sich in den bereits genannten Rahmenrichtlinien ebenfalls auf Seite 7. Ich finde, es ist schon Anspruch genug, wenn Schülerinnen und Schüler die Spielidee von einigen bekannten Spielen erfassen und umsetzen sollen und wenn es ihnen (mit Unterstützung durch die Lehrkraft) gelingt, die Regeln dem eigenen Könnensstand und den eigenen Bedürfnissen anzupassen.

In den Richtlinien und Lehrplänen Sport für die Sekundarstufe II – Gymnasium/Gesamtschule in Nordrhein-Westfalen aus dem Jahr 1999 wird es noch anspruchsvoller. Dort heißt es auf Seite XL zum Inhaltsbereich 2 „Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen“: *„In diesem Inhaltsbereich erfahren und begreifen Schülerinnen und Schüler, wie sie selbst Spielideen entwickeln und gestalten können. Hier werden Spiele nachgeahmt, nachgespielt und gestaltet, spielhafte Situationen erlebt sowie eigene*

Was Schulsport leisten soll und kann – darüber gibt es unterschiedlichste Ansichten und darüber lässt sich folglich trefflich streiten. In einem „Brennpunkt“ hat Stefan König das ansatzweise für die Mitglieder der Redaktion aufgezeigt und zugleich zu einer möglichst lebhaft und pointiert zu führenden Diskussion dieser Frage ermuntert, an der sich vor allem auch die Leser dieser Zeitschrift beteiligen sollen (vgl. Heft 6/13). Sie bekommen deshalb in der eigens dafür eingerichteten Rubrik „Zum Auftrag des Schulsports“ ein Forum, in dem in lockerer Folge solche Diskussionsbeiträge veröffentlicht werden können. Wir beginnen heute mit einem Beitrag von Henner Hatesaul und hoffen auf viele weitere interessante Zuschriften.

Die Redaktion

Spiele erfunden. Vor allem sollen die Schülerinnen und Schüler dahin geführt werden, ein für alle gelingendes Spielen zu gestalten und aufrecht zu erhalten. ... In diesem Inhaltsbereich geht es also nicht nur um spielerisches Lernen ... und auch nicht um das Lernen und Üben von Sportspielen. Gerade hier hat das Spielen seinen Sinn in sich selbst und stellt ein Stück erfüllte Gegenwart dar.“ Wie soll man gerade die letzte Aussage den Schülern nahebringen?

3. Einschätzung der eigenen Leistungsfähigkeit für die Bewältigung einer Bewegungsaufgabe

In den schon aufgeführten RRL aus Niedersachsen gibt es 4 Kompetenzbereiche, die, wie betont wird (S. 16), gleichwertig nebeneinander stehen und einzeln zu benoten sind (S. 17):

Sport-, Spiel- und Bewegungsformen lernen 2. Sozial handeln 3. Werte und Einstellungen für den Umgang mit sich und anderen erhalten und fördern 4. Gesundheit erhalten und fördern

Dabei gilt: „Sport-, Spiel- und Bewegungsformen lernen“ kann ... auch für den Unterricht in einem der anderen Kompetenzbereiche lediglich als „Medium dienen“ (S. 16). Dies führt zu folgendem Unterrichtsvorschlag, veröffentlicht 2008 in den „Materialien für das Fach Sport in der Berufsschule“ (im Internet unter <http://www.bbs.nibis.de>) auf den Seiten 3-11: Unter dem Stundenthema „Erfahren der eigenen Grenzen beim Fliegen mit dem Trapez“ werden folgende Kompetenzen bzw. Ziele angestrebt: „Die SS schätzen ihre Leistungsfähigkeit für die Bewältigung einer Bewegungsaufgabe ein. Sie nehmen Hilfen an und sichern ihre Mitschülerinnen und Mitschüler. Sie verbalisieren ihre Bewegungserfahrungen und Emo-

tionen. Sie vergleichen sie mit ihren Einschätzungen und überprüfen ihre Leistungsfähigkeit erneut.“ Zum Einstieg müssen die SS den ersten Selbsteinschätzungsbogen ausfüllen, dann jeweils noch vor den 3 verschiedenen Aufbauten mit unterschiedlichem Anforderungsprofil. Nach der Durchführung soll die Übung neu eingeschätzt werden. Zum Schluss stellen sie ihre Einschätzungen und ihre tatsächlichen Ergebnisse vor (= Bewertung) und dann wird das Ganze noch reflektiert, dabei sollen sie nachvollziehbare Konsequenzen aus den gemachten Erfahrungen ziehen. Leider fehlen Aussagen, wie die Ergebnisse im Schwerpunktkompetenzbereich „Werte und Einstellungen ...“ benotet werden sollen.

Ich bin mir sicher, wenn alle überhöhten Anforderungen in den Richtlinien gestrichen würden, bekäme der Rest mehr Glaubwürdigkeit und Nachdruck! Oder möchten Sie als Sportlehrerin oder Sportlehrer zu folgendem verpflichtet werden: „Die zunehmend selbstständige Analyse der Belastungen (gemeint sind die Belastungen im Privatleben und im Beruf) und zunehmend selbstständige Entwicklung von adäquaten sportlichen „Antworten“ bilden einen wesentlichen Teil der in diesem Kompetenzbereich (Gesundheit erhalten und fördern) angestrebten Kompetenz.“ Und unter „Ziele“ dann: „Die Schülerinnen und Schüler untersuchen den Zusammenhang zwischen sportlicher Bewegung, Ernährung und Körpergewicht. Sie erproben angemessene Bewegungsprogramme und Sportarten.“ (RRL Sport Berufsschulen in Niedersachsen, S. 13-14).



2014. DIN A5, 160 S. + CD-ROM
ISBN 978-3-7780-2591-8

Bestell-Nr. 2591 € 21.90

E-Book auf sportfachbuch.de € 17.90

Filip Mess / Maren Ossig / Alexander Woll

Bewegte Pausengestaltung

Übungs-/Spielesammlung für Lehrer und Schüler

Bewegung fördert Lernen – aus diesem Grundsatz ist das Konzept der bewegten Schule entstanden.

Deshalb verfolgt der Hauptaugenmerk des Buches die praktische Umsetzung im Schulalltag. Dies wird in zwei Bausteinen verfolgt:

- **die Bewegungspause (für eine aktive Pause als Unterbrechung des Unterrichts im Klassenzimmer),**
- **die bewegte Pausengestaltung (Bewegung und Spiel in der Mittagspause).**

Zu beiden Bausteinen findet man jeweils eine umfangreiche Übungssammlung.

Inhaltsverzeichnis und Beispielseiten unter www.sportfachbuch.de/2591

Neu!



Versandkosten € 2.-; ab einem Bestellwert von € 20.- liefern wir innerhalb von Deutschland versandkostenfrei.

Sportlehrerbildung – revisited

36. Jahrestagung der Kommission Sportpädagogik der DGfE in Schloss Rauschholzhausen vom 5. bis 7.12.2013

Dr. Petra Guardiera



Dr. Petra Guardiera

DSHS Köln
Institut für Schulsport und
Schulentwicklung

p.guardiera@dshs-koeln.de

Die Wahl des Begriffs *Sportlehrerbildung* für das Thema der diesjährigen Jahrestagung in Schloss Rauschholzhausen war nicht zufällig. Aktuelle Auseinandersetzungen zur Thematik lassen erkennen, dass Professionalisierungsprozesse sich hier weniger im Sinne herkömmlicher *Ausbildung* vollziehen, sondern eher in einem von Reflexivität geprägten Entwicklungsprozess angehender Lehrerinnen und Lehrer aufscheinen. So waren (Lehrer-)Bildung als Begründung und Festigung eines eigenen Standpunktes auf der Basis von Wissen, Bildung als Bereitschaft und Fähigkeit zum Umgang mit Kontingenz sowie Offenheit für Neues als dreistufiges Modell pädagogischer Professionalisierung dann auch Bezugspunkte des Auftaktvortrags von Uwe Hericks (Marburg). Leitthese war die Annahme, Lehrerinnen und Lehrer professionalisierten sich in dem Maße individuell, wie sie sich in ihrem beruflichen Handeln auf Bildung der Schülerinnen und Schüler bezogen. Dem zugrunde liegt ein transformatorisches Bildungsverständnis. Professionelle Entwicklung zeige sich, so Hericks, in der Qualität der Bewältigung wesentlicher Entwicklungsaufgaben junger Lehrerinnen und Lehrer, indem die eigenen berufsbezogenen Vorstellungen mit den vorgefundenen Handlungsstrukturen des beruflichen Alltags zu verknüpfen seien.

Ähnliche Gedanken fanden sich auch bei Matthias Schierz (Oldenburg) wieder: „[...] auch aus Sicht einer pädagogischen Professionstheorie, [...] erscheint es fraglich, ob die Handlungsprobleme eines anspruchsvoll bildenden Unterrichts im Zentrum des Berufsverständnisses Sportlehrender stehen, wenn in den Konzepten von Kontingenz, Reflexivität und Transformation dessen relevante Momente erfasst sind.“ In dieser Weise problematisierte Schierz die Professionalisierungsbedürftigkeit gängiger Sportunterrichtspraxen. Hinderlich bei der Ausbildung eines berufsspezifischen Habitus sei bei Sportlehrern die Vorerfahrung, die letztlich einen athletischen Habitus begünstige. Um aber nicht trainingshafte Unterrichtung, sondern allgemeine Handlungsbefähigung von Schülerinnen und Schülern zu bewirken, sei vielmehr eine Irritation der Fortschreibung der Sportbiographie zum Zwecke der Ent-

wicklung eines professionellen Habitus angeraten – ein Gedanke, der ebenfalls zuvor angeklungen war – und in Form absichtlich herbeizuführender berufsbiographischer Entwicklungskrisen Studierender zur Aufgabe der Sportdidaktik zu machen.

Weitere Entwicklungsaufgaben nachrückender Sportlehrerinnen und Sportlehrer benannte auch Stefan Meier (Köln), dessen Längsschnittuntersuchung Schwierigkeiten in der Herausbildung berufsbezogener Kompetenzen verdeutlicht. Die NRW-weite Erfassung des selbsteingeschätzten Kompetenzniveaus von Sportlehrenden aller Lehrämter zu den drei Messzeitpunkten Studium, Referendariat und Berufseintritt unterstreicht die unzureichende Selbsteinschätzung berufsbezogener Kompetenzen und folglich einen Nachbesserungsbedarf in der Sportlehrerbildung. Als mögliche Reaktion lieferte Matthias Baumgartner (Maggingen) die outputorientierte „Signatur-Intervention“, die zwei als bedeutsam geltende Kompetenzprofile „Feedback“ sowie „Klassenmanagement“ von angehenden Sportlehrpersonen eventuell wirksam fördert. Abschließende Ergebnisse stehen derzeit noch aus.

Als weitere Stellschraube erfolgreicher Professionalisierung schlugen Nathalie Brea-Steffen und Roland Messmer (Basel) das Fachdidaktische Wissen und Können (Pedagogical Content Knowledge, PCK) vor. Präsentiert wurde ein Instrument für dessen empirische Erfassung bei angehenden Sportlehrkräften. Vermutete Zusammenhänge dieser Größe mit den Lernleistungen der Schülerinnen und Schüler sollen Rückschlüsse auf die Wirksamkeit der Sportlehrerbildung möglich machen.

Auf eine mögliche Lücke im Erwerb sozial-kommunikativer sowie pädagogischer Kompetenzen angehender Sportlehrerinnen und Sportlehrer wies Andreas Hoffmann (Tübingen) hin, denn bislang sei nicht erwiesen, inwiefern die eher akademisch-wissenschaftliche Ausbildung an der Universität solche Ziele überhaupt [explizit] anzusteuern vermag. Als Interventionsansatz wurde ein Lehrkonzept vorgestellt, das nach ersten Ergebnissen eine verbesserte Selbsteinschätzung dieser Kompetenzen vermuten lässt und als möglicher Interventionsansatz für die Dekonstruktion falscher Berufsvorstellungen betrachtet wird.

Mit der eher grundsätzlichen Frage nach den Eingangsvoraussetzungen Sportstudierender für den Erwerb berufsbezogener Kompetenzen befasst sich die Arbeitsgruppe um Marion Golenia (Münster). Auf die Frage, welche möglicherweise speziellen Berufswahlmotive sowie Werthaltungen und Überzeugungen Sportstudierende aufweisen, konnten nach einer ersten Vollerhebung an den drei Standorten Münster, Heidelberg und Paderborn Unterschiede in einigen Bereichen des Selbstkonzepts markiert werden. Als Referenzgruppe dient das PaLea-Sample (Kiel). Einen verwandten Gedanken entfaltete auch Diane Kirchhoff (Bielefeld) insofern, als dass eine zentrale Aufgabe der Professionalisierung Sportstudierender darin bestehe, Handlungswissen und wissenschaftliches Wissen in Relation zu bringen. Die Entfaltung der (Selbst-)Reflexivität, die erst die „Selbst-Distanz“ von eigenen Wissensbeständen ermögliche, sei gerade in der fachpraktischen Ausbildung innerhalb des Sportstudiums besonders relevant. Eine Nicht-Entfaltung der (Selbst-)Reflexivität festige möglicherweise blindes Können und dränge theoretisches Wissen in den Hintergrund. Eine exemplarische Untersuchung in der Unterrichtspraxis wies auf einen deutlichen Förderbedarf der (Selbst-)Reflexivität hin.

Hier knüpfte der Vortrag von Andreas Albert und Philipp Julius (Kassel) an, der Möglichkeiten der Förderung in der Unterrichtspraxis in Form der Unterrichtsanalyse mit Feedback auf der Basis von Videographie vorschlug. Reflexivität als Kernbestandteil professioneller Entwicklung erweitere die Lehrkompetenz und lasse sich insbesondere in den im Studium verankerten Schulpraktischen Studien in entsprechender Weise ansteuern.

Ansatzpunkt für den Beitrag von Ralf Laging und Jörg Bietz (Marburg) war die Aufgabenkultur des Faches Sport, innerhalb der sich Professionalität von Lehrerinnen und Lehrern widerspiegeln. Nur angemessene fachliche Aufgaben könnten Lern- und Bildungsprozesse von Schülerinnen und Schülern fördern, wobei sich

fachliche Kompetenz in der Modellierung und fachdidaktische Kompetenz in der unterrichtlichen Inszenierung dieser Aufgaben zeige. Wesentlich bei der Auswahl unterrichtlicher Aufgaben sei die Möglichkeit zur wechselseitigen Erschließung von Subjekt und Sache. „Dahinter steht letztlich der Anspruch an die pädagogische Professionalität der Lehrkraft, den Gegenstand in seiner fachlichen Struktur didaktisch rekonstruieren zu können, um das Herausfordernde, Charakteristische und Widerständige der Sache in Aufgabenformate übersetzen zu können.“

Einem gänzlich anderen, wenngleich sehr aktuellen Thema widmete sich der Samstagvormittag. Sabine Radtke (Gießen) und Heike Tiemann (Ludwigsburg) betrachteten Sportunterricht aus Sicht der Inklusion, wobei Radtke zunächst die Begriffe Inklusion und Integration aus soziologischer sowie inklusionspädagogischer Sicht beleuchtete, um entsprechende Paradigmenwechsel dann auch für den schulischen Sektor abzubilden. Tiemann präsentierte im Anschluss Möglichkeiten und Modelle zur Konzeption von Sportunterricht in heterogenen Gruppen und bezog sich hier sowohl auf sportpädagogische Ansätze, als auch auf solche aus der internationalen Integrations- bzw. Inklusionspädagogik. Zudem lieferte Tiemann einen Ausblick auf Notwendigkeiten zukünftiger Sportlehrerbildung.

Den Abschluss der Tagung gestaltete die Arbeitsgruppe um Volker Scheid (Kassel und Gießen), indem ein empirisch gestütztes, mehrdimensionales Verbundprojekt im Auftrag des Hessischen Kultusministeriums zur Entwicklung von inklusivem Sportunterricht vorgestellt wurde – eine Thematik, der dringend mehr Raum einzuräumen sein wird.

Wir danken den Ausrichtern und Organisatoren der Tagung für eine rundum gelungene Zeit: Neben einer Reihe inspirierender Beiträge wurden ein wunderbarer Tagungsort sowie ein kurzweiliges Abendprogramm geboten.



Klaus Rudolph u. a.

Wege zum Topschwimmer – Band 3: Hochleistungstraining

Der dritte Band der Trilogie „Wege des Topschwimmers“ widmet sich dem Hochleistungstraining. Unter den Schwerpunkten Individualisierung, Spezialisierung und Professionalisierung werden Erfahrungen aus der Trainingswissenschaft, insbesondere der Leistungsdiagnostik, sowie der Trainingspraxis dargelegt, repräsentiert durch einige der erfolgreichsten Schwimmtrainer Deutschlands. Neben Beiträgen zur Trainingssteuerung, Schwimmtechnik und zum Krafttraining findet der Leser auch Ausführungen zum Training im Schwimmkanal und unter Höhenbedingungen. Mit Hinweisen zur Zusammenarbeit des Trainers mit Spezialisten bei effektiver Nutzung der Fördermöglichkeiten wird den Anforderungen des heutigen Spitzensports Rechnung getragen.

2014. 16,5 x 24 cm, 336 Seiten, ISBN 978-3-7780-8830-2, **Bestell-Nr. 8830 € 34,90** E-Book auf sportfachbuch.de € 27,90

Neu!

Nachrichten und Informationen

Dr. Thomas Borchert, Fliederweg 4, 15890 Schlaubetal

Einfach online weiterlesen!

Durch die Verwendung von Online-Barcodes ist es jedem Leser ab sofort möglich, die Informationen gleich online weiterzulesen. Dazu einfach die generierten Codes mit dem Smartphone auslesen und die Website mobil öffnen.

Ideen-Wettbewerb des DOSB

Das Deutsche Sportabzeichen (DSA) steht bei Kindern und Senioren hoch im Kurs. Nun sollen verstärkt junge Erwachsene sowie mittlere Altersgruppen dazu motiviert werden, das Sportabzeichen abzulegen. Deshalb schreibt der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) an deutschen Universitäten einen Ideen-Wettbewerb für neue Marketing- und Kommunikations-Strategien rund um das Sportabzeichen aus. Unterstützt wird die Aktion von der Deutschen Vereinigung für Sportwissenschaft (dvs) und dem Allgemeinen Deutschen Hochschulsportverband (adh). Dotiert ist der Wettbewerb mit insgesamt 5.000 Euro. Die Bereitstellung der Preisgelder erfolgt durch die Unterstützung der Wirtschaftspartner des Deutschen Sportabzeichens, u. a. von „kinder+Sport.“ Ein-sendeschluss ist der 31. März 2014.

Weitere Informationen finden Sie unter www.deutschesportabzeichen.de (Stichwort: Ideen-Wettbewerb)



DFB-Fort- und Weiterbildungen 20.000PLUS

Um die Situation und die Rolle des Fußballs im Sportunterricht, dem für alle Schülerinnen und Schüler verpflichtenden Teil des Schulsports, weiter zu verbessern, sieht es der DFB als wichtiges Ziel an, Grundschul-Lehrkräfte für den Fußball zu begeistern und sie entsprechend zu qualifizieren. Der DFB möchte in enger Zusammenarbeit mit seinen Landesverbänden und den zuständigen Schulbehörden die Lehrkräfte direkt in der Schule abholen, sie zum Fußball mitnehmen, um sie als kompetente und motivierte Multiplikatoren in den Sportunterricht der Grundschule zu entsenden.

In einigen Landesverbänden werden bereits erfolgreich Qualifizierungsmaßnahmen für Lehrkräfte durchgeführt, die nun bundesweit ausgebaut werden. Ein erster Schwerpunkt liegt auf der Qualifizierung der meist weiblichen Lehrkräfte in der Primarstufe, die Interesse am Fußball haben. Ziel ist es, den Pädagoginnen und Pädagogen zusätzliches „Know-how“ für eine attraktive Umsetzung der Thematik „Fußball“ im Sportunterricht – aber auch im außerunterrichtlichen Schul-



sport (Durchführung von AG's, Teilnahme an schulsportlichen Wettbewerben etc.) – an die Hand zu geben.

Weitere Informationen zu den Schulungen erhalten Sie unter www.training-wissen.dfb.de (Stichwort: 20.000PLUS)

Aufklärungsoffensive gegen Medikamentenmissbrauch

Der DOSB hat nun erstmals eine Expertise vorgelegt, die das Thema Medikamentenmissbrauch im Breiten- und Freizeitsport beleuchtet. Mit dieser Expertise möchte der DOSB für die Problematik des Medikamentenmissbrauchs, die sich auch in anderen Gesellschaftsbereichen wie im Bildungssystem, in der Arbeitswelt, im Bereich der Kunst und Musik etc. widerspiegelt, sensibilisieren und aufklären.

Anfang 2014 wird der DOSB zudem ein Fortbildungsmodul zum Thema „Medikamentenmissbrauch im Breiten- und Freizeitsport“ vorstellen. Das entsprechende Materialpaket soll an bestehende Aus- und Fortbildungen des organisierten Sports andocken und kann auch als eigenständige Fortbildung eingesetzt werden. Der DOSB sieht dies als einen weiteren wichtigen Schritt im Engagement gegen Medikamentenmissbrauch im Sport.

Weitere Informationen unter www.dosb.de (Stichwort: Medikamentenmissbrauch)



Ausbildung zum DFB-JUNIOR-COACH

Fußballbegeisterte Schülerinnen und Schüler ab 15 Jahren haben die Möglichkeit in einer kostenlosen 40-stündigen Schulung zum DFB-JUNIOR-COACH ausgebildet zu werden. Die Jugendlichen sollen damit frühzeitig Trainererfahrung sammeln und selbst Kindern den Spaß am Fußball vermitteln.

Die Ausbildung erfolgt direkt an Schulen der Jugendlichen und wird vom jeweils zuständigen Landesverband unterstützt und begleitet. Neben dem sport-spezifischen Wissen wird besonderer Wert auf die Persönlichkeitsentwicklung der Nachwuchstrainer gelegt. Sie sollen früh lernen, gesellschaftliche Verantwortung zu übernehmen.

Darüber hinaus beinhaltet das Projekt weitere Bausteine, die über die fußballfachliche Ausbildung hinausgehen. Durch den DFB-Premium-Partner Commerzbank werden weitere berufsorientierende Maßnahmen eingebracht: Die Schüler haben unter anderem die Chance



auf Bewerbertrainings und Praktika in Commerzbank-Filialen und werden zudem von Mentoren des Unternehmens bei allen Fragen zur beruflichen Orientierung unterstützt und gefördert.

Weitere Informationen finden sich unter www.training-wissen.dfb.de (Stichwort: DFB-JUNIOR-COACH)

DFB-Schulfußballabzeichen

Das Fußball-Abzeichen hat beim DFB eine lange Tradition. Es ist mittlerweile in vielen der rund 26.000 Vereine zu einem beliebten Modul im Kinder- und Jugendtraining geworden und hat einen festen Platz im Jahresterminkalender der Vereine gefunden. Auf vielfachen Wunsch von fußballbegeisterten Lehrerinnen und Lehrern, die das Abzeichen aus dem Verein kennen, möchten wir auch allen Schulen die Möglichkeit geben, diesen Wettbewerb im Rahmen des Schulsports, des außerunterrichtlichen Sports oder bei Schulfesten durchzuführen.

Torschuss, Köpfen, Dribbeln, Passen, Flanken – im Fußball sind viele unterschiedliche Fähigkeiten gefragt. Mit dem Fußball-Abzeichen können diese gezielt und mit Spaß trainiert und geprüft werden. Die notwendigen Teilnehmer-Materialien stellt der DFB dabei kostenlos zur Verfügung!

Weitere Informationen unter www.training-wissen.dfb.de.

Bildungsdatenatlas für Baden-Württemberg online

Seit 2007 hat das Landesinstitut für Schulentwicklung in Kooperation mit dem Statistischen Landesamt zwei allgemeine und zwei themenbezogene Bildungsberichte im Abstand von etwa 2 Jahren veröffentlicht. Die Bildungsberichte stellen der Politik und der Schulverwaltung sachliche datenbasierte Informationen bereit, die als Entscheidungshilfen für die Steuerung des Bildungssystems herangezogen werden können. Durch die regelmäßige Bildungsberichterstattung wird ein Beitrag zur Qualitätssicherung und Weiterentwicklung des Bildungswesens geleistet. Um im Zeitraum zwischen der Veröffentlichung einzelner Berichte aktuelle Daten zur Verfügung stellen zu können, hat das Landesinstitut ein webbasiertes Portal zu

zentralen Bildungsindikatoren entwickelt, den Datenatlas zur Bildungsberichterstattung.

Weitere Informationen unter www.bildungsatlas-bw.de

Minister will 1000 Lehrer 2014 einstellen

Für das Schuljahr 2014/2015 werden in MV so viele Lehrerstellen ausgeschrieben wie nie zuvor. Rund 1000 Pädagogen können im Sommer eingestellt werden, verspricht Bildungsminister Mathias Brodtkorb (SPD). Das sind fast zehn Prozent des Lehrerbestandes. Dazu will das Ministerium im Frühjahr eine bundesweite Werbekampagne starten, um Nachwuchs an die Schulen in MV zu locken. Vom 1. August 2014 an werden Lehrer verbeamtet und es können auch verbeamtete Lehrer aus anderen Bundesländern ins Land wechseln, ohne ihren Status zu verlieren. „Das ist wichtig, weil wir so viele freie Stellen anbieten können“, so Brodtkorb. Zum nächsten Schuljahr würden zudem 2000 Lehrer an Regionalen und Gesamtschulen deutlich höher gestuft, teilweise bis zu 500 Euro monatlich.

10plus – Motiviert und gesund bleiben im Lehrberuf

Die Fortbildungsmaßnahme „10plus – Motiviert und gesund bleiben im Lehrberuf“ wird seit dem Schuljahr 2012/13 landesweit in regionalen Gruppen für Lehrkräfte in Baden-Württemberg angeboten.

Die Fortbildungsmaßnahme ist in struktureller Anlehnung an das Konstanzer Trainingsmodell (KTM) konzipiert und besteht aus zwei Teilen: Einerseits finden sechs halbtägige Veranstaltungen der regionalen Begleitung statt. Andererseits führen die Tamdempartner/innen während des gesamten Schuljahres der Teilnahme regelmäßig gegenseitige Unterrichtshospitationen und Feedback-Gespräche durch.

Für die gegenseitige Unterrichtshospitation und das kollegiale Feedback wird das von Andreas und Tuyet Helmke von der Universität Koblenz-Landau entwickelte Modul „EMUplus“ eingesetzt. Dieses ist eine Erweiterung der „Evidenzbasierten Methoden der Unterrichtsdiagnostik und -entwicklung (EMU)“ um Fragen der Lehrergesundheit.

Weitere Informationen finden Sie unter www.lehrerfortbildung-bw.de (Stichwort: 10plus)



Helmut Digel

Verlorener Kampf

Doping und Sport gehen auf das Engste zusammen. Der Freizeitsport ist vom Problem des Dopingbetrugs ebenso betroffen, wie der Hochleistungssport. Viele Initiativen gegen den Dopingbetrug waren erfolglos oder haben sich als unzureichend erwiesen. Immer deutlicher kommt der Sachverhalt zum Tragen, dass die eigentlich am Dopingbetrug Beteiligten an einer wirklichen Aufklärung und Bekämpfung ganz offensichtlich nicht interessiert sind. Dies gilt für die Politik, die Wirtschaft und die Sportorganisationen gleichermaßen. Es gilt aber auch für die Athleten und die Trainer. Es muss deshalb von einem verlorenen Kampf gesprochen werden. Dies liegt vor allem dann nahe, wenn jemand sich vier Jahrzehnte engagiert gegen Doping eingesetzt hat und nachhaltige Erfolge ausgeblieben sind.

2013. 17 x 21 cm, 384 Seiten, ISBN 978-3-7780-8790-9, **Bestell-Nr. 8790 € 29,90** E-Book auf sportfachbuch.de € 23,90

Neu!

Nachrichten und Berichte aus dem Deutschen Sportlehrerverband

Bundesverband

Inklusion im Schulsport

Schulsport bewegt alle Kinder und Jugendlichen!

Die aus der ‚UN-Konvention über die Rechte von Menschen mit Behinderungen‘ resultierenden inhaltlichen und organisatorischen Aufgabenstellungen für den Schulsport sowie ihre spezifische Ausgestaltung sind ein Leitthema des Verbandes. Der DSLV setzt sich dafür ein und fordert:

Ungehinderter Zugang zu allgemeiner schulischer Bildung und Erziehung für alle Heranwachsenden

Inklusion bedeutet die Übernahme von Verantwortung für alle Schülerinnen und Schüler, die zum jeweiligen Einzugsbereich der Schule gehören. Inklusion bedeutet, dass die Erziehung und Bildung aller Schülerinnen und Schüler

- vor allem im gemeinsamen Unterricht stattfinden,
- an den individuellen Bedürfnissen der Lernenden ausgerichtet sind und
- dafür Organisations- und Unterrichtsformen entwickelt werden, die Unterschiede berücksichtigen.

Hier vorliegende Barrieren sind zu erkennen und zu überwinden.

Die Sicherstellung der notwendigen fachlichen, pädagogischen und sonder- bzw. förderschulpädagogischen Kompetenzen

Alle Lehrkräfte sind per se Inklusionspädagoginnen und Inklusionspädagogen. Ihre Aufgabe ist es, für alle Schülerinnen und Schüler eine Willkommens-, Anerkennungs- und Beteiligungskultur zu entwickeln.

Alle Schülerinnen und Schüler im gemeinsamen Sportunterricht zu beteiligen und zu fördern, erfordert, dass auf die individuellen Bedürfnisse und Ausgangslagen

mit spezifischer fachlicher und pädagogischer Expertise reagiert werden muss.

Es ist dabei zuerst die Aufgabe der Kultusbehörden, dass die hierfür notwendigen Kompetenzen in der Aus-, Fort- und Weiterbildung thematisiert und in der Organisationsstruktur der Schule bereitgehalten werden können.

Die Bereitstellung der Ressourcen zur individuellen Bildung und Erziehung im gemeinsamen Unterricht

Die Ermittlung individueller Kompetenz und die hieraus abgeleitete lernprozessbegleitende Förderung ist Aufgabe aller Lehrkräfte. Situativ angepasst wird eine sonder-/förderpädagogische Expertise zur individuellen Diagnostik und Förderung der Schülerinnen und Schüler und zur didaktisch-methodischen Unterstützung der Lehrkräfte an Regelschulen erforderlich sein. Ferner werden weitere Personen zur pädagogischen oder medizinisch-therapeutischen Unterstützung notwendig sein.

Diese Ressource ist personell bereitzustellen. Auch die Entwicklung adäquater Kooperations- und Teamstrukturen wird nicht zum Nulltarif erfolgen können.

Die Verankerung von Inhalten inklusiven Sportunterrichts in den Aus- und Fortbildungsangeboten aller Schularten

In der pädagogischen und fachlichen Ausbildung von Regelschullehrkräften sind Inhalte im Sinne von Grundkenntnissen und Kompetenzen sonder-/förderpädagogischer Expertise aufzunehmen. Daneben ist eine differenzierte Ausbildung von Sonder-/Förderpädagoginnen und -pädagogen im Fach Sport sicherzustellen.

Die mehrperspektivische Ausrichtung des Sportunterrichts

Das pädagogische und fachspezifische Potential des Faches für die Kompetenzentwicklung durch körperlich-motorische, sozial-emotionale und kognitive Bildungsprozesse legt es gerade auch unter inklu-

siver Perspektive nahe, Sportunterricht mehrperspektivisch zu betrachten. Die kompetenzorientierte Förderung kann dann auch zu verschiedenen Förderperspektiven innerhalb einer Sportstunde führen. Um diesem Anspruch gerecht werden zu können, sind kooperative Strukturen unabdingbar zu etablieren und ressourcenadäquat auszustatten.

Eine individuell ausgerichtete Kompetenz- und Leistungsbewertung

Individuelle Förderung in heterogenen Gruppen bedingt in der Konsequenz, dass der Leistungsbegriff ebenfalls individuell zu fassen ist. Um individuelle Höchstleistung als Ausdruck individueller Kompetenz zu fordern und zu fördern bedarf es eines Vergleichs der Ausgangslage mit dem durch die Förderung und durch die persönliche Anstrengung des Individuums Erreichten – unter Einbeziehung der individuellen Möglichkeiten. Hierfür ist eine Kultur der lern- bzw. förderplanorientierten Förderung und der differenzierten Rückmeldung weiter zu etablieren. Maßnahmen wie ‚Nachteilsausgleich‘ sind dabei objektiv angezeigt.

„Verabschiedet auf der Hauptvorstandssitzung des DSLV am 16.11.2013 in Bietigheim-Bissingen“

Landesverband Baden-Württemberg

3. DSLV Forum Schulsport Albstadt Tagung des DSLV Baden-Württemberg in der Landessportschule Albstadt 28./29. November 2013

Die dritte Auflage des „FORUMS SCHULSPORT“ am 28. und 29. November 2013 in der Landessportschule in Albstadt-Tailfingen bot **erneut ein** vielseitiges Programm. Zentrale Bereiche des Sportun-



terichts wurden abgedeckt: Kraft- und Ausdauertraining, Spiel und Tanz.

40 Sportlehrerinnen und Sportlehrer hatten den Weg nach Albstadt gefunden und wurden in den Workshops „Volleyball“, „Tanz“, „Functional Fitness“ und „Ausdauer Spiele in der Halle“ körperlich sehr gefordert. Jeweils drei „Trainingseinheiten“ standen an beiden Tagen an – wahrlich kein Pappentier! Kein Wunder also, dass sich so mancher am Freitagnachmittag auf ein wohlverdientes, erholsames Wochenende freute. Doch bis es soweit war, forderten die drei Referenten vollen Einsatz.

Nach der Begrüßung der Teilnehmerinnen und Teilnehmer am Donnerstagmorgen führte der Sporttherapeut **Martin Stengele** in die Theorie der **Functional Fitness** ein. Diese funktionale Gymnastik geht auf den Physiotherapeuten Gary Gray zurück, der schon in den 90er Jahren die Zweckmäßigkeit und funktionale Ausrichtung seiner Übungen in den Vordergrund gestellt hat. **Weiterentwickelt** wurde das Konzept von Gary Cook (*Athletic Body in Balance, 2003*) und Michael Boyle (*Functional Training for Sports, 2004*). In den letzten Jahren erfuhr die Functional Fitness auch in Deutschland einen großen Aufschwung und ist mittlerweile ein fester Bestandteil im modernen Leistungstraining, aber auch im Fitnessbereich.

Wie können wir die Klassenstufen 5 und 6 (oder auch jünger) an die Sportart **Volleyball** heranführen? Auf diese Frage hatte der Sportlehrer und Volleyball-Experte **Kjell Trösch**, der am Gustav-Stresemann-

Gymnasium in Fellbach-Schmidlen unterrichtet, eine Antwort: Zahlreiche speziell auf diese Altersgruppe abgestimmte Bewegungsaufgaben sowie Spiel- und Übungsformen, die dem Erwerb der Technik-Grobform dienen sollen, galt es zu erproben. Am zweiten Tag standen dann Spiel- und Übungsformen für die Mittel- und Oberstufe auf dem Programm, die neben einer ausgereiften Technik auch eine gute Kondition abverlangen.

„**Bewegung in Szene setzen!**“ Das war das Motto von **Mario Kappenstein**, Sportlehrer am Ladenburger Carl-Benz-Gymnasium. Teils durch angeleitete Improvisation – Bewegungsmaterial aus klassischen Bewegungsformen wie laufen, springen, rollen sowie Alltagsbewegungen – wurde eine Choreographie erarbeitet und in Szene gesetzt. Mario gelang es auf motivierende Weise den Teilnehmerinnen und Teilnehmern zusätzliche Ideen zu Tanz-Improvisation im Sportunterricht zu vermitteln.

Beim **Functional Fitness Training** werden in gezielten, komplexen Bewegungsabläufen funktional Muskelschlingen trainiert und Gelenke mobilisiert. Dabei steht das Training mit dem eigenen Körper(-gewicht) im Fokus. Im Unterschied zu den bisherigen Trainingsmethoden liegt der Schwerpunkt nicht auf der Kräftigung isolierter Muskeln, sondern es sollen primär Muskelketten unter der Berücksichtigung mehrerer motorischer Grundeigenschaften trainiert werden.

Neben eigener sportlicher Betätigung bot der Workshop unter Leitung von

Martin Stengele die Möglichkeit, neue Ideen und Anregungen für das Fitness-training im Sportunterricht und für den „Eigenbedarf“ zu sammeln.

Wie man seine **Ausdauerfähigkeit spielerisch trainiert** zeigte **Martin Stengele** den Kolleginnen und Kollegen am Freitag. Die Inhalte waren für die Schulsport-halle konzipiert und beinhalteten Elemente der Kurz- und Langzeitausdauer, Dauer- und Intervallmethode ebenso wie ein Ausdauerzirkel für alle Leistungsklassen.

Den Referenten sei herzlich gedankt für ihre Mitwirkung an dieser Tagung.

Herzlichen Dank auch an Ute Kern, die in bewährter Manier die Dokumentation auf CD erstellt hat.

Dank gebührt auch dem Ministerium für Kultus, Jugend und Sport, den Sponsoren „alpetour“ und „KÜBLER SPORT“, die diese Veranstaltung unterstützen, sowie der Landessportschule Albstadt für die freundliche Aufnahme und Begleitung.

Ein herzliches Dankeschön nicht zuletzt an alle interessierten und engagierten Teilnehmerinnen und Teilnehmer, ohne die eine solche Veranstaltung gar nicht möglich wäre.

Peter Reich

DSLVB Baden-Württemberg

Landesverband Hessen

Liebe Mitgliederinnen,
liebe Mitglieder,

die Jahreshauptversammlung 2013 hat wichtige Beschlüsse auch zu unserem Beitragswesen gefasst. Auf unserer Homepage www.dslv-hessen.de haben wir bereits darüber berichtet.

Bei nur einer Gegenstimme und nur drei Enthaltungen wurde mit großer Mehrheit beschlossen, den Mitgliedsbeitrag transparenter darzustellen und ab Januar 2014 differenziert in einem Grundbeitrag für die allgemeine Verbandsarbeit und den Beitrag für den Pflichtbezug unseres offiziellen Verbandsorgans kenntlich zu machen.

Der Grundbeitrag wurde nach 18 Jahren (!) erhöht. Der Beitrag betrug im Jahr 1995 (umgerechnet) 22,00 Euro. Die JHV 2013 hat eine Erhöhung von knapp 0,67 Cent pro Monat beschlossen. Damit beträgt der Grundbeitrag ab 01.01.2014 im Jahr 30,00 Euro. Hinzu kommt der vergünstigte Abo-Preis für unsere Verbandszeitschrift *sportunterricht*.

Der *sportunterricht* ist die führende deutschsprachige Fachzeitschrift zur Wissenschaft und Praxis des Sports mit Lehrhilfen und den Nachrichten und Berichten aus dem Deutschen Sportlehrerverband. Hier erfahren Sie monatlich die neuesten Nachrichten aus unserem Verband, die Ausschreibungen und Berichte von Lehrgängen, Hinweise zu Erlassen oder Verordnungen sowie bildungspolitische Informationen zum Schulsport in Hessen.

Der normale Jahres-Abo-Preis für die Zeitschrift beträgt für Nicht-Mitglieder z.Zt. 70,80 Euro und für uns Verbandsmitglieder ab 01.01.2014 57,00 Euro im Jahr.

Der Gesamtmitgliedsbeitrag in Hessen beträgt somit 87,00 Euro und kann bei der jährlichen privaten Steuererklärung (Ausdruck des Beitragseinzuges) voll bei den Werbungskosten unter den Beiträgen für die Mitgliedschaft in Berufsverbänden geltend gemacht werden.

Für Pensionäre und Ehepartner gilt nur der Grundbeitrag, weil die Zeitschrift entfällt und Referendare sind für die Zeit ihrer 2. Ausbildungsphase vom Grundbeitrag befreit und zahlen nur den Zeitschriften-Abo-Preis für Mitglieder.

Für den Bezug der Zeitschrift gibt es eine Variante:

Es ergibt sich ab 2014 die Möglichkeit, die Zeitschrift *sportunterricht* nicht mehr als Druck-Exemplar, sondern als ein um ca. 30–33 % billigeres „E-Journal“ zu beziehen. Dies geht nur über die E-Mail-Adresse. Sollten Sie hierfür Interesse haben, setzen Sie sich umgehend mit unserer Geschäftsführung über stuendl.dslv@t-online.de in Verbindung. Dazu müssen Name, Vorname, aktuelle Adresse, Telefon und die E-Mail-Adresse für die verwaltungsmäßige Bearbeitung angegeben werden. Wir garantieren die Beachtung aller datenschutzrechtlichen Bestimmungen für ihre Daten.

Die Umstellung kann aus organisatorischen Gründen im ersten Jahr nur zum 01.04.2014 oder zum 01.06.2014 erfolgen. Für beide Termine müssen die Anmeldung und der Eingang der notwen-

gen persönlichen Daten bis zum 25. Febr. 2014 in der DSLV-Geschäftsstelle (nicht beim Hofmann-Verlag!) eingegangen sein.

Der Jahres-Abo-Preis für das E-Journal beträgt (38,40 Euro). Bei Bezug zum 01.04. oder 01.06.2014 erfolgt beim Beitrags-einzug eine anteilige Verrechnung zwischen Print- und E-Journal-Bezugsmonaten.

Parallel hat der DSLV nun bereits seit 13 Jahren eine Homepage: www.dslv-hessen.de. Auch dort werden die Mitglieder aktuell über alle wichtigen Verbandsan-gelegenheiten informiert.

Liebe Kolleginnen und Kollegen, der neue „Ratgeber für den Schulsport“ ist seit einiger Zeit inhaltlich fertig. Wir hatten aber sehr große Schwierigkeiten bei der technischen Umsetzung, weil wir ihn diesmal nicht als Buch, sondern auf einem Datenträger veröffentlichen wollen.

Überraschend will das Kultusministerium nach 6 langen Jahren der Vorbereitung zu Beginn des Jahres 2014 die total überarbeitete „Verordnung über die Aufsicht über Schüler“ neu in Kraft setzen. Die dazu notwendigen Ausführungserlasse u.a. zum Schulsport sollen im 1. Halbjahr 2014 erfolgen. Dadurch könnte sich eine weitere Verzögerung ergeben.

Sie sehen, die wichtige Funktion unseres Verbandes für gute Arbeitsbedingungen im Schulsport werden nicht weniger, sondern durch Aufgaben wie Ganztags- oder Inklusion eher mehr. Und wenn der demographische Wandel und die Schuldenbremse zusammentreffen, werden wir wieder gegen geplante Verschlechterungen z.B. bei der Arbeitszeit für Sportlehrkräfte gemeinsam kämpfen müssen.

Wir vertrauen darauf, dass Sie als Mitglied die DSLV-Arbeit weiter unterstützen und möglichst auch noch neue Kollegen dafür interessieren können. Je stärker der Sportlehrerverband ist, umso wirkungsvoller können wir Ihre Interessen und Anliegen vertreten.

Herbert Stündl
(1. Vorsitzender)

Wir wünschen allen unseren Mitgliedern ein gutes und zufriedenes Jahr 2014.

(Vorstand und Geschäftsstelle)

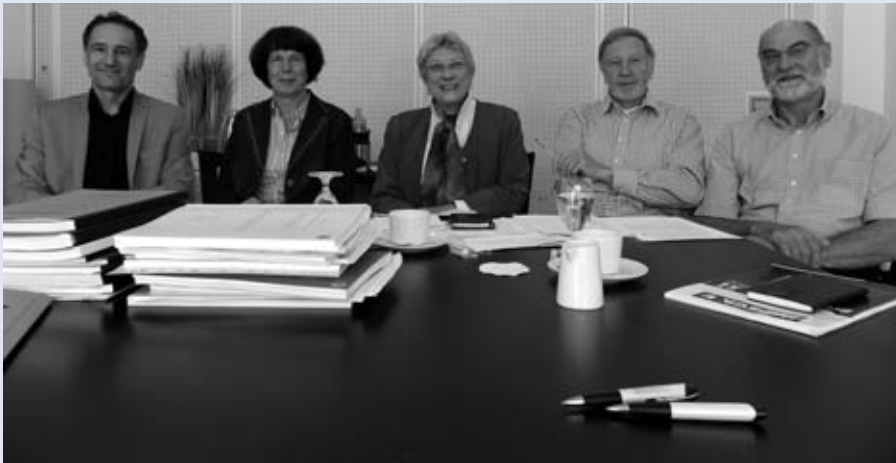
Landesverband Nordrhein-Westfalen

Förderpreis 2013 des DSLV NRW für herausragende Abschlussarbeiten im Fach Sport.

Bericht über die Sitzung der Jury (29. September bis 01. Oktober 2013, Iserlohn)

Den Förderpreis gibt es seit dem Jahr 2000, seit 2006 wird er von der Unfallkasse Nordrhein-Westfalen finanziell getragen. Mit bisher insgesamt 331 eingereichten Abschlussarbeiten hat er sich zu einem in Fachkreisen respektierten Baustein der Schulsportentwicklung in NRW entwickelt. Dabei wurde immer wieder erkennbar, dass dem Schulsport eine wichtige Rolle bei der Schul- und Unterrichtsentwicklung zukommen kann, und dies insbesondere dann, wenn er sich am Leitbild einer guten und gesunden Schule orientiert.

Bis zum Jahr 2012 waren für den Wettbewerb um den Förderpreis ausschließlich Hausarbeiten zugelassen, die im Rahmen der Zweiten Staatsprüfung am Ende des Referendariats angefertigt wurden. Wegen der veränderten Lehrerausbildung in Nordrhein-Westfalen wurden in 2012, nach intensiven Vorüberlegungen und Kontakten mit Vertretern der Hochschulen, erstmals auch Bachelor- und Masterarbeiten zugelassen. Damit stellte sich für die Jury eine Reihe von Fragen, die die Vergleichbarkeit der verschiedenen Typen von Abschlussarbeiten betrafen. Diese Fragen bezogen sich vor allem auf die unterschiedliche Länge der Arbeiten, die durch die sehr unterschiedlichen Zeitkontingente für deren Anfertigung bedingt ist. Auch waren Fragen zu klären in Bezug auf den Praxisbezug der bearbeiteten Themen und deren Nähe zur Schulschulwirklichkeit, sowie die intellektuelle und schulrelevante Durchdringung der jeweiligen Thematik, die sich aus den Unterschieden ergaben zwischen den Extremen eines sechssemestrigen Bachelorstudiums und einer abgeschlossenen Lehrerausbildung nach einem Studium und einem zweijährigen Referendariat. Die erwartete Heterogenität der Arbeiten wurde dabei als eine besondere Herausforderung gesehen, der sich die Jury in pragmatischer Grundhaltung stellen wollte.



v. l.: P. Meurel, Ch. Kleindienst-Cachay, M. Windhövel, C. Thomann und L. Kottmann

Dabei war auch zu überlegen, ob und ggf. welche Konsequenzen sich aus der vermuteten Unterschiedlichkeit der Bachelor- und Masterarbeiten für die zukünftige Ausschreibung des Wettbewerbs ergeben würden.

Der Jury gehörten an:

- Maria Windhövel
Vorsitzende der Jury
Konrektorin i. R., Fachleiterin Sport Sek. I
ehemalige Vizepräsidentin des DSLV-NRW
- Prof. Dr. Christa Kleindienst-Cachay,
Universität Bielefeld, Abt. Sportwissenschaften
- Dr. Lutz Kottmann
Akademischer Direktor i. R., Bergische
Universität Wuppertal,
Fachbereich G – Sportwissenschaften
- Peter Meurel
Regierungsschuldirektor, Leiter der
Geschäftsstellen Dortmund/Bochum
beim Landesprüfungsamt für Erste
Staatsprüfungen an Schulen,
Vizepräsident des DSLV-NRW
- Claus Thomann
Oberstudiendirektor i. R., Schulleiter
des Gymnasiums Gerresheim,
Düsseldorf
ehemaliges Mitglied des Vorstandes
des DSLV-NRW

Für den Wettbewerb 2013 wurden insgesamt 26 Abschlussarbeiten eingereicht, die sich wie folgt verteilen:
Neben (letztmalig) 7 Arbeiten aus dem 2. Staatsexamen (Grundschule 4, Realschule 1, Gymnasium 1, Berufskolleg 1) gab es 19 Abschlussarbeiten von Universitäten (Bochum 1, Bielefeld 2, Dortmund 1, Münster 13, Wuppertal 2).

Dem langjährig bewährten Verfahren folgend, wurden die Arbeiten nach dem Zufallsprinzip zur Vorauswahl gleichmäßig verteilt an die Mitglieder der Jury verschickt. Jedes Mitglied las die zugeteilten Arbeiten und wählte zwei Arbeiten aus, die zur Endauswahl vorgelegt und dann während der gemeinsamen Tagung von allen Jurymitgliedern gelesen und bewertet wurden.

In Iserlohn lagen in diesem Jahr insgesamt 11 Arbeiten vor, weil ein Jurymitglied darum gebeten hatte, eine dritte Arbeit aus seinem Kontingent vorschlagen zu dürfen, was akzeptiert wurde. Es ergab sich durch Zufall, dass als Ergebnis der Vorauswahl alle drei Arbeitstypen in der Endauswahl vertreten waren, und zwar in folgender Verteilung: 4 Staatsexamensarbeiten, 5 Masterarbeiten und 2 Bachelorarbeiten.

Angesichts dieses Ergebnisses der Vorauswahl wurde vereinbart, dass alle Arbeiten bei der Lektüre durch die Jurymitglieder zunächst „voraussetzungslos“ gelesen werden sollten, d.h. ohne „Vorabberücksichtigung“ einer wie auch immer gearteten „Quotierung“ nach dem Typ der Arbeit. Die Mitglieder behielten sich vor, dass bei der Schlussbewertung ggf. über Modifizierungen bei der Bewertung noch einmal nachzudenken und zu entscheiden sein.

Die Arbeiten widmeten sich, wie in den Vorjahren auch, einer erheblichen Breite von Inhalten und Themenstellungen des Schulsports und der Sportlehrerausbildung. Auch zeigte sich wiederum, dass das (dem Wettbewerb zu Grunde liegende) Leitbild einer guten und gesunden

Schule dabei hinreichend Berücksichtigung fand. Einige Stichworte zu den behandelten Inhalten mögen das belegen. Es ging u.a. um Vertrauens- und Kooperationsübungen, die Einrichtung eines Fitnessraums in der Schule, den Einsatz von Tablet-PC, den Umgang mit „schamvollen Situationen“ im Sportunterricht, um ADSH und Sport, „Projektseminare“ in der Sportlehrerausbildung, Gleichgewichtsschulung mit der Slackline, um die Bedeutung von körperlicher Aktivität für Gedächtnisleistungen, Disziplinprobleme und deren Lösung, „Anerkennungs- und Missachtungserfahrungen“ im Schulsport sowie um die berufliche Stellung von Sportlehrkräften im Spannungsfeld von Verausgabung und Anerkennung.

Anders allerdings als bei den typischen Zweiten Staatsarbeiten, die eine „Erprobung“ von Konzepten im schulischen Alltag leisten können, sind den Bachelor- und Masterarbeiten zunächst nur gedankliche (d. h. theoretische, mehr oder weniger realitätsnahe) Anstöße zu einer Weiterentwicklung des Schulsports zu entnehmen, deren Überprüfung und ggf. Umsetzung im schulischen Rahmen weitere Initiativen folgen müssten.

Die Jury kam nach Abschluss der Lektüre aller Arbeiten zur Schlussbewertung und Festlegung der Rangfolge zusammen. Dabei wurde erneut das langjährig bewährte Verfahren praktiziert:

- Jedes Jurymitglied kann für jede Arbeit bis zu 5 Punkte vergeben.
- Die Punktvergabe erfolgt durch Aufruf nach einer festgelegten Reihenfolge.
- Die Vergabe der einzelnen Punkte erfolgt ohne Begründung.
- Die Punktsumme am Ende legt die Reihenfolge der Arbeiten fest und ist damit die Grundlage für die anschließend zu treffende Entscheidung über die Preisvergabe.
- Bei gleicher Punktzahl an der Spitze der Rangfolge ist zu entscheiden, wie die Prämierung erfolgen soll (ggf. Teilung des Preises, Höhe des Preisgeldes).
- Abschließend ist zu entscheiden, ob und ggf. in welcher Weise lobende Anerkennungen für nicht prämierte Arbeiten vergeben werden sollen.

Wegen der besonderen Situation in diesem Jahr – es waren Zweite Staatsarbeiten, Masterarbeiten und Bachelorarbeiten in einem gemeinsamen Verfahren zu

bewerten – legte die Jury in einer kurzen und unkontroversen Aussprache vor der Punktevergabe folgende Grundsätze fest, die – unbeschadet der vorhandenen Unterschiede zwischen den drei Typen von Arbeiten – vorrangig gelten sollen:

- Die Arbeit soll nach Möglichkeit Innovationspotential besitzen, das zur Weiterentwicklung des Schulsports genutzt werden kann (auch wenn es – in den Hochschulabschlussarbeiten – noch nicht in einer schulpraktischen Umsetzung „erprobt“ worden ist).
- Sie soll eine umfassende Problemanalyse liefern und eine gründliche Durchdringung der relevanten Problemaspekte leisten.
- Es wird eine intellektuell niveauvolle gedankliche Auseinandersetzung mit der behandelten Problemstellung erwartet.
- Selbstverständliche Voraussetzung für eine hohe Bewertung ist eine orthographische und grammatische Korrektheit der sprachlichen Darstellung (Defizite führen zur Abwertung).
- Die Arbeit muss verständlich formuliert und flüssig lesbar sein.

Das Ergebnis sah wie folgt aus: Zwei Arbeiten mit gleicher Punktzahl an der Spitze der Rangfolge führten zu einer Teilung des Preises mit gleicher Dotierung (je 1100 Euro), ein zweiter Preis (800 Euro) ging an eine Arbeit mit zwei Punkten Abstand.

An dem Ergebnis war auffällig (und für die Jury selbst überraschend!), dass – ohne jede Vorabquotierung – auf den ersten drei Plätzen je eine Arbeit aus den Kontingenten „Zweite Staatsexamensarbeit“, „Masterarbeit“ und „Bachelorarbeit“ lagen.

Die Preisträger 2013 sind:

1. Preis (geteilt)

Gregor Hofmeister, Planung, Durchführung und Evaluation eines Konzeptes zur Stärkung des Gemeinschaftsgefühls durch sportlich-spielerische Vertrauens- und Kooperationsübungen in einer sechsten Klasse der Theo-Burauen-Schule in Köln (schriftliche Hausarbeit zur Zweiten Staatsprüfung).

David Wiesche, Subjektive Bedeutsamkeit von schamvollen Situationen im Schulsport an Gesamtschulen und Gymnasien – Eine explorative Studie mit Schülerinnen und Schülern der Unter-, Mittel- und Oberstufe (Masterarbeit).

2. Preis

Jana Lohre, Gratifikationen im Lehrerberuf – eine empirische Studie zur wahrgenommenen beruflichen Verausgabung und Belohnung von Sportlehrkräften (Bachelorarbeit).

Claus Thomann

Berichte von der Herbstfachtagung 2013

Unsere diesjährige Herbstfachtagung fand am 09.–10. November in Oberwiesried statt. Unter dem Titel „Trampolin & mehr – Erlebe das schöne Gefühl des Fliegens – sicher!“ wurde eine fachkompetente Einführung in das Trampolin gegeben. Dafür konnten wir den ehemaligen Bundestrainer für Trampolinturnen Roland Berger gewinnen, der zudem über langjährige Erfahrungen in der Aus- und Fortbildung verfügt. Neben der Einweisung in den sicheren Auf- und Abbau gab uns Roland Einblicke in seine methodische Vorgehensweise. Beginnend mit vorbereitenden einfachen Schritten baute er nach und nach koordinativ kompliziertere Übungen ein. Für viele derjenigen, die keine Vorerfahrungen mit dem Trampolin hatten, war es ein herausforderndes Erlebnis mit lustigen, aber lehr- und lernreichen Szenen. Bei diesem Lehrgang wurde so deutlich, wie wichtig es ist, dass man sich als Sportlehrer/in fortbildet und selbst in Situationen hinein bewegt, die man selbst noch nicht beherrscht. Nur aus dem Blickwinkel des/r turnenden Schülers/in heraus lassen sich nämlich spezifische Schwierigkeiten erkennen und am eigenen Leib erfahren, die man unter Umständen vorher vernachlässigt hätte. Erst auf dieser Grundlage, die der Lehrkraft relevante Informationen bietet, kann ein Sportunterricht für Schüler/innen motivierend und fruchtbar gestaltet werden und zu einem „schönen Gefühl des Fliegens“ beitragen. Am Ende des Lehrgangs stand für die Teilnehmer/innen das Absolvieren eines sicheren Saltos an. Hier wurde sichtbar, dass man durch konzentrierte Übung und eines sicheren Helfens und Sicherns auf dem Trampolin zu individuellen Erfolgserlebnissen gelangen kann, die jedoch einer gewissen Lernzeit bedürfen. Alles in Allem lässt sich festhalten, dass die diesjährige Herbstfachtagung mit ei-

nem fachlich ernsthaften und gleichzeitig humorvollen Referenten zu Erfahrungen geführt hat, aus denen wichtige Konsequenzen in Hinblick auf die Reflexion und Gestaltung des eigenen Sportunterrichts gezogen werden konnten.

Um interessierten Kollegen/innen die Möglichkeit zur Erlangung des begehrten Basisscheins Trampolin zu geben, ist ein entsprechender Lehrgang angedacht, für den wir etwas mehr Zeit anberaumen und demnächst anbieten werden.

Murat Cicek

Verleihung des Förderpreises 2013 für herausragende Abschlussarbeiten im Fach Sport

Seit 2006 wird der Förderpreis des DSLV-NRW in Kooperation mit der Unfallkasse NRW für besonders gelungene Abschlussarbeiten im Zweiten Staatsexamen vergeben. Aktuell verfassen die Lehramtsstudierenden an den Universitäten zwei Arbeiten, eine Bachelor- und eine Masterarbeit, die Hausarbeit am Ende des Vorbereitungsdiens am Ende des Vorbereitungsdiens im Rahmen der Zweiten Staatsprüfung fällt weg. Aus diesem Grund sind die Ausschreibungsmodalitäten für den Wettbewerb modifiziert bzw. an die veränderten Bedingungen der (Sport)Lehrerausbildung angepasst worden.

Für den diesjährigen Wettbewerb sind insgesamt 26 Arbeiten eingereicht worden, (letztmalig) sieben Hausarbeiten der Zweiten Staatsprüfung und 19 Abschlussarbeiten (zwei Bachelor- und 17 Masterarbeiten) der Universitäten.

In einem aufwändigen Verfahren, das Claus Thomann in dieser Ausgabe der Zeitschrift *sportunterricht* detailliert beschreibt, werden Preisträger und Studierende, die eine lobende Anerkennung erhalten, ausgewählt. 2013 wurden Anerkennungen ausgesprochen für:

Sabrina Süwer: *Fitnesssport im Schulalltag?* Projekt „Fitnessraum am LMG – Planung, Erprobung und Nutzung eines Fitnessraumes in der Schule (Hausarbeit der Zweiten Staatsprüfung, angefertigt am Zentrum für schulpraktische Lehrerausbildung Neuss, betreut von Herrn StD Henning).

Christina Werres: *ADHS und Sport – ein Forschungsüberblick* (Masterarbeit am Institut für Sportwissenschaft der WWU Münster, Themensteller Prof. Dr. M. Krüger).

Henrike Schürmann: Vom sportlichen Akteur zum sportpädagogischen Arrangeur – Eine empirische Studie zur Wirkung von Projektseminaren im Professionalisierungsprozess von Sportlehrern (Masterarbeit am Institut für Sportwissenschaft der WWU Münster, Themensteller Prof. Dr. N. Neuber).

Pierre Meinokat: Wie lassen sich Disziplinprobleme im Sportunterricht lösen? Eine Darstellung an ausgewählten Fällen (Bachelorarbeit am Institut für Sport und Sportwissenschaft der TU Dortmund, Themensteller Prof. M. Bräutigam).

Die lobend Anerkannten erhalten eine einjährige, kostenlose Mitgliedschaft beim DSLV-NRW – einschließlich des Bezuges der Zeitschrift *sportunterricht* – und eine Einladung zur Preisverleihung. Sie findet traditionell im Rahmen der Herbstfachtagung des DSLV-NRW statt, in diesem Jahr am 9.11.13 in Oberwerries. Die Landesturnschule des Westdeutschen Turnerbundes im Schloss Oberwerries bietet nicht nur eine malerische Kulisse, verbunden mit modernen Sportstätten, sondern auch geeignete Räumlichkeiten für Ehrungen und das wichtige, gesellige Beisammensein im Anschluss.

Die Bilder zeigen die langjährige Vorsitzende der Jury, Frau Windhövel, bei der Übergabe des Buchpreises und der Mitgliedschaft an Herrn Meinokat und Frau Lohre, Preisträgerin des Jahres 2013, beim Vortrag über ihre Bachelorarbeit „Gratifikationen im Lehrerberuf – eine empirische Studie zur wahrgenommenen beruflichen Verausgabung und Belohnung von Sportlehrkräften“.

Diese Abschlussarbeit ist an der Abteilung für Sportwissenschaft der Universität Bielefeld verfasst worden, Themenstellerin war Frau Prof. Dr. V. Kastrup.

Weitere Informationen folgen in der Februarausgabe

Peter Meurel

Seniorenport

Mit großer Erwartung hat sich die Seniorengruppe während der Herbstfachtagung in der Gymnastikhalle der Sport- schule Oberwerries getroffen.

Auf dem Programm standen, Große Spiele: Seniorengerecht abgewandelt sowie Gymnastik zur allgemeinen Fitness. Die Entspannungsübungen am Ende jeder Einheit kamen nicht zu kurz.

Die 13 TeilnehmerInnen unterschiedlicher Altersgruppen haben von Beginn an sehr interessiert und konzentriert mitgearbeitet. Jede(r) konnte die Intensität seiner Belastung selbst bestimmen. Natürlich wurden auch zahlreiche Übungsformen zur Gleichgewichtsschulung angeboten. Diese sind ein wesentlicher Faktor zur Sturzprophylaxe.

Der Einsatz verschiedener Spiel- und Sportgeräte sorgte für Abwechslung im Programm. Gerade die Vielfalt des Übungsangebotes erhöhte die Freude der TeilnehmerInnen an den durchgeführten Aktivitäten. So wurde die Motivation zur sportlichen Betätigung gewährleistet.

Die Devise bei allem sportlichen Treiben lautete: ‚Jeder macht so viel wie er kann bzw. so viel wie er will.‘ Die Freiwilligkeit zum Mitmachen war höchste Priorität, denn das Altersspektrum lag zwischen dem 70. und 80. Lebensjahr. Je nach Leistungsstand sollten sich die Kolleginnen und Kollegen weder über- noch unterfordert fühlen. Am Ende der Veranstaltung waren sich alle einig: „Wir kommen im nächsten Jahr wieder!“

Inge Demski

Bericht über die außerordentliche Mitgliederversammlung am 09. November 2013 um 18.00 Uhr in Oberwerries

Es gab nur den Tagesordnungspunkt: Satzungsänderung.

Die Gegenüberstellung der alten und neuen Satzung lag allen Anwesenden vor. Herr Bernaisch berichtet kurz, warum die Satzungsänderung notwendig ist.

Folgende Änderung unter **§ 3 Gemeinnützigkeit** wird von Herrn Bernaisch vorgetragen:

Die Mitglieder erhalten keine Zuwendungen aus Mitteln des Verbandes. Es darf keine Person durch Ausgaben, die dem Zweck des Verbandes fremd sind, oder durch unverhältnismäßig hohe Vergütung begünstigt werde.

Alle anwesenden Mitglieder stimmen der Satzungsänderung zu.

Lothar Bernaisch



Umsetzungshilfen zu den neuen Kernlehrplänen Sek. II

Datum: 15.02.2014. *Maximale Teilnehmerzahl:* 25. *Ort:* Leibniz-Gymnasium in 45326 Essen, Stankeistr. 22. Die allgemeinen Implementationsveranstaltungen zu den neuen Rahmenvorgaben Sport und die Umsetzung der Kernlehrpläne Sport Sek. II sind zum Zeitpunkt der Veranstaltung schulformbezogen abgeschlossen. Sowohl für bereits unterrichtende Lehrkräfte als auch für Referendarinnen und Referendare ist das Thema deshalb von besonderer Relevanz.

Im Nachgang zu den allgemeinen Implementationsveranstaltungen ist es Ziel dieser Veranstaltung, den Teilnehmern bei der „Erstellung eines schulinternen Lehrplans“ ein Forum zur Weiterarbeit und Reflektion mit anderen Sportlehrerinnen und Sportlehrern zu bieten.

Die Leitfrage, der sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer stellen sollten:

Wie verändern sich Unterricht, aber auch Leistungsbewertung vor dem Hintergrund der kompetenzorientierten Ausrichtung der neuen Kernlehrpläne?

Neben theoretischen Anteilen werden diese Fragen auch in sportpraktischen Einheiten vertieft. (Deshalb nicht nur den KLP sondern auch Sportzeug für die Halle mitbringen!).

Schulform/Zielgruppe: (Sport-)Lehrerinnen und (Sport-)Lehrer und Referendare der Sekundarstufe II. *Teilnahmevoraussetzungen:* keine. *Referenten:* H. Prangenberg, E. Roszinsky. *Beginn:* Sa. 9:30 - 15:30 Uhr. *Lehrgangsg Gebühr für Mitglieder:* 15 €. *Lehrgangsg Gebühr für Nichtmitglieder:* 30 €. *Lehrgangsg Gebühr für Ref./LAA:* 20 €.

Während der Mittagspause besteht die Möglichkeit, in naher Umgebung (zu Fuß gut erreichbar), ein gemeinsames Mittagessen einzunehmen.

Anmeldungen bis zum 05.02.2014 an: Geschäftsstelle DSLV-NRW, Johansenaue 3, 47809 Krefeld, Tel.: (0 21 51) 54 40 05, Fax 51 22 22, dslv-nrw@gmx.de

Ringen & Kämpfen ist das Thema der Frühjahrstagung 2014

Zur Frühjahrstagung 2014 am 15.–16. März laden wir alle Kolleginnen und Kollegen ganz herzlich in die Sportschule Duisburg-Wedau ein.

Ringen & Kämpfen: Möglichkeiten und Grenzen von Judo und Soundkarate für den Sportunterricht

In dieser Fortbildung werden den Teilnehmer/innen zwei verschiedene Ansätze vorgestellt, wie man die Umsetzung des obligatorischen Inhaltsbereiches „Ringen und Kämpfen“ realisieren und der intrinsischen Veranlagung der SuS, kämpfen zu wollen, damit auch Rechnung getragen werden könnte.

Zum Einen soll unter dem Motto „Vom Ringen und Kämpfen zur olympischen Zweikampf-Sportart“ insbesondere die Erarbeitung der Übergangsphase zur Zweikampf-Sportart Judo thematisiert werden. Direkte Bezugnahme zu den Sicherheitsaspekten sowie pädagogischen Perspektiven gemäß den Richtlinien aus den Lehrplänen Sport inklusive der neuen Kernlehrpläne (G8-Gym) ist hier genauso vorgesehen, wie praktische Tipps und spielerische Anwendungsmöglichkeiten für den Unterricht.

Zum Anderen soll ein relativ neues Konzept des Deutschen Karate Verbandes die Vorteile des schultauglichen „Soundkarate“ aufzeigen. Die Konzeption ist darauf ausgelegt, die Motorik der Schüler/innen zu verbessern und gleichzeitig ihre Fitness zu fordern. Neben dem motivierenden Einsatz von Musik werden beim Soundkarate auch Medien mit Aufforderungscharakter eingesetzt, die zudem der Verletzungsprophylaxe ungemein dienlich sind.

Erfahrene Referenten für die Praxis werden uns in die faszinierende Welt der Zweikampf-Sportarten entführen und den Möglichkeiten und Grenzen ihrer praktischen Umsetzung in der Schule nachgehen. Darüber hinaus wird Prof. Dr. Stefan König den Nutzen von Soundkarate für den Sportunterricht aus empirisch-akademischer Perspektive beleuchten. Eine interessante Veranstaltung!

Parallel dazu bieten wir den Senioren wie gewohnt ein eigenes Programm an. *Referenten:* Hans Jürgen Ulrich (Judo), Referenten des DKV (Soundkarate), Prof. Dr. Stefan König (theoretischer Vortrag). *Teilnahmevoraussetzungen:* lange, bequeme Sportkleidung; Vorkenntnisse sind nicht nötig.

Geplantes Programm

Samstag, 15. März 2014

ab 10.30 Uhr Anmeldung und Zimmerverteilung

11.30 Uhr Theoretischer Vortrag

13.30 Uhr Mittagessen
14.00 Uhr Praxis I: „Ringen & Kämpfen“

Senioren: Eigenes Programm

18.30 Uhr Abendessen
ab 20.00 Uhr ggf. gemeinsames Sporttreiben

ab 21.00 Uhr Tagesausklang im benachbarten „Sportlertreff“ neben der Sportschule (Gemütliche Beisammensein mit Musik)

Sonntag, 16. März 2014

8.00 Uhr Frühstück

9.00 Uhr Praxis II: „Ringen & Kämpfen“

Senioren: Eigenes Programm

12.30 Uhr Mittagessen und Abreise

Wichtige Informationen:

1. Schriftliche Anmeldung zur Jahrestagung bitte bis zum 28. Februar 2014 unter dslv-nrw@gmx.de oder an die Geschäftsstelle des DSLV-NRW, Johansenaue 3, 47809 Krefeld (Hinweis auf Übernachtung und Mitgliedsnummer nicht vergessen)
2. Da die Sportschule eine nur sehr begrenzte Anzahl von Einzelzimmern zur Verfügung stellen kann, bitten wir Sie, sich auf eine Übernachtung im Doppelzimmer einzustellen.
3. Tagungsgebühr mit Übernachtung und Verpflegung: 39,00 € (Mitglieder), 65,00 € (Nichtmitglieder), 49,00 € (SportreferendarInnen). Bitte überweisen Sie den Betrag auf das Konto mit der Nummer 11072 bei der Sparkasse Krefeld, BLZ 320 500 00. Ohne Übernachtung verringert sich der Preis um jeweils acht Euro.

Murat Cicek

„Miteinander üben und gegeneinander spielen – von der Hand zum Racket“ – Spaß am Spiel mit dem Badmintonschläger

Datum: 05./06.04.2014. *Maximale Teilnehmerzahl:* 20. *Ort:* Sportschule Duisburg-Wedau. *Themenschwerpunkt:* Mit dieser Fortbildung wird die Umsetzung der Richtlinien und Lehrpläne für den Schulsport in den Inhaltsbereichen „das

Spielen entdecken und Spielräume nutzen“ und „den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen“ thematisiert. In diesem Rahmen sollen verschiedene Spielformen mit dem Schwerpunkt Hand-Auge-Koordination und Laufgewandtheit erarbeitet und erprobt werden.

Hierbei werden auch der Transfer zu anderen Rückschlagspielen hergestellt, Übungsformen zur Kommunikation und Interaktion im Übungsbetrieb vermittelt als auch Wettkampfformen vorgestellt, die der Einbindung in die Schulprogrammgestaltung dienen können. Zur Diagnostik und Förderung der Schüler/Innen zeigen die Referenten, wie man unfunktionale Bewegungen (Techniken) erkennt und korrigiert. Des Weiteren wird die Badminton spezifische Verbesserung der Fitness sowie die Verletzungsprophylaxe behandelt. Angesprochen werden soll auch die Förderung der Kooperation zwischen Schule und Verein (z.B. im Hinblick auf Talentsuche/Talentförderung etc.). *Schulform/Zielgruppe:* Sport unterrichtende Lehrkräfte aller Schulformen. *Teilnahmevoraussetzungen:* keine, erforderlich sind Sportschuhe mit hellen bzw. nicht färbenden Sohlen, sofern vorhanden, bitte eigene Badmintonschläger mitbringen, Kunststoffbälle werden gestellt. *Referenten:* Klaus Walter, Martina und Klaus Przybilla (alle BLV NRW). *Beginn:* 14.00 Uhr (Sa.). *Ende:* 12.00 Uhr (So.). *Lehrgangsgebühr für Mitglieder:* 39,00 €. *Lehrgangsgebühr für Nichtmitglieder:* 65,00 €. *Lehrgangsgebühr für Nichtmitglieder Ref./LAA:* 49,00 €.

Bitte nutzen Sie für Ihre Anmeldung den Anmeldebogen!

Anmeldungen bis zum 15.03.2014 an: Geschäftsstelle DSLV-NRW, Johansenaue 3, 47809 Krefeld, Tel.: (0 21 51) 54 40 05, Fax 51 22 22, dslv-nrw@gmx.de

Ski-Freizeit (Ski-, Telemark- und Snowboardkurs) im Skigebiet Kronplatz u.a.

Zeit: 13.–23. April 2014. *in:* Rasen/Südtirol (Italien), Skigebiet: Kronplatz, Sexten, Innichen, Sellaronda ... (je nach Schneelage).

Thema: Verbesserung des eigenen skifahrerischen Könnens; Einrichtung von leis-

tungsentsprechenden Skigruppen, die von erfahrenen Skilehrern bzw. Skiguide unterrichtet und geführt werden; Snowboardkurs für Anfänger und Fortgeschrittene. Telemarkkurs für Anfänger und fortgeschrittene Anfänger. Kinder-Skikurs und Anfänger-Skikurs für Erwachsene nur bei ausreichender Teilnehmerzahl! *Kosten:* 635 € für Mitglieder, erwachsene Nichtmitglieder zuzüglich 30 €. 535 € für Kinder 12–14 Jahre alt. *Neu:* 1,30 € Gemeindeaufenthaltsabgabe ab 1.1.2014, p.p.p. Tag, ab 14 Jahre, 485 € für Kinder 6–11 Jahre alt, 270 € für Kinder bis zu einem Alter von 5 Jahren (ohne Skikurs bzw. Betreuung), frei für Kinder von 0–2 Jahren (Kinderermäßigungen gelten nur bei Unterbringung im Elternzimmer oder bei Unterbringung von mind. 3 Kindern in einem Zimmer!). *Leistungen:* 10 Tage Übernachtung in 2-Bett-Zimmern mit DU oder Bad und WC (Nutzung des Wellnessbereiches und der Erlebnisaunalandchaft (600 m²) und des Schwimmbades), Halbpension mit reichhaltigem Frühstücksbuffet im Vier-Sterne „Sport-hotel Rasen“; täglich „Skifahrersuppe“ und nachmittags Kaffee und Kuchen; Ski- bzw. Snowboardkurs mit Video-Analyse; Gruppenermäßigung auf den Skipass; die Kosten für den Skipass sind nicht im Leistungspaket enthalten! (Kostengünstigere Unterbringung von Vollzahlern in Mehrbettzimmern möglich. Einzelzimmerzuschlag pro Tag 12 €.) Die Veranstaltung ist offen für DSLV-Mitglieder (aber auch für Nichtmitglieder), deren Angehörige und Freunde. *Teilnehmerzahl:* 40. *Anreise:* PKW (Fahrgemeinschaften).

Anfragen:

Horst Gabriel, Krefelder Str. 11, 52070 Aachen, Telefon (02 41) 52 71 54; E-Mail: horstgabriel@t-online.de

Anmeldungen:

Bitte ein Anmeldeformular unter der E-Mail-Adresse horstgabriel@t-online.de anfordern!

Parkour/Freerunning – „Barrieren überwinden – Das kannst auch du!“

Datum: 10./11.05.2014. *Maximale Teilnehmerzahl:* 20. *Themenschwerpunkt:* Parkour und Freerunning, die aktuellen Spiel- und Sportformen der kreativen, kunstvollen Überwindung von Hindernis-

sen, sind für Kinder und Jugendliche ein spannendes und attraktives Bewegungsangebot, das im unterrichtlichen und außerunterrichtlichen Schulsport und in den Turn- und Sportvereinen hervorragend entwicklungsfördernde Bewegungserlebnisse bieten kann.

Die Herausforderung, die die geschickte Eroberung von Bewegungsräumen bedeutet, das Können, effizient und schnell Barrieren zu überwinden, die Fähigkeit, den eigenen Körper auch in schwierigen Situationen sicher zu beherrschen, brauchen Gelegenheit, Anleitung und Hinführung.

Ideen für praktikable Unterrichts- und Übungsstunden sowie ein Überblick über Basistechniken und damit verbundene Begrifflichkeiten sind neben Helfer- und Sicherheitsmaßnahmen zentrale Inhalte der Fortbildung.

Basierend auf dem Fachbuch „Le Parkour & Freerunning – Basisbuch für Schule und Verein“ von Schmidt-Sinns, Scholl und Pach, gibt die Autorin Saskia Scholl ihre Erfahrungen in einer aktiven Fortbildung für Alt und Jung weiter. *Schulform/Zielgruppe:* Sport unterrichtende Lehrkräfte aller Schulformen. *Teilnahmevoraussetzungen:* keine. *Referentin:* Saskia Scholl. *Beginn:* 14.00 Uhr (Sa.). *Ende:* 12.00 Uhr (So.). *Lehrgangsgebühr für Mitglieder:* 39,00 €. *Lehrgangsgebühr für Nichtmitglieder:* 65,00 €. *Lehrgangsgebühr für Nichtmitgl. Ref./LAA:* 49,00 €.

Anmeldungen bis zum 20.04.2014 an: Geschäftsstelle DSLV-NRW, Johansenaue 3, 47809 Krefeld, Tel.: (0 21 51) 54 40 05, Fax 51 22 22, dslv-nrw@gmx.de

Spiel- und Drillformen für Basissituationen im Tennis

Termin: 10./11.05.2014. *Ort:* Duisburg, Sportschule Wedau (Tennishalle der Sportschule). *Themenschwerpunkt:* Im Mittelpunkt der Fortbildung stehen die Basissituationen Spieleröffnung, Grundlinienspiel, Angriffs- und Netzspiel sowie das Verteidigungsspiel. Diese werden in ausgesuchten Spiel- und Drillformen geübt. Dabei werden Organisationsformen für unterschiedliche Gruppengrößen aufgezeigt. Im Einzel- und Doppelspiel werden die trainierten Basissituationen zwischen den Übungsphasen immer wieder angewandt. *Schulform/Zielgruppe:* Sport

unterrichtende Lehrkräfte aller Schulformen. *Teilnahmevoraussetzung:* Fortgeschrittene Anfänger und Fortgeschrittene (Hallentennisschuhe erforderlich!). *Referent:* Klaus Dreibold. *Beginn:* Sa. 15.30 Uhr. *Ende:* So. 12.30 Uhr. *Teilnehmerzahl:* 18. *Lehrgangsgebühr für Mitglieder:* 49,00 €. *Lehrgangsgebühr für Nichtmitglieder:* 75,00 €. *Lehrgangsgebühr für LAA/Referend.:* 64,00 € (einschließlich Platzgebühr).

Anmeldungen an:

Georg Schrepper, 45359 Essen, Leggewiestr. 21, Tel. (0201) 68 30 35; E-Mail: GeorgSchrepper@gmx.de

Deutscher Fitnesslehrerverband

Die dflv-Fortbildungen finden in der **Deutschen Fitness Akademie in Baunatal** statt. Unterrichtszeiten sind von 10:00–18:30 Uhr. Die Seminargebühr beträgt für DSLV-Mitglieder 85,00 €. *Lehrgangszeit:* 10:00–18:30 Uhr.

Anmeldungen unter Tel. (05601) 8055 oder info@dflv.de oder www.dflv.de

Ausbildung zum basefood-Berater

Zielgruppe: Alle, die ihr Angebot im Bereich Ernährung erweitern und die Gesundheit ihrer Klienten mit einem natürlichen Konzept unterstützen möchten.

Arbeitsbereiche: Einzelberatung, Gruppenberatung, betriebliche Gesundheitsförderung. Förderung durch Krankenkassen ist möglich.

Konzept: Ganzheitlicher Ansatz, der verschiedene ernährungsphysiologische und stoffwechselrelevante Aspekte vereint: niedrige glykämische Last, reichlich hochwertige Öle, ausgewogener Säure-Basen-Haushalt, natürliche Mikronährstoffe.

Beratungsgrundlage: Computergestützte Analyse von Ernährungsprotokollen. Berechnung und Auswertung der Zusammensetzung der zugeführten Lebensmittel sowie der wesentlich wichtigeren physiologischen Wirkung der Lebensmittel auf den Körper und seinen Stoffwechsel. Diese Daten bilden die Grundlage für einen individuellen Ernährungsplan.

Ausbildungsseminare: Intensivausbildungen mit Seminarinhalten u.a. Säure-Basen-Haushalt, Allergien, Unverträglichkeiten, Mikronährstoffe, differenzierte Betrachtung der Fettsäuren, Entzündungsmediatoren, Omega-3-6-Balance, Blutzuckerrelevanz der Kohlenhydrate, Insulinmechanismus, glykämische Last, metabolisches Syndrom, Gewichtsreduktion ohne Diät, wiss. Studien.

Termin: 15.02.2014

Achtung dieser Lehrgang findet in Tostedt bei Hamburg statt!!

Massagetechniken...

...des Bindegewebes, des Lymphgefäßsystems, klassische Massagetechnik in ihrer unterschiedlichen Durchführung und Wirkungsweise.

Inhalte:

- Neurophysiologische Grundlage
- Biomechanische Betrachtungen
- Indikationen und Kontraindikationen
- Wirkungsweise der eingesetzten Therapie in Theorie und Praxis
- Weiterführende Möglichkeiten des Therapiekonzepts abgestimmt auf den Fitnessbereich

Termin: 22.02.2014

Anti-Schmerz-Coaching

In seiner täglichen Routine wird ein Fitnesstrainer immer wieder auch mit Schmerzproblematiken, dem Burn-Out-Syndrom und ähnlichen momentanen Gesundheitszuständen seiner Kunden konfrontiert.

Da die Ausbildung zum Fitnesstrainer für solche Spezialfälle nicht konzipiert ist, ist sein Handlungsfeld in dieser Richtung (logischerweise) begrenzt.

Die Fortbildung „Anti-Schmerz-Coaching“ bietet den Teilnehmern die Möglichkeit, einmal kurz, aber effektiv in die Plattformen „Personal Coaching“, „Achtsamkeitstraining“ und „Konkrete Praxisübungen“ reinzuschnuppern, um mit diesen Anregungen dann den Kunden schon ein Stück weit helfen zu können, Schmerzen/Stress zu reduzieren, und so die Lebensqualität wieder zu verbessern.

Termin: 22.02.2014



Muriel Sutter

3-2-1 goal! Spielerischer Werkzeugkasten für Sportspiele

Je besser man Bälle und Spielsituationen beherrscht, desto mehr Spaß hat man am Spielen. *3-2-1 Goal!* führt Spielende schnell und lustvoll zu einem besseren Spielverhalten. Alle Übungen werden in spielgemäße Organisationsformen und kleine Wettkämpfe verpackt – dies macht das Üben attraktiv und erleichtert den Transfer der erlernten Fertigkeiten ins Spiel. Mit dem Fokus auf das Training spielübergreifender Elemente der Sportspiele Basketball, Handball, Fußball, Unihockey und Volleyball werden in allen Spielen gleichzeitig Fortschritte erzielt.

2013. DIN A5, 116 Seiten, ISBN 978-3-7780-8780-0, **Bestell-Nr. 8780 € 19,90**

E-Book auf sportfachbuch.de € 15,90

Inhaltsverzeichnis und Beispielseiten unter www.sportfachbuch.de/8780

Versandkosten € 2,-; ab einem Bestellwert von € 20,- liefern wir innerhalb von Deutschland versandkostenfrei.

▶ **Spiralbindung**
▶ **Extra starkes Papier**
▶ **Schutzfolien**



Ruth Haas / Corinna Golmert / Claudia Kühn

Neu!

Psychomotorische Gesundheitsförderung in der Praxis



Spiel- und Dialogräume für Erwachsene

Spiel birgt ein gesundheitsförderliches Potential – nicht nur für Kinder. Der Alltag wird vergessen und Erholung wird möglich. Psychomotorische Gesundheitsförderung eröffnet Spiel- und Dialogräume. Das Buch bietet theoretische und methodische Grundlagen zur PMG. Konkrete Umsetzungsbeispiele für themenorientierte Psychomotorische Gesundheitsförderung werden detailliert vorgestellt. Es ist ein Buch aus der Praxis für die Praxis, das Theorie und Praxis verknüpft. Das Buch PMG schließt eine Lücke, da es Psychomotorik für Erwachsene in den Mittelpunkt stellt.

2014. 17 x 24 cm, 176 Seiten

ISBN 978-3-7780-7031-4

Bestell-Nr. 7031 € 21.90

E-Book auf sportfachbuch.de € 17.90

Zwei Beispielseiten

Psychomotorische Gesundheitsförderung in der Praxis	Beispiele für thematisch orientierte Bewegungsangebote
<p>4.1.3/8 c Bewegungsthema: Unterschiedliche Gleichgewichtsarten erproben, Spannungsunterschiede wahrnehmen</p> <p>Aufgabe: Gleichgewichtsaufgaben auf einem beweglichen Untergrund</p> <p>Material: Sportkreisel, alternativ Aero-Stepp oder eine zusammengerollte Gymnastikmatte</p> <p>Raumformen: Offen</p> <p>Sozialformen: Einzelarbeit</p> <p>Verbale Anleitung: Stellen Sie sich vor den Sportkreisel und bauen Sie einen festen Stand auf, gehen Sie jetzt in eine tiefe Hocke und richten sich danach wieder auf. Stellen Sie sich jetzt mit beiden Füßen auf den Sportkreisel und versuchen Sie sich, durch ausbalancieren Ihres Gleichgewichts ruhig auf dem Kreisel zu halten, gehen Sie langsam in die Hocke und richten Sie sich danach wieder auf. Nun stellen Sie sich vor dem Sportkreisel auf die Zehenspitzen, wiederholen Sie diese Aufgabe auf dem Sportkreisel. Rollen Sie die Füße abwechselnd nach außen und nach innen, wieder zuerst auf dem Boden und danach auf dem Sportkreisel. Gehen Sie wieder vom Kreisel und führen Sie die nächsten Aufgaben ebenso immer zuerst auf dem Boden aus und im Anschluss auf dem Kreisel. Verlagern Sie Ihr Gewicht auf das rechte Bein und ziehen Sie das linke Bein zur Brust, danach im Seitenwechsel. Als nächstes verlagern Sie ihr Gewicht wieder auf das rechte Bein und schreiben Sie mit dem linken Bein die Zahlen von 1 bis 10 in die Luft, danach erfolgt ein Seitenwechsel. Probieren Sie selbstständig noch weitere Übungen, was fällt Ihnen noch ein?</p> <p>Reflexionsfragen: Welche Spannungsunterschiede Ihres Körpers konnten Sie vor und auf dem Kreisel wahrnehmen? Welche Aufgaben fielen Ihnen schwer? Wie veränderten sich Ihre Bewegungen und Ihr Gleichgewicht?</p> <p style="text-align: right;">90</p>	<p>4.1.5/6 Bewegungsthema: Leibliche und motorische Handlungsmöglichkeiten ausprobieren</p> <p>Aufgabe: Bewegtes Schwungtuch</p> <p>Material: Schwungtuch, evtl. Wassermusik (Wellenrauschen)</p> <p>Raumformen: Kreis</p> <p>Sozialformen: Gruppe</p> <p>Verbale Anleitung: Setzen Sie sich alle gleichmäßig verteilt um das Schwungtuch und halten Sie es mit beiden Händen fest, so dass es gespannt ist. Bewegen Sie es auf und ab, so dass Wellen entstehen. Probieren Sie aus, wie die Wellen stärker und schwächer werden. Jetzt werden Sie sich abwechselnd über das Tuch fortbewegen, bestimmen Sie selbst, welche Art der Fortbewegung Sie wählen und in welchem Tempo. Die anderen schwingen weiter das Tuch, machen unterschiedlich große Wellen mit dem Tuch. Sie können auch mal einen Sturm aufkommen lassen. Jeder sollte es einmal ausprobiert haben. Wer möchte, kann die „Wellen“ noch einmal überqueren und dabei eine andere Art der Fortbewegung oder Tempo wählen.</p> <p>Reflexionsfragen: Wie ging es Ihnen dabei? Welche Fortbewegungsart haben Sie gewählt und warum? Was war angenehm oder nicht? Wie haben Sie Ihren Körper wahrgenommen (aufrecht, angespannt)?</p> <p>Hinweise: Es kann sinnvoll sein, dass die Teilnehmer die Wellenstärke selbst bestimmen können.</p> <p style="text-align: right;">99</p>

Inhaltsverzeichnis und weitere Beispielseiten unter www.sportfachbuch.de/7031

Versandkosten € 2.-; ab einem Bestellwert von € 20.- liefern wir innerhalb von Deutschland versandkostenfrei.

Deutscher Sportlehrerverband e.V. (DSLVL) – www.dslvl.de

Präsident:

Prof. Dr. Udo Hanke (Seniorprofessor), Institut für Sportwissenschaft, Humboldt Universität zu Berlin, Philippstr. 13, Haus 11, 10115 Berlin, Tel.: 0049(0)30-2093-46042, E-Mail: udo.hanke@hu-berlin.de

Bundesgeschäftsstelle:

Geschäftsstelle des DSLVL-Bundesverbands, Jochen Natter, Schillerstr. 7, 66287 Quierschied, Telefonnummer: Mobiltelefon der Geschäftsstelle (mit AB): (01 52) 2693 73 39, Fax: (0 68 97) 9 52 21 37, www.dslvl.de, info@dslvl.de

Vizepräsidentin Haushalt/Finanzen:

Kerstin Natter, Schillerstraße 7, 66287 Quierschied, Tel. (0 68 97) 60 01 74, E-Mail: natter@dslvl.de

Vizepräsident Schulsport:

Helge Streubel, Taubenbreite 5 b, 06484 Quedlinburg, Tel. (0 39 46) 5 19 78 98, E-Mail: streubel@dslvl.de

Vizepräsident Fachsport:

Thomas Niewöhner, Kieler Str. 24 a, 34225 Baunatal, Tel. (0 56 01) 80 55, Fax (0 56 01) 80 50, E-Mail: niewoehner@dslvl.de

Vizepräsident Schule – Hochschule:

Michael Fahlenbock, Akad. Dir., BE Sportwissenschaft & Hochschulsport, Bergische Universität Wuppertal, Fuhlrottstr. 10, 42119 Wuppertal, Tel. (02 02) 4 39 20 08, E-Mail: fahbo@uni-wuppertal.de

Vizepräsident Öffentlichkeitsarbeit:

Martin Holzweg, Centre for Human Performance Sciences, Stellenbosch University, South Africa; in Deutschland: Jansastraße 5, 12045 Berlin, holzweg@dslvl.de



LANDESVERBÄNDE:

Baden-Württemberg:

Geschäftsstelle: DSLVL BW
Ringelbachstraße 96/1, 72762 Reutlingen
Tel. (01 72) 6 87 40 06, Fax (0 71 21) 6 95 84 75
E-Mail: h.frommel@dslvlbw.de
www.dslvlbw.de
Vorsitzender: Heinz Frommel

Bayern:

Geschäftsstelle: DSLVL
Tölzer Straße 1, 82031 Grünwald
Tel. (089) 6 49 22 00,
Fax (089) 6 49 66 66
E-Mail: dslvl-Bayern@t-online.de
www.dslvl.de/bayern/index.html
Vorsitzende: Barbara Roth

Berlin:

Geschäftsstelle: Dr. Elke Wittkowski
Straße 136, Nr. 7, 14089 Berlin
Tel. (030) 36 80 13 45
Fax (030) 36 80 13 46
E-Mail: elke.wittkowski@t-online.de
www.dslvl.de/berlin.htm
Vorsitzende: Dr. Elke Wittkowski

Brandenburg:

Geschäftsstelle: Holger Steinemann
Lessingstraße 4, 04910 Elsterwerda
Tel. (0 35 33) 16 00 35
E-Mail: holgersteinemann@t-online.de
www.dslvl-brandenburg.de
Präsident: Toralf Starke

Bremen:

Geschäftsstelle: DSLVL
Königsberger Straße 26, 28816 Stuhr
Tel. (04 21) 5 60 6 14, Fax (04 21) 5 6 45 93
E-Mail: HMonnerjahn@web.de
Vorsitzender: Hubert Monnerjahn

Hamburg:

Geschäftsstelle: DSLVL
Tegelweg 115, 22159 Hamburg
Tel. (040) 63 64 81 16, Fax (040) 63 64 81 17
E-Mail: DSLVL-HH@web.de
www.dslvl-hh.de
Vorsitzender: Oliver Marien

Hessen:

Geschäftsstelle: DSLVL
Im Sensor 5, 35463 Fernwald
Tel. (0 64 04) 46 26,
Fax (0 64 04) 66 51 06
E-Mail: stuendl.dslvl@t-online.de
www.dslvl-hessen.de
Vorsitzender: Herbert Stündl

Mecklenburg-Vorpommern:

Geschäftsstelle: DSLVL
Gutsweg 13, 17491 Greifswald
Tel. (0 38 34) 81 13 51, Fax (0 38 34) 88 33 49
E-Mail: vietzerschmidt@t-online.de

www.dslvl-mv.de
Vorsitzender: Dr. Roland Gröbe

Niedersachsen:

Geschäftsstelle: Harald Volmer
Osterfeldstraße 27, 30900 Wedemark
Tel. (051 30) 6 09 60 61, Fax (051 30) 5 89 74
E-Mail: info@dslvl-niedersachsen.de
www.dslvl-niedersachsen.de
Präsident: Mirko Truscelli

Nordrhein-Westfalen:

Geschäftsstelle: Walburga Malina
Johansenaue 3,
47809 Krefeld
Tel. (021 51) 5 44 00 5,
Fax (021 51) 5 12 22
E-Mail: dslvl-NRW@gmx.de
www.dslvl-nrw.de
Präsident: Michael Fahlenbock

Rheinland-Pfalz:

Geschäftsstelle: Peter Sikora
Institut für Sportwissenschaft
Universität Mainz
Albert-Schweitzer-Str. 22,
55128 Mainz
Tel. (01 60) 9 22 0 10 12, Fax (032 12) 1 14 90 41
E-Mail: kontakt@dslvl-rp.de
www.dslvl-rp.de
Vorsitzender: Rüdiger Baier

Saar:

Geschäftsstelle: Prof. Dr. Georg Wydra
Universität des Saarlandes
Postfach 15 11 50, 66041 Saarbrücken
Tel. (06 81) 302-49 09
E-Mail: g.wydra@mx.uni-saarland.de
www.dslvl-saar.de
Präsident: Prof. Dr. Georg Wydra

Sachsen:

Geschäftsstelle: Detlef Stötzner
Springerstr. 17, 04105 Leipzig
Tel. (03 41) 9 75 01 48
E-Mail: geschäftsstelle@dslvl-sachsen.de
www.dslvl-sachsen.de
Präsident: Detlef Stötzner

Sachsen-Anhalt:

Geschäftsstelle: Birgit Hoffmann
Gartenstr. 25, 06179 Langenbogen
Tel. (03 46 01) 2 55 01
E-Mail: sportbirgit77@aol.com
www.dslvl-sachsen-anhalt.de
Vorsitzender: Jens-Uwe Böhme

Schleswig-Holstein:

Geschäftsstelle: DSLVL
Rabenhorst 2 b, 23568 Lübeck
Tel. (04 51) 5 80 83 63
Fax (04 51) 5 80 83 64
E-Mail: wmielke@aol.com

www.dslvl-sh.de
Vorsitzender: Walter Mielke

Thüringen:

Geschäftsstelle: DSLVL
Charles-Darwin-Str. 5,
99102 Windischholzhausen
Tel. (06 31) 4 22 88 11
E-Mail: geyer-erfurt@online.de
www.dslvl-thueringen.de
Vorsitzende: Cornelia Geyer

FACHSPORTLEHRERVERBÄNDE:

Akademie der Fechtkunst Deutschlands:

Geschäftsstelle: ADFD
Schulstraße 12, 24867 Dannewerk
Tel. (046 21) 3 12 01, Fax (046 21) 3 15 84
E-Mail: adfd@fechtkunst.org
www.fechtkunst.org
Präsident: Mike Bunke

Deutsche Fitnesslehrer-Vereinigung e.V.:

Geschäftsstelle: DFLV
Stettiner Str. 4, 34225 Baunatal
Tel. (0 56 01) 80 55, Fax (0 56 01) 80 50
E-Mail: info@dfvl.de
www.dflvl.de
Präsident: Claus Umbach

Deutscher Wellenreit Verband e.V.:

Lichtstr. 43, Halle D, 50825 Köln
Tel. (01 51) 5 77 64 93
E-Mail: jens.hoeper@wellenreitverband.de
www.wellenreitverband.de
Präsidentin: Xenia Goffaux

Verband Deutscher Tauchlehrer e.V.:

Geschäftsstelle: VDTL
Sonnenbühlstrasse 48, 78464 Konstanz
Tel. (075 31) 3 62 20 27, Fax (075 31) 3 62 20 28
E-Mail: info@vdtl.de
www.vdtl.de
Präsident: Hartwig Sachse

Verband Deutscher Wellenreitlehrer:

Geschäftsstelle: VDWL, c/o Reinhard Kuretzky,
Jungbluthgasse 5b, 50858 Köln
Tel. (02 21) 4 46 1 92, Fax (02 21) 4 84 74 44
E-Mail: office@vdwl.de
www.vdwl.de
Präsident: Reinhard Kuretzky

GGTF e. V.:

German Golf Teachers Federation
Gerh.-Hauptmann-Str. 12, 91781 Weißenburg
Tel. (091 41) 40 55 40, Fax (091 41) 14 83
E-Mail: info@ggtf.de
www.ggtf.de
Präsident: Dieter G. Lang

Snowboard und Springseil – ein Wagnis!

Das Springseil als methodische Hilfe zur Festigung des Ollie-Sprunges

Eric Espenschied

In nahezu jeder Sporthalle gehören Springseile¹ zur Grundausrüstung. Die Möglichkeit, diese im Rahmen einer Schneesportfahrt einzusetzen, blieb bislang weitgehend ungenutzt, denn auf den ersten Blick ist die Kombination zweier so verschiedener Sportgeräte ungewöhnlich. Dient jedoch das eine dem anderen als methodische Hilfe, ergeben sich daraus interessante Übungsvarianten. Neben platzsparenden Markiertellern passen reichlich Seile in das Gepäck eines jeden Schneesportlehrers.

Der DSLV-Lehrplan (2011, S. 96f) unterscheidet zwei Varianten des Ollie-Sprungs. In der Snowboarder-Szene wird nur die zweitgenannte Variante als Ollie bezeichnet, da sie aufgrund ähnlicher Bewegungsmerkmale ursprünglich vom Skateboardfahren übernommen wurde.

Zum einen können die Beine simultan aus der Grundposition weiter gebeugt und für den Abdruck explosiv gestreckt werden. Das Anziehen der Beine während der Flugphase bewirkt eine kompakte Position, die eventuell entstandene Drehmomente minimiert und eine beidbeinig austarierte Landung ermöglicht.

Zum anderen wird aus einer tieferen Grundposition die ‚Nose‘ nach oben gezogen. Dies erfolgt durch Anziehen des vorderen Beins und Belastungsverteilung nach hinten. Das Snowboard ist nun stark vorgedehnt und das Gewicht liegt auf dem hinteren Bein. Nun gilt es, sich mit dem hinteren Bein abzurücken. In der Luft wird das Snowboard durch Anziehen der Beine parallel zum Untergrund ausgerichtet, so dass auch hier eine sichere Landung garantiert ist.

Ein Fehlerbild beider Ausführungen stellt das Verdrehen der Schulter- und Hüftachse im Absprung dar, da dieser Impuls das Snowboard quer zur Sprungrichtung drehen lässt.

Bereits nach einer Einführung im Stand und erster Bewegungserfahrung in der Fahrt können die Seile wie folgt eingesetzt werden:

1. Das Seil als einfache Bodenmarkierung

Eine anfängliche Übung stellt das gerade Legen des Seils auf den Schnee dar. In sehr flachem Gelände kann somit ein Rundbetrieb ermöglicht und gleichzeitig anhand der Spur kontrolliert werden, ob das Seil tatsächlich übersprungen wurde. Gerade bei schlechter Sicht ist

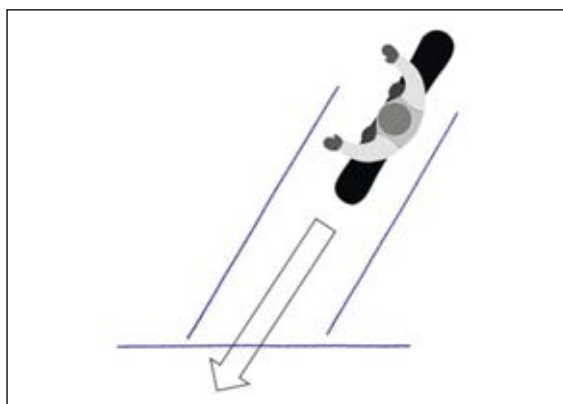


Abb. 1. Markierung der Anfahrtrichtung als Korridor.

AUS DEM INHALT:

Eric Espenschied Snowboard und Springseil – ein Wagnis!	1
Ole Drewes Die „Snowboardwoche“. Anregungen für eine mehrperspektivische Anfängerschulung	5
Veit Dubiel Eislaufen als Alternative zum Schwimmen	13



Eric Espenschied

Studienrat am Oberstufenzentrum Handel I in Berlin; Fächerkombination Sport/ Geschichte; Ausgebildeter Snowboardlehrer

Kurze Straße 11
10315 Berlin

die von der Lehrperson vorgesehene Stelle zum Absprung ohne lange Erklärungen oder Vorspringen für die Gruppe markiert. Darüber hinaus kennzeichnen mehrere, zu einem Korridor angeordnete Seile hin zur Übersprungmarkierung die Anfahrt, so dass auch hier, wenn erforderlich, Unklarheiten ausgeräumt und mögliche Anfahrtsrichtungen vorgegeben sind.

Natürliche oder durch den Schneesportbetrieb entstandene Erhebungen auf der Piste, die intuitiv zum Überspringen genutzt werden, haben einen hohen Aufforderungscharakter, sind allerdings je nach Kontraststärke der Schneebrille nicht immer gut zu erkennen, so dass ein Markieren mit dem Seil Klarheit schafft. Zur Veranschaulichung gegebener Schneeverhältnisse sollte das Seil direkt dieser möglicherweise unebenen und/oder gekrümmten Form angepasst werden.

• **Wagnis**

Im Rahmen einer Partnerübung sucht sich ein Schüler eine Schnee-Erhebung aus, legt das Seil als Markierung entlang der Kante und rutscht im Anschluss an die Seite. Der Partner soll nun als Wagnis darüber springen. Um eine Über- und Unterforderung zu vermeiden, sollte darauf geachtet werden, dass sich Partner mit etwa gleichem Fahrkönnen zusammenfinden.

• **Differenzierung**

Als Zusatzaufgabe für geübte Schüler kann der Sprung mit einem veränderten Fahrsinn (Switch) oder einer 180 Grad Drehung ausgeführt werden. Die solide Kombination beider Versionen erhöht den Anspruch um ein Vielfaches. Des Weiteren besteht die Möglichkeit, die Anfahrtsrichtung zu variieren. Das gerade Anpeilen auf dem planen Snowboard gestaltet sich vergleichsweise einfacher als eine seitliche Anfahrt auf der Front- oder – noch schwieriger – Backsidekante. Zusätzliche Differenzierungsmöglichkeiten ergeben sich aus der Landung, die relativ einfach auf dem flachen Snowboard und schwieriger auf der Front- oder Backsidekante erfolgen kann.

2. Das Seil als doppelte Bodenmarkierung

Um den Schülern einen Anreiz zur Sprungweite zu geben empfiehlt es sich, zwei Seile als zu überspringenden Graben parallel hintereinander zu legen². Mit dem Snowboard sollte der Abschnitt zwischen den Seilen glatt gezogen werden, so dass ein zu kurzer Sprung feststellbar ist. Durch leichtes Schaben mit dem Snowboard in diesem Bereich entsteht ein zwar kleiner, jedoch existenter Graben, den es zu überspringen gilt. Die sicherheitsbedachte Einschätzung der Lehrperson und nicht der Schüler ist für die Länge und Tiefe des Grabens entscheidend. Die Kombination aus positiver Vorspannung der ‚Nose‘, Neigung des Hangs und Anfahrtsgeschwindigkeit gewährleistet die nötige Sicherheit³.

• **Wagnis**

Auch hier sind Partnerübungen möglich. Die Schüler können aufgefordert werden, selbstständig den Abstand

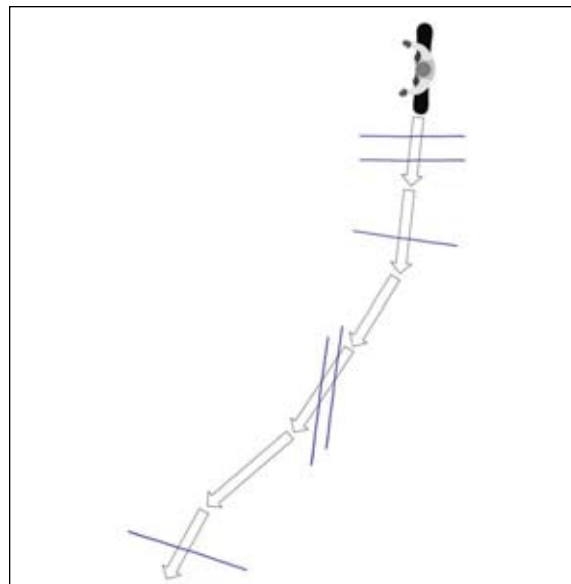
der Seile von Sprung zu Sprung zu vergrößern, wobei die Herausforderung darin besteht, nicht am selbst gestellten Anspruch zu scheitern. Denkbar ist auch eine Spielform nach den Wettkampffregeln des Hoch- oder Weitsprungs, welche für zusätzliche Spannung sorgt.

Das Schaben eines etwas tieferen Grabens, wobei die Länge von 50 cm und die Tiefe von 30 cm nicht überschritten werden sollte, stellt ein besonderes Wagnis dar. Die bereits genannten Sicherheitsaspekte legitimieren diese Übungsform.

• **Differenzierung**

Neben den oben aufgeführten Variationen zum Überspringen eines Seils und der Differenzierung über den Abstand der Seile können Schüler mit konditionellen und koordinativen Reserven die gleiche Breite eines Grabens überspringen, indem der Abstand auf einen stärker geneigten Hang übertragen wird. Da auch beim Überspringen eines ausgeschabten Grabens der überwiegende Teil des Snowboards die nötige Weite erreicht, ergibt sich aus einem nicht gelungenen Sprung kein sicherheitsrelevanter Nachteil.

Beide Formen der Seilnutzung können in einer Art Parcours kombiniert werden. Als mögliche Kriterien dienen dabei u. a. die Schnelligkeit eines Durchlaufs, die Anzahl der Fehler sowie die Kreativität der Sprünge. Erfahrungsgemäß sind damit auch größere Gruppen sinnvoll in einen Rundbetrieb eingebunden. Die bereits genannten Differenzierungsmaßnahmen versprechen zudem eine Herausforderung für jeden Snowboarder.



3. Das Seil als Höhenmarkierung

Eine höchst ansprechende Übung ergibt sich aus dem Spannen einer Höhenmarkierung über der Piste. Jeweils zwei Schüler halten das Seil an den Enden so straff, dass es nicht durchhängt, jedoch relativ locker in der Hand liegt. Sollte ein Sprung darüber nicht gelingen, gibt das

Seil einfach nach und entgleitet den Händen. Ein Hochsprung-Wettkampf bietet sich geradezu an und wird von den Schülern meist selbst eingefordert.

• **Wagnis**

Ein den Fähigkeiten der Schüler angepasstes simultanes oder auch gegengleiches Bewegen des Seils nach oben und unten steigert die Attraktivität der Übung, da diese nun ihre Anfahrt genau timen müssen, um die sich bewegende Höhenmarkierung zu überspringen.

• **Differenzierung**

Die Höhe des Seils kann je nach Selbsteinschätzung der Schüler variiert werden. Da diese Absprachen zuweilen länger als gewünscht dauern, kann das Seil schräg gespannt werden, so dass in der Anfahrt individuell entscheiden werden kann, in welcher Höhe das Seil übersprungen werden soll. Weitere veränderbare Faktoren wie beispielsweise die Ollie-Variante (s. o.), die Neigung des Hangs oder der Fahrsinn tragen zum differenzierten Üben bei.



4. Das Seil im Schwung

Mit Hilfe eines Kreuzknotens werden zwei Seile miteinander verbunden. Dieses lange Seil wird nun von zwei Schülern in einer zum anfahrenen Snowboarder aufsteigenden Richtung geschwungen. Mit ausreichend Abstand versucht dieser seine Geschwindigkeit anzupassen, um fehlerfrei über das schwingende Seil zu springen. Gelingt dies nicht, gewährleistet das lockere Halten des Seils die nötige Sicherheit. Der hohe Aufforderungscharakter dieser Spielform ergibt sich aus der Schwierigkeit der Bewegungsaufgabe.



• **Wagnis**

Unter Beachtung der nötigen Sicherheit stellt die Aufgabe an sich ein gewagtes Unterfangen dar und bedarf keiner weiteren Modifikation.

• **Differenzierung**

Maßnahmen zur Differenzierung ergeben sich aus der Geschwindigkeit des Seilschwungs. Bis zu einem bestimmten Gefälle erleichtert tendenziell ein stärker geneigter Hang die Tempokontrolle, da in eher flachen Bereichen zwar gut gebremst, jedoch schlecht beschleunigt werden kann. Ein Versuch mit verändertem Fahrsinn stellt den höchsten Anspruch dar, der zugegebenermaßen nur äußerst selten gelingt.



Abb. 5. Die Anordnung der Seilschwungübung.

Abb. 3. Das Seil als Höhenmarkierung.

Fazit

Vor dem Hintergrund sicherheitsrelevanter Aspekte eignen sich Seile aus Baumwolle aufgrund ihrer Beschaffenheit in besonderem Maße für das Festigen des Ollie-Sprungs unter besonderer Berücksichtigung der pädagogischen Perspektive Wagnis. Bereits die hier dargestellten Übungen mit dem Seil verdeutlichen das immense Potenzial der Zweckentfremdung vorhandener Sportmaterialien.

Der Beitrag gibt jedoch lediglich einen kleinen Einblick in die snowboardspezifische Verwendung herkömmlicher Seile und soll vor allem die Kollegen dazu animieren, einerseits weitere Materialien als methodische Hilfe in Betracht zu ziehen sowie andererseits den Unterricht weg von der reinen Technikvermittlung unter dem Leitgedanken einer pädagogischen Perspektive zu gestalten.

Literatur

Deutscher Skilehrerverband (Hrsg.). (2011). Snowboarden einfach. Der DSLV Lehrplan. München: blv.

Anmerkungen

- (1) Der Beitrag befasst sich mit farbigen Springseilen aus Baumwolle. Nachfolgend lediglich als Seile bezeichnet.
- (2) Im Anfängerbereich sollte je nach Neigung des Hangs der Abstand nicht weiter als 0,5 bis 1 Meter sein.
- (3) Die intuitive, sicherheitsbedachte Einschätzung der Lehrperson und nicht der Schüler ist für die Länge und Tiefe des Grabens entscheidend.

Abb. 4. Der Kreuzknoten.



**25. – 29. März 2014
in Stuttgart**

didacta
die Bildungsmesse

Der Hofmann-Verlag ist Ihr Spezialist für Sportfachbücher!

Das aktuelle Buchprogramm beinhaltet über 600 lieferbare Titel.

Unsere Sportfachbücher, Sportfachzeitschriften und digitale Medien haben wir ganz auf Ihre berufliche Tätigkeit abgestimmt.

Die große thematische Vielfalt sowohl in sportpraktischer wie auch in sportwissenschaftlicher Literatur gewährleistet, dass alle Sportinteressierten in unserem Programm fündig werden.

Wir freuen uns auf Sie!

Halle 1 Stand M63



Steinwasenstraße 6–8 • 73614 Schorndorf • Telefon (071 81) 402-125 • Fax (071 81) 402-111
Internet: www.hofmann-verlag.de • E-Mail: bestellung@hofmann-verlag.de

Die „Snowboardwoche“. Anregungen für eine mehrperspektivische Anfängerschulung

Ole Drewes

Die „Snowboardwoche“ ist für alle Altersstufen ab der siebten Klasse geeignet und wurde für einen Zeitraum von sechs Tagen im Sinne einer mehrperspektivischen Exkursion geplant (Tabelle 1). Im Beitrag wird aufgezeigt, wie Themen und Übungen für die Schule aufbereitet werden können. Dabei stellen die sechs pädagogischen Perspektiven (Abbildung 1) Verknüpfungen zwischen verschiedenen Schülermotiven sowie erzieherischen Möglichkeiten des Faches Sport dar (vgl. Balz & Kuhlmann, 2012). In der „Snowboardwoche“ erfolgt eine Erweiterung um das gesellschaftliche Motiv, der „Sorge um die Bewahrung der Natur“. Insgesamt wird so der Variationsreichtum des Snowboardens betont. Anzumerken ist, dass sich der Beitrag auf Snowboardanfänger bezieht (Gruppe: 8 Teilnehmer pro Lehrkraft*). Weitere Snowboarder-, aber auch Skifahrergruppen, können situativ mit eingebunden werden.

Der Ablauf – die Prinzipien

In Tabelle 1 sind die Themenbereiche und zugehörigen pädagogischen Perspektiven dargestellt. Die Tage der Anfängerschulung sind unterteilt in eine Vor- und eine Nachmittagseinheit mit jeweils zwei bis zweieinhalb Zeitstunden. In der Regel wird mindestens eine der pädagogischen Perspektiven pro Praxiseinheit in den Fokus gestellt, damit eine abwechslungsreiche, motivie-

rende, lehrplankonforme Exkursion entsteht (vgl. Oesterheld, 2011).

Zu Beginn der Woche steht das Ausbilden grundlegender snowboardspezifischer Fähig- und Fertigkeiten im Vordergrund, um diese im weiteren Verlauf als Basis für zusätzliche pädagogische Inszenierungen zu nutzen. Die „Snowboardwoche“ verfolgt das Ziel, die Handlungsfähigkeit der Schülerinnen und Schüler (SuS) zu fördern, die motorischen Fertigkeiten nachhaltig zu verbessern und auftretende Situationen für die Erziehung im und durch Sport zu nutzen.

Abbildung 1: Sechs pädagogische Perspektiven

Tabelle 1: Die „Snowboardwoche“ – Ablauf



	Tag 1	Tag 2	Tag 3	Tag 4	Tag 5	Tag 6
Vormittag	Anreise	Vielseitiges Bewegen am Hang	Gegenseitig coachend Kurven fahren	Snowboarden in unterschiedlichem Gelände	Etwas wagen und verantworten an Kicker & Box	Kooperierend und sich verständigend wettkämpfen – die Abschlussrallye
		PP: (A), (E)	P: (E)	PP: (A)	PP: (C)	PP: (E)
Nachmittag	Vielseitiges Bewegen auf dem Snowboard	Erste Kurven bewusst wahrnehmen	Bewegungen gestalten	Pistenfahren mit Materialien gestalten	Abschlussreflexion & Zeit zur freien Verfügung	Abreise
	PP: (A), (E)	PP: (A), (E)	PP: (B)	PP: (B)		

Im Laufe der Woche übernehmen die SuS in Kleingruppen das Aufwärmen, sowie abwechselnd für gewisse Zeiträume die Schlussaufsicht oder Gruppenleitung (Foto 1).

Foto 1: Gruppenleitung / Schlussaufsicht



Neben notwendigen Korrekturen sichert der Pädagoge als aktiv Teilnehmender sowie als Ansprechpartner den Ablauf. Während der regelmäßigen Reflexionsphasen gilt es, auch Gesprächsregeln, das Tolerieren anderer Meinungen und angemessenes soziales Verhalten zu thematisieren.

Die pädagogische Perspektive (D) „Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen“ wird bewusst nicht in den Fokus gestellt, weil Leistung und die damit verbundenen Prozesse ständige Begleiter des Schulalltages sind. Es geht darum, bewusst die anderen – vielleicht (noch) unbekannt – Sichtweisen auf das Snowboarden zu betonen. Gesundheitsbewusster und verantwortungsvoller Umgang gegenüber sich selbst und Anderen (pädagogische Perspektive (F)) sollte dagegen die gesamte Woche, begleitend, von der Lehrkraft vorgelebt und eingefordert werden.

Tag 1: Nachmittag – Vielseitiges Bewegen auf dem Snowboard

Die ersten beiden Tage der „Snowboardwoche“ dienen dazu, Sportkompetenz anzubahnen. Hierzu liefern die Lehrpläne der großen Schneesportverbände (vgl. bspw. DSLV, 2012; DVSL, 2010) eine aktuelle und systematische Boardgewöhnung sowie Technikvermittlung in Form von Spiel- und Übungsformen.

Die Ausbildung muss bereits an der Unterkunft beginnen:

- Erläuterung des Materials sowie Kontrolle der persönlichen Ausrüstung.
- Das richtige Tragen und Ablegen des Snowboards sollte bereits vor dem ersten Gang zur Piste besprochen werden.
- Das Mitführen von Rucksäcken ist aufgrund des Verletzungsrisikos nicht gestattet. Ggf. kann mitge-

brachte Verpflegung an einer Liftstation o.ä. deponiert werden.

Die Erwärmung wird am ersten Tag spielerisch und ohne angeschnalltes Snowboard inszeniert. Ideen liefert bspw. Lange (2011). Für die Boardgewöhnung eignen sich eine planierte, ebene Piste sowie ein Anfängerhügel mit Gegenhang oder Auslaufzone. Ein Nachmittag für die erste Boardgewöhnung ist mehr als ausreichend, da die ersten Einheiten für Anfänger sehr anstrengend sind (durch ständiges An- und Abschnallen sowie bewusstes Fallen und Aufstehen).

Die Technik des richtigen Fallens sollte deduktiv vorgegeben werden, um Grundlagen für kontrolliertes Stürzen von Beginn an zu schaffen. Die vorgeschlagenen Übungen zur Brettgewöhnung (siehe **Material 1**) können als Kooperationsanlässe arrangiert werden und gleichzeitig die Wahrnehmungsfähigkeit der SuS verbessern, (A) & (E). Dabei stehen nicht die normierten Bewegungen im Vordergrund; die SuS sollen selbstständig Erfahrungen in einem (noch) unbekanntem Bewegungsfeld machen, sich dabei einbringen und ausprobieren (z.B. durch Spiele):

- **Schneeballkreisel:** Alle stellen sich mit angeschnalltem Board im Kreis auf. Ein Teilnehmer (TN) lehnt sich Richtung Nase (vorderes Boardende) und formt einen Schneeball. Diesen transportiert er über seinen Kopf hinweg zum anderen Boardende (Tail) und legt ihn auf dem Board des Nachbarn ab. Dieser nimmt ihn auf usw. So wird der Schneeball transportiert. Variation: Ein zweiter Schneeball wird in entgegengesetzter Richtung transportiert.
- **Uhrzeigerspringen:** Der Lehrer ruft eine Uhrzeit und die SuS springen aus dem Stand in die Uhrzeit. Das Board ist dabei der von oben betrachtete Stundenzeiger der Uhr.

Tag 2: Vormittag – Vielseitiges Bewegen am Hang. Nachmittag – Erste Kurven bewusst wahrnehmen

Folgende technische Schwerpunkte werden empfohlen:

- Grundposition auf dem Snowboard
- Bremsen und Anhalten
- Schrägrutschen/-fahren
- Schlepplift fahren
- erste Kurve(n) zum Berg fahren

Auch diese Inhalte sind auf Kooperation und Verständigung anzulegen (A) & (E). Ein Partner (ohne Board) kann Halt und Unterstützung bieten. Dies fördert den Sachverstand des Helfenden sowie die sozialen Fähigkeiten beider, schafft Erfolgserlebnisse (Foto 2) und kann motivieren.

Optische und akustische Hilfestellungen sowie Aufgaben unterstützen und begünstigen sowohl die Wahr-



Ole Drewes

ist Studienreferendar am Gymnasium Mellendorf, Wedemark und hat über mehrere Jahre die Snowboarderausbildung am Institut für Sportwissenschaft der Leibniz Universität Hannover betreut.

E-Mail: ole.drewes@gmx.de



Wichtig ist, dass es sich um eine flache, breite Piste ohne Seitneigung handelt. Der Coach geht bei einer Backsidekurve (Fersenkante des Boards) auf der Außenseite und bei einer Frontsidekurve (Zehenkante des Boards) auf der Innenseite der Kreislinie mit und führt den Übenden an der vorderen Hand (Abbildung 2).

Foto 2: Gemeinsam Erfolge erleben

nehmung als auch die Reaktion auf der Piste. Ein Partner kann bspw. anzeigen, in welche Richtung das Schrägfahren oder die erste Kurve erfolgen soll. So wird das bewusste Hochschauen des Übenden während der „Fahrt“ von Anfang an trainiert.

Bevor die SuS die Piste betreten, sollte auf dem Anfängerhügel das Bremsen und Anhalten geübt werden, um Eigen- und Fremdgefährdung zu vermeiden. Dazu können auch akustische Signale eingesetzt werden, um das spontane Abbremsen zu üben (ausreichend Zeit einplanen).

Beim Snowboarden stellt das Schleppliftfahren ein großes Hindernis dar. Dies sollte deshalb an einer Liftstation mit einem Ersatzanker simuliert und geübt werden, bevor sich die Gruppe in die Warteschlange einreicht. Sind die SuS mit den verschiedenen Techniken vertraut, können im Sinne der pädagogischen Perspektive (A) situativ Impulse zur Sensibilisierung dienen (siehe **Material 2**). Einfache blaue Pisten werden dabei „befahren“. Dies ist eine wichtige Basis für die Folgetage.

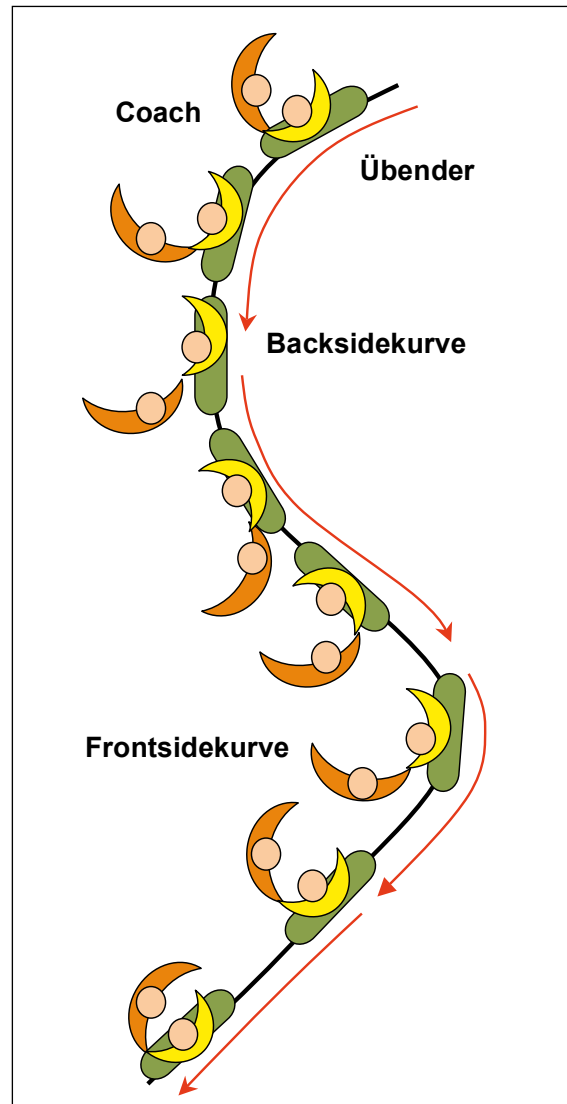


Abb. 2 Sich gegenseitig coachen

Tag 3: Vormittag – Gegenseitig coachend Kurven fahren

Ziel ist es, mehrere (wenige) Kurven (in der Regel asymmetrisch und unrythmisch) aneinanderzureihen. Dies erreichen die SuS durch das Prinzip des gegenseitigen Coachens (vgl. Oesterhelt, 2011). Die Lehrkraft tritt – nachdem die Technik demonstriert sowie verbalisiert worden ist – in den Hintergrund und fungiert als Berater. In möglichst leistungshomogenen Zweiergruppen übt ein TN die Technik, während der andere ohne Board coacht (E). So greifen die Lernenden auf ihr erworbenes Wissen zurück und vertiefen es durch Anwenden.

So wird die Belastungsverteilung und das sich Vortwärtsbewegen unterstützt sowie das Aneinanderreihen der Kurven begünstigt. Die Hilfestellung soll zunehmend von einer taktilen in eine verbale übergehen. Sobald die Partner ohne taktile Hilfe auskommen, schnallen beide das Board an. Abwechselnd beobachten und üben die SuS (Foto 3). Die Partnergruppen bleiben für die gesamte Einheit bestehen, so dass die Erfolgserlebnisse – mehrere Kurven aneinanderzureihen – eng mit der Kooperation in der Partnerarbeit verbunden werden (können). Dabei kann ein Umlaufbetrieb entstehen, der es der Lehrkraft ermöglicht, differenziert zu unterstützen und Fortschritte zu beobachten. Als Zusatzübungen und als Übergang zur verbalen

Foto 3: Den Partner beobachten und beraten



Hilfestellung durch den Coach eignen sich u.a. folgende Hinweise:

- Die TN sollen sich vorstellen, sie hätten einen Hund an der Leine, welcher sie vor jeder Kurve nach vorne und zum Kurvenmittelpunkt zieht.
- Die TN sollen jeweils mit der vorderen Hand an der Hüfte ihre Jacke in die neue Fahrtrichtung ziehen.
- Die TN halten sich mit beiden Händen an der Hüfte und drehen diese bewusst in die neue Fahrtrichtung.

Leistungsstarke Partnergruppen können ggf. das Fakiefahren (mit dem hinteren Bein vorausfahren) üben. Dies ist im Sinne der gewünschten Beidseitigkeit zu befürworten, geschieht bei Anfängern häufig unbeabsichtigt und soll deshalb von Anfang an bewusst geschult werden.

Tag 3: Nachmittag – Bewegungen gestalten

Gestalten von Bewegungen ist auf jedem technischen Niveau möglich: Bereits kleine „Hüpfer“ während der Fahrt, stellen für Anfänger gestalterische Elemente dar.

Die Gruppe befährt einmal die gewählte Piste, um gemeinsam Inszenierungsmöglichkeiten zu finden:

- Gibt es eine kleine Kuppe, über die kontrolliert und von anderen abgesichert gesprungen werden kann,
- oder einen Schneeberg, der am Pistenrand befahrbar ist,
- oder eine Senke, die durch- oder umfahren werden muss?

Über die möglichen Inszenierungsformen kann abgestimmt werden. Die Lehrkraft unterstützt dabei und berät bzgl. der technischen Ausführung. Im Anschluss können die SuS versuchen, Inhalte zu kombinieren oder zu erweitern – auch der Umgang mit gestalterischen Elementen fördert die Sicherheit der Anfänger auf dem Board.

Tag 4: Vormittag – Snowboarden in unterschiedlichem Gelände

Die SuS sind nun in der Lage, sich mit grundlegenden Fertigkeiten im Wintersportgebiet fortzubewegen. Sie sollen viel fahren, Übungen wiederholen, ihre Kurvenqualität verbessern und rhythmisieren sowie ihre Bewegungserfahrungen im weitläufigen Wintersportgebiet erweitern. (vgl. konkretisierend Drewes, 2013)

Hierzu eignen sich Aufgaben wie

- die bekannte Kellner-Uhr-Übung oder
- weitere Übungen zum Abbau von anfängertypischen Vorrotationen,
- Schattenfahren, verbunden mit ständig wechselnder Gruppenleitung und Schlusaufsicht,
- das Auswählen geeigneter Haltepunkte sowie
- diverse Kontrasterfahrungen (planierte Piste, Tief Schnee am Pistenrand).

Gleichzeitig können die Wahrnehmung der Natur, der unterschiedlichen Pistengegebenheiten, aber auch die Folgen des Massentourismus (bspw. der Raubbau an der Natur) in den Fokus gestellt werden (siehe **Material 3**). Die SuS sollen die Schönheit der Berge und der Natur, z.B. durch eine kurze Wanderung zu einem nahegelegenen Gipfelkreuz (Foto 4), bewusst wahrnehmen und für einen nachhaltigen Umgang mit dieser animiert werden.



Tag 4: Nachmittag – Pistenfahren gestalten

In zwei leistungsheterogenen Gruppen wird in dieser Einheit das Pistenfahren mit Hilfe von Materialien (vgl. **Materialliste**) gestaltet (B). Die SuS sollen sich auf kreative Bewegungserfahrungen einlassen und dabei Ideen entwickeln, modifizieren sowie eigene und andere Inszenierungen ausprobieren bzw. auswählen können. Häufig entstehen so Varianten des Synchron- bzw. Formationsfahrens (vgl. Espenschied, 2013). Im Anschluss sollen sie den Übungsprozess in einer großen heterogenen Gruppe reflektieren und Prinzipien eines angemessenen sozialen Verhaltens entwickeln. Eine Video-dokumentation der kreativen Ergebnisse kann für einen Hütten-Abend genutzt werden. Auch eine Skifah-

rergruppe könnte in die Gestaltung mit eingebunden werden (Foto 5).



Tag 5: Vormittag – Etwas wagen & verantworten an Kicker & Box

Auch der Funpark (abgegrenzter Bereich mit Kickern, Bodenwellen usw. zum Tricksen) wird bewusst in die Anfängerschulung der „Snowboardwoche“ integriert (vgl. Drewes, 2013). Sicherheitsinstruktionen der Lehrkraft vermitteln den SuS verantwortungsvolles Handeln. Es hat sich bewährt, einige Zeit im Funpark mit dem Beobachten anderer Snowboardfahrer zu verbringen. So kann ein (motivierendes) „Lernen am Modell“ erfolgen. Da Mut und Leistungsniveau unterschiedlich sind, müssen verschiedene Wagnisse gestellt werden (C), um die unterschiedlichen Bedürfnisse zu bedienen:

- Bodenwellen können eingesetzt werden, um mit immer zügigerem Tempo über sie hinwegzufahren, ohne den Bodenkontakt zu verlieren (Foto 6).
- Ein kleiner Kicker kann dafür verwendet werden, ihn ohne Verlust des Gleichgewichts zu bewältigen (Foto 7), und
- ein zweiter, ebenfalls kleiner Kicker dient ersten gestalterischen Interpretationen (Foto 8).



Foto 5: Skifahrer sind auch dabei

Foto 6: Fahren über Bodenwellen

Foto 7: Sprünge über den kleinen Kicker

Foto 8: Gestalten am Kicker



Letzteres eignet sich in der Regel nur bei leistungsstarken Schülergruppen. Auch eine Box kann ggf. in das Programm einbezogen werden, wobei es aufgrund der Komplexität hier nur darum gehen kann, darauf weiter zu gleiten (keine Variationen bzw. kein Gegensteuern), ohne das Gleichgewicht zu verlieren. Die Lehrkraft kann dabei das stabile Gleiten auf der Box unterstützen, indem den Übenden auf der Box eine quer vor den Körper gehaltene Stange zum Festhalten angeboten wird.

Die Box soll einen kontinuierlichen Übergang des Boards von Piste auf Box ermöglichen und kein Aufspringen auf die Box erfordern.

Die SuS ordnen sich selbstständig den Aufgaben zu und lernen so, das eigene Handeln zu verantworten, ohne zum Eingehen von Wagnissen gezwungen zu werden. Dabei wird nach dem Prinzip Aufsuchen (des individuellen Wagnisses) – Aushalten (d.h. Eingehen des Wagnisses) – Auflösen (durch Austausch von Gedanken, Gefühlen etc.) vorgegangen. Ggf. müssen zu wagemutige SuS gebremst und mit ihnen ihr Verhalten reflektiert werden.

Tag 5: Nachmittag – Abschlussreflexion & Zeit zur freien Verfügung

Die snowboardspezifische Ausbildung ist beendet. Im Gespräch wird herausgestellt welche Möglichkeiten es gibt, um Snowboarden lebensbereichernd und gesundheitsbewusst (pädagogische Perspektive (F)) zu betreiben. Weitere Themenschwerpunkte, bspw. zur

sozialen Situation innerhalb der Gruppe, sind möglich. Die verbleibende Zeit steht zur freien Verfügung.

Tag 6: Vormittag – Kooperierend und sich verständigend wettkämpfen

Am letzten Tag der „Snowboardwoche“ bietet sich eine Rallye (E) mit gemischten Gruppen an. Skifahrer und Snowboarder sollen kooperieren; so kann ggf. auch ein Blick über den „Tellerrand“ des Snowboardens erfolgen. Gruppenname, Schlachtruf und Outfit können sich die SuS vorab überlegen und werden am Ende der Rallye bepunktet. Die Aufgaben (siehe **Material 4**) sollten klar definiert sein, alle SuS einbinden, aber trotzdem ausreichend Handlungs- und Entscheidungsspielräume bieten. Neben dem Umsetzen schneesportspezifischer Fertigkeiten und erworbener Kenntnisse steht am letzten Tag der spielerische Anteil im Vordergrund.

*Hinweis: Es gilt, vor allem im Bezug auf Aufsichtspflicht und Gruppengröße, unbedingt die Richtlinien des jeweiligen Bundeslandes zu beachten.

Literatur

- Balz, E. & Kuhlmann, D. (2012). *Sportpädagogik. Ein Lehrbuch in 14 Lektionen* (Sportwissenschaft studieren, 1, 4. Auflage). Aachen: Meyer & Meyer Verlag.
- Deutscher Skilehrerverband (Hrsg.). (2012). *Snowboarden einfach. Der DSLV Lehrplan. Mit 3D-Brille und 3D-Bildern*. München: BLV Buchverlag.
- Deutscher Verband für das Skilehrwesen e.V./Interski Deutschland (Hrsg.). (2010). *Schneesportunterricht mit Kindern und Jugendlichen*. Stuttgart: Verlag pietsch.
- Deutscher Verband für das Skilehrwesen e.V./Interski Deutschland (Hrsg.). (2011). *Snowboard Lehrplan*. Stuttgart: Verlag pietsch.
- Drewes, O. (2013). Snowboardwoche. Mehrperspektivische Anfängerschulung im Schnee. *Sport & Spiel*, 13 (1), 34-39.
- Espenschied, E. (2013). Snowboarden mal anders – Synchron- bzw. Formationsfahren! *Lehrhilfen für den Sportunterricht*, 62 (1), 15-18.
- Lange, A. (2011). Spielehits. Spiele im Schnee. *SportPraxis*, 52 (1+2), 58-63.
- Neumann, P. & Balz, E. (Hrsg.). (2011). *Mehrperspektivischer Sportunterricht. Didaktische Anregungen und praktische Beispiele. Band 2*. Schorndorf: Hofmann-Verlag.
- Oesterhelt, V. (2011). Die Schneesporthwoche in der Schule im Rahmen des erziehenden Sportunterrichts – von einem bildungstheoretischen Ansatz zur praktischen Umsetzung. In Ingrid Bach (Red.), *Skilauf und Snowboard in Lehre und Forschung. Schriftenreihe der ASH. Band 20* (S. 103-142). Hamburg: Edition Czwalina.

M1: Beispiele für vielseitige Erfahrungen auf und mit dem Snowboard

- Wie kannst du dich mit dem vorderen Fuß in der Bindung fortbewegen?
- Gleite möglichst weit mit deinem Board in der flachen Ebene! (Keine Rennspiele: Verletzungsrisiko!)
- Achte beim Gleiten auf Körperlage, Gleichgewicht, Untergrund und deine Bewegungsmöglichkeiten!
- Schnalle beide Füße in die Bindung. Versuche mithilfe eines Partners über die Front- und Backside aufzustehen!
- Teste mit einem Partner (ohne Board) aus, welche Bewegungsmöglichkeiten es mit angeschnalltem Board gibt!
- Lasse dich mit beiden Füßen in der Bindung von deinem Partner anschieben! Welcher Bewegungsspielraum ergibt sich während des Gleitens?
- Mache erste Gleiterfahrten den (kurzen) Hang (mit Auslaufzone!) hinunter! Tausche dich mit deinem Partner über Empfindungen und Erfahrungen aus!

M2: Arbeitsaufträge zur Sensibilisierung und Wahrnehmung

- Wohin blickst du beim Fahren?
- Welche Geräusche erzeugt der Schnee/dein Board?
- Welcher Beinmuskel ist stärker angespannt?/Wo spürst du Spannung im Bein?
- Was geschieht, wenn du die Schulter- und Kopfdrehung bewusst übertreibst?
- Führe die Übungen/Aufträge explosiv oder sanft aus! Welche Reaktionen zeigt das Board?
- Was geschieht, wenn du das vordere/hintere Bein stark belastest?

M3: Arbeitsaufträge zum (nachhaltigen) Umgang mit der Natur

Bearbeitet und diskutiert in Partnerarbeit folgende Arbeitsaufträge/Fragen (notiert euch wichtige Aspekte für die Abschlussreflexion):

- Was gehört beim Blick über die Berge nicht in die Natur?
- Was hörst/riechst du Unbekanntes?
- Welchen Pflanzen/Tieren begegnest du im Wintersportgebiet? Kennst du sie von zu Hause?
- Welche Emotionen empfindest du beim Blick über die Berge/während des Snowboardens?

- Beachte den Verlauf der Pisten und die umgebende Berglandschaft! Was fällt dir auf?
- Erfrage beim Informationscenter, wie viel Müll täglich im Wintersportgebiet anfällt, wie viel Trinkwasser verbraucht wird und wie viel Strom!
- Informiere dich auch über den Skibus! Gibt es regelmäßige Fahrtzeiten? Wie viele PKW befinden sich durchschnittlich auf dem Parkplatz des Wintersportgebiets? Diskutiere mit deinem Partner Vor- und Nachteile der Anreise mit dem PKW bzw. Skibus!
- Was unterscheidet eine Skiroute (sofern vorhanden) von einer gewöhnlichen Piste? Welche Vor- und Nachteile bestehen?

Materialliste

Die Anzahl ist abhängig von der Gruppengröße und den organisatorischen Möglichkeiten.

- Pylonen
- Gymnastikreifen
- kleine Softbälle
- Skistöcke
- Fahnen
- Luftballons
- Tücher, bspw. kleine „Skisegel“
- ...

M4: Beispiele für Rallye-Aufgaben

- Innerhalb von zwei Minuten soll die Gruppe einen möglichst hohen und „kreativen“ Schneemann bauen (vorab Bewertungskriterien festlegen).
- Jeder erhält einen Löffel und muss mit ausgestrecktem Arm ein Ei die (kurze) Piste kurvenfahrend herunter transportieren. Für jedes nicht heruntergefallene Ei gibt es einen Punkt.
- Während des Fahrens zwischen den Stationen sollen die Schüler Zusatzfragen beantworten (z.B. bekannte Wintersportler aus dem Gebiet, höchster Berg in der Umgebung, Anzahl der Lifte, FIS-Regeln nennen).
- Während des Befahrens einer Piste muss sich die Gruppe kontinuierlich zwei (oder mehr) Tennisbälle zuwerfen. Gestartet wird mit zehn Punkten. Pro heruntergefallenem Ball wird ein Punkt abgezogen.
- In einer ebenen Zone muss ein Skifahrer einen angeschnallten Snowboarder ziehen. Welche Gruppe ist die schnellste? Kriterium ist somit der direkte Gruppenvergleich und die Bepunktung erfolgt erst nach Abschluss der Rallye.
- Die Skifahrer müssen zehn Stöcke auf der Piste platzieren, so dass die Snowboarder Slalom fahren müssen. Welche Gruppe erzielt die beste Zeit?
- So lange ein Snowboarder sein Board auf ausgestrecktem Arm hält (90° Winkel,) dürfen die anderen mit Schneebällen auf eine Zielscheibe werfen.
- Hindernisparcours durchfahren (auf Präzision und/oder Zeit).
- Wie viele Schneebälle können mit einem Geschirrtuch gefangen werden, ohne dass sie kaputt gehen?
- Elefantenrennen mit Skistock.
- ...

LEHRHILFEN für den Sportunterricht

Verlag: Hofmann-Verlag GmbH & Co. KG, Postfach 1360, D-73603 Schorndorf, Telefon (07181) 402-0, Telefax (07181) 402-111

Redaktion:

Heinz Lang
Neckarsulmer Str. 5, 71717 Beilstein
E-Mail: H-W.Lang@t-online.de

Erscheinungsweise:

Monatlich (jeweils in der 2. Hälfte des Monats).

Druck:

Druckerei Djuric
Steinwasenstraße 6–8, 73614 Schorndorf

International Standard Serial Number:
ISSN 0342-2461

Bezugspreis:

Im Jahresabonnement € 24,00 zuzüglich Versandkosten.
Die Abonnement-Rechnung ist sofort zahlbar rein netto nach Erhalt. Der Abonnement-Vertrag ist auf unbestimmte Zeit geschlossen, falls nicht ausdrücklich anders vereinbart. Abbestellungen sind nur zum Jahresende möglich und müssen spätestens 3 Monate vor dem 31. Dezember beim Verlag eintreffen. Unregelmäßigkeiten in der Belieferung bitte umgehend dem Verlag anzeigen.
Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck nur mit ausdrücklicher Genehmigung der Redaktion und des Verlags mit Quellenangabe.

Unverlangte Manuskripte werden nur dann zurückgesandt, wenn Rückporto beiliegt.



2006. DIN A5 quer, 260 Seiten
ISBN 978-3-7780-6274-6
Bestell-Nr. 6275 € 19.90

Jürg Schafroth (Red.)

1007 Spiel- und Übungsformen im Eislaufen und Eishockey

Mit Anhang „Eishockey ... aber wie?“

5. Auflage 2006

Die übersichtlich gegliederte Stoffsammlung zeigt die vielseitigen Anwendungsmöglichkeiten für Übungsformen auf dem Eis und möchte allen im Eissport tätigen Leitern Anregungen und Ideen für einen spielerischen und kreativen Unterricht vermitteln.

Inhaltsverzeichnis und Beispielseiten unter www.sportfachbuch.de/6275

Versandkosten € 2.-; ab einem Bestellwert von € 20.- liefern wir innerhalb von Deutschland versandkostenfrei.

Eislaufen als Alternative zum Schwimmen

Veit Dubiel

Mit zu den beliebtesten Sportarten im Schulsport zählen der leichtathletische Lauf, die Sportsportarten und „Kleine Spiele“. Eislaufen wird bisher eher gemieden, obwohl es ebenso Lauf-, Spiel- und Staffelformen abdecken könnte und mit Eiskunst-, Eisschnelllauf und Eishockey drei in Deutschland stark geförderte Olympische Disziplinen auf dem Eis beheimatet sind. Eislaufsportarten beanspruchen den Körper ganzheitlich wie kaum eine andere Sportart, da alle konditionellen und viele koordinativen Fähigkeiten gefördert werden:

- **Ausdauer und Schnelligkeit** können sowohl im Anfänger- als auch im Fortgeschrittenenstatus spielerisch geschult werden.
- **Muskulär** werden vor allem die Bein- und Gesäßmuskeln belastet (gluteus m.; m.gastrocnemius/soleus; m. quadrizeps f.).
- **Koordinativ** spielen bei der Erlernung v. a. die Rhythmisierungs-, Orientierungs- und Kopplungsfähigkeit (u. a.) eine wichtige Rolle.

Die auf dem Eis relativ hohe Geschwindigkeit wirkt sich dabei auf alle Sinne reizverstärkend aus. Hinzu kommt, dass Bewegungen auch rück- oder seitwärts ausgeführt werden können.

Eislaufen besitzt eine ähnlich gute Infrastruktur wie das im Schulsport fest etablierte Schwimmen. Zwar gibt es bundesweit wenige 400-Meter-Bahnen, jedoch sind die zahlreichen Eislaufflächen, wie sie bspw. das Eiskunstlaufen nutzt, bestens für den Schulsport geeignet. Die Eissaison geht üblicherweise von Anfang Oktober bis April. I.d.R. können Schlittschuhe an der Eisbahn ausgeliehen werden.

Unbedingt zur Kleidung zählen sollten neben den Schlittschuhen auch Handschuhe, Mütze und nicht zu locker sitzende, lange Sportkleidung. V. a. im Anfängerbereich können auch Helm und Knie-/Ellenbogenschoner zusätzlichen Schutz bieten. Spitze Accessoires oder Kaugummis sollten wie üblich entfernt werden, da die Gefahr hinzufallen gegeben ist.

Obwohl die verschiedenen Eislaufsportarten hinsichtlich ihrer Leistungsfaktoren unterschiedlich gewichtet sind, gibt es grundlegende Basisfähigkeiten, auf deren Entwicklung der Schulsport ausgelegt sein sollte.

- Höchste Priorität hat zunächst das Erlernen des Abstoßens und des Gleitens, vergleichbar mit den genauso wichtigen Schwimmelementen „Abdruck und Schweben“.
- Danach sollte intensiv die Kantenschulung geübt werden. Sie bildet die Grundlage für alle weitergehenden Fähigkeiten wie Richtungswechsel, Übersetzen oder Bremsen.

Folgende Hierarchie ist demnach zu empfehlen:

- Richtiger Stand
- Abstoß
- Gleitfähigkeit
- Kantenschulung (rückwärts, einbeinig)
- Übersetzen
- Bremsen

Richtiger Stand

Zu empfehlen sind Eishockeyschlittschuhe; auch Eiskunstlaufschuhe sind denkbar. Der Schuh darf nicht drücken, sollte aber eng anliegen und fest geschnürt werden. Der Fuß sollte nicht viel Spielraum haben und kein Wegknicken im Bereich des Fußgelenks erlauben. Die Kufen sollten in einem geschliffenen Zustand sein (Hohlschliff).

Der Pinguin (zum Lernen des Abstoßes auf dem Eis)

Die Arme sind zur Seite ausgestreckt oder an der Hüfte abgestützt; die Oberkörperposition ist aufrecht. Die Fußspitzen werden ca. 45° nach außen gedreht. Nun wird ein Bein gehoben und ein kleiner Schritt nach vorn gesetzt. Das Standbein bewegt sich nicht. Nachdem das Bein sicher steht, macht das ehemalige Stand-



Veit Dubiel

ist z. Z. Teaching Assistent und Germanistikstudent an der University of Washington/USA. Als Bundeskaderathlet im Eisschnelllauf nahm er an zahlreichen internationalen Wettkämpfen teil. Er ist bei der DESG (Deutsche Eisschnelllauf-Gemeinschaft e.V.) als Trainer beschäftigt.

Plauenerstraße 24
13055 Berlin
veit.dubiel@gmx.de
0178 6029055

Abb. 1:
Das einbeinige Rollern



bein einen Schritt nach vorn. Je nach Sicherheit soll die Schrittlänge vergrößert werden. Diese Übung dient dazu, dass der Eislaufabstoß, im Gegensatz zum Laufen auf dem Land, diagonal nach hinten gerichtet ist.

• Das einbeinige Rollern (zum Abstoßernlernen) (Abb. 1)

Die Arme sind – bei aufrechter Oberkörperposition – zur Seite ausgestreckt oder an der Hüfte abgestützt. Die Fußspitze des Standbeins zeigt nach vorne; die des Abstoßbeins wird ca. 45° nach außen gedreht. Dabei sind die Knie leicht gebeugt.

Nun drückt sich das Abdruckbein vom Boden ab; die gesamte Kufe bleibt dabei auf dem Eis. Der Abdruck erfolgt über die gesamte Schlitsschuhkufe seitlich nach hinten und ist erst vollendet, wenn das Abstoßbein gestreckt ist. Das Standbein wird zum Gleitbein und gleitet nach vorne. Das Abstoßbein wird wieder zurückgeführt und wiederholt den Abdruck. Je nach Sicherheit sollen die Beugung der Knie und damit die Abstoßlänge verstärkt werden.

• Skaterschritt (zum Erlernen des vollständigen Abstoßes) (Abb. 2)

Den Skaterschritt erlernt man, indem man das **Rollern beidseitig** ausführt. Dabei ändert sich Folgendes: Während des Abstoßes wird das Standbein zum Schwung- bzw. Spielbein. Es wird nun leicht angehoben, die Fußspitze zeigt aber weiterhin nach vorne. Drückt sich das rechte Bein ab, wird der linke Arm nach hinten gezogen, der rechte Arm nach vorne in Richtung Nase (bzw. linker Abstoß/linker Arm vorn). Je nach Sicherheit und Geschwindigkeit wird in der Hüfte gebeugt und der Oberkörper in eine gebückte Haltung gebracht. Die Abstoßrichtung seitlich nach hinten bleibt in jedem Fall erhalten.

Gleitübungen – Gleiten auf beiden Beinen

Nach kurzem Anlauf wird beidbeinig gegleitet. Die Arme sind (bei aufrechtem Oberkörper) zur Seite ausgestreckt oder an der Hüfte abgestützt. Die Fußgelen-



Abb. 2: Skaterschritt
(Rollern beidseitig)

ke dürfen nicht nach innen oder außen wegknicken; es soll auf der Schneide geglitten werden.

Bei Fortschritt soll das Gleiten in einer leichten Hocke geschehen, zunehmend soll die Hocke tiefer ausfallen. Weisen Sie die Kinder ruhig an, bei tiefer Hocke ab einer gewissen Stelle absichtlich hinzufallen und auf dem Hintern zu rutschen. Das nimmt ihnen die Sturzangst. Bei Fortschritt kann man die Übung weiter erschweren: Zunächst bleibt die Oberkörperposition aufrecht, aber ein Bein wird kurz angehoben und danach wieder neben das andere gestellt. Variierend kann ein Bein auch zur Seite angehoben oder nach hinten kurz hängen gelassen werden.

Bei Beherrschung können die Übungen wieder in leichter bzw. tiefer Hocke ausgeführt werden.

Bevor man mit der Kantenschulung beginnt, sollten diese Übungen nun auch rückwärts geübt werden.

Abstoßbein) wird leicht nach oben gehoben und nach Vollendung des Halbkreises wieder neben das Stand- bzw. Gleitbein gesetzt. Nun wird der Vorgang mit dem anderen Bein wiederholt, das Stand- bzw. Gleitbein wird also zum neuen Abstoßbein.

• **Zwiebeln** (Abb. 3)

Die Arme sind zur Seite ausgestreckt (aufrechter Oberkörper) oder an der Hüfte abgestützt. Die Übung beginnt aus dem Stand, es sollte leicht in die Knie gegangen werden. Beide Schuhe werden nun 45° nach außen ausgerichtet, beide Innenkanten stehen also in etwa 90° zueinander. Nun wird aus den leicht gebeugten Knien Druck auf beide Innenkanten ausgeübt. Beide Kufen sollen einen Halbkreis beschreiben, so dass am Ende des Zyklus beide Schlittschuhe wieder nebeneinander stehen. Der Vorgang wird fließend wieder-



Abb. 3: Zwiebeln

Übungen zur Kantenschulung

• **Holländer vorwärts auswärts**

Die Arme sind zur Seite ausgestreckt, die Oberkörperposition ist aufrecht und zeigt 45° versetzt in Richtung der Abstoßbeinseite. Wir beginnen aus dem Stand. Mit dem Abdruckbein stößt man sich wie beim Rollern ab. Während nun aber das Abdruckbein nach dem Abstoß seitlich leicht über dem Boden gehalten wird, gleitet das Stand- bzw. Gleitbein kurvenförmig über die Außenkante und beschreibt einen Halbkreis. Anschließend wird das kurvenäußere Bein (das Abdruckbein) wieder neben das Stand- bzw. Gleitbein gesetzt. Nun wird der Vorgang mit dem anderen Bein wiederholt; das Stand- bzw. Gleitbein wird also zum neuen Abstoßbein.

• **Holländer vorwärts einwärts (auch: „Kanadier“)**

Die Arme sind zur Seite ausgestreckt, die Oberkörperposition ist aufrecht und zeigt 45° versetzt in Richtung der Abstoßbeinseite. Beginn aus dem Stand. Im Gegensatz zum Holländer vorwärts einwärts gleitet das Stand- bzw. Gleitbein jedoch über die Innenkante und beschreibt einen Halbkreis. Das kurveninnere Bein (das

holt. Bei sicherer Ausführung kann zunächst verstärkt in die Knie gegangen, später die Übung rückwärts ausgeführt werden.

• **Slalom (für Fortgeschrittene)**

Es werden auf dem Eis hintereinander Hütchen in einem gleichmäßigen Abstand von etwa 0,75 m aufgestellt. Die Übung beginnt mit einem zügigen Anlauf, der Oberkörper ist aufrecht und bleibt nach vorne gerichtet. Nach dem Anlauf sollen beide Beine aufs Eis gestellt werden und nur mit Hüfteinsatz und dem Kantenwechsel durch die Hütchen gearvt werden. Abstoßunterstützend sollte vor jedem Hütchen leicht in die Knie gegangen werden. Die Arme können seitlich gehalten zur Stabilisierung genutzt werden.

Das Erlernen des Übersetzens

Begonnen wird durch einbeiniges Rollern im Kreis; jeweils das kurvenäußere Bein ist dabei das Abstoßbein. Dafür bieten sich die Eishockeybullies an. Es soll in beide Richtungen geübt werden. Bei sicherer Ausführung soll nun, bevor der Rollerabstoß vollzogen wird, das

Gleitbein leicht angehoben und erst mit dem Abstoßvortrag wieder aufs Eis gesetzt werden.

Nach sicherer Ausführung wird nun das Abstoßbein nach dem Abstoß vor der Kufe nach innen neben das Gleitbein geführt. Das Abstoßbein bleibt dabei die gesamte Zeit auf dem Eis und wird lediglich vor das Standbein geschoben.

Bei Beherrschung der Übung soll nun das Abstoßbein nach dem Abstoßvorgang nach oben gehoben, über das Standbein und letztendlich daneben gesetzt werden. Die Übung soll auch rechtsrum durchgeführt werden. Zur Schulung beider Seiten bietet es sich an, die Schüler eine „8“ laufen zu lassen.

Fortgeschrittene können das Übersetzen auch rückwärts durchführen.

Bremsen

• Pflugbremse

Der Oberkörper ist nach vorn gerichtet und aufrecht; die Arme werden zunächst seitlich gehalten. Nun wird die Geschwindigkeit abgebremst, indem beide Schlittschuhspitzen 45° nach innen gerichtet werden. Die Schlittschuhe haben dabei eine Schlittschuhlänge Abstand. Der Oberkörper soll zusammen mit den Armen leicht nach vorn gerichtet werden, um die Bremsrichtung auszugleichen.

• Turn

Der Oberkörper ist nach vorn gerichtet und aufrecht; die Arme werden zunächst seitlich gehalten. Es muss in die Knie gegangen werden. Nun wird die Geschwindigkeit abgebremst, indem beide Schuhe ruckartig 90° zur Seite gedreht werden. Gleichzeitig muss ins Eis gedrückt werden, so dass sich die Beine strecken. Das Gewicht liegt dabei eher auf der Hacke. Die Arme müssen als Ausgleichsbewegung in die entgegengesetzte Richtung zur Schuhspitze gebracht werden.

• T-Brake

Die Arme sind zur Seite ausgestreckt oder an der Hüfte abgestützt (Oberkörper aufrecht). Ein Schlittschuh wird nun angehoben, 90° nach außen gedreht und leicht nach hinten versetzt wieder aufs Eis gesetzt. Die Innenkante bremst die Geschwindigkeit ab.

Möglichkeiten der Leistungskontrollen

• Gleittest

Es soll nach einem 10 m langen Anlauf auf beiden Beinen (bzw. einem Bein) ein 30-m-Abschnitt geradlinig

geglitten werden. Dabei sollen alle 3 Kanten (Schneide, Innen-/Außenkante) für eine kurze Zeit klar sichtbar eingesetzt werden.

Folgende Abstufungen sind für eine Bewertung möglich:

15 Punkte: Sehr sicherer, geradliniger Einsatz aller Kanten beidbeinig für mindestens je 2 Sekunden in einer Laufhocke + Wiederholung der Übung einbeinig (Seite nach Wahl) in aufrechter Position.

12 Punkte: Sicherer, geradliniger Einsatz aller Kanten beidbeinig für mindestens 2 Sekunden in einer Laufhocke + Wiederholung der Übung einbeinig (Seite nach Wahl) in aufrechter Position mit 1-sekündigem Kanteneinsatz.

9 Punkte: Überwiegend sicherer Einsatz aller Kanten beidbeinig für mindestens 2 Sekunden in einer überwiegend geradlinigen Gleitrichtung.

6 Punkte: Einsatz aller Kanten beidbeinig für mindestens 1 Sekunde mit einer erkennbaren leicht gebeugten Körperhaltung mit einer höchstens leicht schrägen Gleitrichtung.

3 Punkte: Einsatz mindestens zweier Kanten für mindestens 1 Sekunde in kaum gebeugter Körperhaltung und welliger Gleitrichtung.

• Weitere Bewertungsmöglichkeit: Rollern um das Bulli

Abstufbar bspw. nach Beidseitigkeit, Geschwindigkeit, Länge und Aktivität des Abstoßes, Knieeinsatz des Standbeins.

Mögliche Spiele

Rundenstaffel; Staffel mit verschiedenen Übungen wie rückwärts, mit 360°-Drehung, mit Sturz bei Bahnmitte, zwiebelnd, als Paar, als Gruppe, „Wer hat Angst vorm schwarzen Mann“, „Steh – Geh!“, Staffelwettbewerbe, „Paarhasche/Kettenhasche“ und weitere „Kleine Spiele“.

Empfehlung: Hierfür ist ein gewisser Grundlevel nötig. Der sichere Kanteneinsatz sollte von der Mehrzahl der Schüler beherrscht werden. Bei Schülergruppen, in denen das Bremsen noch nicht sicher ist, sollte darauf verzichtet werden, die Banden als Spielflächenbegrenzung zu nutzen.

Aufgeschnappt

„Ideale Übungen sind diejenigen, die sowohl den Körper als auch den Geist einbeziehen und stärken. Nur solche Übungen können den Menschen gesund erhalten.“ (Mahatma Gandhi)