



SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Alternatives Turnen in Schule & Verein

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de





Inhalt

Vorwort der Herausgeber der „Edition Schulsport“	8
Einführung.....	10
1 Warum ein Turnbuch?	14
2 Turnen für alle – aber mit welchen Inhalten und Methoden, in welchen Formen und mit welchen Zielen?	20
2.1 Allgemeine Voraussetzungen zur Entwicklung der Turnfähigkeit in den unterschiedlichen Altersstufen	24
2.2 Das „richtige“ Turnen – die didaktische Frage	33
2.3 Methodische Überlegungen	38
2.4 Übergreifende Kompetenzerwartungen in den Lehrplänen: „Die Schüler (sollen) können ...“	45
2.5 Das freie Turnen – ein didaktisches Konzept für das schul- und Breitensportliche Bewegen an Geräten.....	50
2.6 Die Orientierung an pädagogischen Perspektiven und Kompetenzen im Turnen	55
2.7 Die spezifischen Kompetenzerwartungen im Inhaltsbereich Bewegen an Geräten/Turnen	63
2.8 Lernerfolgskontrolle, Leistungsbewertung bzw. Benotung	67
3 Helfer- und Sicherheitsmaßnahmen als Voraussetzung für sicheres, zugängliches und erfolgreiches Turnen	70
3.1 Sicherheitsförderung als pädagogisches Unterrichtsprinzip.....	70
3.2 Die Entwicklung und Förderung von Sicherheit und Risikokompetenz bei turnerischen Bewegungswagnissen.....	73
3.3 Aber sicher, helfen wir – Hinführung zu eigenverantwortlichem und kooperativem Handeln bei turnerischen Bewegungswagnissen.....	80



3.4	Beispiele fachgerechter Anwendung der grundlegenden Helfergriffe und Sicherheitsmaßnahmen	83
3.5	Entwicklung der Kompetenzen, die Kinder und Jugendliche zu einem verantwortlichen, kooperativen und zweckmäßigen Helfen und Sichern befähigen	88
3.6	Problematik der zfassenden Hilfeleistung und Verhaltenstipps für Lehrkräfte	91
4	Zugang zum Bewegungskönnen in alternativen Turnbereichen (Parkour & Freerunning, Minitrampolin, Trampolin, Trapez, Akrobatik)	94
4.1	Parkour und Freerunning – Basisaktionen für attraktive Runs.....	96
4.2	Basissprünge Minitrampolin.....	148
4.3	Basisturnen Trampolin.....	204
4.4	Basiselemente und Bewegungskunststücke an Tauen, stillhängendem und schwingendem Trapez oder schwingenden Ringen	236
4.5	Artistische Basiselemente der Akrobatik und des Pyramidenbaus	264
5	Turnen spannend erleben – praktische Beispiele kompetenzorientierter Unterrichtsstunden, Unterrichtsvorhaben und Projekte.....	310
5.1	Turnerische Bewegungsgrundtätigkeiten an einer Gerätekonstellation.....	314
5.2	Partnerakrobatik: Einführung von akrobatischen Bewegungskünsten	326
5.3	Springen, Schwingen, Fliegen – ein Zirkusprojekt nimmt Gestalt an	339
5.4	Parkour/Freerunning – den Wall Spin erlernen	346
5.5	Trampolinspringen für alle? Gemeinsam spielerisch Barrieren überwinden!	356
	Schlussbemerkung.....	362
	Literatur	363
	Bildnachweis	371





Vorwort der Herausgeber der „Edition Schulsport“

In unserer hochtechnisierten Welt wird es für Kinder und Jugendliche immer schwieriger, sich auf natürliche Art und Weise vielfältige Bewegungserlebnisse und -erfahrungen zu erschließen und Körperbewusstsein aufzubauen. Das Turnen kann ihnen sowohl in der Schule als auch im Sportverein vielseitige und intensive Möglichkeiten eröffnen, sich mit dem eigenen Körper auseinanderzusetzen. Dies gilt insbesondere für die auf den Körper einwirkenden äußeren Kräfte und Belastungen und die sich daraus ergebenden Anforderungen an Kraft, Beweglichkeit und Gewandtheit.

Trotz der unbestrittenen pädagogischen Bedeutung des Turnens ist festzustellen, dass sich bei vielen Kindern und Jugendlichen die Begeisterung vor allem für traditionelle, normgebundene turnerische Übungen in Grenzen hält und dass sowohl im Schulsport als auch im allgemeinen Breiten- und Freizeitsport der Vereine immer weniger im herkömmlichen Sinne geturnt wird. Ein Grund für diese Entwicklung mag sein, dass beim traditionellen Turnen das Augenmerk häufig zu sehr auf das Erlernen und Perfektionieren einzelner Fertigkeiten gerichtet und die ganze Breite turnerischen Bewegens mit den vielfältigen Möglichkeiten der Körpererfahrung und des kooperativen Partnerbezugs nicht ausgeschöpft wird. Vor diesem Hintergrund gilt es, neben traditionellen, normgebundenen turnerischen Bewegungsformen neue bzw. alternative Wege und Möglichkeiten aufzuzeigen, die geeignet sind, das Turnen in Schulen und Sportvereinen zu aktivieren.

Wir freuen uns sehr darüber, dass Jürgen Schmidt-Sinns unserem anspruchsvollen Wunsch nachgekommen ist, ein Werk zum alternativen Turnen im Schul- und Vereinssport zu verfassen, das die aktuelle Schul- und Schulsportentwicklung ebenso berücksichtigt, wie die aktuelle Entwicklung des organisierten Kinder- und Jugendsports.

Das vorliegende Buch beschreibt eine große Vielfalt normfreier Aktionsformen und Bewegungskünste an Geräten aus den Bereichen Parkour & Freerunning, Minitrampolin, Trampolin, Trapez, Akrobatik, Artistik und Pyramidenbau, die sowohl in Schulen als auch in Sportvereinen vermittelt werden können. Speziell für den schulischen Sportunterricht werden bei der Darstellung der Inhalte die Anforderungen der neuen Lehrplangeneration an die pädagogische Akzentuierung und Kompetenzorientierung aufgegriffen und für die praktische Arbeit der Sportlehrerinnen und Sportlehrer aufbereitet. Die didaktischen Planungskonzepte und Projektbeispiele, die methodischen Arrangements und Hilfen und nicht zuletzt die Hinweise und Empfehlungen zur Durchführung von Helfer- und Sicherheitsmaßnahmen gelten für alle Einsatzbereiche im Schul- und Vereinssport. Sie sollen dazu beitragen, dass die in Schulen und Sportvereinen tätigen Sportfachkräfte dazu mo-

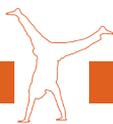


tiviert werden, die in diesem Buch vorgestellten alternativen Turnformen in ihr Repertoire aufzunehmen und so zu vermitteln, dass Kinder und Jugendliche das Turnen vielseitig, spannend und angstfrei erleben können.

Wir bedanken uns bei Jürgen Schmidt-Sinns für die konstruktive Zusammenarbeit bei der Erstellung dieses Werkes sowie bei der Unfallkasse NRW für die Beratung bei allen sicherheitsrelevanten Fragestellungen. Mit der Veröffentlichung verbinden wir den Wunsch und die Hoffnung, dass dieses Buch mit dazu beiträgt, dem Turnen in Schulen und Sportvereinen neue Impulse zu geben. Insofern wünschen wir diesem Werk eine weite Verbreitung in der Aus- und Fortbildung sowie in den Händen der Sportlehrerinnen und Sportlehrer und der in Sportvereinen und Schulen tätigen Sportfachkräfte.

Heinz Aschebrock

Rolf-Peter Pack



Einführung

„Die Turnkunst ist die Poesie des Leibes“

(der Turnpädagoger Justus Carl Lion 1829-1901)

Der Titel *Alternatives Turnen¹ in Schule und Verein – Bewegungskünste und Erlebnissport* soll den Blick dafür schärfen, dass in diesem Buch mit dem Turnen (an Geräten) nicht nur eine unersetzliche Grundsportart innerhalb des Schul- und Vereinssports behandelt wird, sondern dass der von Schülern oft abgelehnte Sportbereich (Inhaltsbereich) Turnen, neben der Entwicklung von bildungswirksamen Handlungskompetenzen, außergewöhnlich spannende Bewegungskünste und -erlebnisse bieten kann.

Zu den wertvollen Besonderheiten dieses technisch-kompositorischen bzw. technisch-akrobatischen Sportbereichs, der Bewegungsgrundfertigkeiten und Bewegungskunsthertigkeiten umfasst, zählen:

- die vielseitig und unterschiedlich deutbaren Geräte, die den Menschen aus seinem gewohnten Stand holen, ihn unterschiedliche Körperlagen und Körperpositionen einnehmen und außergewöhnliche, vielfältige Körper-, Bewegungs- und Sinneserfahrungen erleben lassen;
- der hohe soziale und materiale Erfahrungswert;
- die über kreative Eigenbewegung vollzogene Eroberung des Raums in allen Dimensionen;
- die Vielfältigkeit der Bewegungsformen und die Vielseitigkeit der ganzkörperlichen konditionellen und koordinativen Beanspruchungen;
- das Befassen mit der Bewegung an sich;
- der Reiz des wagenden Bewegungskunststücks.

Insgesamt scheinen wagende turnerische Kunststücke zunehmend zum zentralen Beweggrund für viele Freizeit- und Freestyleaktionen der Jugend zu werden.

1 Die synonyme Begriffsnutzung von *Turnen*, *Turnen an Geräten* bzw. *Gerätturnen* erfolgt aufgrund des allgemein eingebürgerten Verständnisses und gleichzeitig auch im Hinblick auf die hier vertretene Öffnung gegenüber weiteren, vielfältigen, alternativen Turninhalten. Zwar stehen die turnerischen Bewegungsformen an Geräten im Mittelpunkt, aber darüber hinaus werden mit Akrobatik, Parkour & Freerunning, Trampolinturnen u. a. m. weitere turnerische Bewegungskünste erschlossen. Der Inhaltsbereich geht also über die wettkampforientierte Sportart Gerätturnen bzw. Kunstturnen an den traditionellen Großgeräten hinaus und trägt auch den unterschiedlichen Bezeichnungen der Inhaltsbereiche/Bewegungsfelder „Turnen“ der Sportlehrpläne in den Bundesländern Rechnung.



Ebenso bieten neuere Ergebnisse aus der Hirnforschung die Erkenntnis, dass es gerade die variable Situationsbewältigung und die Entwicklung koordinativer Fähigkeiten sind, die positive Auswirkungen auf die allgemeine Bewegungskompetenz und auf die kognitive Entwicklung und Leistungsfähigkeit haben. Das gilt für das Turnen in besonderem Maße (siehe Kap. 2.1).

Damit jedoch die Kinder und Jugendlichen diese Bewegungserlebnisse des Turnens lustvoll, sicher und erfolgreich – und damit auch sinnerfüllend – erfahren können, muss die Turnfähigkeit (die sich aktuell begrifflich in „Kompetenzen“ manifestiert) bei den Heranwachsenden durch entsprechende Bewegungsgelegenheiten, Turninhalte und Vermittlungsweisen entwickelt und gefördert werden.

Dabei sind besonders die unterschiedlichen Ängste zu berücksichtigen, die eine positive Einstellung zu dieser Sportart verhindern können. Angst vor Unfall und Schmerz, vor Versagen, Blamage und Spott, vor negativer Bewertung und schlechten Noten werden, wie Untersuchungen zeigen, als hauptsächliche Ablehnungsgründe für das traditionelle Turnen in der Schule genannt. Die Gründe für die Ängste müssen zum einen objektiv nicht immer zutreffen, wie z. B. die Unfallhäufigkeit, zum anderen können sie durch entsprechende Inhalte und Vermittlungsformen verhindert oder zumindest vermindert werden.

Die angstfreie Zugänglichkeit muss daher als ein Hauptziel im Unterricht gelten, ohne dass die Angst-Lust bei wagenden, spannenden Aktionen verloren geht.

Bei dem Rückgang des Turnens in den Schulen spielen aber auch die Vorbehalte und Ängste vieler Lehrkräfte selbst eine Rolle. Dabei werden als Hinderungsgründe für die reduzierte Behandlung von Turnthemen der scheinbar zeitaufwendige Geräteaufbau und die geringen Bewegungszeiten für den einzelnen Schüler vorgebracht. Zusätzlich bilden die Unsicherheiten bei den notwendigen zugreifenden Helfergriffen und Sicherheitsmaßnahmen eine erhöhte Hemmschwelle, da hier gegenüber anderen Sportarten bei Unfällen die eventuell fehlende Kompetenz oder das fahrlässige Handeln der Lehrkraft leichter nachzuweisen ist oder auch die vermehrt geäußerten Vorbehalte gegenüber den beim Helfen unerlässlichen Körperkontakten als zunehmend problematisch von Schülern, Lehrkräften und Außenstehenden empfunden werden (siehe dazu Kap. 3.6).

Die aus diesen Gründen zu beobachtende, zunehmend geringere Unterrichtspraxis führt bei Schülern und Lehrern zwangsläufig auch zu weiterer Unsicherheit und verstärkt die Probleme erfolgreichen Lehrens und Lernens. Dieser Circulus vitiosus von geringerer Turnzeit als Folge von Unbeliebtheit und Ängsten und dadurch eine Verstärkung der Ängste aufgrund mangelnder Erfahrung bei der seltener werdenden Behandlung von Turnthemen in der Schule muss durchbrochen werden.



Die Unersetzbarkeit des Turnens innerhalb der (Schul-)Sportarten erschließt sich auch aus den Kriterien zur Persönlichkeitsentwicklung und Bildung, die in den Lehrplänen für die Auswahl schulsportlicher Inhalte eine Rolle spielen. Sie lassen sich in den unterschiedlichen Ausprägungen des Turnens in besonderem Maße nachweisen:

- die Vielseitigkeit der Bewegungsmuster von Turnaktionen und die Vielfalt der Körpererfahrungen bei Turnaktionen;
- die Vielfalt der Beziehungen untereinander und der sozialen Handlungsmuster beim gemeinsamen (Gruppen-)Turnen;
- Freizeitgestaltungswert z. B. als Turnen an Spielplatzgeräten, als Springen auf Gartentrampolinen oder als Straßenturnen (Parkour und Freerunning);
- Kraft- und Geschicklichkeitsförderung, Haltungsschulung als präventiver Aspekt von Gesundheit und Wohlbefinden;
- Darstellung, Ausdruck, Gestaltung und Präsentation als turntypische Leistung;
- Spannung durch wagende und spielerische Formen im freien Turnen und im turnerischen Wettkampfgeschehen (vgl. auch Kurz, 1977, S. 85ff.).

Wenn aber nach Hedi Richter (2000, S. 60), Turndozentin an der Deutschen Sporthochschule Köln, der überwiegende Teil der Studienanfänger bei Befragungen angibt, diese Sportart Gerätturnen „kaum oder gar nicht kennengelernt“ zu haben, ist allerdings zu fragen: Was passiert eigentlich in den Schulen und was in den Ausbildungen und wie stellen der Deutsche Turner-Bund und seine Turnverbände ihre Schwerpunktsportart dar?

Bei dieser erkennbaren Problematik von quantitativ und oft auch qualitativ ungenügenden Turnangeboten kann zwar ein Fachbuch nur bedingt helfen. Doch sind wir sicher, dass die vorgelegten praxiserprobten Beispiele mit grundlegenden aktuellen und alternativen Inhalten und differenzierenden Zugangsweisen Impulse für einen sicheren und spannenden Turnunterricht liefern und die Arbeit der Lehrkräfte insgesamt erleichtern können.

Darüber hinaus ergibt sich die Notwendigkeit eines weiteren Turnbuchs aus den neuen Entwicklungen und Herausforderungen der letzten Jahre, denen sich die Lehrkräfte im Schul- und Vereinssport ausgesetzt sehen und wie sie auch im folgenden Kapitel näher erläutert werden.





1 Warum ein Turnbuch?

„... und ich werde nie zugeben, daß das Turnen etwas anderes als ein Hauptteil der notwendigen Gesamtbildung sei.“

(Jahn, 1818, S. 122)

Im Inhaltsbereich Turnen – insbesondere in seinen alternativen Formen – eröffnen sich allen Schülern vielfältige, zum Teil außerhalb der Schule kaum gegebene Handlungs- und Erfahrungsmöglichkeiten.

Das durch die Geräte unterstützte, vom Boden losgelöste Spiel mit der Schwerkraft, die ungewöhnlichen Körperlagen im Raum und die wagenden Kunststücke mit erlebnispädagogischer Orientierung motivieren Kinder und Jugendliche dazu, die Geräte, die Bewegungen und letztendlich damit auch sich selbst wagemutig zu erproben.

Das Springen und Fliegen, das Hängen, Schwingen und Drehen, das im Gleichgewicht Auf-den-Händen-Stehen oder Sich-in-der-Luft-Überschlagen ermöglichen auf jedem Niveau spannende Bewegungserfahrungen, die zu gemeinsamem Bewegungshandeln anregen.

„Schwerpunkte der pädagogischen Erschließung dieses Inhaltsbereichs sind das Finden von Bewegungen, das Erarbeiten von turntechnischen Bewegungsformen und akrobatischen Elementen, das Verbessern von Bewegungsqualität sowie die kreative Auseinandersetzung mit Bewegungsformen, Geräten und Bewegungssituationen“ (aus dem Rahmenlehrplan NRW für den Inhaltsbereich Bewegen an Geräten – Turnen).

Die Entwicklung der letzten Jahrzehnte im Schulsport, und insbesondere eine neue Lehrplangeneration mit hohen Ansprüchen (siehe Kap. 2.5 und 2.7), erfordert von den Sportfachkonferenzen und den einzelnen Lehrkräften ein hohes Maß an Neuorientierung und Professionalität, um die vorgeschriebenen sportpädagogischen Aufgaben erfüllen zu können. Dabei bieten die in den aktuellen „Kernlehrplänen“ für den Schulsport verbindlich festgelegten *Kompetenzen*² (beispielsweise in NRW gegliedert in Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz/Methodenkompetenz/Urteilskompetenz) scheinbar überprüfbare Standards und formulieren Lernergebniserwartungen, um eine Vergleichbarkeit der Fächer zu gewährleisten und die Unterrichtsqualität zu sichern – sie beantworten aber kaum die Frage nach dem „Wie?“!

2 Die *Kompetenzorientierung* wird in den einzelnen Bundesländern unterschiedlich gehandhabt.



„Den Fachkonferenzen und Lehrkräften obliegt es, diese Vorgaben durch geeignete schulinterne Lehrpläne sowie kompetenzorientierten Unterricht an den Gymnasien des Landes umzusetzen“ (aus dem Runderlass zu den Kernlehrplänen d. Ministeriums für Schule und Weiterbildung vom 11.05.2011 in NRW).³

„Für eine klare Ergebnisorientierung und eine erweiterten Schulautonomie und gute Leistungen.“⁴

Diese Kompetenzen, die nach Dietrich Kurz „durch Verknüpfung von Wissen, Können und Wollen“ (Kurz, 2008, S. 11) gekennzeichnet und „als Bausteine jener Handlungsfähigkeit anzusehen sind, zu der alle Schulfächer beizutragen haben“ (ebenda, S. 16), gilt es also, sach- und fachgerecht durch Bewegung, Spiel und Sport in Praxis und Theorie bei Kindern und Jugendlichen zu entwickeln.

Jedoch können insbesondere die zahlreichen „übergreifenden Kompetenzerwartungen“ mit hoher Verbindlichkeit in übertriebener Anwendung auch die Gefahr einer Theorieelastigkeit des Sportunterrichts und der Überforderung von Schülern, und damit auch von Lehrkräften, in sich bergen (siehe Kap. 2.3).

Die sportmotorischen Leistungsanforderungen und Inhalte in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen sind dagegen in den meisten Bundesländern gegenüber früheren Lehrplänen merkwürdig unpräzise oder, positiv formuliert, „offen“. Das eröffnet zwar für die Fachkonferenzen eine größere Freiheit bei der Konzeption eines passenden Schullehrplans und schuleigenen Profils und bietet auch der einzelnen Lehrkraft mehr Freiraum in ihrer sportfachlichen Vorgehensweise zur individuellen Sicherstellung der angestrebten Ziele – diese Freiheit bedeutet aber gleichzeitig die Gefahr einer ungenügenden Unterstützung bei Fragen zur Lernprogression bezüglich der Inhalte, Methoden und angemessenen Anforderungen.

So konstatiert auch Kurz (2008, S. 3) zu den neuen Kernlehrplänen, die er als „Ergebniserwartungspläne“ bezeichnet: „Die Wahrnehmung ist durchaus ambivalent: Fachkonferenzen und Lehrkräfte können die neue Freiheit, den erweiterten pädagogischen Spielraum begrüßen, den die Lehrpläne bieten, aber sie können sich von ihnen auch allein gelassen und überfordert fühlen, wenn nicht von anderer Seite Rat und Hilfe geboten werden. Fortbildung und gute, an den neuen Anforderungen orientierte Materialien sind mehr gefragt als je zuvor, aber – wie zu Recht kritisiert wird – bislang eher rar.“

3 Inkrafttreten ab 2011 für die Klassen 5 und 7, ab 2012 für alle übrigen Klassen.

4 Aus dem Vorwort zum Runderlass des Ministeriums für Schule und Weiterbildung (NRW) vom 11.05.2011 unter anderem den Kernlehrplan Sport (Sek. I – Gymnasien) betreffend. Die in den neuen Kernlehrplänen zum Ausdruck kommende Orientierung an Lernergebnissen und weniger an Lerninhalten dient dem bildungspolitischen Anliegen der **Outputsteuerung**, um vergleichbare (wert- und messbare) Bildungsstandards zu erhalten und überprüfen zu können.



Diese Ausführung von Kurz beantwortet auch die Frage, warum hier ein weiteres Turnbuch für die Schulen vorgelegt wird. Es soll die Sportlehrkräfte bei der Unterrichtsplanung und -gestaltung der bedeutenden und vielseitigen Grundsportart Turnen/Gerätturnen bzw. das Bewegungsfeld und den Sportbereich⁵ „Bewegen an Geräten/Turnen“ hilfreich unterstützen, damit sie den Doppelauftrag als Leitidee ihres pädagogischen Handelns, wie er in den Lehrplänen als

Entwicklungsförderung durch Bewegung, Spiel und Sport und Erschließung der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur

postuliert ist, erfolgreich erfüllen können.

Für ein bewegungsaktives Leben über die Schule hinaus

Auch für den gemeinnützigen **Vereinssport** ist aufgrund gesellschaftlicher Entwicklungen eine neue Sichtweise auf seine Bewegungs- und Sportangebote unvermeidlich geworden.

Man braucht sich nur die Auswirkungen von schulischem Ganz- und Langtag, verbunden mit wünschenswerten außerunterrichtlichen Schulsportangeboten, vor Augen zu führen.

Zusätzlich erfordern abnehmende Kinderzahlen und zunehmende Bindungsunlust oder ganz gravierend, die zunehmende Anzahl der Kinder und Jugendlichen mit Förder- und Integrationsbedarf, eine Anpassung und Ausweitung gezielter Bewegungsangebote durch die Turn- und Sportvereine. Sie erscheinen (überlebens-)notwendig zur Erhaltung unseres demokratisch strukturierten, gemeinnützigen Vereinswesens, das vor 200 Jahren mit der Gründung der „Turngesellschaft“ auf der Hasenheide – als freiwilliger Zusammenschluss der Bürger mit gleichen Interessen – seinen Anfang nahm (vgl. Schmidt-Sinns, 2011, S. 281ff.).

Als beispielhaft für viele Maßnahmen der Sportverbände, auch in anderen Bundesländern, kann hier Nordrhein-Westfalen angeführt werden, wo der Landessportbund und seine Fachverbände gemeinsam mit den Schul- und Sportministerien unter dem Motto „NRW bewegt seine Kinder“ ab 2011 ein Netzwerk mit anderen Bildungsträgern zu knüpfen beginnen.

5 „Bewegungsfelder und Sportbereiche“ wurden in den vorigen Sportlehrplänen (NRW) noch als „Inhaltsbereiche“ bezeichnet, in dem aktuellen Grundschullehrplan als „Bereiche und Schwerpunkte“. In anderen Bundesländern bezeichnet man sie auch als „Themenfelder“, (Berlin), „Bewegungsfelder“ (Hamburg), als „Lernbereiche“ (Baden-Württemberg) oder noch ganz traditionell als „Sportarten“ (Rheinland-Pfalz). Auch der turnerische Sportbereich selbst wird unterschiedlich als *Turnen*, als *turnerisches Bewegen*, als *Bewegen an und mit Geräten*, als *Bewegen an und von Geräten*, als *Turnen* und *Bewegungskünste*, wobei Hamburg inhaltlich noch Gymnastik und Klettern hinzuzählt, oder als *Gerätturnen* benannt.



Die Turn- und Sportvereine sollen und wollen als bevorzugte kompetente Bildungspartner für Bewegung, Spiel und Sport mit den kommunalen pädagogischen Bildungs- und Betreuungseinrichtungen Kooperationen eingehen, wobei folgende **Leitziele und Handlungsfelder** von den Verbänden festgelegt wurden (vgl. das am 25.06.2010 verabschiedete Programm „NRW bewegt ...“ auf dem LSB-Forum in Duisburg):

- **Allen Kindern und Jugendlichen vom Kleinkind- und Vorschulalter bis zum Ende der weiterführenden Schulen wird Bewegung, Spiel und Sport in ausreichendem Umfang ermöglicht und damit ein Beitrag zur umfassenden Bildung und Gesundheit von Kindern und Jugendlichen geleistet.**
- **Durch strukturell verankerte Kooperationen von Sportvereinen mit den örtlichen Bildungs- und Betreuungseinrichtungen wird gleichzeitig die Zukunft des gemeinwohlorientierten Kinder- und Jugendsports in den Vereinen gesichert und damit die Zivilgesellschaft gestärkt.**

Neben der Einsicht der Bildungs- und Erziehungsträger, dass die pädagogische Verpflichtung, alle Kinder und Jugendliche zu einem selbstbestimmten, bewegungsaktiven Lebensstil hinzuführen und ihre Gesundheit als Potenzial zu fördern, nur gemeinsam gelöst werden kann, müssen hier insbesondere die Sportverbände und -vereine aktiv werden und diese Aufgabe als originär und zukunftsbedeutend begreifen und schwerpunktmäßig behandeln.

Das bedeutet beispielsweise, neben den sportpolitischen, strukturellen und organisatorischen Kooperationsmaßnahmen, die auf allen Ebenen in die Wege geleitet werden müssen, für die Aus- und Fortbildungsinhalte der dazu benötigten Helfer, Übungsleiter und Trainer eine entsprechende pädagogische und didaktische Ausrichtung ihrer Ausbildungskonzeptionen über die überwiegende sportartspezifische Leistungs- und Wettkampforientierung hinaus.

Mit neuem Schwung

Für den Bereich „Turnen an Geräten“ haben sich Verantwortliche im Deutschen Turnerbund schon früh auf den Weg gemacht und für das breiten- und schulsportliche Turnen neue Konzepte entwickelt. Traditionell leistete das vielfältige und umfassende Kinderturnen, als „Kinderstube des Sports“, schon immer die vielseitige motorische Grundlagenausbildung für eine gesunde physische, geistige und soziale Entwicklung der Kinder.

Mit dem Eltern-Kind-Turnen von 2-4 Jahren, dem Kleinkinderturnen von 4-6 Jahren und dem Kinderturnen von 6-10 Jahren finden wir in allen Turnabteilungen die wertvollen kindgemäßen und spielerischen Bewegungsangebote überwiegend ohne frühzeitige Spezialisierungstendenzen.



Ein weiterer Baustein wurde in den 80er- und 90er-Jahren des 20. Jahrhunderts unter der Leitung des Autors von einer DTB-Expertengruppe mit dem „**freien Turnen**“ (an Geräten) entwickelt.

Die zunehmende Unbeliebtheit des traditionellen, genormten Gerätturnens – insbesondere bei den Jugendlichen – ließ und lässt neben dem sportlichen Standbein des „wett-kampforientierten“, formgebundenen Gerät- und Kunstturnens ein alternatives Spielbein, mit einem für alle zugänglichen, offenen, integrativen Turnkonzept unerlässlich erscheinen (siehe Kap. 2.4).

Die Kernsportart Gerätturnen erfährt damit in Schule und Verein heute eine Öffnung hin zu einem Bewegungsfeld, das über das Bewegen an tradierten Turngeräten mit vorgeschriebenen Ausführungsnormen und Inhalten hinausreicht.

So kommt auch der Deutsche Sportbund in seiner *SPRINT-Studie*, die unter anderem die Schulsportlehrpläne untersucht, zu dem Ergebnis:

„In dieser erweiterten bewegungskulturellen Interpretation des Unterrichtsfachs ‚Sport‘ werden Bewegungsaktivitäten, wie z. B. dem freien Turnen nicht von vornherein geringere Bildungspotenziale beigemessen als z. B. dem formgebundenen Turnen“ (DSB, 2006, S. 49).

Im vorliegenden Fachbuch werden also im Sinne dieser erweiterten Interpretation die Inhalte für ein attraktives, schul- und Breitensportgemäßes Turnen behandelt, die, an unterschiedliche Zielgruppen orientiert, vielfältig methodisch aufbereitet werden und zum großen Teil dem freien Turnen zuzuordnen sind.

Anhand von alternativen Turnformen bieten hier – lernprogressiv aufgebaut – die grundlegenden turnerischen Bewegungstätigkeiten zur Turnfähigkeit und die einführenden Schlüssel- und Basiselemente zur Turnfertigkeit das notwendige Fundament für die unterschiedlichen Ausprägungen des Turnens (Kap. 4). Die Erläuterung der notwendigen Helfer- und Sicherheitsmaßnahmen ist dabei von herausragender Bedeutung (Kap. 3, 4, 5).

Die spannenden Praxisbeispiele (Stundenbilder, Unterrichtsvorhaben, Projekte) zeigen kind- und jugendgemäß überwiegend diejenigen gestalteten und wagenden Aktionen und Bewegungskünste auf, die Schüler zum Turnen besonders erfolgreich motivieren können (Kap. 5).

Durch die zahlreichen Abbildungen anschaulich unterstützt, sollen die methodischen Tipps und Hilfen die Unterrichtsvorbereitung und -durchführung, gemäß den aktuellen und zukünftigen Qualitätsanforderungen für die Lehrkräfte und Übungsleiter, erleichtern.

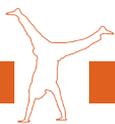


Damit liefert das Buch auch Impulse und Hinweise für die Aus-, Fort- und Weiterbildungen im Turnen.

Die Vorschläge und Anregungen sind nicht als streng einzuhaltende, rezeptartige Anweisungen zu betrachten – die Sicherheitsvorgaben allerdings sollten beachtet werden.

Wenn das Buch dazu beitragen kann, dass wieder vermehrt balanciert, gesprungen, geschwungen, geflogen wird und die Bewegungskunststücke und -wagnisse des Turnens sicher und mit Freude vermittelt und ausgeübt werden, dann hat es seinen Zweck erfüllt.





2 Turnen für alle – aber mit welchen Inhalten und Methoden, in welchen Formen und mit welchen Zielen?

„Der Körper, dieser Kopf-Rumpf-zwei Arme-zwei-Beine-Körper – was für ein verlässlicher Geselle war er doch gewesen. Er ging und stand und lief, er schwang sich über Barren und Reck, kopfüber, kopfunter.“

(die Dichterin Vilma Sturm in Erinnerung an ihre Jugend)

Vor allem für Kinder und Jugendliche muss die Bewegung als ein menschliches Grundbedürfnis durch genügende Bewegungszeit und ausreichenden Bewegungsraum gewährleistet werden.

Im freiwilligen Kinderturnen der Turn- und Sportvereine, bei dem viele, und im verpflichtenden Schulturnen, bei dem alle Kinder und Jugendlichen mit dem Turnen an Geräten mehr oder weniger intensiv in Berührung kommen, werden die Grundlagen dafür gelegt, ob das Turnen als spannend, attraktiv (oder zumindest als angstfreie Herausforderung) erlebt wird oder als quälende, ungeliebte, körperlichen und seelischen Schmerz bereitende Angelegenheit, die es möglichst zu umgehen gilt. Ebenso haben die spielerischen Bewegungsangebote anderer pädagogischer Einrichtungen (wie z. B. in Kindertagesstätten und Kindergärten), in der immer mehr Klein- und Vorschulkinder betreut werden und in denen die vielseitige Bewegung für eine kindgemäße körperliche (und damit gleichzeitig auch geistige und soziale) Entwicklung Sorge trägt, großen Einfluss, wie „Turnen“ erlebt wird.



Abb. 1: Kinder beim Turnen auf dem Spielplatz



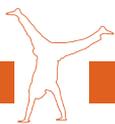
Viele Beobachtungen und Untersuchungen frei spielender Kinder zeigen auf, dass die turnerischen Grundtätigkeiten Klettern, Balancieren, Springen, Schwingen auf, an und um (Alltags-)Geräte eine dauernde Herausforderung für gesunde Kinder bedeuten, deren Bewältigung ihnen ursprünglich Freude bereitet. Der Biologe Konrad Lorenz (1983, S. 147ff.) führt zu solcher „Funktionslust“ aus: „Jede gut gekonnte Bewegung macht für sich selbst Spaß“ – Und aus diesem Grund ist es in erster Linie die Aufgabe der (Sport-)Pädagogen, diese Bewegungsfreude mit allen zur Verfügung stehenden Mitteln zu erhalten und das motorische Können kindgerecht zu entwickeln.

Ebenso bevorzugt heute ein großer Teil von überwiegend männlichen Jugendlichen in ihren Freizeitaktivitäten, neben den Ballspielen, Trendsportarten, in denen Risiko, Virtuosität, Artistik mit akrobatischen Drehungen um alle Körperachsen eine herausragende Rolle spielen, wie z. B. beim Skating, Boarding, Breakdance, Freerunning, Tricking, Slacklining, und das überwiegend outdoor und außerinstitutionell.



Abb. 2: Aerial (freier Überschlag seitwärts) beim Freerunning

Bei solcher Faszination, die „turnerische“ Geschicklichkeits- oder Wagnisaktionen auslösen, muss man sich fragen, was stimmt an den Sportlehrplänen nicht, oder was machen die danach handelnden Sportlehrkräfte im verbindlichen Schulsport falsch, dass solche positiven Erfahrungen nicht von allen oder zumindest von vielen geteilt werden, sondern gegenteilig, dass das Turnen von so vielen Schülern als beängstigend, gefährlich oder unattraktiv erfahren wird. Und, was machen die Turnverbände bzw. Turnvereine falsch,



dass sich nach einem gut frequentierten Kinderturnen die Jugendlichen in erschreckend hoher Zahl vom Turnen abwenden und im besten Fall anderen Sportarten zuwenden?⁶

Oder, positiv ausgedrückt, mit welchen Inhalten, Methoden und Formen können wir unter den jetzigen Rahmenbedingungen in Gesellschaft und Schule den Turnunterricht so gestalten, dass er als Teil einer wertvollen und spannenden Bewegungswelt wieder von den Kindern und Jugendlichen wahrgenommen und angenommen wird?

Dazu sind folgende negative Entwicklungen, die auch den Gesamtsport betreffen, zu berücksichtigen, präventiv zu verhindern oder zu korrigieren:

- die Zunahme von konditionell und koordinativ schwachen Kindern und Jugendlichen mit ungünstigem Last-Kraft-Verhältnis oder mit krankheitsbedingten Einschränkungen;
- das veränderte, zunehmend sitzende Freizeitverhalten sowie die verstärkt auftretenden Disziplin- und Konzentrationsschwierigkeiten;
- die Einengung von Spiel- und Bewegungsraum, besonders in den Städten;
- die Vernachlässigung von Sportstätten und ihrer Ausstattung, die Streichung von Sportfördermitteln und Erhebung von Hallennutzungsgebühren, begründet mit der Finanznot der Städte und Kommunen;
- die großen Klassen in den Schulen⁷ und die Verkürzung der Gymnasialzeit (G8), der Einsatz von fachfremd Unterrichtenden in den Grundschulen und der Stundenausfall in allen Schulformen, die permanente Ausweitung der Sportarten und die zunehmende Stofffülle, der steigende Theorieanteil zur Wissensvermittlung im Sportunterricht auf Kosten der Bewegungszeit.

Zusätzlich bedeutet eine noch weiter verstärkte Heterogenität der Lerngruppen, wie sie die politisch gewollte Einführung eines **inklusiven Schulsystems**⁸ mit sich bringen wird, neben der schon jetzt als selbstverständlich vorausgesetzten **Integration**, nicht nur eine Bereicherung, wie die Befürworter einer generellen, uneingeschränkten Inklusion behaupten.

6 Aus der Mitgliederstruktur des Deutschen Turner-Bundes (Amtliches Jahrbuch, 2007) lässt sich entnehmen: Bei einer Gesamtmitgliederzahl von über fünf Millionen beträgt die Zahl der turnenden Kinder ca. 1,7 Millionen (34 %) und der Jugendlichen 280.489 (5,5 %). Dabei ist aber zu berücksichtigen, dass der Bereich Kinder mehr Jahrgangsstufen umfasst.

7 So gehen schon jetzt die Finanzministerien davon aus, dass als „Demografiegewinn“ mit dem Abbau von Lehrerstellen größere Einsparungen möglich sind (in NRW bis 2020 ca. 650 Millionen Euro. Quelle: Kölner Stadtanzeiger, 2012); die dringend notwendige Verkleinerung der Schulklassen und die notwendige generelle Doppelbesetzung mit Lehrkräften für Inklusionsklassen bleibt damit weiterhin ein Wunschdenken.

8 Vgl. das neunte Schulrechtsänderungsgesetz des Landes Nordrhein-Westfalen, in dem Schülern mit einem Bedarf an sonderpädagogischer Unterstützung grundsätzlich immer ein Platz an einer allgemeinbildenden Schule angeboten werden muss, einhergehend mit einer Festlegung von Mindestgrößen der Förderschulen.



Übergroße Verschiedenheiten und besonderer Förderbedarf werfen auch zusätzliche Probleme auf⁹, insbesondere dann, wenn sie mit unzureichenden flankierenden Maßnahmen und gleichzeitig mit einem „umfassenden System der Standardsetzung und Standardüberprüfung“ einhergehen (vgl. auch das Vorwort des neuen Kernlehrplans Sport für das Gymnasium – Sekundarstufe I in Nordrhein-Westfalen, die Beiträge des Themenhefts zur Inklusion, *sportunterricht*, 6/2012 und Praxisbeispiel Kap. 5.5).

So findet sich beispielsweise in einem aktuellen Heft der Unfallkasse NRW, *Fachfremd Sport unterrichten in der Grundschule/Beispiele für Unterrichtsvorhaben im Bereich Bewegen an Geräten – Turnen*, unter Kap. 2.3 „Aspekte eines inklusiven Sportunterrichts“ Folgendes:

„Für die Unterrichtsgestaltung bedeutet das, dass alle Kompetenzerwartungen in der Grundschule unter Berücksichtigung des Inklusionsanspruchs akzentuiert umgesetzt werden. Für jede Schülerin und jeden Schüler gibt es differenzierte Lernaufgaben, die den individuellen Entwicklungsstand in der Lerngruppe berücksichtigen.“

In den praktischen Beispielen (Unterrichtsvorhaben) werden dann allerdings über die üblichen differenzierenden Turnaufgaben hinaus keinerlei Hinweise zur Inklusion geliefert.

Inklusionsklassen erfordern zwingend und generell bedeutend kleinere Klassenstärken und den permanenten Einsatz einer zweiten, speziell dafür ausgebildeten (Sport-)Lehrkraft, um die entsprechende Sicherheit und die gewünschte Förderung für alle gleichermaßen gewährleisten zu können.

Es wird also zukünftig eher komplizierter für die ehrenamtlich oder beruflich tätigen Sportpädagogen, unter diesen Bedingungen ihre selbst gesteckten Ziele, die von außen festgelegten Erziehungs- und Bildungsvorgaben und die Wünsche und Bedürfnisse der Kinder und Jugendlichen erfüllen zu können.

Aber ebenso, wie es die Gesellschaft nicht zulassen kann, dass *funktionale Analphabeten*¹⁰ die Schule verlassen, gilt das gleichermaßen für „motorische Analphabeten“, die aufgrund fehlender motorischer Fähigkeiten und Fertigkeiten beispielsweise nicht sicher schwimmen, geschickt rückwärts laufen oder über einen schmalen Steg balancieren können.

9 Auch Kurz und Fritz können sich bei der Heterogenität der Leistungsvoraussetzungen, die sich schon im fünften Schuljahr fast in jeder Schulklasse findet, kaum vorstellen, wie ein Unterricht im Klassenverband allen gerecht werden kann (vgl. Kurz & Fritz (2008, S. 22) (pub.uni-bielefeld.de/publication/2507834).

10 *Funktionaler Analphabetismus* bedeutet eine stark begrenzte Lese- und Schreibkompetenz, die nach jüngsten Untersuchungen (2011) bei einem Bevölkerungsanteil von 14,5 % vorliegt.



SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Alternatives Turnen in Schule & Verein

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de

