

Sport fachfremd unterrichten

**Sportstunden planen,
organisieren und durchführen**



- **Methodische Übungsreihen und Differenzierung**
- **Aufsichts- und Fürsorgepflicht**
- **Hilfeleistung und Sicherheitsstellung**
- **10 komplette Stundenbilder**



Lernen mit Erfolg

KOHL VERLAG

Sport fachfremd unterrichten / Grundschule

Sportstunden planen, organisieren und durchführen

2. Digitalauflage 2016

© Kohl-Verlag, Kerpen 2011
Alle Rechte vorbehalten.

Inhalt: Rudi Lütgeharm
Zeichnungen: Scott Krausen
Coverbild & Illustrationen: Fotolia.de

(Bildautoren: Alex, Stefan Franz, Xuejun li, Jose Manuel Gelpi, Sebastian Kiss, lichtbildmaster, Maria.P., vansuydam)

Grafik & Satz: Kohl-Verlag

Bestell-Nr. P11 162

ISBN: 978-3-95513-594-2

www.kohlverlag.de

© Kohl-Verlag, Kerpen 2016. Alle Rechte vorbehalten.

Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt und unterliegen dem deutschen Urheberrecht. Jede Nutzung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages (§ 52 a Urhg). Weder das Werk als Ganzes noch seine Teile dürfen ohne Einwilligung des Verlages eingescannt, an Dritte weitergeleitet, in ein Netzwerk wie Internet oder Intranet eingestellt oder öffentlich zugänglich gemacht werden. Dies gilt auch bei einer entsprechenden Nutzung in Schulen, Hochschulen, Universitäten, Seminaren und sonstigen Einrichtungen für Lehr- und Unterrichtszwecke.

Der Erwerber dieses Werkes in PDF-Format ist berechtigt, das Werk als Ganzes oder in seinen Teilen für den Gebrauch und den Einsatz zur Verwendung im eigenen Unterricht wie folgt zu nutzen:

- Die einzelnen Seiten des Werkes dürfen als Arbeitsblätter oder Folien lediglich in Klassenstärke vervielfältigt werden zur Verwendung im Einsatz des selbst gehaltenen Unterrichts.
- Einzelne Arbeitsblätter dürfen Schülern für Referate zur Verfügung gestellt und im eigenen Unterricht zu Vortragszwecken verwendet werden.
- Während des eigenen Unterrichts gemeinsam mit den Schülern mit verschiedenen Medien, z.B. am Computer, via Beamer oder Tablet das Werk in nicht veränderter PDF-Form zu zeigen bzw. zu erarbeiten.

Jeder weitere kommerzielle Gebrauch oder die Weitergabe an Dritte, auch an andere Lehrpersonen oder pädagogischen Fachkräfte mit eigenem Unterrichts- bzw. Lehrauftrag ist nicht gestattet. Jede Verwertung außerhalb des eigenen Unterrichts und der Grenzen des Urheberrechts bedarf der vorherigen schriftlichen Zustimmung des Verlages. Der Kohl-Verlag übernimmt keine Verantwortung für die Inhalte externer Links oder fremder Homepages. Jegliche Haftung für direkte oder indirekte Schäden aus Informationen dieser Quellen wird nicht übernommen.

INHALT

	<u>Seite</u>
Literaturangaben	6
1 Schritt für Schritt das nötige Grundwissen erwerben und sich zutrauen, Sport zu unterrichten	7 - 8
2 Jede zweite Lehrkraft unterrichtet fachfremd	9
3 Erwartungen der Schüler und Ziele/Inhalte des Sportunterrichtes	10
4 Bildung und Erziehung im Fach Sport	11 - 15
5 Jungen und Mädchen halten den Sportunterricht für wichtig	16
6 Maßnahmen vor Beginn der Sportstunde	17 - 18
1. Es klingelt zur Sportstunde ...	
2. Umkleiden und Betreten der Sporthalle	
3. Sportkleidung, Schmuck und Anwesenheitskontrolle	
7 Mögliche Maßnahmen am Ende der Sportstunde	19
8 Sportunterricht planen	20 - 23
1. Eine gute Planung beinhaltet ganz bestimmte Formulierungen	
2. Aufbau und Struktur einer Sportstunde	
9 Organisationsformen im Sportunterricht	24 - 34
1. Aufstellungsformen	
2. Organisation des Übungsablaufes	
10 Sorgfalts- und Aufsichtspflicht	35 - 38
1. Vorbeugende Maßnahmen zur Verhütung von Unfällen	
2. Sporthalle und Handhabung der Geräte	
3. Organisation und Ablauf des Unterrichts	
4. Sportkleidung, Uhren und Schmuck	
5. Gesundheit der Schüler und Befreiung vom Sportunterricht	
6. Verhalten bei Unfällen und Erste Hilfe	

INHALT

	<u>Seite</u>
11 Helfen und Sichern	39 - 41
1. Richtig gelehrte Hilfeleistung und Auswahl fähiger Schüler	
2. Technik der Hilfeleistung	
12 Sportunterricht durchführen	42 - 62
1. Es geht los ... alle machen alles mit	
2. Übungsprogramme zur Erwärmung mit und ohne Handgeräte(n)	
3. Kleine Spiele für die Erwärmung	
4. Herrichten der Übungsstätte – wer baut wie die Geräte auf?	
5. Lernen mit methodischen Übungsreihen und Lernerfolge durch Differenzierung ermöglichen	
6. Intensität der Sportstunde und Übungszeiten der Schüler	
13 Sprache, Zeitplan und Stellung des Lehrers	63 - 64
1. Sprache und Sprechen im Sportunterricht	
2. Zeitplan	
3. Stellung des Lehrers	
14 Praktische, schnelle und einfach umsetzbare Stundenbilder	65 - 120
Übersicht zu allen Sportstunden siehe nächste Seite!	

Übersicht zu den Stundenbildern

Kap.	Thema/Intention	Geeignet für	Kommentar	Seiten
1	Turnbänke vielseitig genutzt	1./2. Klasse (und aufwärts)	<i>Eine schnell zu organisierende Sportstunde mit hoher Intensität!</i>	66 - 71
2	Variantenreiches Üben an und mit Kastenteilen	1./2. Klasse (und aufwärts)	<i>Eine schnell zu organisierende Sportstunde mit einem ungewohnten Gerät.</i>	72 - 76
3	Bälle und Stäbe gemeinsam anwenden	2./3. Klasse (und aufwärts)	<i>Eine bewegungsintensive und motivierende Sportstunde ohne großen Aufwand schnell organisier- und durchführbar.</i>	77 - 81
4	Turnbänke, Kastentreppen und Matten vielseitig genutzt	2./3. Klasse (und aufwärts)	<i>Eine motivierende Geräteanordnung sichert eine hohe Intensität und führt die Schüler an eine straffe Organisationsform heran.</i>	82 - 85
5	Vom Angrätschen zur Grätsche über den Bock	2./3. Klasse (und aufwärts)	<i>Die Grätsche wird mit ausgewählten Vorübungen in einer klar strukturierten Sportstunde erlernt und geübt.</i>	86 - 91
6	„Über Kopf gehen“ – Rolle vorwärts an einer schrägen Ebene	1./2. Klasse (und aufwärts)	<i>Schnelle Erfolgserlebnisse bei den Schülern, weil die Rolle vorwärts unter erleichterten Bedingungen ausgeführt wird.</i>	92 - 97
7	Spielen und Üben mit Gymnastikstäben	3./4. Klasse	<i>Abwechslungsreiche Einzelübungen und Übungen zu Dritt mit dem Handgerät „Stab“.</i>	98 - 102
8	„Vom Stützen und Schwingen zu Kehren und Wenden“	3./4. Klasse	<i>Eine anspruchsvolle Sportstunde mit fordernden Übungen an einem stützintensiven Gerät.</i>	103 - 108
9	Rauf und runter an Kastentreppen und schrägen Ebenen	2./3. Klasse (und aufwärts)	<i>Geräte werden zu einer Bewegungslandschaft zusammengestellt und eröffnen neue Bewegungsmöglichkeiten und Übungswege.</i>	109 - 114
10	Spielen und Üben mit Turnmatten	2./3. Klasse (und aufwärts)	<i>Abwechslungsreiche und interessante Spiel- und Übungsformen in der Gruppe mit dem Handgerät „Turnmatte“.</i>	115 - 120

Literaturempfehlungen

Bayerische Landesstelle für den Schulsport:

Fit für den Sportunterricht in der Grundschule (Auer Verlag GmbH, Donauwörth 2010)

Fetz, F.:

Allgemeine Methodik der Leibesübungen (8. Verbesserte Aufl.),
(Limpert Verlag, Bad Homburg)

Lütgeharm, R.:

Fit und kreativ durch Bewegung (Kohl-Verlag, Kerpen 2007)

Lütgeharm, R.:

Lernen an Stationen – Grundschule (Kohl-Verlag, Kerpen 2007)

Lütgeharm, R.:

Stundenbilder Sport – Grundschule: Bewegung, Abenteuer, Spiel und Spaß
(Kohl-Verlag, Kerpen 2007)

Lütgeharm, R.:

Stundenbilder Sport – Grundschule: Turnerische Grundformen schnell und sicher lernen
(Kohl-Verlag, Kerpen 2007)

Lütgeharm, R.:

Kein Leerlauf im Sportunterricht (Kohl-Verlag, Kerpen 2007)

Lütgeharm, R.:

Turnen, Leichtathletik und Spiel in der Grundschule (Pohl-Verlag, Celle 1995)

Lütgeharm, R.:

Turnen, Leichtathletik und Spiel in der Hauptschule (Pohl-Verlag, Celle 1982)

Niedersächsisches Kultusministerium:

Kerncurriculum für die Grundschule 1- 4 Sport
(Hannover 2006)

Niedersächsisches Kultusministerium:

Entwurf des RdErl. „Bestimmungen für den Schulsport“ (vom 1.1.2011)

Schmidt, W. (Herausgeber):

Zweiter Deutscher Kinder- und Jugendsportbericht – Schwerpunkt Kindheit
(Verlag Karl Hofmann, Schorndorf 2008)

Schulz, H./Suhre, W.:

Spiel – Sport – Spaß mit Kindern und Familien
(Pohl Verlag, Celle 1994)

Söll, W.:

Sportunterricht – Sport unterrichten (Verlag Karl Hofmann, Schorndorf 1996)

1 Schritt für Schritt das nötige Grundwissen erwerben und sich zutrauen, Sport zu unterrichten

Wir können nur etwas verändern, wenn wir konkret zeigen, wie das geht. Dann können andere es nachmachen.

*Harald Welzer, Prof. Uni Witten/Herdecke – Prof. für Sozialpsychologie
Zeitschrift Natur und Kosmos 4/2011*

Sie sind kein Sportlehrer oder keine Sportlehrerin und würden aber gerne die Kinder zu mehr Bewegung, Spiel und Sport anleiten?

Das Fach „Sport“ fachfremd unterrichten zu dürfen oder zu müssen, steht für viele Grundschulkolleginnen und -kollegen auf der Tagesordnung.

Keine Sorge, dieses Buch vermittelt Ihnen praxisnah Schritt für Schritt das nötige Grundwissen und veranschaulicht mit Tipps, Hinweisen und sofort umsetzbaren Stundenbildern wie auch Sie fachfremd effektiv Sport unterrichten können.

Thematisierte Schwerpunkte, Hinweise, Tipps und exemplarisch ausgewählte Stundenbilder tragen dazu bei, Lehrkräften an Grundschulen, die das Fach Sport fachfremd unterrichten wollen (müssen), praxisnahe Hilfen an die Hand zu geben, um sie in die Lage zu versetzen,

- den Bedürfnissen und Erwartungen der ihnen anvertrauten Kinder besser gerecht zu werden;
- Sportunterricht im Sinne der vorgegebenen Rahmenrichtlinien/Kerncurricula zu erteilen;
- sicherer beim Erteilen von Sportunterricht zu werden.



Folgende Schwerpunkte werden unter anderem in diesem Buch thematisiert und fachfremd unterrichtenden Lehrkräften in verständlicher Form zugänglich gemacht:

- Planung, Struktur und Organisation von Sportstunden
- Umsetzung von Lehrplänen und Kerncurricula
- Hallennutzung und Geräteaufbau
- Organisationsformen und Bewegungszeiten der Schüler
- Erfolgserlebnisse der Kinder, methodische Übungsreihen und Differenzierungsmaßnahmen
- Helfen und Sichern im Sportunterricht
- Unterrichtsideen und Gestaltung des Sportunterrichts

1 Schritt für Schritt das nötige Grundwissen erwerben und sich zutrauen, Sport zu unterrichten

- Stundenbilder mit folgenden Schwerpunkten:

→ Spiel und Spaß mit Handgeräten

- Grundtätigkeiten anwenden und vervollkommen

→ Schulen und vervollkommen konditioneller und koordinativer Fähigkeiten

- Voraussetzungen schaffen

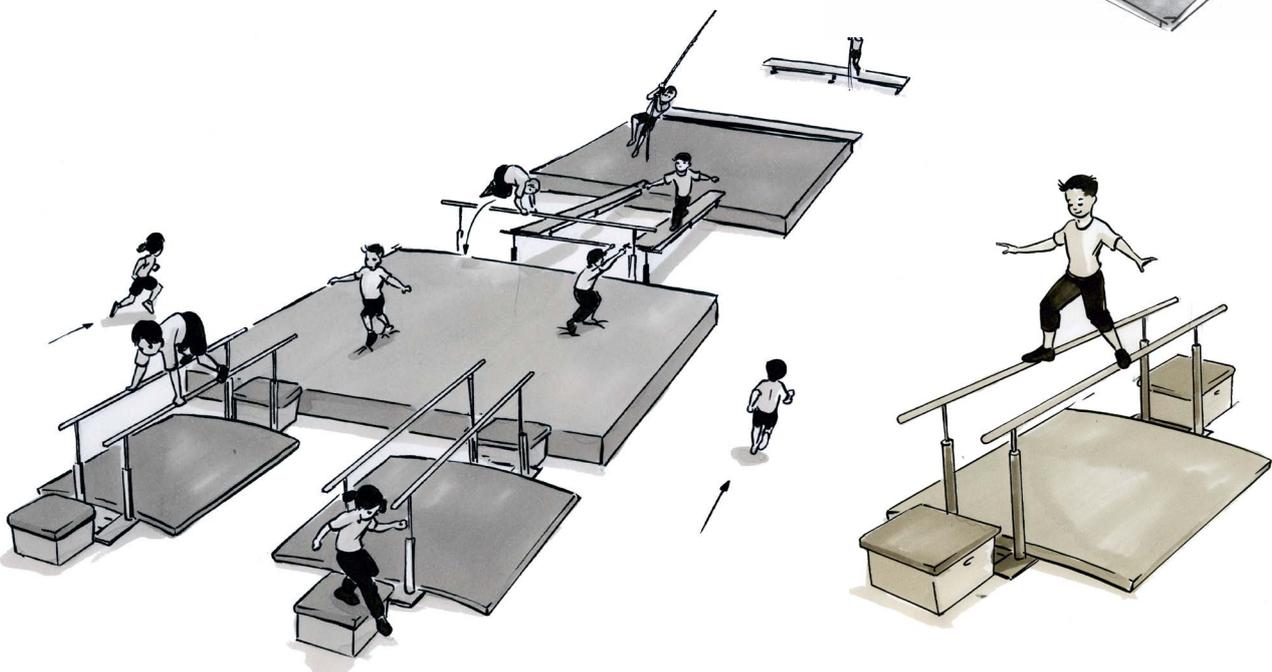
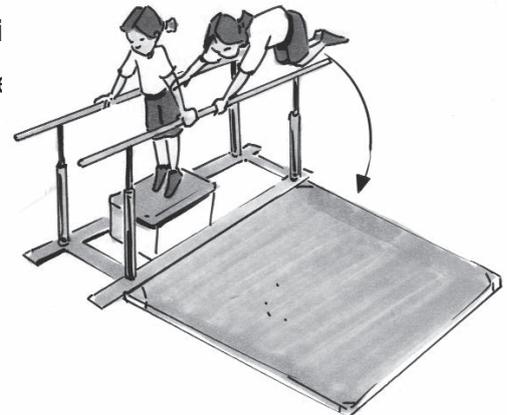


→ Lernen und Üben von Bewegungsfertigkeit

- Lernerfolge durch methodische Übungsreihe und Differenzierung ermöglichen

→ Abenteuerturnen und Bewegungslandschaften

- Geräte alternativ nutzen und neue Bewegungserfahrungen sammeln



Häufig wird der Sportunterricht an Grundschulen fachfremd erteilt, das heißt, es sind keine Fachlehrer vorhanden, die die vorgesehenen zwei Sportstunden pro Woche unterrichten können. In der Regel muss dann die Klassenlehrerin oder eine andere Lehrkraft, die „ganz sportlich ist“ und sich für fähig hält, diesen Unterricht erteilen.

Laut Sprint-Studie wird der Sportunterricht an Grundschulen zu 50% von Lehrkräften erteilt, die für dieses Fach formal nicht qualifiziert sind (über keine entsprechende Fachqualifikation verfügen).¹

In einigen Bundesländern unterrichten laut Sprint-Studie etwa zwei Drittel fachfremd. Konkret heißt das, dass Jungen und Mädchen in der Grundschule im Einzelfall im Sport vier Jahre lang fachfremd unterrichtet werden.

Unsicherheiten im fachlichen und organisatorischen Bereich sowie mangelnde Kenntnisse über eventuell zu treffende Sicherheitsmaßnahmen führen dazu, dass von einem abwechslungsreichen und intensiven Sportunterricht kaum gesprochen werden kann.

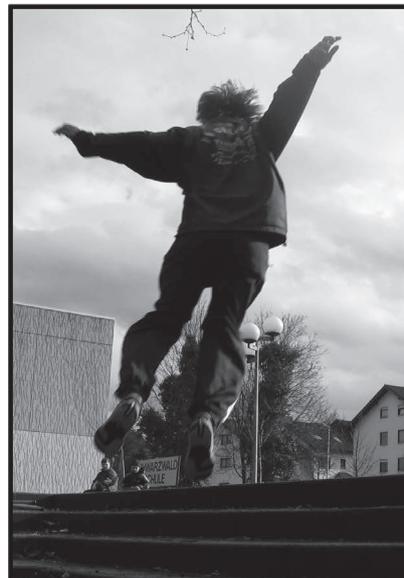
Dem ausgeprägten Bewegungsbedürfnis der Kinder muss man soweit wie möglich gerecht werden, das heißt, die jeweilige Lehrkraft muss sich „im Fach Sport auskennen“, nur so ist gewährleistet, dass ...

- ... durch das Anwenden und Vervollkommen der sog. Grundtätigkeiten (Gehen, Laufen, Hüpfen, Springen, Heben, Tragen, Ziehen, Schieben, Werfen, Fangen, Prellen, Balancieren, Stützen, Hängen, Schwingen, Rollen, Wälzen usw. neue Bewegungserfahrungen gesammelt und Grundlagen im konditionellen und koordinativen Bereich geschaffen werden;
- ... der Sportunterricht abwechslungsreich und bewegungsintensiv gestaltet wird;
- ... reizvolle und motivierend gestaltete Bewegungsaufgaben gestellt werden;
- ... verbale Impulse und Ansporn sowie insgesamt eine „Pädagogik der Ermutigung“² durchgeführt werden.



Tipp: Wollen Sie mehr über Grundtätigkeiten und die Möglichkeiten ihrer Anwendung im Sportunterricht erfahren? ⇒ **Stundenbilder Sport – Band 1: Bewegung, Abenteuer, Spiel und Spaß**, Kohl-Verlag, Kerpen (Bestell-Nr. 11 250)

Man sollte immer daran denken ... Kinder im Grundschulalter sind besonders bewegungs-, risiko- und experimentierfreudig, deshalb müssten gerade in dieser Altersstufe verstärkt fachlich qualifizierte Lehrkräfte den Sportunterricht erteilen.



¹Sprint-Studie – Sportunterricht in Deutschland, S. 5

²Meinel, K./Schnabel G.: Bewegungslehre/Sportmotorik, S. 267

Erwartungen der Schüler und Ziele/Inhalte des Sportunterrichtes

Jungen und Mädchen kommen mit ganz bestimmten Erwartungen in die Sportstunde, zum Beispiel ...

- ... sich frei bewegen zu können, d.h. mit selbst gewählten Raumwegen laufen, rennen, hüpfen und/oder versuchen, Mitschüler zu fangen – einen Ausgleich zu den „Sitzfächern“ zu schaffen;
- ... sich anzustrengen und körperlich gefordert zu werden, um ihre Gesundheit und allgemeine Fitness zu verbessern;
- ... Klein- und Handgeräte wie Stäbe, Sprungseile, Tuae, unterschiedliche Bälle, Markierungskegel, Gymnastikreifen, Teppichfliesen, Rollbretter usw. allein oder auch gemeinsam mit dem Partner anzuwenden;
- ... kleine Spiele wie Fang- und Ballspiele, Nummernwettläufe und Staffeln in Kleingruppen und Mannschaften mit-/gegeneinander auszuführen und dabei die Fairness zu schulen;
- ... Hindernisse und Bewegungslandschaften unter Einbeziehung von Großgeräten zu überwinden und dabei Risiken einzugehen bzw. Abenteuer zu erleben;
- ... Neues wie Rolle vorwärts, Aufschwung, Handstand, Inliner fahren, Weit- und Hochsprungstechniken, Schlagballwurftechnik, Spieltechnik und -taktiken etc. möglichst schnell zu erlernen und möglichst in der Freizeit anzuwenden.

Diese Aufzählung könnte man noch beliebig fortsetzen und ergänzen, soll aber nur noch einmal die häufig genannten Erwartungen der Schüler in Erinnerung bringen.

Schule und insbesondere die Lehrkräfte (auch fachfremd unterrichtende Lehrer) müssen diesen Erwartungen und Bedürfnissen durch einen abwechslungsreichen und erlebnisorientierten Sportunterricht im Schulalltag gerecht werden.



Die Kindheit ist eine „bewegte Zeit“, ...

- ... in keinem anderen Entwicklungsabschnitt spielt das „Sich-bewegen“ eine so große und entscheidende Rolle wie in der Kindheit.
- ... Kinder sind ständig in Bewegung, sie entdecken und erfahren täglich und situativ „körpernah“ durch und mit Bewegung etwas Neues.

Bewegung in vielfältiger Form unterstützt und fördert die motorische, soziale und emotionale Entwicklung des Kindes, oder einfach ausgedrückt, ...

- ... sie sorgt für eine gesunde und normale Entwicklung.

Deshalb benötigen Kinder für eine gesunde Entwicklung immer wieder Bewegungsanlässe. Häufig suchen sie selbst in ihrer Umwelt danach, beispielsweise, in dem sie ...

- ... über eine Bordsteinkante, auf einer kleinen Mauer oder über einen Baumstamm balancieren und dabei versuchen, immer im Gleichgewicht zu bleiben oder es wieder herzustellen;
- ... über Pfützen und kleine Gräben springen und sich darüber freuen, es geschafft zu haben;
- ... sich mit Händen und Füßen kletternd und hangelnd geschickt an Klettergeräten vor-, seit- und rückwärts bewegen und dabei ihre Gewandtheit erproben;



- ... sich an einer Stange oder an einem Ast zu hängen und dabei hin und her zu schwingen;
- ... aus einer schwingenden Schaukel nach vorn abzuspringen.

Bei der Planung und Durchführung des Sportunterrichts müssen die vom Kultusministerium der einzelnen Bundesländer herausgegebenen Kerncurricula (früher Rahmenrichtlinien) beachtet werden, das gilt natürlich auch für die fachfremd unterrichtenden Lehrkräfte.

Hier heißt es unter anderem:

Der Auftrag des Fachs Sport in der Grundschule besteht in der Vermittlung einer grundlegenden Bildung, deren Ausgangspunkt und Ziel ein bewegungsaktives Weltverstehen ist, das auf selbsttätigen, eigenaktiven Auseinandersetzungsprozessen basiert.³

Aspekte schulischer Bildung

Die Bedeutung von Bewegung, Spiel und Sport im Rahmen schulischer Bildung ist unter drei Aspekten zu sehen:

- unter der Entwicklung grundlegender motorischer Fähigkeiten und Fertigkeiten,
- unter erzieherischen Aspekten bezogen auf eine gesunde Lebensführung, das Sozialverhalten, eine sinnvolle Freizeitgestaltung sowie Handlungskompetenz in den verschiedenen Bereichen der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur;
- unter dem Aspekt der bewegungsbegleitenden, sinnesaktiven Erschließung der Welt.⁴



Tipp: Wollen Sie sich eingehend über das vom Niedersächsischen Kultusministerium herausgegebene „**Kerncurriculum für die Grundschule Schuljahrgänge 1-4 – Sport**“ informieren? Hier der Link zum Herunterladen: <http://db2.nibis.de/1db/cuvo/ausgabe/>

Fazit: Der Schulsport als Bewegungs-, Spiel- und Sporterziehung leistet insgesamt einen unverzichtbaren Beitrag zur ganzheitlichen Bildung und Erziehung in der Schule.

Lehrkräfte, die Sportunterricht erteilen wollen (müssen), haben ...

- ... **erzieherische Aufgaben**, das heißt, die individuelle kindliche Entwicklung durch Bewegung zu fördern,
- ... die Freude an lebenslangem Sporttreiben anzubahnen,
- ... das Gesundheitsbewusstsein zu entwickeln,
- ... mit anderen Schülern zu kooperieren, aber auch mit ihnen zu wetteifern und sich dabei fair zu verhalten usw.
- ... **fachspezifische Aufgaben**, das heißt, Fähigkeiten, Fertigkeiten und Bewegungskönnen im Rahmen des Sportunterrichts sicherzustellen.

³ & ⁴ Niedersächsisches Kultusministerium: Kerncurriculum für die Grundschule Schuljahrgänge 1-4 Sport. S. 8