

SCHOOL-SCOUT.DE



Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Sport fachfremd unterrichten - Die Praxis 1/2

Das komplette Material finden Sie hier:

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





Inhaltsverzeichnis

Vorwort	4
1. Einführung – Grundlagen des Sportunterrichts im 1. und 2. Schuljahr	5
1.1 Didaktische Grundlagen	5
1.2 Bewegungspädagogische Grundlagen	5
1.3 Inhalte des Sportunterrichts	8
1.4 Besonderheiten des Unterrichts im 1. Schuljahr	8
2. Die ersten Wochen	9
2.1 Stundenbeispiele zur Orientierung in der Halle, zum Umgang mit Geräten und zur Einführung von Regeln und Ritualen	9
3. Unterrichtsstunden zu den verschiedenen Bewegungsfeldern	18
3.1 Bewegungsfeld „Spielen“	18
3.2 Bewegungsfeld „Turnen an Geräten und Bewegungskünste“	34
3.3 Bewegungsfeld „Bewegen mit und ohne Gerät gymnastisch, rhythmisch, tänzerisch gestalten“	51
3.4 Bewegungsfeld „Laufen, Springen, Werfen“	71
3.5 Bewegungsfeld „Rollen, Fahren, Gleiten“	83
4. Unterrichten in Werkstätten	89
Literaturverzeichnis	96



Vorwort

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

dieses Buch ist Teil eines dreiteiligen Werkes, bestehend aus einem praxisorientierten Grundlagenwerk (Sport fachfremd unterrichten: Praxiswissen 1.–4. Klasse) und zwei Praxisbänden mit Stundenbeispielen für die 1./2. Klasse und die 3./4. Klasse.

Bereits im Grundlagenband haben wir darauf hingewiesen, dass Sportunterricht sicher zu den am schwierigsten fachfremd zu unterrichtenden Fächern in der Grundschule gehört. Nur aufgrund angelesenen Wissens halten wir es normalerweise für nicht möglich, das Fach Sport kompetent und pädagogisch sinnvoll zu unterrichten. Uns ist jedoch bewusst, dass aufgrund des verbreiteten Klassenlehrerprinzips und fehlender fachausgebildeter Lehrer¹ an vielen Grundschulen auch Sportunterricht fachfremd unterrichtet wird. Neben Vorbereitungen – beispielsweise anhand dieser Praxisvorschläge und Unterrichtsideen – halten wir es für zwingend notwendig, dass Lehrer an praktischen Fortbildungen teilnehmen. Ergänzend zu diesem Band sollte auf jeden Fall das Grundlagenbuch (Praxiswissen 1.–4. Klasse) gelesen werden, in dem wir neben bewegungspädagogischen und didaktischen Grundlagen des Fachs auf viele Aspekte der Planung von Sportunterricht eingehen. Wir verweisen u. a. auf die Beschreibung der Inhaltsfelder mit einem Überblick über mögliche Themen, Überlegungen zur methodischen Gestaltung des Unterrichts in verschiedenen Phasen, Besonderheiten des Fachs vor allem im Zusammenhang mit der zur Verfügung stehenden Zeit (z. B. Umziehen oder Auf- und Abbau von Geräten), die Bewertung von Leistungen sowie auf Sicherheitshinweise. Weiterhin finden sich im Grundlagenwerk auch exemplarische Stundenbilder für Einzel- und Doppelstunden, in denen die Umsetzung didaktischer Grundlagen verdeutlicht wird.

Heike Beckmann und Andrea Probst



Um eine bessere Orientierung zu gewährleisten, werden Spiele und Bewegungsideen innerhalb der Einheiten dieses Buches mit diesem Symbol dargestellt.

¹ Aufgrund der besseren Lesbarkeit ist in diesem Buch mit Lehrer auch immer Lehrerin gemeint, ebenso verhält es sich mit Schüler und Schülerin etc.



1. Einführung – Grundlagen des Sportunterrichts im 1. und 2. Schuljahr

In dieser Einführung werden einige kurze theoretische Erläuterungen zu den besonderen Bildungsmöglichkeiten des Sport- oder Bewegungsunterrichts dargestellt und bewegungspädagogische Grundlagen knapp skizziert. Es folgt ein knapper Überblick über die Inhalte des Unterrichts. Die spezifischen Erfahrungsmöglichkeiten und mögliche Themen werden jeweils vor den Unterrichtsbeispielen des Bewegungsfeldes beschrieben. Schließlich sollen Besonderheiten des Sportunterrichts im 1. Schuljahr, insbesondere für die ersten Wochen, beschrieben werden, zu denen später auch konkrete Stundenplanungen aufgezeigt werden.

1.1 Didaktische Grundlagen

Der Sportunterricht soll als einziges Bewegungsfach mit seinen Themen und Inhalten einen spezifischen Beitrag zum Bildungsauftrag von Schule liefern. Doch worin besteht dieser Beitrag? Bei aller fachdidaktischer Differenz gibt es einen verbreiteten Konsens darüber, dass Sportunterricht mehr anstreben soll, als nur den außerschulischen Wettkampfsport in didaktisch reduzierter Form abzubilden. In der Grundschule muss er aber auch mehr sein als freies Spielen und Toben. Durch den Sportunterricht wird natürlich vorrangig eine Bewegungsbildung angestrebt, gleichzeitig sollen Bewegung, Spiel und Sport jedoch auch die Persönlichkeitsentwicklung der Kinder unterstützen. Gekennzeichnet wird dies mit dem sogenannten Doppelauftrag des Sportunterrichts, d.h. einer Erziehung *zu* und einer Erziehung *durch* Bewegung und Sport. Die Themen des Unterrichts werden inzwischen verbreitet nicht mehr aus Sportarten generiert, sondern aus *Bewegungsfeldern*, in denen eine bestimmte Art und Weise der bewegungsbezogenen Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper, mit Materialien und Geräten, mit spezifischen Umgebungsbedingungen oder mit anderen Menschen im Mit-

telpunkt steht. Obwohl die Bezeichnungen in den einzelnen Bundesländern Unterschiede aufweisen, sind deutliche Gemeinsamkeiten erkennbar. Wir haben für dieses Buch die folgenden Bezeichnungen für sieben Bewegungsfelder gewählt:

- Spielen,
- Turnen an Geräten und Bewegungskünste,
- Bewegung mit und ohne Gerät gymnastisch, rhythmisch, tänzerisch gestalten,
- Laufen, Springen, Werfen,
- Fahren, Rollen, Gleiten,
- Miteinander und gegeneinander kämpfen,
- Bewegen im Wasser.

Die inhaltliche Ausrichtung an Bewegungsfeldern macht deutlich, dass die Vielfältigkeit von Bewegungsmöglichkeiten herausgestellt werden soll, die zwar Sportarten einschließt, aber auch darüber hinausgeht. Auf das Bewegungsfeld „*Bewegen im Wasser*“ werden wir in diesem Buch nicht eingehen, da zum Unterrichten in diesem Bereich eine spezifische Qualifikation erforderlich ist, über die fachfremd unterrichtende Lehrkräfte in der Regel nicht verfügen. Auch für das Bewegungsfeld „*Miteinander und gegeneinander kämpfen*“ beschreiben wir in diesem Buch keine Stundenbeispiele, da wir das Thema zwar zumindest für die 2. Klasse durchaus auch schon für geeignet erachten, es allerdings schwerpunktmäßig eher im 3. und 4. Schuljahr sehen.

1.2 Bewegungspädagogische Grundlagen

Sportunterricht in der Grundschule basiert auf psychomotorischen Grundideen, einem erfahrungsorientierten und dialogischen Bewegungslernverständnis und verfolgt als wichtige überfachliche Aufgabe auch eine Gesundheitsförderung.



Die Psychomotorik als grundlegendes Konzept

Bewegung ist Ausdruck kindlicher Lebensfreude und hat einen bedeutsamen Einfluss auf die kindliche Entwicklung. Kinder bewegen sich aus einem natürlichen, physiologisch erklärbaren Bewegungsdrang heraus, durch den insbesondere die körperliche und motorische Entwicklung, aber auch weitere Entwicklungsbereiche gesichert werden. Menschliches Bewegen lässt sich nicht auf die rein äußerlich sichtbaren Bewegungsabläufe beschränken, sondern hat eine ganzheitliche Bedeutung. Nur der sich bewegende Mensch selbst weiß, ob ein wildes Herumspringen Ausdruck von Freude oder von Wut ist. Allenfalls ist dies aus der Gesamtsituation heraus auch von außen erkennbar. Der Zusammenhang zwischen Körper und Bewegung, Geist und Seele wird in den verschiedenen psychomotorischen Ansätzen herausgestellt, die alle davon ausgehen, dass die menschliche Bewegung das Medium für körperlich-motorische, materiale und soziale Erfahrungen ist. Somit kann über Bewegung die Persönlichkeitsentwicklung des Kindes entscheidend unterstützt werden. Durch körperlich-motorische Erfahrungen werden die Wahrnehmungsfähigkeit, Bewegungserfahrungen und motorische Grundlagen verbessert. Diese Prozesse sind häufig mit materialen Erfahrungen verknüpft. Im Bereich der sozialen Erfahrungen bieten Bewegung und Sport ideale Möglichkeiten für soziales Lernen, weil „die sozialen Basisprozesse der Kooperation und Konkurrenz“ (Vogel/Kleindienst-Cachay 2009, S. 102) überall gegenwärtig sind. Damit diese Möglichkeiten ausgeschöpft werden können, wird in der Psychomotorik auf Methoden zurückgegriffen, die zwar strukturieren, aber nicht anleiten, sondern anbieten. Es wird versucht, Kindern einen vielfältigen und gestaltungsreichen Bewegungsraum anzubieten, den sie in freier, gleichwohl zielorientierter Auseinandersetzung erproben. Dadurch erweitern sie im Laufe der Zeit nicht nur ihr Bewegungsrepertoire, sondern erfahren Selbstwirksamkeit, die zur Stärkung eines positiven Selbstkonzepts beitragen kann. Anders als in speziellen psychomotorischen Fördergruppen stehen in der Schule immer auch konkrete motorische und soziale Ziele im Vordergrund.

Bewegung als Dialog und Bewegungslernen als Erfahrungslernen

Menschliches Bewegen wird in der Sportwissenschaft im Rahmen verschiedener theoretischer Ansätze mit der Metapher *Dialog* gekennzeichnet. Gemeint ist damit, dass der Mensch über Bewegung in eine Beziehung zu seiner materiellen und sozialen Umwelt tritt und dass Bewegung immer an eine konkrete Situation gebunden ist, in der der Mensch handelt bzw. auf die er sich mit seiner Bewegung einstellt. Vor dem Hintergrund dieser Dialogtheorie sind Bewegungslernprozesse als eine Suche nach optimalen Lösungen für eine Bewegungsaufgabe oder ein Bewegungsproblem zu verstehen. Diese Suche gilt es im Sportunterricht zu fördern und zu fordern. Das heißt, dass Aufgaben gestellt werden sollten, die jedes Kind für sich durch Erproben zu lösen versucht. Lösungen sollten also nicht vorgegeben werden. Im Verlauf des Unterrichts können auf der Grundlage der Wahrnehmungen und Erfahrungen Bewegungslösungen auch kognitiv reflektiert werden. Solche Reflexionsprozesse sind notwendig, um damit die Sinnhaftigkeit oder die Notwendigkeit zur Veränderung in weiteren Versuchen zu erkennen. Immer ist dabei zu sehen, dass optimale Lösungen von den Fähigkeiten des Individuums abhängen und individuell sind. Das angedeutete dialogische Bewegungsverständnis und das sich daran anschließende erfahrungsorientierte Lernverständnis können nach Giese (2013, S. 234 ff.) methodisch über verschiedene Prinzipien im Unterricht umgesetzt werden, von denen hier drei kurz erläutert werden sollen.

① Aufgabenorientierung:

Das heißt, es werden Aufgaben gestellt, die prinzipiell offen für verschiedene Lösungen sind und nicht nur das Nachbilden einer Bewegung anstreben.

② Initiierung von Reflexionsleistungen:

Diese können besonders anschaulich über Kontrastaufgaben vorbereitet werden. Z. B. kann beim elementaren Thema „*Weitwerfen*“ ein Wurf aus einer frontalen Position und aus einer seitlichen Position heraus ausgeführt werden. In der Reflexion geht es dann um die Frage, welche Position für weites Werfen die bessere Ausgangsposition bietet.



③ Transparentes Handlungsziel:

Das bedeutet, bei der individuellen Lösungssuche müssen die gefundenen Lösungen immer wieder mit der Aufgabe abgeglichen werden, damit Vielfalt nicht mit „anything goes“ verwechselt wird.

Gesundheitsförderung im Sinn von Empowerment

Dem Sportunterricht wird traditionell eine besondere Rolle bei der Vermittlung einer gesunden Lebensweise und damit eine besondere Aufgabe bei der Gesundheitsförderung zugewiesen, weil das Fach Sport das einzige körper- und bewegungsbezogene Unterrichtsfach ist. Gesundheitsförderung in der Schule orientiert sich vielfach am Salutogenese-Modell, bei dem die Entwicklung von Gesundheit durch die Stärkung von Schutzfaktoren im Mittelpunkt steht. Ausgehend von einem ganzheitlichen Gesundheitsverständnis geht es um körperliche, soziale und psychische Schutzfaktoren. Bewegung hat dabei natürlich eine große Bedeutung für die Stärkung der körperlichen Ressourcen, insbesondere von Ausdauer- und Kraftfähigkeiten. Daneben können auch andere von der gesundheitswissenschaftlichen Forschung als bedeutsam erkannte Faktoren beeinflusst werden. Gemeint sind zum einen „die Gewissheit, dass das eigene Leben und das jeweilige eigene Tun sinnvoll sind, zum anderen ein intaktes positives Selbstwertgefühl“ (Brodtmann 2009, S. 716). Für beide Aspekte bieten Bewegung und Sport vielfältige Möglichkeiten. Das Bewältigen von Bewegungsaufgaben bereitet Freude und macht stolz. Sportliche Leistungen und deren Anerkennung können außerdem schon von Kindern unmittelbar auf die eigene Person zurückgeführt werden. Andererseits ist im Unterricht darauf zu achten, dass Kinder nicht aufgrund geringerer Leistungsfähigkeit ausgegrenzt werden. Daher ist gemeinsames Handeln wichtiger als wettkampfmäßiges Gegeneinanderhandeln und Differenzierung ist aus dieser Begründung heraus ein immer zu bedenkender Aspekt.

Um sinnvolles Handeln zu ermöglichen, ist es wichtig, die Kinder selbstbestimmt handeln zu lassen. Bezogen beispielsweise auf die o.g. motorischen Fähigkeiten geht es daher nicht

um ein angeleitetes Training der Kraft- oder Ausdauerfähigkeiten wie man es aus dem Verein oder dem Fitnessstudio kennt. Kindern sollten vielmehr kraft- und ausdauerbeanspruchende Bewegungssituationen eröffnet werden, in denen sie ihre Bewegung als sinnvoll und spannend erleben. Zusätzlich sollte die Möglichkeit bestehen, diese Situationen selbstbestimmt verändern (anstrengender, leichter, interessanter) und an die eigenen Bedürfnisse anpassen zu können. Um Anstrengung einschätzen zu können, ist beispielsweise das Bewusstmachen körperlicher Reaktionen (Herzschlag, Schwitzen) wichtig. Das, was im schulischen Rahmen gemacht werden kann, kann daher mit dem Begriff „Empowerment“ gefasst werden. Damit ist gemeint, dass die Schüler beispielsweise beim ausdauernden Laufen ihre eigene Belastung einschätzen können und sich über Steigerungsmöglichkeiten (z. B. länger ohne Pause laufen können) bewusst sind. In der Schule geht es im Zusammenhang mit der Förderung der motorischen Fähigkeiten (Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit, Koordination) nie um „Training“, sondern um das Unterstützen der reifungs- und wachstumsbedingten normalen motorischen Entwicklung, das Vermitteln von Freude an intensivem, d. h. konditionell oder koordinativ anspruchsvollem Bewegen durch abwechslungsreiche und vielfältige Bewegungssituationen und langfristig um die Befähigung zur Einschätzung, Einordnung oder selbstständigen Gestaltung spezifischer Beanspruchungen. Kindgerechte Inhalte zur Förderung der motorischen Fähigkeiten sind beispielsweise:

Kraft: Bewegen an Großgeräten, Klettern, Hangeln, Stützen, Springen auf und über Geräte etc.

Ausdauer und Schnelligkeit: alle Arten von Lauf-, Fang- und Ballspielen, Laufen über Hindernisbahnen, Seilspringen, Inlineskaten, Schwimmen etc.

Beweglichkeit: Turnen, Klettern, Durchwinden von Reifen, Tunnels etc.

Koordination: Bewegen mit Bällen, Reifen, Seilen, auf Pedalos und Rollern etc.



Koordination wird letztlich bei jeglicher Bewegungsform gefordert und damit auch gefördert!

1.3 Inhalte des Sportunterrichts

Wie bereits einführend beschrieben, werden die Inhalte des Sportunterrichts in Bewegungsfelder eingeteilt, mit denen die Vielfalt der menschlichen Bewegungsmöglichkeiten umrissen werden kann. Anhand dieser Festlegung lässt sich ersehen, dass es im Sportunterricht der Grundschule nicht zuerst um die Vermittlung bestimmter Sportarten und entsprechender sportlicher Fertigkeiten, sondern um die Entwicklung grundlegender Bewegungsfertigkeiten geht. Die Kernideen bzw. Themen der fünf Bewegungsfelder werden

jeweils vor den beschriebenen Stundenbeispielen dargestellt.

1.4 Besonderheiten des Unterrichts im 1. Schuljahr

Im Zentrum des Unterrichts im ersten Schuljahr steht ein freies Bewegen, bei dem es kein „richtig“ und „falsch“ gibt. „Auf diese Weise können Kinder, bevor sie sich mit Sport auseinandersetzen und ihre eigene Beziehung zur Bewegungskultur entwickeln, die unterschiedlichen Bedeutungen von Bewegung erfahren, um auf dieser Grundlage ein eigenes Bewegungsleben zu entfalten“ (Laging 1995, S. 133). Bei der Unterrichtsgestaltung sollte die Subjektivität der Kinder durch differenzierende Maßnahmen beachtet werden und Lernen durch Erfahrung und weniger durch Belehrung ermöglicht werden.



2. Die ersten Wochen

2.1 Stundenbeispiele zur Orientierung in der Halle, zum Umgang mit Geräten und zur Einführung von Regeln und Ritualen

Insbesondere der Zeitraum vom Schulanfang bis zu den Herbstferien stellt an Lehrer eines ersten Schuljahres besondere Anforderungen. Für die Erstklässler ist alles neu: die Umgebung, die Mitschüler, die Lehrer, das gegenseitige Miteinander und natürlich auch die Turnhalle mit ihren vielfältigen Geräten. Manche Kinder bringen schon Erfahrungen aus dem Vereinssport mit, andere betreten vielleicht das erste Mal eine Turnhalle. Die ersten Stunden werden weniger durch thematische Aspekte geprägt sein, sondern durch das Kennenlernen bestimmter Rituale, Organisationsformen und Umgangsregeln in der Sporthalle, der Räumlichkeiten, der Klein- und Großgeräte inklusive des Transportierens und des Auf- und Abbauens der Geräte.

Was der Lehrer beachten sollte

In einer Turnhalle ist es wesentlich schwieriger einen Ordnungsrahmen zu finden als in einem Klassenraum. Deshalb ist es von Anfang an wichtig, klare Regeln und Rituale zu vereinbaren, an die sich die Kinder halten müssen. Diese Regeln sollten sich auf den allgemeinen Ordnungsrahmen, den Umgang mit Geräten und Materialien und den Umgang miteinander beziehen. Nur innerhalb eines solchen Rahmens ist dann eine zunehmende Öffnung des Unterrichts möglich.

Sitzkreis

Der Sitzkreis ist ein wichtiger Ordnungsrahmen im Sportunterricht. Im Sitzkreis finden wichtige Rituale wie Begrüßung und Abschluss statt und vor allem ist der Sitzkreis die Organisationsform, in der viele Dinge gemeinsam besprochen werden. Es ist hilfreich für den Lehrer, wenn er sich an einer Kreislinie im Raum orientiert, z. B. dem Mittelkreis des Handball- oder Basketballfeldes. Der Lehrer sollte darauf achten, dass die Kinder im Sitzkreis aufmerksam sind und auch wirklich sitzen und nicht liegen, miteinander kuscheln o. ä.

Namen kennenlernen

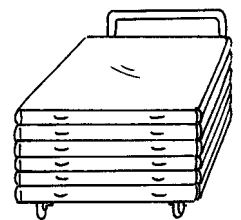
Ganz besonders im Sportunterricht ist es wichtig, dass man möglichst schnell die Namen der Kinder kennt. In der Sporthalle herrscht häufig eine betriebsame, laute Atmosphäre, insbesondere, wenn die Kinder selbstständig an Stationen oder in Kleingruppen arbeiten. Dazu kommt eine schlechte Akustik in den Hallen. Als Lehrer muss man oft über eine große Distanz Kinder zur Ordnung rufen. Dabei sind die Kinder in ihrem bewegten Tun oft so „versunken“, dass sie nur reagieren, wenn man sie direkt mit Namen anspricht. Zum schnellen Lernen der Namen empfiehlt sich, in der ersten Stunde Fotos zu machen, anhand derer man die Namen der Kinder lernt.

Schmuck

Die Kinder dürfen aus Sicherheitsgründen in der Sportstunde keinen Schmuck tragen (als Lehrer sollte man hier mit gutem Beispiel vorangehen). Es empfiehlt sich, eine Art „Schatzkästchen“ zu haben. Hier hinein wird vor der Sportstunde aller Schmuck gelegt. Dieses Kästchen kann eine einfache Pappschachtel sein, z. B. eine Geschenkbox, die immer an einem bestimmten Platz abgestellt wird. Dort finden die Kinder ihre Sachen wieder.

Der Mattenwagen

Der Mattenwagen übt auf Kinder eine große Faszination aus. Sie möchten darauf sitzen und sich fahren lassen. Dies ist aus Sicherheitsaspekten jedoch verboten, denn ein beladener Mattenwagen ist sehr schwer und das Überrollen eines Fußes beispielsweise kann zu erheblichen Verletzungen führen. Der Lehrer sollte deshalb streng darauf achten, dass der Mattenwagen nicht als Transportfahrzeug missbraucht wird. Auch auf das ordentliche Stapeln der Turnmatten ist zu achten. Häufig passiert es, dass beim Beladen die Matten wild übereinandergestapelt werden und das Ganze dann instabil wird und unter Umständen nicht mehr richtig in den Geräteraum passt. Daher von Anfang an darauf



SCHOOL-SCOUT.DE



Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Sport fachfremd unterrichten - Die Praxis 1/2

Das komplette Material finden Sie hier:

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

