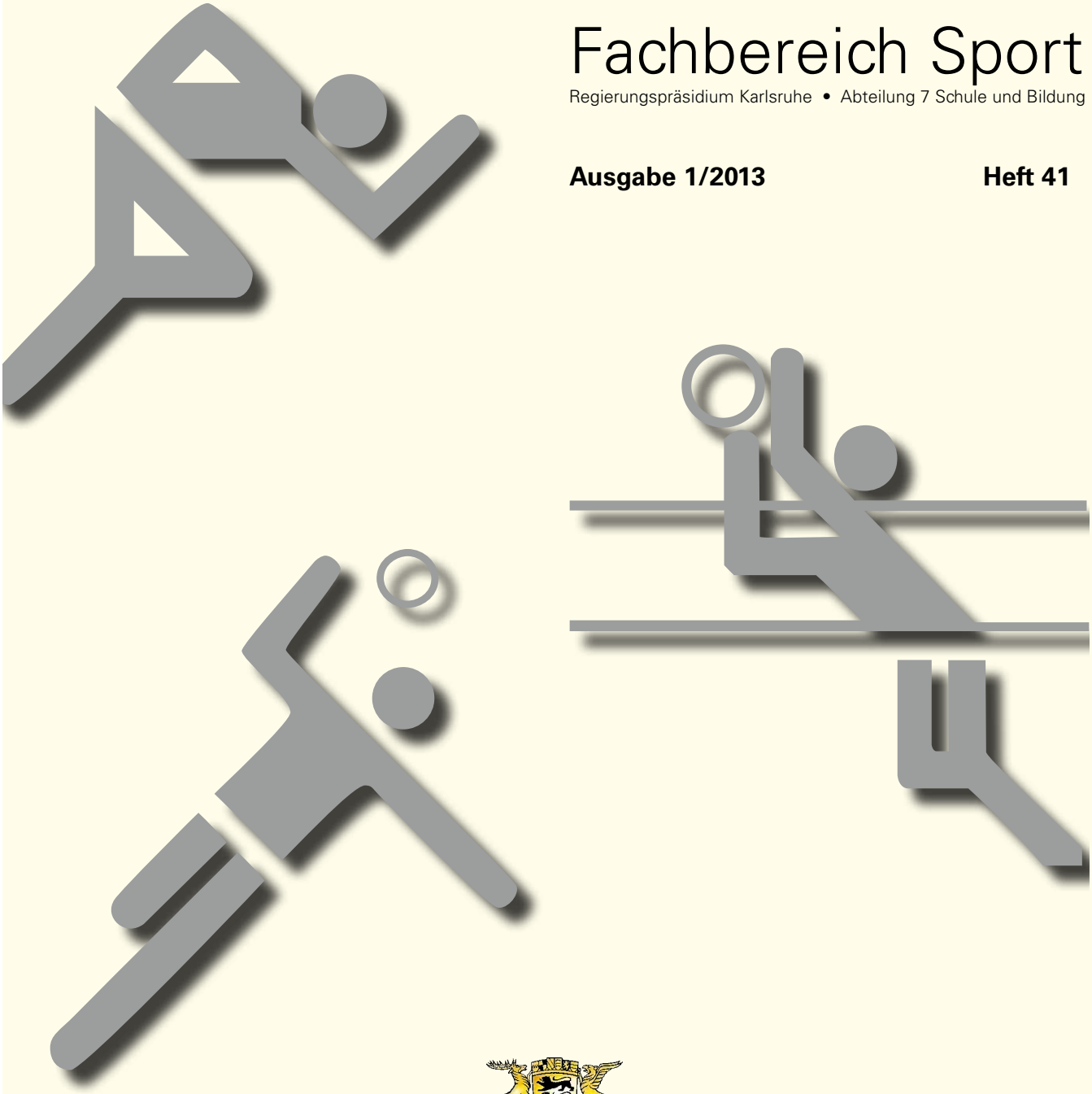
INFO

Fachbereich Sport

Regierungspräsidium Karlsruhe • Abteilung 7 Schule und Bildung

Ausgabe 1/2013 **Heft 41**



Baden-Württemberg

REGIERUNGSPRÄSIDIUM KARLSRUHE

HERAUSGEBER
Regierungspräsidium Karlsruhe
Abteilung Schule und Bildung
Fachbereich Sport

ZUSAMMENSTELLUNG UND REDAKTION
Wolfgang Essig
Manfred Reuter

DRUCK UND GESTALTUNG
Regierungspräsidium Karlsruhe

www.rpk-sport.de

Redaktionsschluss Heft 1/2014
15.November 2013

Schwerpunktthema:
Sport in der Ganztagsschule

Vorwort 4

Leitartikel: Sport in der Ganztagsschule – Eine Herausforderung für Schule und Verein 5
Dr. Norbert Wolf, Berufliche Schulen Bretten

Aus den Schulen
Gemeinsam zum Erfolg 7
Petra Hildebrand, Andreas Killer, Dr. Wolfgang Wigand, Ludwig-Uhland-Schule Birkenfeld

Tobeparadis bereichert das Bewegungsangebot 10
Katrin Gallach, Nadine Staska-Schmidt, Adolf-Kussmaul-Grundschule Graben

Den Schulalltag mit einer Stunde Sport beginnen 13
Wulf Saur, G.Trittner, Bibris-Werkrealschule, Herbrechtingen

Science Kids 14
Ilona Reder, Konrad-Adenauer-Schule Bruchsal

Aus den Fachverbänden
bfv – Fußball in der Ganztagsschule 16
Uwe Ziegenhagen, Badischer Fußballverband

FSJ- u. BSD -Freiwillige im Schuleinsatz 17
Nils Fischer, Badischer Handballverband

Aus der Sportschule
Auch mal ohne Lehrer – Schulhofspiele im Ganztagesbetrieb 18
Christian und Vicki Reinschmidt, Südbadische Sportschule Steinbach

JtfO
Bundessieger Tennis, Otto-Hahn-Gymnasium Karlsruhe bei den World Championchips in Australien – ein Erlebnisbericht 21
Marc Nagel, Otto-Hahn-Gymnasium Karlsruhe

DSLV
Unterrichtsbeispiele im Schulsport 2012 22

Aktuelle Informationen
100 Jahre Sportabzeichen – und nun? 24

Leitfaden zu den Turnaufgaben beim Deutschen Sportabzeichen 25
Deutscher Turnerbund

Neues Wettkampfprogramm im Grundschulwettkampf und im WK IV „Jugend trainiert für Olympia“ in der Leichtathletik 26

Spitzensportler in der Schule
Interview mit dem Golfer Dominic Foos 28
Hans-Peter Bartelt, Lessing-Gymnasium Karlsruhe

Buchvorstellung
Jörg Haas, „Ausdauernd laufen in Schule und Verein“ 30

Pressespiegel 31

Vorwort

„Bis zum Schuljahr 2014/15 soll in Baden-Württemberg ein flächendeckendes und bedarfsorientiertes Netz von Ganztagsschulen aufgebaut werden, sodass jede Schülerin und jeder Schüler eine Ganztagsschule in erreichbarer Nähe besuchen kann.“ (www.bw.ganztaegig-lernen.de). Derzeit sind bereits 1341 von 4517 Schulen, also fast ein Drittel aller Schulen in Baden-Württemberg, Ganztagsschulen. Die vorliegende Ausgabe des Sport INFO hat dieses Schwerpunktthema gewählt, weil neben der Aktualität insbesondere der Schul- und der Vereinssport von dieser Entwicklung betroffen sind, Position beziehen und Antworten auf die damit verbundenen Herausforderungen finden müssen.
Dr. Norbert Wolf ist freier Mitarbeiter des Badischen Sportbundes zum Thema Ganztagsschule/Ganztagsbetreuung. Er stellt im Leitartikel für dieses Heft die wichtigsten, mit diesem Thema verbundenen Herausforderungen für den Schul- und Vereinssport und erste Evaluationsergebnisse vor. Dabei gilt seine Sorge dem voll umfänglichen Erhalt des Sportunterrichts, getragen von ausgebildeten Sportlehrkräften im jeweiligen Fächerkanon der Schularten, entgegen einer Tendenz zu dessen etwaiger Verlagerung in den außerunterrichtlichen Bereich.
Da das Schwerpunktthema nicht nur auf die Schulen bezogen betrachtet werden kann, wurden neben den Schulbeiträgen auch Artikel und Beiträge von Sportfachverbänden und der Sportschule Steinbach aufgenommen.
Vorbildcharakter haben die in den nachfolgenden Berichten der Schulen vorgestellten Konzepte. Im Artikel der Ludwig-Uhland-Schule Birkenfeld werden neben der Organisationsstruktur des Sports an der Schule insbesondere die Bedeutung und Rolle des Jugendbegleitermodells erörtert und Evaluationsergebnisse dargestellt. Eine Übersicht zahlreicher Bewegungsangebote und ihrer Umsetzung vermittelt der Artikel der Adolf-Kussmaul-Schule in Graben. Ein besonders nachhaltiges, weil in die Rhythmisierung des Schultags voll integriertes Sportkonzept bietet die Bibris-Werkrealschule Herbrechtingen mit ihrem Powersportmodell an, welches auf der täglichen Sportstunde zu Unterrichtsbeginn aufbaut. Obwohl außerhalb des RP-Bereichs gelegen, war es der Redaktion auf Grund des besonderen Vorbildcharakters ein Anliegen, dieses Modell zu präsentieren.
Science Kids ist ein Projekt der AOK in Zusammenarbeit mit dem Ministerium für Kultur, Jugend und Sport und dem LIS Baden-Württemberg zu einem fächerübergreifenden Konzept „Gesundheit in der Schule“, das Bewegung impliziert und sich besonders gut für die Umsetzung in der Ganztagsschule eignet. Die Konrad-Adenauer-Schule in Bruchsal gibt einen Einblick in ihr Konzept der pädagogischen und organisatorischen Gestaltung des Projekts.
Der Badische Fußballverband und der Badische Handballverband stellen ihre für interessierte Schulen hilfreichen Konzepte und Erfahrungen zum Themenbereich Ganztagsschulen vor.
Vicky und Christian Reinschmidt von der Sportschule Steinbach vermitteln einen Eindruck von der Vielfalt möglicher Schulhofspiele aus ihrem Buch „Alles in Bewegung – Spiel- und Sportangebote in der Ganztagsschule“. Die Rubrik Aktuelle Informationen befasst sich mit der Neugestaltung des Deutschen Sportabzeichens, während der DSLV Baden-Württemberg wieder eine Übersicht über ausgewählte Unterrichtsbeispiele für den Schulsport des Referendarjahrgangs 2012 anbietet.
Als Spitzensportler in der Schule stellt sich der Golfer Dominic Foos vom Lessing-Gymnasium Karlsruhe vor.
Mit Heft 41 endet sowohl das bisherige Erscheinungsformat der Sport-INFO, als auch die Redaktionsleitung durch StD Wolfgang Essig, der in Nachfolge eines der Mitinitiatoren der Sport-INFO, StD a.D. Wolf-Dieter Nagel, für 13 Hefte die Redaktionsleitung inne hatte. In dieser Zeit fand eine kontinuierliche Weiterentwicklung statt. Wir wünschen Wolfgang Essig für seine im „Unruhestand“ geplanten zahlreichen Aktivitäten sowohl im Bereich des Sports als auch im Bereich der Geologie viel Freude und alles erdenklich Gute.
Mit StD Frank Hoffmann und StD Peter Reich stehen zwei Kollegen in den Startlöchern, die als Redaktionsleiter die Sport-INFO in einem neuen Erscheinungsformat weiterführen werden. Geplant ist für die Zukunft, eine Printausgabe und zwei bis drei Newsletter pro Schuljahr herauszugeben.
Die nächste Print-Ausgabe Nr. 42 von **Sport INFO** erscheint im Januar 2014 mit dem Schwerpunktthema **„Wintersport in der Schule“**. Wir bitten um die Mitarbeit der Schulen, die in diesem Bereich über große Erfahrung verfügen und nachahmenswerte Projekte initiiert haben, damit ein vielschichtiges und interessantes Heft zusammengestellt werden kann.

Die Redaktion

Ganztagsschule - eine Herausforderung für Schule und Verein

Dr. Norbert Wolf, Berufliche Schulen Bretten

Mit der Einführung der Ganztagsschule in Baden-Württemberg im Jahr 2006 und einer Beteiligung von ca. 250 Schulen und ca. 2700 Jugendbegleitern (Gesamtzahl an Jugendbegleitern – nicht nur aus dem Bereich Sport), ergaben sich für die Schulen, Vereine, Fachverbände und Dachverbände des organisierten Sports in Baden-Württemberg eine Reihe von Herausforderungen, die bis heute nach wie vor größtenteils bestehen:

- Wie schaffen es Vereine entsprechende Mitarbeiter für die Schule zu gewinnen?
- Wie kann die Nutzung von Hallenzeiten für Vereine, trotz des fortschreitenden Ausbaus der Ganztagsschule, gesichert werden?
- Wie können Schüler trotz Ganztagsschule an den Verein gebunden werden bzw. am Vereinssport und Leistungssport weiterhin teilhaben?

Fragen, die sich zunächst banal anhören, jedoch in der Praxis eine große Hürde darstellten und immer noch darstellen.

Zunächst soll aber die Frage beantwortet werden, was eigentlich eine Ganztagsschule ist.

Ganztagsschulen mit besonderer pädagogischer und sozialer Aufgabenstellung

Bei dieser Form findet für alle Schülerinnen und Schüler oder für die Schülerinnen und Schüler eines bestimmten Ganztageszuges verpflichtender Ganztagsunterricht an 4 oder 5 Tagen in der Woche statt. An diesen Tagen erhalten alle ein Mittagessen und sind bis 16.00 Uhr oder 17.00 Uhr an der Schule. Nach dem Mittagessen gibt es die unterschiedlichsten Nachmittagsangebote (siehe die diversen Artikel in dieser Sport-INFO) aber auch regulärer Nachmittagsunterricht und Hausaufgabenbetreuung.

Ganztagsschulen in offener Angebotsform

Bei dieser Form ist die Teilnahme am Ganztagsbetrieb freiwillig und erfordert eine für das ganze Schuljahr geltende Anmeldung. Die Schule stellt an 4 Tagen ein mindestens sieben Zeitstunden umfassendes, auf der Basis eines pädagogischen Konzepts basierendes Ganztagsangebot zur Verfügung. Dieses enthält zwingend ein (beaufsichtigtes) Mittagessen. Außerdem die bereits oben beschriebenen Nachmittagsangebote.

Weitere Informationen finden Sie auf der Seite:
http://www.kultusportal-bw.de/servlet/PB/menu/1190056/

In einer ersten Bewertung/Evaluation des Jugendbegleiter-Programms in der Zeitspanne von Februar 2006 – Januar 2007 gaben befragte Schulleitungen an, dass sie das Programm zu 80% als sehr positiv/positiv bewerten, bei 6% halten sich Positives und Negatives die Waage und 14% sahen das Programm als negativ/sehr negativ (Quelle: Siebte Evaluation von Schulen im Jugendbegleiter-Programm 2012/2013, S.2 Hrsg.: Jugendstiftung Baden-Württemberg. Im Auftrag des Ministeriums für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg).

Schulen waren angehalten, ihre Strukturen an Vormittagen und Nachmittagen zu ändern bzw. neu zu gestalten, indem sie sich auf die Suche nach „Ehrenamtlichen" begeben mussten. Sportvereine, welche sich an einer Schule engagieren wollten, mussten nach qualifiziertem Personal innerhalb der eigenen Reihen Ausschau halten, welches in einem Zeitfenster von ca. 13.00h – 16.00h die Möglichkeit hatte, an einer Schule ein Angebot zu machen. Die Tatsache, dass sich die Angebote an den Schulen auf den Nachmittag konzentrieren würden, wurde in der Vereinslandschaft mit großem Pessimismus aufgenommen. Für viele Schulen stellten und stellen die sogenannten „Schülermentoren" bzw. Schulsportmentoren eine große Hilfe dar. Mit einer vierzigstündigen zentralen oder dezentralen Ausbildung bei einem Sportfachverband erwerben diese Schüler einen Grundstock an pädagogischen und sportfachlichen Kompetenzen, so dass sie zum Einsatz im Ganztagsgeschehen herangezogen werden können. Selbstverständlich müssen Schulsportmentoren unter 18 Jahren durch eine Lehrkraft beaufsichtigt, unterstützt und auch weiterhin angeleitet werden.

Auch die Bedenken in Bezug auf den Fortbestand der Mitgliedschaft von Kindern und Jugendlichen in einem Verein löste starken Widerstand in den Vereinsreihen aus. Die Annahme und größtenteils auch Tatsache, dass Schüler in einem Ganztagsbetrieb auf vielfältigste Art und Weise mit Sport und Bewegung versorgt werden, wirft zwangsläufig die Frage auf, ob diese am Abend noch motiviert sind, sich am Vereinssport zu beteiligen bzw. ihren unter Umständen zeitintensiven Leistungssport weiter zu betreiben. Gesicherte Aussagen zu Vereinsaustritten von Kinder und Jugendlichen lassen sich bisher jedoch nicht machen. Auf Grund von nicht repräsentativen kleineren Untersuchungen lässt sich jedoch sagen, dass sich die Motivation von Schülern, weiterhin Vereinssport bzw. Leistungssport zu betreiben und der Ausstieg aus dem Vereinssport wegen Überbelastung die Waage hält. Der Aspekt der Überbelastung und Sättigung spiegelt sich natürlich vor allem auch in organisierten schulischen Tagesstrukturen wider, welche unter Umständen von 08.00h – 16.00h reichen können.

Die Absicht von Vereinen, sich am Ganztagsgeschehen zu beteiligen, um Kinder und Jugendliche für sich zu gewinnen, erweist sich in der Praxis somit als schwierig zu gestaltender Spagat.
Als Resultat der oben beschriebenen Ausgangslage war das Engagement von kleinen und mittelgroßen Vereinen geringer als erhofft, obwohl die Dringlichkeit, sich diesem Thema zu stellen, für Vereine sehr hoch angesiedelt sein müsste. Die Unklarheit und Unsicherheit über die Rahmenbedingungen und Auswirkungen eines Engagements schienen und scheinen hier eine wesentliche Rolle zu spielen.
Großvereine und Fachverbände, welche die finanziellen Möglichkeiten hatten, entdeckten jedoch sehr rasch die Möglichkeit, das „Freiwillige Soziale Jahr" und seit 2011 auch den „Bundesfreiwilligendienst" für sich zu nutzen (koordiniert über die Baden-Württembergische Sportjugend), indem sie geeignete Bewerber für sich gewinnen und diese auch an Nachmittagen an einer Schule einsetzten konnten.
Auf der Ebene des organisierten Sports bzw. in Kooperation der drei Landessportbünde (Badischer Sportbund Nord e.V., Badischer Sportbund Freiburg und Württembergischer Landessportbund) wurden Informationsveranstaltungen zum Thema Ganztagsschule geplant und durchgeführt. Hier wurde versucht, Vereinen Hilfestellung bei der Anbahnung von Kooperationen mit Schulen zu geben. Die erwartete Anzahl an Teilnehmern blieb jedoch hinter den Erwartungen zurück, so dass auch hier eine gewisse „Vogel-Strauß"-Mentalität festgestellt werden musste.
Um dem Dilemma fehlender Mitarbeiter von Seiten der Vereine zu begegnen, wurde eine Übungsleiter B-Lizenz für den Bereich Ganztagsschule von den drei Sportbünden erarbeitet und zwischenzeitlich auch realisiert. Mit dieser Ausbildung wurde vom organisierten Sport ein klares Zeichen in Bezug auf den Bildungsanspruch von Sport und Bewegung gesetzt. Die Resonanz hierauf entsprach den Erwartungen. Weiterhin wurde 2009 auf der Ebene des Landessportverbandes Baden-Württemberg ein Schulsportkongress sowie 2012 eine Fachtagung Ganztagsschule des Württembergischen Landessportbundes unter Mitwirkung des Badischen Sportbundes Nord durchgeführt.
Schulen versuchten durch einen so genannten „Markt der Möglichkeit" Sportvereine und Einzelanbieter für sich zu gewinnen. Ein Unternehmen, welchem in den Anfängen eher ein bescheidener Erfolg beschieden war, da die Resonanz der Vereine ausblieb. Allerdings haben sich im Laufe der Jahre Angebot und Nachfrage reguliert und eingependelt. Entscheidungen von Schulleitungen oder deren Beauftragten, mit welchen ehrenamtlichen Mitarbeitern die Schulen ihr Ganztageskonzept umsetzen wollen, richtet sich nach der Sportaffinität, dem Profil der Schule und dem Erfolg bei der Suche nach außerschulischen Partnern, Personen, Vereinen, Verbänden und Organisationen.
Nach Lage der erst kürzlich durchgeführten siebten Evaluation zum Jugendbegleiter-Programm in Baden-Württemberg liegt der Sport, gefolgt von Musik sowie Kunst/Kultur/Medien, an erster Stelle in der Anzahl der tätigen Jugendbegleiter/-innen (Quelle: Siebte Evaluation von Schulen im Jugendbegleiter-Programm 2012/2013, S.9. Hrsg.: Jugendstiftung Baden-Württemberg. Im Auftrag des Ministeriums für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg). Die Angebote des Sports zeigen hier eine Bandbreite von fachspezifischer bis hin zu breit angelegter Bewegungskultur.
Dazu gaben 94% der Schulleitungen immerhin an, dass sie das Programm als sehr positiv/positiv bewerten, bei 5% halten sich Positives und Negatives die Waage, 1% machten keine Angaben, komplette Ablehnung war nicht zu verzeichnen.
Schule wird perspektivisch als Lebensraum für Schüler/innen mehr und mehr im Mittelpunkt stehen. Außerschulische Bildungspartner wie der Sport werden und müssen zunehmend in der Schule an Bedeutung gewinnen. Sie sollen jedoch nicht den durch Lehrkräfte zu erteilenden Unterricht ersetzen. Es sollen außerunterrichtliche Sportangebote sein und dies im wahrsten Sinne des Wortes. Sie sollen und dürfen von bildungspolitischer Seite nicht dazu benutzt bzw. missbraucht werden, durch die Hintertür Lehrkräfte einzusparen. Eine der wichtigsten Aufgaben der Bildungspolitik jeder Landesregierung ist es, für eine gute Versorgung der Schulen mit Lehrkräften zu sorgen. Die außerschulischen Bildungspartner dürfen sich nicht verleiten lassen, diesen Part zu übernehmen. Die 2012 vereinbarte und noch umzusetzende Bildungspartnerschaft mit einer Konkretisierung der Rahmenbedingungen zur Ganztagsschule zwischen dem Ministerium für Kultus, Jugend und Sport und dem organisierten Sport ist hoffentlich wegweisend für eine gedeihliche Weiterentwicklung der Schullandschaft in Baden-Württemberg.

Gemeinsam zum Erfolg - Eine exemplarische Kooperation zwischen Jugendbegleitern, Sportverbänden und einer Ganztagsschule

Petra Hildebrand, Andreas Killer, Dr. Wolfgang Wiegand, Ludwig-Uhland-Schule Birkenfeld

Für die 2006 gestartete gebundene Ganztagsschule (GTS) im Grund- und Hauptschulbereich der Ludwig-Uhland-Schule Birkenfeld (LUS) wurde im Einvernehmen zwischen Schule und Schulträger festgelegt, dass diese GTS hinsichtlich ihrer pädagogischen Intentionen auf Förderung und Bildung ausgerichtet ist. Dies wird u.a. in der Form umgesetzt, dass jeder GTS-Grundschüler 38 Unterrichtsstunden und jeder GTS-Hauptschüler 42 Unterrichtsstunden pro Woche hat, welche überwiegend im Klassenverband durchgeführt werden.
Die zentralen Elemente dieser Pädagogischen Konzeption sind die Technische Bildung, die Sportpädagogische Bildung, das Sozialcurriculum P*LUS, die Berufsorientierung und die Aktivitäten des Selbstorganisierten Lernens. Analog zu diesen pädagogischen Zielsetzungen wurden entsprechende Organisations-, Raum- und Personalkonzepte entwickelt. So arbeiten im GTS-Bereich der LUS Birkenfeld derzeit neben den staatlichen Lehrkräften

3 Pädagogische MitarbeiterInnen (Angestellte des Schulträgers)
2 Pädagogische AssistentInnen (Angestellte des Landes Baden-Württemberg)
1 Volkshochschul-Honorarlehrkraft (Co-Finanzierung)
1 Mitarbeiterin des BBQ (Co-Finanzierung)
5 Honorarkräfte diverser Beratungsstellen (Co-Finanzierung)
42 Jugendbegleiter (Co-Finanzierungen des Landes BW und des Schulträgers)

Davon sind 27 Jugendbegleiter und ein Diplomsportlehrer als Pädagogischer Mitarbeiter im Sportbereich tätig. Sie generieren 67 Unterrichtsstunden (vgl. Tabelle: 41+26 Stunden) für den GTS-Pflichtbereich, für den GTS-Wahlpflichtbereich und für die Arbeitsgemeinschaften.
Die nachfolgende Tabelle zeigt ebenfalls, wie die Stunden der Jugendbegleiter und des Sportpädagogen auf die einzelnen Klassenstufen in der Grund-, Haupt- und Realschule verteilt sind. Dabei ist außerdem zu erkennen, dass ein Halbtagsschüler normalerweise 3 Wochenstunden Sport erhält. Ein Ganztagsschüler nimmt allein im GTS-Pflichtbereich zwischen 2 und 4 Stunden und dann noch im GTS-Wahlpflichtbereich zwischen 1 und 2 Stunden zusätzlich am Sportunterricht teil. (In der Tabelle sind auch die Parallelangebote enthalten.)

Klasse	Regel-Unterricht	GTS-Unterricht							Sport-stunden gesamt	Arbeitgemeinschaften Sport (Stunden)
		Pflichtbereich				Wahlpflicht-bereich		Gesamt		
	Sport-/ Schwimmstunden	Sport-stunden		Schwimm-stunden		Sportstunden		Sport-stunden		
1a GTS	2/1	2		1	1	2		6	9	Schwimmen, Tischtennis, Judo, Turnen, Schach
2a GTS	2/1	3		1		2		6	9	
3a GTS	2/1	2				1	1	4	7	
4a GTS	2/1	2				1	1	4	7	
1b	2/1								3	
2b	2/1								3	
3b	2/1								3	
4b	2/1								3	
5a GTS	2/1			2		4	2	8	11	Schwimmen, Tischtennis, Judo, Schach, Fußball, Rugby
6a GTS	2/1					4	2	6	9	
7a GTS	3/0	2				1		3	6	
8a GTS	3/0	2						2	5	
9a GTS	3/0	2						2	5	
5RS	2/1								3	
6 RS	2/1								3	
7RS	3/0								3	
8RS	3/0								3	
9RS	2/0								2	
10 RS	2/0								2	
Gesamt	55[1]	6[2]	9[3]	3	2	10	11	41	96	26

[1] Lehrkräfte [2] Jugendbegleiter [3] pädagogische Mitarbeiter

Jugendbegleiter- und Sportpädagogeneinsatz im Sportunterricht der LUS

Eine erste Evaluation des sportpädagogischen Konzepts der Ludwig-Uhland-Schule

Auch im Sport sind an der Ludwig-Uhland-Schule Birkenfeld (LUS) Bildung und individuelle Förderung die handlungsbestimmenden Intentionen. Damit verbunden ist die Hypothese, dass ein Schüler, welcher pro Woche zwischen 35 % und 58 % mehr Lernangebote erhält, zwangsläufig andere, positivere Lern- und Trainingsergebnisse erreichen muss, als dies auf Grund der Ausgangslage des Schülers in einer Regelklasse zu erwarten gewesen wäre. Bewusst vernachlässigt werden bei dieser Evaluation Faktoren wie Qualität und Motivation der unterrichtenden Personen, die Motivation der Schüler oder die Unterstützung durch die Eltern usw.

Überprüfung der Leistungen im Schwimmunterricht

Um diese Hypothese für den Bereich der sportpädagogischen Bildung zu überprüfen, wurden verschiedene Verfahren angewendet.

Im Bereich Schwimmen wurden die Leistungen der GTS-Klasse 4a und der Halbtags(Regel-)klasse 4b überprüft und verglichen. Nach einer intensiven Schwimmförderung in den ersten 3 Schuljahren - durchschnittlich erhielt die GTS-Klasse pro Schuljahr eine Stunde mehr Schwimmunterricht als die Regelklasse - zeigt sich der in Schaubild 1 dargestellte Vergleich.

	Streckentauchen	1 Bahn (16 m) Brustschwimmen	1 Bahn (16 m) Rückenkraul	1 Bahn (16m) Kraulschwimmen
GTS-Klasse 4a	12,2 m	19,0 sec	20,7 sec	17,4 sec
Regelklasse 4b	10,5 m	22,1 sec	27,4 sec	23,9 sec
Differenz	2,3 m	3,1 sec	6,7 sec	6,5 sec

Schaubild 1 **Mittelwerte der Schwimmleistungen**
Es zeigt sich, dass die GTS-Schüler weit bessere Leistungen erbringen als die Regelschüler, obwohl diese mit besseren sportlichen Grundfertigkeiten gestartet sind.
Zum Zwecke der Anonymisierung wurde auf die Angabe der Schuljahre verzichtet.

Überprüfung der allgemeinen motorischen Fähigkeiten und Fertigkeiten

Im Bereich der allgemeinen sportlichen Fähigkeiten und Fertigkeiten wurde im Schuljahr erstmals 2006/2007 ein motorischer Test auf der Grundlage vieler bislang publizierter Testverfahren - dazu gehört unter anderem das nationale Motorik-Modul (MoMo) und das Karlsruher Testsystem für Kinder (KATS-K) - entwickelt und auf die Bedürfnisse der LUS angepasst. Die Auswertungstabellen basieren auf den Daten der „MoMo-Studie (Stichprobengröße: 4.500 Kinder zwischen 4-17 Jahren, repräsentativ aus ganz Deutschland; www.motorik-modul.de) sowie der Untersuchung „Fitness in der Grundschule"(2001), welche von Prof. Dr. Klaus Bös entwickelt wurde (Stichprobengröße: 1.500 Kinder zwischen 6-10 Jahren aus 5 Bundesländern).

Mit Hilfe des motorischen Tests kann der aktuelle Leistungsstand der Kinder bezüglich der körperlich-motorischen Leistungsfähigkeit festgestellt werden (IST-Diagnose). Eine solche Diagnose ermöglicht den Lehrkräften zum einen, frühzeitig Bewegungsauffälligkeiten zu erkennen und darauf aufbauend entsprechende Unterrichts- und Trainingsmaßnahmen optimal und individuell auf die körperlichen Voraussetzungen abzustimmen, zum anderen kann durch die mehrmalige Durchführung dieses motorischen Tests die Veränderung der körperlich-motorischen Leistungsfähigkeit festgehalten werden (Verlaufs-Diagnose). Aus den so gewonnenen Resultaten können Rückschlüsse über die Leistungsentwicklung der Schüler und damit auch über die Effektivität von Trainings- und Bewegungsprogrammen, also vom durchgeführten Sportunterricht und den Zusatzangeboten im Rahmen der GTS gezogen werden.

Seit dem Schuljahr 2007/2008 führen die Sportlehrkräfte diesen Test regelmäßig zu Beginn eines neuen Schuljahrs in den 1., 3., 5. und 7. Klassen durch und können nun in einer kleinen Langzeitstudie erste Ergebnisse vorweisen.

Der motorische Test der LUS besteht aus 6 Einzeltests

1. 20-m-Sprint zur Überprüfung der Aktionsschnelligkeit
2. Liegestütz zur Überprüfung der Kraftausdauer der oberen Extremitäten
3. Seitliches Umsetzen zur Überprüfung der Koordination unter Zeitdruck

4. Balancieren rückwärts zur Überprüfung der Koordination bei Präzisionsaufgaben

5. Rumpfbeuge (stand and reach) zur Überprüfung der Rumpfbeweglichkeit

6. 6-Minuten Ausdauerlauf zur Überprüfung der aeroben Ausdauer

Testergebnisse und deren Interpretation

In den folgenden Schaubildern werden die Testergebnisse der Klassen 1a und 1b in den ersten Monaten ihrer Schulzeit (Schaubild 2) und dann nach 2 Unterrichtsjahren als 3a und 3b (Schaubild 3) dargestellt.

Zum Zwecke der Anonymisierung wurde auf die Angabe der Schuljahre verzichtet.

Die Diagramme zeigen die Entwicklung der gleichen Klassen vom Schuljahr 1 nach Schuljahr 3. Dabei handelt es sich auch hier bei der a-Klasse um die GTS-Klasse und bei der b-Klasse um die Halbtagsklasse.

Zu Beginn der Schulzeit und nach zwei Unterrichtsjahren lassen sich folgende Ergebnisse feststellen:

Während sich die GTS-Klasse 3a in fast allen Einzeltests um einige Prozentränge gesteigert hat, im Gesamtwert sogar von 42,8 auf 59,2 Prozentränge, konnte sich die Regelklasse 3b nur in 3 Einzeltests steigern und hat insgesamt nur einen Leistungszuwachs von 4,5 Prozenträngen.

Die oben angeführten Tendenzen werden ebenfalls durch eine mittelfristige Vergleichsstudie mit den Klassen 5 nach Klasse 7 in der Hauptschule (GTS) und der Realschule (Halbtagesklassen) bestätigt.

In der Gesamtinterpretation kann gefolgert werden, dass die sportpädagogische Konzeption im Rahmen einer GTS unter Einbeziehung des Jugendbegleitermodells zu einer signifikanten Steigerung der Lern- und Trainingsergebnisse führt.

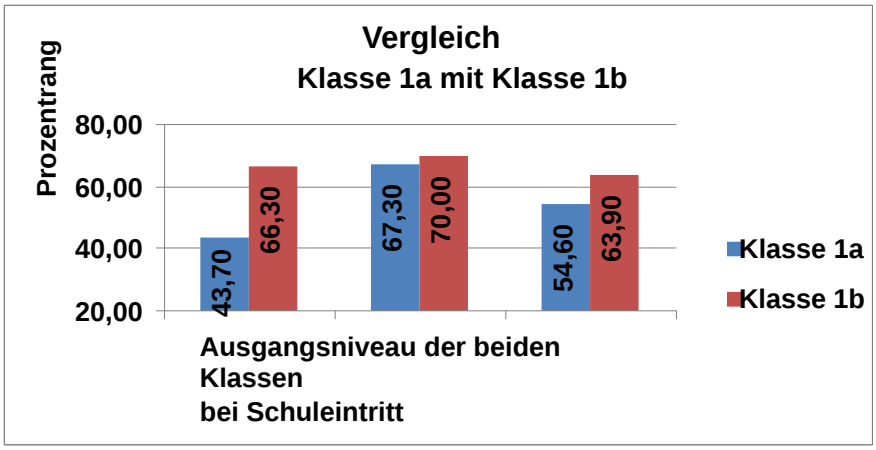


Schaubild 2

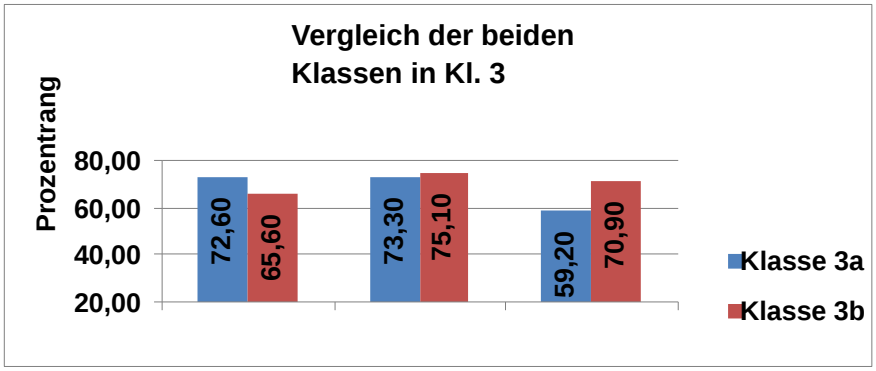
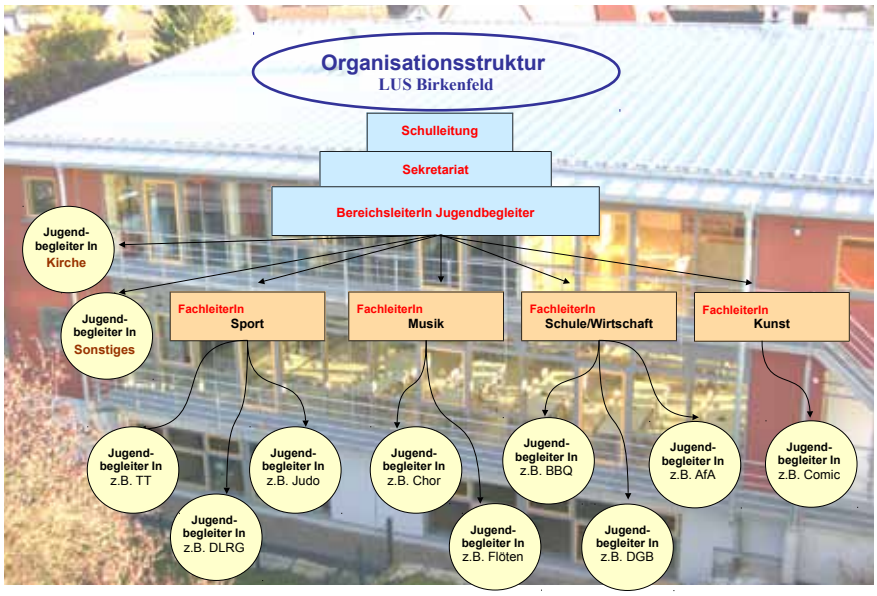


Schaubild 3



Das Tobeparadies bereichert das Bewegungsangebot der AKS Graben

Katrin Gallach, Nadine Steska-Schmidt, Adolf-Kussmaul-Grundschule Graben

Wer sind wir?
Wir, die Adolf-Kussmaul-Grundschule, sind eine teilgebundene Ganztagsschule mit Kindern aus Graben-Neudorf sowie Kindern aus umliegenden Ortschaften. Im Augenblick haben wir zwei Ganztags- und eine Regelklasse pro Klassenstufe. Derzeit wird unsere Schule von 280 Schülern besucht. Unser Kollegium setzt sich aus 25 Kolleginnen und Kollegen, zwei Referendaren und einem Pädagogischen Assistenten zusammen. Des Weiteren wird unsere pädagogische Arbeit durch eine BUFDI-Leistende, zahlreiche Übungsleiter aus dem Bereich Kooperation „Schule- und Verein", sowie Eltern und Jugendbegleitern unterstützt. Nur durch eine enge und vertrauensvolle Zusammenarbeit aller Mitarbeiter unserer Schule lässt sich unser derzeitiges Ganztagsangebot mit einem umfassenden bewegungsfördernden Anteil umsetzen. Jeder Einzelne übernimmt somit einen wichtigen Part und ist unentbehrlich für unsere Arbeit.
Durch eine regelmäßige und intensive Zusammenarbeit mit dem Förderverein unserer Schule erfahren wir eine große Unterstützung organisatorischer und finanzieller Art. Dank dieser Kooperation konnten wir in den letzten Schuljahren unser Angebot an Bewegungsmöglichkeiten stetig ergänzen und erweitern. Unsere Schüler können aus einem breit gefächerten Sport- und Freizeitangebot, ihren Interessen entsprechend auswählen.

Wie sieht der Tag an der AKS – Graben aus?
Unser Tagesplan gibt Ihnen einen Überblick, wie Sport- und Bewegungsmöglichkeiten regelmäßig im täglichen Ganztagsangebot integriert werden können.
Ein wichtiger Bestandteil unseres Ganztageskonzepts ist das „Lernen durch Bewegung".
„Bewegung ist für die Entwicklung und Bewahrung der menschlichen Persönlichkeit unverzichtbar. Kleinkinder artikulieren sich über Bewegung, drücken Emotionen und Bedürfnisse mittels Bewegung aus, lange bevor sie sprechen können. Im Schulalter ist Bewegung unverzichtbar, um den Körper zu erfahren, zu entwickeln und sportliche Fähigkeiten zu erwerben." In der neueren Gehirnforschung wird bestätigt, dass Lernen und Bewegung in einem untrennbaren Zusammenhang stehen. Es gilt als unbestritten, dass Bewegung nicht nur für die motorische, sondern auch für die kognitive, emotionale und soziale Handlungsfähigkeit eine zentrale Lernkategorie darstellt. (s. „Die Schule bewegt sich" MKS Baden-Württemberg)

Was macht unser Ganztagskonzept aus?
Die Integration des Aspekts „Bewegung und Sport" wird an der AKS kontinuierlich ausgebaut und weiterentwickelt. Unser „Tobeparadies", ausgestattet mit Kletterwand, Boxsack, Sprossenwand, Seilschaukeln, Bänken etc. wird von den Klassen während der Unterrichtszeit genutzt, um den Kindern durch eine Bewegungspause im Unterricht wieder die nötige Konzentrationsfähigkeit zu ermöglichen. Der Toberaum steht außerdem während der Spiel- und AG-Zeit zur Verfügung.
Neben drei Sport- und Schwimmstunden in der Woche (eine Doppelstunde

Schulbetrieb mit Ganztagsschule

- Klassen 1 -

Zeit	Dauer	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
07.00		Öffnung des Schulhauses				
07.15	30 min	Kernzeitbetreuung nach Bedarf				
07.45	15 min	Gleitender Schulanfang				
08.00	90 min	**Unterrichtsblock 1**				
09.30	20 min	Aktivpause im Schulgelände				
09.50	10 min	Gemeinsames Frühstück				
10.00	90 min	**Unterrichtsblock 2**				
11.30	15 min	Aktivpause im Schulgelände				
11.45	45 min	Spielzeit/Kreativzeit / Ruhezeit / (Vor-)Lesezeit (Kinder wählen spontan; Lehrer,Kernzeitteam,Eltern...)				
12.30	45 min	**Mittagstisch 1/2**				nach Bedarf
13.15	15 min	Bewegungsangebote im Schulgelände				nach Bedarf
13.30	45 min	Kurse/Lernangebote	**Unterrichtsblock 3**	**Unterrichtsblock 3**	Kurse/Lernangebote	kein Angebot
14.15	45 min	Werkstattarbeit / Kurse /Lernangebote/„Hausaufgabenbetreuung"				
15.00	60 min	Angebote durch Schule (AG's, Kurse...) und Partner der Schule (Vereine, Kirchen, Eltern...)				
16.00		**Ende des Tagesbetriebes**				

Sport und Schwimmen im Wechsel), ist eine tägliche Spiel- und Bewegungszeit in den Schultag integriert. Diese Bewegungszeit beginnt bereits mit der morgendlichen 20-minütigen Aktivpause und endet am Nachmittag mit einer Arbeitsgemeinschaft, die in erster Linie einen sportlichen Hintergrund beinhaltet. Das Prinzip „Lernen durch Bewegung" nimmt ebenso einen wichtigen Teil im ganztägigen Unterricht ein. Somit findet ein regelmäßiger Wechsel zwischen „Konzentration und Bewegung/ Entspannung" statt.

Schulsport

Unser Sport- und Schwimmunterricht umfasst drei Stunden pro Woche. Dabei haben die Dritt- und Viertklässler wechselweise eine Doppelstunde Sport oder Schwimmen in der Woche. Im Sportunterricht lernen die Kinder verschiedene Disziplinen des Breitensports kennen. Mit Hilfe der Kooperation umliegender Vereine werden unsere Sportfachkräfte durch „Profis" aus den Bereichen Fußball, Handball, Basketball, Ringen und Parcours etc. im Unterricht unterstützt. Aktuell werden die Kinder im Sportunterricht durch Experten aus der Sportart Ringen auf einen Ringwettkampf an unserer Schule vorbereitet. Zudem besuchen uns Basketballspieler der BG Karlsruhe, die mit verschiedenen Klassen eine Basketballstunde durchführen. Diese Aktionen motivieren die Kinder zusätzlich, sich für den „Sport im Verein" zu entscheiden und auch in ihrer Freizeit aktiv Sport zu treiben.

Im Rahmen des Sport- und Schwimmunterrichts haben die Kinder die Möglichkeit, jährlich

- das deutsche Sport- und Schwimmabzeichen
- das Seepferdchen/ Trixi und
- das Jugendschwimmabzeichen (Bronze, Silber, Gold)

abzulegen.

Schulische und außerschulische Wettkämpfe

Wettkämpfe gehören seit Jahrzehnten zum festen Bestandteil unseres aktiven Schullebens. Die Schüler werden im Sportunterricht oder in AG's darauf vorbereitet. Dazu gehören z.B.:

- Bundesjugendspiele Schulsportfest mit Fußballturnier
- Teilnahme bei Jugend trainiert für Olympia in Fußball, Tennis, und Leichtathletik
- Schulsportpräsentationen des Regierungspräsidiums und der SSA Karlsruhe
- „Unicef" - Kinder laufen für Kinder
- Sparkassen – Schwimmwettkampf
- Jährlicher Handballspieltag mit Besuch eines Handballspiels des Bundesligavereins „Rhein-Neckar-Löwen"
- Ringerturnier
- ADAC-Fahrradturnier
- Völkerballturnier – organisiert von unserem Förderverein
- Zusatzangebot einer Kindersportakademie „Jobeko"
- etc.

Bewegter Unterricht

In der Praxis bedeutet dies, dass Kompetenzen nicht nur auf kognitive Art, sondern ebenso durch bewegtes, spie-

lerisches und handlungsorientiertes Lernen erworben werden. Der Kompetenzerwerb z.B. in Deutsch, Mathe und dem Fächerverbund Mensch-Natur-Kultur (MNK) wird somit durch Lauf- und Bewegungsspiele unterstützt.

Projekt „Komm mit in das Gesunde Boot“

„Das Programm „Komm mit in das Gesunde Boot“ fördert die gesundheitliche Entwicklung der Kinder in Grund- und Sonderschulen. Ziel ist der Aufbau von Kompetenzen für einen gesunden Lebensstil bereits in jungen Jahren. Im Zentrum stehen die Bildungsplan-Themen Bewegung, Ernährung und Freizeitgestaltung des MNK.
Schulen, die sich besonders engagiert am Programm beteiligen, können mit der Plakette „Wir sind an Bord!“ ausgezeichnet werden.“ Diese Plakette wird unserer Schule im Juni 2013 überreicht werden.
Ein weiterer Teil des „Bewegten Unterrichts“ sind die Bewegungskarten dieses Programms. Darauf sind stichpunktartig kurze “Bewegungsspiele“ beschrieben, die als Auflockerung im Unterricht oder zur gezielten Bewegungsförderung, z.B. zwischen den Schulstunden, eingesetzt werden können. Alle Übungen können im Klassenzimmer, viele sogar direkt am „Sitzplatz“ durchgeführt werden.

(http://www.gesunde-kinder-bw.de/grundschule/index.php?idcat=32&sid=fd185800527f336a2d47db6568abd62a, Zugriff am 28.04.2013

Aktivpause

Während der Aktivpause auf dem Außengelände steht den Kindern ein Spielhaus mit einer großen Spiel- und Jongliersammlung zur Verfügung. Dort können sie Einräder, Stelzen, Pedalos, Seile, Bälle usw. ausleihen. Die Ausgabe erfolgt durch einen „Spielhaus-Dienst“, organisiert von den Viertklässlern. Auf unserem Schulhof mit Hüpfspielen und Tischtennisplatten sowie einem Fußballplatz können die Kinder die Zeit aktiv nutzen.

Arbeitsgemeinschaften

Die AG’s unserer Schule bieten den Kindern ein vielfältiges sportliches Angebot. Durchgeführt werden diese von Lehrern, Kooperationspartnern aus Vereinen und Eltern. Das große Spektrum reicht von A wie Aikido bis Z wie Zumba.

Die „Ergebnisse“ der AG’s werden wiederum für Auftritte auf Schulfesten, bei der AWO/ Altersheim, einem internationalen Kinderfest oder für die Schulsportpräsentation des RP Karlsruhe genutzt, bei der wir in diesem Jahr mit zwei Gruppen vertreten waren. So haben unsere Schüler die Möglichkeit, Sportarten, mit denen sie sonst nicht direkt in Berührung kommen würden, für sich zu entdecken und sich dafür zu begeistern. Hier ein kleiner Auszug aus unserem AG-Angebot: Aikido, Akrobatik, Golf, Indiaca, Zumba, Fußball (Schulmannschaft), Handball, Ringen und Raufen nach Regeln, Boxen, Karate, Schach, Tanzen (Orientalischer Tanz, Hip Hop, Tanzen zu Popmusik).

Die AG’s finden für Erst- und Zweitklässler täglich von Montag bis Donnerstag und für die Dritt- und Viertklässler 2 x die Woche statt. (Erstklässler – halbjährlicher Wechsel, Zweit- und Viertklässler geben ihre AG-Wünsche an, die es bei der Planung entsprechend zu berücksichtigen gilt.
Deswegen sollte für die Organisation der AG-Pläne in jedem Fall genügend Zeit eingeplant werden.

Spielzeit

In der Spielzeit stehen den Kindern freiwählbare Angebote zur Verfügung. Dadurch gestaltet jedes Kind seine „Mittagspause“ jeden Tag nach seinen jeweiligen Bedürfnissen. Die Kinder haben dementsprechend die Wahl, eine aktive Bewegungspause mit anschließender Entspannung in unserer Ruheinsel zu verbringen.

Angebote in der Spielzeit:
- Tobeparadies
- Ruheinsel
- Erlebnis-Spielplatz
- Schulhof/ Wiese
- Spielhäuschen

Auf Grund einer veränderten Lebensumwelt der Kinder nimmt die Bewegungs- und Gesundheitsförderung in der Schule einen immer größer und wichtiger werdenden Raum ein. Der Auftrag unserer Schulen, dieser Entwicklung gerecht zu werden, wächst somit stetig.

Bei weiterem Interesse können Sie sich gerne mit unserer Schule in Verbindung setzen.
www.kussmaulschule.de,
E-Mail: aksgraben@t-online.de,
Tel: 07255-71260

Den Schultag mit einer Stunde Sport beginnen

G. Trittner und Wulf Saur, Bibris-Schule Herbrechtingen

„Sport wirkt", darin sind sich alle Lehrer einig, die seit Schuljahrsbeginn unter dem Begriff **Powersport** die Bibrisschule zu einer Vorzeigeschule gemacht haben. Für die Schüler der Werkrealschule beginnt die Schule täglich mit einer Sportstunde.

Powersport, das neue Profil der Bibris-Werkrealschule, hat sich die Lehrerschaft selbst erarbeitet. Zehn Lehrer bieten zehn Sportarten an, dreimal im Schuljahr wählen die Kinder neu aus, was sie gerne machen möchten. Ausgangspunkt und Orientierung für den morgendlichen Sport sind die neueren Ergebnisse der Hirnforschung. Dort weiß man, dass Bewegung die grauen Zellen animiert, ruhige Kinder aufgeweckter und ihre zappeligen Kameraden konzentrierter werden. Seit September stehen deswegen unter anderem morgens 45 Minuten Fußball, Jogging, Tischtennis, Powerschwimmen, Wasserball oder Aqua-Fitness auf dem Stundenplan.

Bevor dieses Modell eingeführt wurde, klagte die Lehrerschaft immer wieder über die häufige Nichtteilnahme vieler Schüler am Sportunterricht. Gerne hatten diese ihre Sportsachen vergessen, täuschten Verletzungen vor oder kamen zu spät zum Unterricht. In den höheren Klassen kam es nicht selten vor, dass der Sportunterricht nur mit rund der Hälfte der Schüler stattfand.

Jetzt drängen sich die Schüler morgens vor den Hallen und können es kaum erwarten bis der Unterricht beginnt. Im Schwimmbad sind viele Schüler bereits 15 Minuten vor dem eigentlichen Unterrichtsbeginn im Wasser und ziehen Ihre Bahnen um sich einzuschwimmen.

Dass die Schüler lernbereiter und motivierter sind, bestätigten nicht nur ihre Lehrer, die Kinder selbst geben dem Powersport durchwegs gute Noten. Eine aktuell ausgewertete Umfrage zeigt, dass 190 von den gut 220 Schülern an den Sportstunden Spaß haben und sich immerhin 171 danach nicht müder, sondern fitter fühlen. Was die Lehrer auch feststellen, ist die Tatsache, dass die Motivation in den nach Alter und Geschlecht gemischten Sportgruppen höher ist. Zugleich wird noch soziale Kompetenz trainiert, die Großen nehmen Rücksicht auf die Jüngeren.

Der Organisationsaufwand, um den **Powersport** anzukurbeln, war hoch. Die Bibris-Werkrealschule belegt z.B. in der ersten Stunde alle fußläufig erreichbaren Turnhallen im Umkreis. Im Hallenbad Jurawell wurde sogar die Frühschwimmerstunde vorverlegt, damit die Schüler Schwimmen können. **Powersport** gibt es an der Schule dienstags, mittwochs und donnerstags für die Klassen 5-9. Der Klassenverbund ist dafür aufgehoben. Am Montag und Freitag findet für die Klassen 5-7 regulärer Sportunterricht im Klassenverband statt.

Über dieses Angebot hinaus gibt es an der Bibrisschule, im Rahmen der offenen Ganztagsschule, nachmittags eine Fußball und eine Sportspiel AG am Montag. Mittwochs findet nachmittags eine Basketball AG statt.

Auch von Seiten der Eltern, unterstreicht der Schulleiter, habe es keine einzige negative Stimme gegeben.

Mit ihrem **Powersport** hat die Bibrisschule mittlerweile weithin von sich reden gemacht. Immer mehr Schulen informieren sich über das Sportkonzept, mit dem die Schule im weiten Umkreis einzigartig dasteht.

Fotos: J. Räpple

Science Kids an der Konrad-Adenauer-Schule Bruchsal

Ilona Reder, Konrad-Adenauer-Schule Bruchsal

„*Science Kids* - Kinder entdecken Gesundheit" ist ein Projekt der AOK Baden- Württemberg und des Ministeriums für Kultus, Jugend und Sport, begleitet durch Wissenschaftler der Universität Konstanz, der Pädagogischen Hochschule Heidelberg und dem FoSS an der Universität Karlsruhe. „Das Angebot für handlungsorientierte Gesundheitsbildung(..)" ermöglicht Kindern, durch eigenes Entdecken und Erforschen die Zusammenhänge zwischen Ernährung bzw. Bewegung und den Folgen für den eigenen Körper selbsttätig zu „ be-greifen"[1]. Was zunächst für Grundschüler entwickelt wurde, hat sich nun auch in der Sekundarstufe fortgesetzt.

Vor einigen Jahren entdeckte das Kollegium der Konrad-Adenauer-Schule Bruchsal das Projekt Science Kids und wollte es in einer Projektwoche für die ganze Schule umsetzten. Nach ausgiebiger Planung kam man zu dem Entschluss, die Woche unter dem Motto „Fit for Life" mit noch weiteren Aktionen durchzuführen. Die Klassenverbände (Klasse 1-8) wurden aufgelöst und die SchülerInnen in kleinere Gruppen aufgeteilt. Jede Gruppe hatte einen festen Tagesplan (siehe Abbildung 1), aufgegliedert in Bewegung, Ernährung und einem Workshop *Science Kids*. Ergänzt wurde das Angebot durch weitere Workshops wie Theaterpädagogik, Walderlebnis, Entspannung, Judo etc. Jeder Schüler erlebte so eine Woche mit täglicher Bewegung, einem gesunden Frühstück, das von älteren Schülern und Schülerinnenvorbereitet wurde, und verschiedenen Workshops. Die Workshops hatten gesunde Ernährung, Umgang mit dem eigenen Körper, aber auch Stärkung des eigenen Ichs und des Selbstvertrauens zum Inhalt.

Zugute kamen dem Projekt die bereits bestehenden Kooperationen mit verschiedenen Vereinen, der Badischen Landesbühne und der Musikschule. Durch sie konnten einzelne Bereiche abgedeckt werden.

Nach dieser Woche waren sich alle einig, dass dieses Projekt sehr gewinnbringend für Schüler und auch für Lehrer gewesen war.

Manch ein Kollege führte das Projekt Science Kids in der eigenen Klasse weiter. Immer wieder wurden einzelne Module im Rahmen des MNK/MNT-Unterrichts behandelt.

In diesem Schuljahr bot es sich an *Science Kids* in den MNT-Unterricht der 6. Klasse einzubinden. Das Thema: „Bewegte Welt"

Zunächst lernten die SchülerInnen das

Modul kennen „Mein Körper - was ihn stützt und bewegt". Sie beschäftigten sich praxisnah mit dem Aufbau des Bewegungsapparates des Menschen, so wie es im Bildungsplan gefordert wird.
Für die SchülerInnen war es sehr spannend am eigenen Körper zu spüren, wie die Muskulatur arbeitet. Überraschend war auch der Versuch „Was wären wir ohne Gelenke?". Die SchülerInnen bekamen über ihre Arme Kartonröhren gestülpt und sollten nun einen Apfel essen. Ein einfacher, aber sehr erfolgreicher Versuch. Ganz besonders motivierend wurde es, als die Klasse im MNT- Raum den Versuch „ Macht Milch starke Knochen?" und „Ist Calcium in der Milch enthalten?" durchführte. Wenn auch die Hähnchenknochen, die für die bessere Veranschaulichung vorbereitet worden waren, zunächst „echt eklig" aussahen, war die Neugier darauf letztendlich doch größer, was aus einem Knochen ohne Calcium wird. Wie echte Laboranten - ausgestattet mit Schutzbrillen und dem nötigen Material, Reagenzgläser, Ammoniumoxalat, Essig und destilliertem Wasser - stellten die SchülerInnen Molke her und wiesen Calcium in der Milch nach.
Die Erkenntnis, dass in der Werbung oft von gesundem Essen gesprochen wird, wo eigentlich großteils Zucker vorhanden ist, war besonders tiefgreifend. Dazu verglichen die Schüler verschiedene Verpackungen von Lebensmitteln und deren Bestandteile.
Auch das Modul „Energiewandel- wie viel Energie braucht der Körper?" hinterließ bleibende Eindrücke. „Hätte ich doch den Apfel gegessen und nicht die Milchschnitte", hörte man beim Laufen auf dem Sportplatz. Woher kam das? Zuvor war den Schülerinnen und Schülern eine Auswahl an kleinen Snacks - vom Apfelschnitz über Gummibärchen bis zur Milchschnitte - angeboten worden, von denen sich jeder eine kleine Zwischenmahlzeit nach Wunsch aussuchen durfte.
Allerdings mussten sie anschließend die zugeführte Energie wieder „ablaufen". Die SchülerInnen sollten am eigenen Leib erfahren, wie viel Energie so ein Stück Lebensmittel in sich hat.
Nach weiteren Aktionen wurde bald klar, wie wichtig eine gesunde Ernährung für unseren Körper ist. Seitdem haben das Schulfruchtprogramm, die Salatbar und das Obst als Nachtisch in unserer Mensa einen ganz anderen Stellenwert.
Ein Highlight war schließlich noch das Modul Energieumwandlung. Es wurde verdeutlicht, dass Energie niemals verloren geht, sondern stets umgewandelt wird. An der „Magdeburger Glocke" und weiteren Versuchen wurde geklärt, was der Begriff Druck/ Luftdruck bedeutet. Danach durften die SchülerInnen eine Wasser-Druck-Rakete herstellen.
Als dann endlich die Raketen abgeschossen wurden, ging es vor allem darum, wie weit und hoch wohl die Raketen fliegen würden. Ein lautes „oh" und „ah" war zu hören, wenn die Raketen teilweise bis zu 70m hoch flogen. Das Feedback zeigte nochmals, wie begeistert die SchülerInnen von der ganzen Einheit waren und dass doch das eine oder andere auf fruchtbaren Boden gefallen ist.
Dieses Projekt hat sicherlich nicht dazu geführt, dass die SchülerInnen kein Fastfood und keinen Eistee mehr zu sich nehmen. Aber es hat sensibel gemacht und bewirkt, dass eine Grundlage geschaffen wurde, die nun durch weitere Aktionen ausgebaut werden muss. Es ist wichtig, den Schülerinnen und Schülern immer wieder den Zusammenhang zwischen Bewegung, Ernährung und Gesundheit bewusst zu machen und das auf möglichst motivierende Weise und nicht mit dem erhobenen Zeigefinger.
Das Projekt *Science Kids* lässt sich leicht in den Unterricht einbauen. Materialien und ausgearbeitete Unterrichtsstunden sind in den Handreichungen vorhanden. Sogar ein Science-Kids-MiniLab wurde speziell zusammengestellt.
Weiter Infos gibt es auch unter www.sciencekids.de
Handreichungen: Staunen & Be-greifen, Stiftung „Sport in der Schule" AOK Baden Württemberg

[1] *Staunen & Be-greifen I S.7*

Aktionswoche Fit 4 life Konrad-Adenauer-Schule Plan Klasse 4

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8.00-10.30	Wir machen uns fit für den Tag- Circuit-Training/ StepAerobic	Wir machen uns fit für den Tag- Das bewegte Klassenzimmer	Wir machen uns fit für den Tag- Fun-Olympiade	Wir machen uns fit für den Tag- Laufparcours im Wald	Gemeinsamer Wandertag der Grundschule Ziel wird noch festgelegt
10.00-11.00	Gesundes Pausenbrot für die Klasse	Das gesunde Frühstück (Mensa)	Gesundes Pausenbrot für die Klasse	Gesundes Pausenbrot für die Klasse	
11.00-12.00	Science Kids Wie viel Wasser muss ich trinken	Science Kids Wunderwerk Körper- Skelett u. Muskel	Science Kids Mit allen Sinnen bewegen	Science Kids Lauf und Schnauf- Energie	
12.00-12.30	Blitzlicht: Das war unser Tag/ Entspannungsübungen/ Märchen				

Abbildung 1

Fußball in der Ganztagsschule

Uwe Ziegenhagen, Badischer Fußballverband

Badischer Fußballverband e.V.

Der Badische Fußballverband (bfv) ist mit knapp 200.000 Mitgliedern in über 600 Vereinen der zweitgrößte Sportfachverband innerhalb des Badischen Sportbunds (BSB). Als Teamsportart mit einer Mannschaftsstärke in der Regel von 11 Spielerinnen oder Spielern im Spielbetrieb stellt natürlich die demografische Entwicklung den bfv vor grundlegende Herausforderungen. Hinzu kommt der stetige Ausbau von Schulen zu Ganztagsschulen, was sowohl für die Schulen wie auch die Sportvereine weitere Hürden aufbaut. Ganztagsschule und Sportvereine – ein Widerspruch an sich oder Chancen der gemeinsamen Synergienbündelung? Es hängt davon ab, wie die notwendigen Rahmenbedingungen erfolgreich vernetzt werden können.

Was erwarten denn Schulen von Sportvereinen: Schulen benötigen Qualität, Dauerhaftigkeit und Zuverlässigkeit beim kooperativen Einsatz von Vereinen im Ganztagsschulbetrieb. Zeitlich befristete Projekte über wenige Tage oder Wochen bilden keine Grundlage für eine nachhaltige Kooperation. Schulen brauchen Unterstützung über das ganze Schuljahr – über mehrere Schuljahre hinweg.

Das stellt hohe Anforderungen an das Vereinspersonal. Ehrenamtlich tätige Personen stehen aufgrund der gesellschaftlichen Veränderung zu intensiverer Arbeitszeitverdichtung, Flexibilität und teilweise weiter Anfahrtswege zum Berufsort dem Einsatz in der Schule vor 16.30 Uhr kaum zur Verfügung. Also zu Zeiten, an denen der Ganztagsschuleinsatz eigentlich schon beendet sein dürfte.

Genau so ergeht es den Lehrerinnen und Lehrern, die den umgekehrten Weg in die Vereine aufgrund gleichartiger beruflicher Mehrbelastungen kaum noch finden.

Welche realistischen Möglichkeiten gibt es daher für Schule und Verein? Ein erfolgreiches Instrument, welches der bfv in den zurückliegenden beiden Jahren intensiv genutzt hat, liegt in der Einrichtung des Bundesfreiwilligendienstes (BFD) und des Freiwilligen Sozialen Jahres (FSJ). Junge Menschen werden über den bfv in enger Vernetzung mit einem oder mehreren beteiligten Vereinen für Kooperationsmaßnahmen Schule/Verein zur Verfügung gestellt. Diese Jugendlichen übernehmen Aufgaben zu Zeiten in den Schulen, zu denen „normale" Ehrenamtliche aus o. g. Gründen keine Möglichkeit besitzen. Betreuungsaufgaben in Randzeiten, Aufbau eines sportlichen Mittagspausenangebots, Beteiligung an der Rhythmisierung des Nachmittagsangebots, Einrichtung von klassischen Fußball-Arbeitsgemeinschaften oder Mithilfe bei der Betreuung von JtfO-Teams stellen nur einige Aufgabengebiete dar.

Wie erfolgreich der Einsatz dabei sein kann, verdeutlichen folgende Zahlen: Die Anzahl aller Kooperationen Schule/Verein des bfv lag im Schuljahr 2011/2012 bei 106 Maßnahmen. Mit der Einrichtung von insgesamt 8 BFD/FSJ-Stellen im Schuljahr 2012/2013 schnellte die Kooperationszahl auf 179 Maßnahmen hoch. Dies bedeutet, dass jeder BFD/FSJler im Durchschnitt 9 Kooperationsmaßnahmen pro Schuljahr und das regelmäßig in jeder Woche betreut. Hinzu kommen Einsätze bei Spielfesten, Schulfeiern bis hin zur Begleitung von Klassenfahrten. Im kommenden Schuljahr steigt die Anzahl an BFD/FSJlern im bfv wiederum um drei Einsatzstellen, so dass die Kooperationszahlen und damit eingebundene Schulen sowie Vereine weiter steigen werden.

Entscheidend ist aber, dass genügend BFD-Stellen, die zurzeit gedeckelt sind, den Vereinen über die Politik zur Verfügung gestellt werden, um die hohe Erwartungshaltung der bfv-Vereine und der lokal ansässigen Schulen zu befriedigen. Jede einzelne BFD/FSJ-Stelle mehr lässt die Kooperationszahlen nachhaltig steigen und festigt die Zusammenarbeit zwischen Schule und Verein im Bereich der Ganztagsschulentwicklung.
Die nachhaltige Entwicklung von Personal für die Besetzung der BFD/FSJ-Stellen im bfv kann über die in Baden-Württemberg seit Jahren erfolgreich praktizierte Schülermentorenausbildung vorgenommen werden. Hier wird der bfv als Ziel seiner internen Strategieentwicklung in den kommenden Jahren die Ausbildungskapazitäten vervielfachen, um möglichst vielen Schülerinnen und Schülern den Einstieg zu ermöglichen und s,ie damit zu binden. Diese Schülermentorinnen und Schülermentoren stehen dann den Schulen wie auch begleitend den BFD/FSJlern unterstützend zur Verfügung.

Mittelfristiges Ziel ist zudem neben den zwei bereits existierenden Eliteschulen des Fußballs die Entwicklung von weiterführenden Schulen zu Partnerschulen des Fußballs. An diesen kommen die BFD/FSJler zusammen mit den dort ausgebildeten Schülermentorinnen und Schülermentoren intensiv zum Einsatz. Gleichzeitig betreuen sie die umliegenden Grundschulen im Kooperationsprojekt Schule/Verein und sichern damit den Partnerschulen die Grundlage für konstante Schülerzahlen.

Der verzahnende Einsatz des einzigartigen DFB-Mobils zur dezentralen Fortbildung von Lehrerinnen und Lehrern wie auch die Nutzung der Aktion des Deutschen Fußball-Bundes (DFB) „DFB-Doppelpass 2020 – Schule und Verein gemeinsam am Ball" runden eine ganzheitliche Synergienbündelung von Schule und Verein ab.

Unter Berücksichtigung der o. g. Rahmenbedingungen kann daher der Einsatz der bfv-Vereine in der Ganztagsschule gelingen, um eine gelebte und damit nachhaltige Partnerschaft auf Augenhöhe zu sichern.

FSJ-/BFD- Freiwillige im Schuleinsatz Ein Praxisbeispiel

Nils Fischer, Badischer Handballverband

Seit acht Jahren sind beim Badischen Handball-Verband (BHV) junge Freiwillige im „Freiwilligen Sozialen Jahr" (kurz: FSJ) sowie seit September 2012 auch im Bundesfreiwilligendienst (kurz: BFD) im Einsatz. Die Freiwilligen des BHV sind zu ca. 80% ihrer Arbeitszeit für die BHV-Vereine tätig, um in deren Namen Handball AGs an Schulen im Rahmen der sogenannten Kooperationen Schule-Verein bedienen zu können. Der BHV nimmt mit seinem Freiwilligen-Projekt und den damit durchgeführten Kooperationen Schule-Verein eine der führenden Rollen im Deutschen Handballbund und in der badischen Sportlandschaft ein. Von insgesamt mehr als 1.000 beim Badischen Sportbund Nord beantragten Kooperationen Schule-Verein haben der BHV und seine Mitgliedsvereine im Schuljahr 2012/2013 144 eingereicht. Für 36 dieser Kooperationen stellt der BHV seinen Vereinen in den Handballkreisen Bruchsal, Heidelberg, Karlsruhe, Mannheim und Pforzheim mit zwei Absolventen des „Freiwilligen Sozialen Jahres" (kurz: FSJler) und einer Bundesfreiwilligendienstleistenden (kurz: BFDlerin) das notwendige Personal für die Handball AGs zur Verfügung, sodass die BHV-Vereine auch zu Zeiten Handball AGs anbieten können, an denen es „normalen" Arbeitstätigen nicht möglich ist AGs zu leiten. Das Ziel ist natürlich, Schülerinnen und Schülern die Sportart Handball näher zu bringen und sie damit zu einem nachhaltigen Sporttreiben zu animieren. Hierzu wird angestrebt, dass die jungen Sportlerinnen und Sportler durch die Handball-AGs den Wechsel in den Vereinssport schaffen, um sie auch über die Dauer der Kooperation Schule-Verein hinaus pädagogisch und sportlich betreuen zu können

EXKURS KOOPERATION SCHULE-VEREIN

Was ist eine Kooperation Schule-Verein?

Die BHV-Freiwilligen führen an den Schulen in Kooperation mit den örtlichen Vereinen Handball-AGs durch. Diese Kooperationen erstrecken sich über ein gesamtes Schuljahr. Wenn gewisse Bedingungen erfüllt sind, erhält der Verein vom Badischen Sportbund Nord (BSB) einen Zuschuss in Höhe von 360 € pro Kooperation und pro Jahr.

Wie kommt eine Kooperation Schule-Verein zu stande?

Der Verein muss rechtzeitig auf die Schule zugehen, um den Kontakt anzubahnen und deren Interesse zu wecken. Für die Schule entsteht dabei ein reiner Vorteil, da sie für dieses Zusatzangebot kein Personal oder Kosten aufwenden muss. Für eine Kooperation im Schuljahr 2013/2014 mussten die Anmeldeunterlagen bis zum 1. Mai 2013 beim BSB abgegeben werden. Zur Beantragung muss lediglich ein online ausgefülltes und von Vereins- und Schulseite unterschriebenes Formular an den BSB (Im Rahmen des BHV-Freiwilligenprojekts aber an den BHV) geschickt werden.
Ob die Bezuschussung der Kooperation genehmigt wird teilt der BSB i.d.R. Anfang August mit. Selbst wenn der BSB aber keinen Zuschuss gewährt kann die Kooperation Schule-Verein trotzdem stattfinden, da der Versicherungsschutz jederzeit gegeben ist, wenn die Kooperation beantragt wurde.

Wie bekommt man den Zuschuss?

Am Ende des Schuljahres muss ein einseitiges Abrechnungsformular ausgefüllt und von Verein, FSJler und der Schule unterschrieben werden.

Was muss noch beachtet werden?

Wenn ein FSJler mehrere Kooperationen betreuen soll, muss darauf geachtet werden, dass sich die AG-Zeiten der Schulen nicht überschneiden. Deswegen ist es immer anzuraten, bei den Schulen mit dem Unterschreiben des Antragsformulares auch die möglichen Zeiten für die Handball-AG in Erfahrung zu bringen.
Da jede Kooperationsstunde auch einer Vor- und Nachbereitung bedarf, können FSJler maximal bis zu 12 Kooperationen in der Woche bewältigen.

Praxisbeispiel – Bericht

Zum 1. September 2012 traten 2 männliche und eine weibliche Freiwillige nach ihrem Abitur ihren Dienst beim BHV an und verbrachten die ersten Wochen in der Geschäftsstelle des Verbandes. Dort wurden sie zwei Wochen lang auf ihr neues Aufgabengebiet vorbereitet, bevor es daran ging, mit den Kooperations-Schulen und -Vereinen Kontakt aufzunehmen und mit den AG-Stunden zu beginnen. Alle drei Freiwilligen sind Handball-Übungsleiter um Kindern Handball fachgerecht

zu vermitteln. Die Erfahrungen, welche die Freiwilligen beim Umgang mit Kindern und Jugendlichen im Arbeitsleben sammeln, erleichtern vielen die Entscheidung über ihre Ausbildungslaufbahn nach dem Freiwilligenjahr. „Ich möchte die Zeit beim BHV nochmals nutzen, um mir neben der Freude, die mir die Arbeit mit Kindern macht, auch über meine weitere berufliche Laufbahn klar zu werden" gibt eine FSJ-Freiwillige als Motiv für ihren Einsatz an.

Im Rahmen des Freiwilligenjahres absolvieren die BHV-FSJ/BFDler auch verpflichtende Ausbildungstage. Zwei legten die Handball-C-Lizenz ab, während die Dritte an der Übungsleiter-C-Ausbildung Freizeit und Breitensport teilnahm, da sie die Handball-Lizenz bereits besitzt.

Jede AG-Stunde ist für die Freiwilligen eine neue, spannende Herausforderung. „Ich werde von der 1. Klasse in der Grundschule bis in die 8. Klasse Realschule AGs leiten und muss mich auf jede Gruppe neu einstellen. Wir müssen unter Mithilfe der BHV-Mitarbeiter eine Stundenplanung erstellen, die auf das jeweilige Alter abgestimmt ist. Zusätzlich müssen wir auch das unterschiedliche Niveau beachten, das sicher vorliegt, da es auch Kinder geben wird, die noch nichts mit Handball zu tun hatten. „Der Spagat zwischen 1. Klasse und 8. Realschule ist keine leichte Aufgabe, wir werden sie aber auf jeden Fall meistern" sagt ein anderer Freiwilliger

Im Endeffekt ist das Freiwilligen-Projekt beim BHV ein inzwischen schon eingespieltes Erfolgskonzept, das sowohl von den Schulen insbesondere im Ganztagsbetrieb als auch den Vereinen immer wieder dankend angenommen wird.

Auch mal ohne Lehrer – Schulhofspiele im Ganztagsbetrieb

Christian und Vicki Reinschmidt, Südbadische Sportschule Steinbach

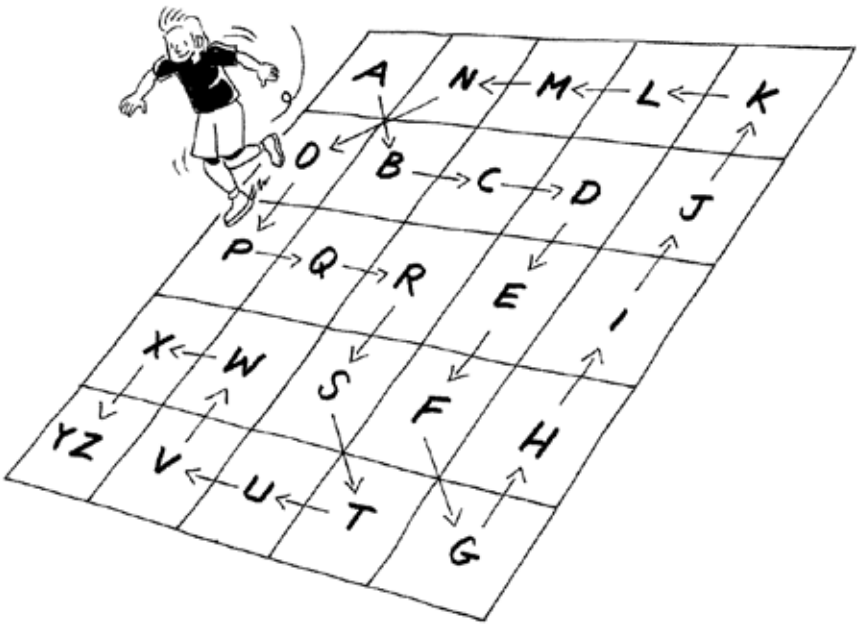
DAS ABC-HÜPFEN

Spielidee

Beim ABC-Hüpfen springen die Kinder das Buchstabenfeld in der richtigen Reihenfolge ab. Die Kinder hüpfen auf einem Bein von A nach B, von dort nach C und so weiter, bis sie bei Z angekommen sind. Wer eine Grenzlinie berührt, muss im nächsten Durchgang wieder bei A beginnen. Wer fehlerfrei bei Z ankommt, erhält einen Punkt. Nach jedem Durchgang muss das Sprungbein gewechselt werden. Wer am Ende die meisten Punkte hat, gewinnt.

Variation

Eine anspruchsvolle Variante ist das ZYX-Hüpfen. Hier wird im Z-Feld begonnen, und das ABC von Z bis A, also rückwärts abgesprungen. Das ist sehr schwer, denn die Spieler müssen nach jedem Sprung überlegen, zu welchem Buchstaben gesprungen werden muss.



Anzahl der Spieler 3 bis 8

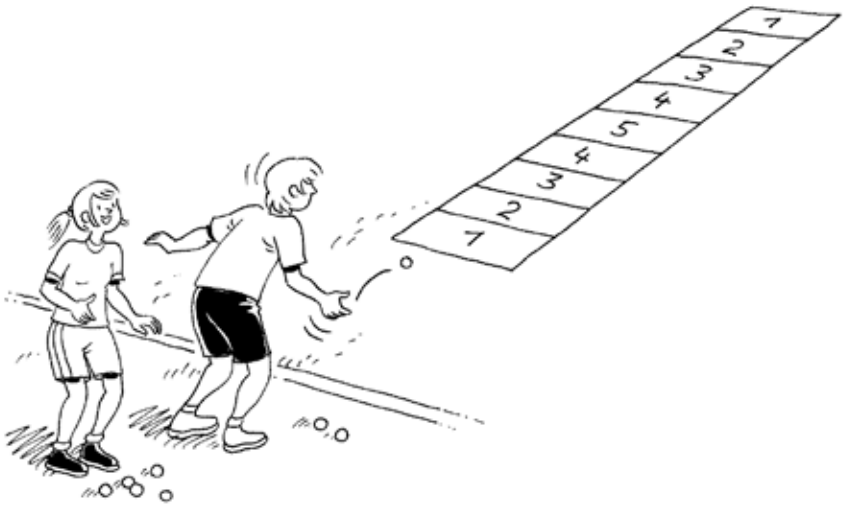
Material Kreide für das Spielfeld

Ziele Orientierungsfähigkeit, Sprungkraft

SCHULHOFMURMELN

Spielidee
Jedes Kind hat drei Murmeln. Ziel ist es, mit drei Würfen die Murmeln auf ein Feld mit möglichst hoher Punktzahl zu rollen. Pro Durchgang werden die Punkte der drei Würfe addiert, und der jeweils Punktbeste erhält einen Sonderpunkt. Sieger ist, wer zuerst fünf Sonderpunkte erreicht.

Variation
Die Punkte der Würfe werden addiert. Die Spieler werfen alle drei Murmeln, und die Punktzahlen aller Murmeln werden zusammen gezählt. Wer zuerst 50 Punkte erreicht, ist Sieger des Spiels.



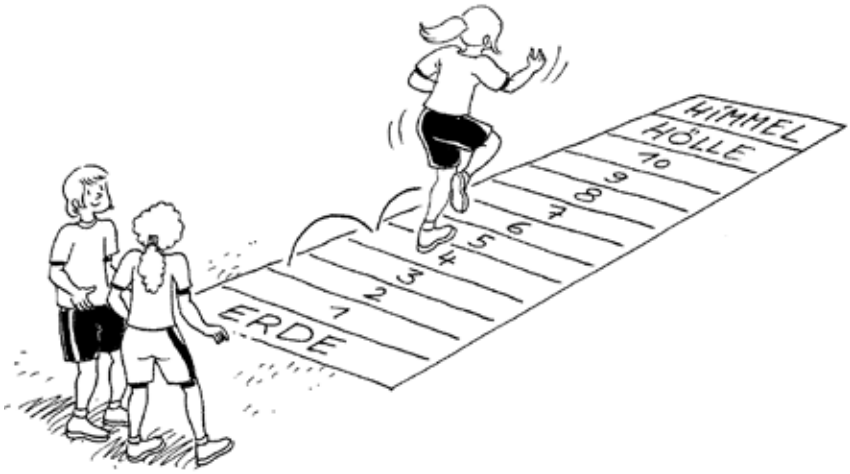
Anzahl der Spieler 3 bis 8

Material
Kreide für das Punktefeld und 3 Murmeln für jedes Kind

Ziele
Zielgenauigkeit beim Werfen, Differenzierungsfähigkeit

HIMMEL UND HÖLLE

Spielidee
Das jüngste Kind darf beginnen. Es wirft seinen Stein in das Erde-Feld und hüpft auf einem Bein nach. Dann hüpft es einbeinig weiter in Richtung „Himmel“ und überspringt dabei die „Hölle“. Im „Himmel“ angekommen, geht es auf die gleiche Art zurück. Wenn alle Spieler an der Reihe waren, eröffnet das jüngste Kind die zweite Runde. Es wirft seinen Stein in das Feld 1 und hüpft dann wieder in Richtung „Himmel“. Allerdings muss es sowohl die „Hölle“, als auch das Feld, in dem sein Stein liegt, überspringen. Grundsätzlich gilt: In das „Hölle-Feld“ darf weder gehüpft noch geworfen werden. Wenn ein Spieler unterwegs einen Fehler macht, d.h. auf eine Linie tritt, in der „Hölle“ landet oder der Stein beim Werfen im falschen Feld landet, ist der nächste Spieler an der Reihe. In der folgenden Runde darf er dort fortsetzen, wo er gepatzt hat. Gewonnen hat der Spieler, dem es als Erstes gelingt, seinen Stein bis zum Himmel-Feld zu werfen und danach fehlerfrei rauf- und runter zu hüpfen.



Variation
Es gibt viele Varianten – oft wird der Stein gekickt.

Anzahl der Spieler
4 bis 8

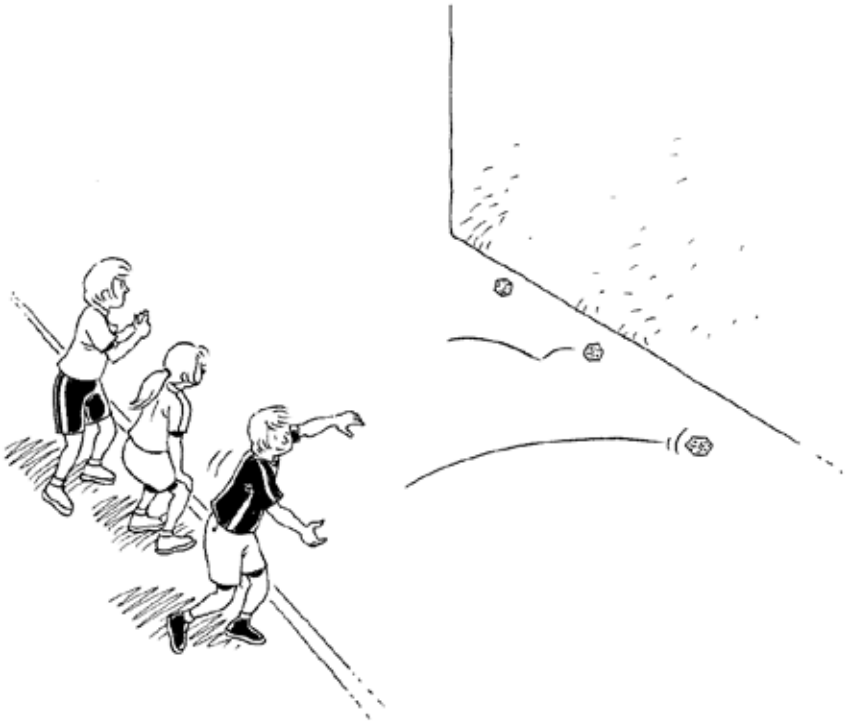
Material
Kreide für das Spielfeld und einen Stein für jeden Spieler

Ziele
Orientierungsfähigkeit, Differenzierungsfähigkeit, Sprungkraft

WÜRFELKÖNIG

Spielidee
Die Spieler stehen drei bis fünf Meter von einer Wand entfernt. Jeder hat einen Würfel und versucht, ihn so nahe wie möglich an die Wand zu werfen oder zu „rollen". Die Reihenfolge wird beim ersten Durchgang ausgelost, anschließend wechseln sich die Spieler nach einer vorab abgesprochenen Reihenfolge ab. Nachdem alle Spieler geworfen haben, wird gemeinsam der Siegerwürfel ermittelt. Welcher Würfel liegt am dichtesten an der Wand? Der Sieger erhält die Punktzahl, die der Würfel gerade anzeigt. Würfelkönig ist, wer als Erster 20 Punkte gesammelt hat.

Variation
Eine veränderte Punktewertung sorgt für mehr Abwechslung: Der siegreiche Würfel wird zweifach gewertet, der zweitbeste Wurf einfach. Da bei dieser Variation viel mehr Punkte vergeben werden, benötigt der Sieger des Spiels insgesamt 40 Punkte, um Würfelkönig zu werden.



Anzahl der Spieler
4 bis 8

Material
1 Würfel für jeden Spieler

Ziele
Differenzierungsfähigkeit, Zielgenauigkeit beim Werfen

alle Bilder von Norbert Höveler – Verlag an der Ruhr

Literatur:
Alles in Bewegung – Spiel und Sportangebote für die Ganztagsschule;
Christian Reinschmidt und Vicki Werner
Verlag an der Ruhr, Mülheim 2010

Das Otto-Hahn-Gymnasium Karlsruhe bei den World Schools Championship - Tennis in Australien

Marc Nagel, Otto-Hahn-Gymnasium Karlsruhe

O. Pöttinger K. Vogel M. Finke M. Nagel M. Doll J. Butz M. Pacner

In den letzten zwei Schuljahren gehörte die weibliche Schultennismannschaft des OHG zu den erfolgreichsten in Deutschland: 2012 Bundessieger in Berlin, 2013 2. Platz in Berlin. Bisher gingen wir davon aus, dass das Erlebnis Bundesfinale in Berlin nicht zu überbieten sei, bis unser Schulleiter Herr Morath uns im Oktober mitteilte, dass die Möglichkeit besteht, an den World Schools Championship (WSC) in Australien teilzunehmen. Eigentlich unvorstellbar, dass uns Jugend trainiert für Olympia ans andere Ende der Welt bringen sollte, doch es blieb kein Traum.

Die Reise begann am 09. April in Frankfurt für das OHG-Team, bestehend aus: Schulleiter Jürgen Morath, Lehrer Marc Nagel und den Schülerinnen Olivia Pöttinger (13 J.), Kristin Vogel (13 J.), Mona Finke (16 J.), Jenny Butz (17 J.), Melanie Pacner (14 J.) und Michelle Doll (14 J.). Da auf dem Flug nach Singapur nur wenige Passagiere im Flugzeug waren, fand jeder genügend Platz, um trotz all der Aufregung ein bisschen Schlaf zu finden. Nach drei Stunden Aufenthalt in der unglaublich großen Stadt ging es direkt weiter nach Sydney, das 7 Stunden später und um 5.40 Uhr Ortszeit erreicht wurde.
Die lange Anreise und die 9 Stunden Zeitverschiebung machten zwar allen zu schaffen, doch Sydney war so beeindruckend, dass wir den ganzen Tag die Stadt erkundeten. Wir besichtigten das berühmte Operngebäude, Chinatown, the Rocks, machten eine Fahrt mit der Fähre, waren kurz am „beach" und liefen sogar die Harbour Bridge hoch, um eine unglaubliche Aussicht auf Sydney zu genießen. Am nächsten Morgen waren wir noch im wunderschönen botanischen Garten und sahen in der Bucht sogar Delfine, bevor wir nachmittags nach Albury, dem Austragungsort, weiterflogen. Albury ist eine kleinere Stadt am Murray-River im Süden von New South Wales mit 50.000 Einwohnern, ziemlich genau in der Mitte zwischen Sydney und Melbourne; zum Glück gibt es dort sehr große Taxis, so eines benötigten wir nämlich, da das Organisationsteam vergaß, uns vom Flughafen abzuholen. Aber schon bei unserer Ankunft am Tennisplatz gelang es den Verantwortlichen durch ihre offene und freundliche Art, das Missgeschick vergessen zu machen und über die ganze Zeit genossen wir den sehr lockeren und freundschaftlichen Umgang mit den Organisatoren vor Ort. Im Gespräch mit dem Präsidenten des Tennisclubs, Ken Wuerz, stellte sich kurioserweise heraus, dass seine Vorfahren aus Bretten stammen.

Am Samstag, dem 14.4. war es dann endlich so weit: Training auf den Rasenplätzen! Auf Gras zu spielen, diese Erfahrung machen nur wenige Tennisspieler – ein Erlebnis! Die wunderschöne Anlage des Tennisclubs Albury besteht aus 22 Rasenplätzen und 23 weitere Rasenplätze standen in der Nachbarstadt Wodonga für das Turnier ebenfalls zur Verfügung. Inzwischen stand nach Auslosung auch fest, dass wir in unserer Gruppe auf die Mannschaften aus Indien und Australien treffen würden. Insgesamt nahmen 14 Girl Teams und 15 Boy Teams aus 17 Nationen an den WSC teil.

Offiziell eröffnet wurden die Weltmeisterschaften dann am Sonntagmorgen mit einer einstündigen Opening Ceremony mit tänzerischen und musikalischen Vorführungen und unserem Einmarsch mit Deutscher Flagge.

Leider mussten wir gleich zu Beginn feststellen, dass unsere Gruppengegner zum Teil mit drei Jahre älteren Schülerinnen antraten und damit auch deutlich stärker waren als wir. Zwar wurden die ersten beiden Spiele mit 0:6 verloren; aber das zweite Spiel gegen die späteren Bronzemedaillengewinnerinnen aus Australien gab uns Selbstvertrauen für die kommende Partie. Die Begegnung gegen Italien gehörte zu den spannendsten der ganzen Veranstaltung. Nach den Einzeln stand es 2:2, sodass die Entscheidung in den Doppeln fallen musste. Da beide Mannschaften ein Doppel für sich entscheiden konnten, lautete das Ergebnis 3:3 und jedes einzelne Spiel wurde für das Endergebnis mitberücksichtigt: 34:31 für uns und damit der 10. Platz im Turnier! Ein Ergebnis, auf das wir durchaus stolz sein können, zumal unser Team das jüngste war und

bei allen vor uns platzierten Mannschaften Spielerinnen aus der Weltrangliste vertreten waren.

Zu den unvergesslichen Erlebnissen gehörte der Cultural Day am Dienstag, mit einer Exkursion zum Burraja Aboriginal Centre mit Bumerang - und Speerwerfen sowie der Besuch des Centre Migrant Experience. Dort sahen wir auch endlich die ersehnten Känguruhs! Mit einem fröhlichen Nationenabend, bei dem jede Mannschaft Land und Heimatstadt präsentierte und bei dem sich zahlreiche Gelegenheiten für Gespräche ergaben endete der Cultural Day.

Bei der Siegerehrung am Freitagabend mit dem Sieger Türkei bei den Mädchen und Italien bei den Jungen und der feierlichen Closing Ceremony wurde uns bewusst, dass die neun Tage viel zu schnell vorbeigegangen waren. Wir genossen noch die traditionelle Abschlussdisco und am nächsten Morgen um 7 Uhr saßen wir schon im Bus nach Melbourne. Müde, mit gewaltigem Jetlag aber bereichert und mit überwältigenden Eindrücken, neuen Erfahrungen und zahlreichen geschlossenen Freundschaften kamen wir 21 Stunden später in Frankfurt an.
Unser Dank gilt den zahlreichen Unterstützern, ohne deren Hilfe die Teilnahme an den World Schools Championship in Australien nicht zu realisieren gewesen wäre.

M. Doll

Olivia Pöttinger

K. Vogel

J. Butz

DSLV Baden Württemberg - Unterrichtsbeispiele für den Schulsport, Jahrgang 2012

Ute Kern, DSLV

Im 15. Jahrgang bringt der DSLV Baden-Württemberg die Reihe „Unterrichtsbeispiele für den Schulsport" heraus. Hier wird interessierten Kolleginnen und Kollegen erprobter und mit entsprechender Modifizierung leicht umsetzbarer Unterricht zugänglich gemacht.
Die Unterrichtsbeispiele erscheinen in gedruckter Form und als kompletter Jahrgang auf einer CD Rom.
Kosten: Einzelheft: 3.-- €; kompletter Jahrgang (6 Hefte): 15.-- €; CD Rom: 10. -- €. Die Hefte bzw. CDR sind ab März 2013 erhältlich.
Anfragen an:
Ute Kern u.kern@dslvbw.de

Heft 97
Annika Heider: **Verbindung von Theorie und Praxis am Beispiel Rotation Unterrichtsversuch im Pflichtfach Sport der Jahrgangsstufe 1.**
In der vorliegenden Unterrichtseinheit sollten die Schülerinnen und Schüler sportart- und fächerübergreifend das biomechanische Phänomen *Rotation* anhand von vier Disziplinen (Schleuderballwurf, Hochsprung, Schaukelringturnen, Ultimate Frisbee) kennenlernen. Dabei sollte die Bedeutung der Rotation für die Bewegung betrachtet und dadurch ein besseres Verständnis für Bewegungen ermöglicht werden.

Anna Garrecht: **Verbesserung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten. Verbindung von Theorie und Praxis in einer 10. Mädchenklasse.**
Das Ziel dieser Unterrichtseinheit bestand darin, die Schülerinnen mit Hilfe von Beispielübungen und dazu gehörigen Arbeitsblättern zu befähigen, selbständig ein auf ihre Bedürfnisse abgestimmtes Training zur Verbesserung der Fitness zu planen und durchzuführen.

Heft 98

Daniel Heck: **Flagfootball in einer 7. Jungenklasse. Unterrichtsversuch zur Förderung sozialer Kompetenzen.**
In diesem Unterrichtsversuch wurde das Erlernen des Flagfootballspiels, einer Variante des *American Football* unter Verzicht auf jeglichen Körperkontakt, zur Förderung sozialer Kompetenzen eingesetzt. Die Vermittlung erfolgte mit folgender Spielreihe: Parteiball mit Varianten, Basket-Football, Ultimate Football, Forward Ultimate Football, Touch-Flagfootball, Quarterback Ball, Quarterback Flagfootball, Flagfootball.

Tobias Stehle: **„Wir verändern Ballspiele". Unterrichtsversuch zur Förderung sozialer Kompetenzen in einer 8. Jungenklasse.**
Zweifellos bestehen in den Mannschaftsspielen hervorragende Möglichkeiten, soziale Kompetenzen gezielt zu fördern. Ein geeigneter Ansatzpunkt hierfür liegt in der Vereinfachung und Veränderung des Regelwerks der Sportspiele. In der hier vorliegenden Unterrichtseinheit wurde versucht, die Schüler zur selbständigen Auseinandersetzung mit diesem Thema anzuleiten. Die ausgewählten Spiele waren Fußball und Basketball.

Heft 99

Thomas Martin Kaufmann: **Jumpstyle zur Förderung koordinativer Fähigkeiten in einer 10. Jungenklasse.**
In diesem Unterrichtsversuch ging es in erster Linie um die Förderung der *koordinativen Fähigkeiten* – vor allem Rhythmisierungs-, Orientierungs- und Gleichgewichtsfähigkeit -, daneben auch um die Entwicklung von Kreativität, und nicht zuletzt darum, die Bereitschaft zu Kooperation und Kommunikation zu wecken.

Kristina Engelhardt: **Bodypercussion und Boomwhackers zur Förderung des Rhythmusgefühls in einer 10. Mädchenklasse.**
In diesem Unterrichtsversuch wurden Bodypercussion und Boomwhackers zur Entwicklung und Schulung des Rhythmusgefühls („Rhythmus erleben" nennt es die Verfasserin) eingesetzt und mit tänzerischen Bewegungen kombiniert. Die Kenntnisse und Erfahrungen der Schülerinnen aus dem Musikunterricht wurden einbezogen.

Heft 100

Carolyn Oesterle: **Ringtennis, Prellball und Indiaca zur Förderung koordinativer Fähigkeiten in einer 9. Mädchenklasse.**
Hier sollten schwerpunktmäßig einige Turnspiele, nämlich Ringtennis, Prellball und Indiaca, für die Entwicklung und Förderung der koordinativen Fähigkeiten herangezogen werden. Die Vermittlung sollte überwiegend schülerorientiert erfolgen, wobei auch Einsichten in die Bedeutung koordinativer Fähigkeiten angestrebt wurden.

Nicolas Neff: **Schulung der Gleichgewichtsfähigkeit mit dem Waveboard und an Geräten in einer 6. Jungenklasse.**
Im vorliegenden Unterrichtsversuch sollte die Gleichgewichtsfähigkeit durch den Umgang mit dem Waveboard und mit ausgewählten Übungen an und mit Geräten entwickelt und verbessert werden. Bei der Wahl des Waveboards wurde nicht zuletzt berücksichtigt, dass die Grundtechnik, die relativ leicht zu erlernen ist, einen raschen Lernerfolg bietet und daher für die meisten Schüler recht attraktiv ist.

Heft 101

Hannah Spannagel: **Einführung des Hockeyspiels. Bilingualer Unterrichtsversuch in einer 9. Klasse.**
Hockey als eine in England entstandene Sportart bot sich in besonderer Weise für den hier dargestellten Unterrichtsversuch an. Aus witterungsbedingten, aber auch aus unterrichtsökonomischen Gründen kam hier nur Hallenhockey (Indoor-Hockey) in Frage. Mit Hilfe von speziellen Spiel- und Übungsformen sollten die Schüler und Schülerinnen dazu angehalten werden, die englische Sprache als Arbeitssprache zu verwenden und deren Gebrauch somit in einem neuen Umfeld kennenzulernen.

Manuel Lickert: **Handlungsschnelligkeit im Schulfußball in einer 10. Jungenklasse.**
„Handlungsschnelligkeit" wurde zu einem zentralen Trainingsziel in der Ausbildung junger Fußballspieler. Dies blieb nicht ohne Einfluss auf den Schulfußball. In dieser Unterrichtseinheit erfolg lte die Verbesserung der technischen und taktischen Fertigkeiten durch intensives Üben im Rahmen einer Spielreihe. Der Vermittlung der theoretischen Grundlagen wurde die notwenige Beachtung geschenkt.

Heft 102

Timo Wilkes: **Differenzielles Lernen am Beispiel des Fosbury Flop in einer 7. Jungenklasse.**
Abweichungen, Streuungen und Veränderungen in der Bewegungsausführung nicht als zu vermeidende Fehler, sondern als notwendige und erwünschte Bedingungen des motorischen Lernens anzusehen, ist Anliegen des „differenziellen Lernens". Wie eine solche Unterrichtseinheit geplant und durchgeführt werden kann, zeigt dieser Unterrichtsversuch am Beispiel des Fosbury Flops.

Claudia Schmidt: **Einführung in das Hürdenlaufen in einer 9. Mädchenklasse.**
Die Einführung des Hürdenlaufs ist nach wie vor ein beliebter Unterrichtsgegenstand im Rahmen der Schulleichtathletik. In der vorliegenden Unterrichtseinheit war der Hürdenlauf für die Schülerinnen einer 9. Klasse nicht zuletzt auch dadurch attraktiv, dass sie weitgehend selbständig (mit Hilfe von Arbeitsblättern) „probieren" durften.
Ute Kern

100 Jahre Sportabzeichen – und nun ?

Doris Engler, Südbadischer Sportbund Freiburg

Die Idee von Carl Diem, entstanden immerhin vor 100 Jahren, hat bis heute nichts an Aktualität eingebüßt, ganz im Gegenteil. Möglichst viele Bürger sollten gesund und fit im Alltag sein und hierzu jedes Jahr gewisse sportliche Übungen absolvieren. Angesichts der demographischen Entwicklung, von Übergewicht und Bewegungsmangel, heute wichtiger denn je. Und doch ist unser Fitnessorden, den jährlich etwa 1 Mio. Bürgerinnen und Bürger ablegen, in die Jahre gekommen. Denn der Sport hat sich gerade in den vergangenen 40 Jahren rasant verändert, neue Sportarten entstanden und eroberten die Sportwelt, während die Kernsportarten, nach wie vor im Mittelpunkt der Disziplin des Sportabzeichens, sich anpassen (müssen).
Es ist also folgerichtig, nun nach 100 Jahren das Deutsche Sportabzeichen nicht nur zu renovieren, sondern es komplett neu aufzubauen. Wenn dies ab 2013 der Fall sein wird, müssen sich viele umstellen: die Sportlerinnen und Sportler, aber auch die Prüferinnen und Prüfer, die vor Ort in den Vereinen und in den Schulen eine großartige Arbeit leisten. Wichtig ist, dass auch in Zukunft diese hochkompetente und wichtige „Sportabzeichen-Mannschaft" bestehen bleibt. Insbesondere die vielen Kinder und Jugendlichen, zunehmend bedroht von Bewegungsmangel und Übergewicht, brauchen dieses Sportabzeichen – nun in veränderter Form – auch weiterhin. Genauso wie die rapide steigende Zahl der Seniorinnen und Senioren, die gesünder und fitter denn je in den Ruhestand gehen. Für alle wird das Sportabzeichen ab 2013 Neuland sein. Darauf dürfen wir gespannt sein und uns freuen.

Die Reform ist gekennzeichnet durch sechs zentrale Eckpunkte:

- Kern ist ein nach sportwissenschaftlichen Gesichtspunkten überarbeiteter Leistungskatalog, der sich an den vier motorischen Grundfähigkeiten Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit und Koordination orientiert. Die bisherigen Zusatzangebote werden gestrichen.

- Entsprechend dieser Grundfähigkeiten gliedert sich der neue Leistungskatalog in vier Gruppen zur Prüfung dieser Fähigkeiten. Die Prüfung erfolgt mit Hilfe von Einzeldisziplinen aus den Sportarten Leichtathletik, Schwimmen, Gerätturnen und Radfahren

- Die individuelle Leistungsfähigkeit wird auf den drei Leistungsstufen Bronze, Silber und Gold geprüft

- Der kumulative Charakter des Sportabzeichens bleibt erhalten

- Sportartspezifische Leistungsabzeichen von Mitgliedsorganisationen des DOSB können als alternativer Leistungsnachweis für eine der vier Disziplingruppen anerkannt werden

- Der Nachweis der Schwimmfähigkeit ist notwendige Voraussetzung zum Erwerb des Sportabzeichens.

Der Leistungskatalog wurde deutlich gestrafft und aufgrund seiner Ausrichtung an den vier motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit und Koordination) auf vier entsprechende Disziplingruppen reduziert. Die bisherigen Zusatzangebote werden gestrichen. Der Nachweis der Schwimmfertigkeit wurde ausgegliedert und neu strukturiert. Er bleibt obligatorische Voraussetzung für den Erwerb des Sportabzeichens.
Für den Nachweis der Schwimmfertigkeit gibt es künftig vier Varianten:

1. Ablegen einer Schwimmdisziplin aus einer der vier Gruppen im Zuge der Sportabzeichen-Prüfung

2. 15 min Dauerschwimmen (Prüfung auch in offenen Gewässern möglich)

3. < 12 Jahre: 50 m Schwimmen ohne Zeitlimit
   > 12 Jahre: 200 m Schwimmen in maximal 11 min.

4. Nachweis über das „Deutsche (Jugend-)Schwimmabzeichen" in Bronze.

Die Dauer der Gültigkeit des Nachweises ist im Erwachsenenalter auf fünf Jahre begrenzt. Im Jugendbereich genügt ein einmaliger Nachweis.

Ebenfalls neu ist die Einführung der Leistungsstufen in Bronze, Silber und Gold.

Weiterhin wurden Altersklassen ergänzt, so im Erwachsenenbereich (die Altersklasse „ab 80" wurde ersetzt durch: 80-84, 85-89, ab 90 Jahre) und im Jugendbereich (Altersklasse 6/7 Jahre). Darüber hinaus wurden im Jugendbereich die beiden bisher getrennten Altersklassen 12 Jahre und 13 Jahre in einer zusammengefasst. Im Erwachsenenbereich wurden die beiden großen Altersklassen 20-29 Jahre und 30-39 Jahre dem 5-Jahres-Zyklus angepasst (20-24, 25-29, 30-34 und 35-39 Jahre).

Auch wurde durchgehend darauf geachtet, dass über alle Altersklassen hinweg jede der Einzeldisziplinen gewählt werden kann, was nicht nur zur Übersichtlichkeit des Leistungskataloges beiträgt, sondern auch in weitem Umfang gemeinsames Training und Prüfungen für beide Geschlechter und unterschiedliche Altersgruppen (z.B. für das „Familien-Sportabzeichen") ermöglicht.

Also denn: Viel Neues wird auf uns zukommen. Packen wir´s an. Das Deutsche Sportabzeichen ist wichtig für den Sport in Deutschland. Auch nach 100 Jahren!

Leitfaden zu den Turn-Aufgaben beim Deutschen Sportabzeichen

1 Ausgangssituation
Turnen (=Gerätturnen) gehört wie die Leichtathletik und das Schwimmen zu den Grundsportarten und ist im Leistungskatalog des Deutschen Sportabzeichens in den Disziplingruppen KRAFT, SCHNELLIGKEIT und KOORDINATION vertreten. Denn Turnen fördert vielseitig und umfassend alle wichtigen motorischen Grundfertigkeiten und -fähigkeiten und ermöglicht vielfältige Bewegungserlebnisse, die beim Schwingen, Springen, Hangeln, Stützen, Balancieren, Rollen und Drehen um alle Körperachsen erfahren werden können. Im neuen Sportabzeichen wird dies eindrucksvoll demonstriert.
Turnen präsentiert sich im Reigen der Dreistufigkeit als methodische Reihe, die von der Bronze-Übung hin zur Gold-Übung führt. Damit können auch Turn-Laien die einzelnen Aufgaben mit Erfolg absolvieren und sich von den Bewegungserfahrungen begeistern lassen.

2 Auswahlkriterien für die Turn-Aufgaben
Bekannte Bewegungen nutzen Aus diesem Grund wurde in der Beschreibung nicht die spezifische Turnsprache verwendet, sondern volkstümliche Begriffe wie z. B. Kerze und Rad.
Bei den einzelnen Aufgaben, die von Bronze zu den Goldanforderungen als methodische Reihe geplant sind, sind u.a. Gerätehilfen in die Zielaufgabe mit eingebunden.
Körperliche Entwicklung beachten
Die motorischen Grundeigenschaften, die entscheidend für die Alltagsbewältigung sind, lassen sich in jedem Alter trainieren, jedoch mit unterschiedlichem Erfolg.

3 Bewertung
Die Bewertung erfolgt mit „geschafft“ oder „nicht geschafft“ und nicht mit den turnspezifischen Kriterien, damit die Selbsteinschätzung vereinfacht wird und auch der DSA-Prüfer, der nicht aus dem Turnen kommt, die Turn-Aufgaben abnehmen und beurteilen kann.

Das Turnen soll sich für eine breite Bevölkerungsschicht interessant und attraktiv präsentieren und Interesse wecken, sich sportlich verstärkt zu betätigen.

4 Hinweise zum Aufbau der einzelnen Stationen
Die perspektivischen Zeichnungen sind selbsterklärend. Dennoch ist darauf zu achten, dass die genutzten Geräte stets mit Matten gut abgesichert sind und die Geräte auch vorher auf ihre Sicherheit geprüft sind (insbesondere der Parallelbarren: Holmarretierung; Ringe: Wandbefestigung und Lederschlaufe, an der die Ringe befestigt sind; Reck: bitte festschrauben). Die Gerätehilfen sollten niemals kipplig stehen, sondern auf ebenem Untergrund. Am Sprung sollte gewährleistet sein, dass bei einer „Verweigerung“ neben dem Sprunggerät genügend Raum ist, um vorbei zu laufen. Außerdem sollte es weit genug durch Matten abgesichert sein, um ein Abbremsen der Hände an der Wand zu vermeiden.

5 Hinweise zur Turnkleidung
Enganliegende Kleidung, ein „schmuckloser“ Körper (bitte Ringe und längere Ohrringe abnehmen, Piercings abkleben), sowie eine Frisur, die stets Orientierung ermöglicht, sollte gewährleistet sein.

6 Hinweise zur Umsetzung und Bewertung der einzelnen Turn-Aufgaben
Wenn nicht anders beschrieben, ist für die Umsetzung der Turn-Aufgaben eine Hilfeleistung (taktil oder durch einen anderen Gerätaufbau als festgelegt) nicht zulässig. Für die Bewertung muss die Turn-Aufgabe erkennbar (Grobform) sein.

7 Empfehlung für Stationen, die in den Schulungen demonstriert und besprochen werden sollten:
Sprung am Mattenberg
Hüftauf- und Hüftumschwung am Reck
Aufbau der kleinen Kästen mit kopfbreiter „Gasse“
Rad mit Weichbodenmatten-Tunnel
Aufbau der Ringe
Mattenabsicherung am Parallelbarren (Mattenlage ohne Stufe)

8 Häufig gestellte Fragen zur Auswahl und zur Durchführung

2.6.4 Klimmzüge:
Es wird als „geschafft“ bewertet, wenn das Kinn deutlich über die Stange gebracht wird. Für Bronze und Silber sind bewusst keine Gradzahlen festgelegt worden, ideal (deswegen Gold) ist die Ausführung mit gestreckten Armen, jedoch für Bronze und Silber ist auch ein Winkel im Ellbogen erlaubt (gebeugte Arme, ca. 135 Grad).

3.4.2 Schrittsprung
Die Mattenlücke beträgt 1m, diese gilt es mit einem einbeinig abgesprungenen Schritt, der auch einbeinig gelandet wird, zu überwinden. Der Spreizwinkel und die schwierig zu ermittelnde Absprunghöhe sind hier nicht definiert.

3.4.5 Grätschwinkelsprung
Warum springt die Altersgruppe 30-39 den vermeintlich leichteren Grätschwinkelsprung und die 40-49-jährigen müssen einen Handstützüberschlag turnen?
Ein richtig gesprungener Grätschwinkelsprung ist nicht leichter. Da die Beweglichkeit im Alter abnimmt, ist er relativ schwierig im Alter ab 30.

4.7.2 Hüftumschwung
Bei Hilfeleistung im Turnen wird dieser Übungsteil als nicht geturnt gewertet!! Im DSA sollen jedoch Bewegungserfahrungen ermöglicht werden und die Reizung des Gleichgewichtsorgans erfolgen (deswegen 4x). Die Seilhilfe für Silber ist insofern erlaubt.

4.7.5 Rolle
Hier können die Füße aufgestellt werden, um den Körper nach oben zu drücken.

Neues Wettkampfprogramm im Grundschulwettkampf und im WK IV „Jugend trainiert für Olympia“ in der Leichtathletik

JUGEND TRAINIERT FÜR OLYMPIA
BUNDESWETTBEWERB DER SCHULEN

Nachdem der Deutsche Leichtathletik-Verband ab dem Jahr 2013 ein neues Wettkampfprogramm für die Altersklassen U8, U10, U12 beschlossen hat, das auf der Kinderleichtathletik basiert, ist geplant, diese neue Wettkampfform ab dem Schuljahr 2013/14 auch im Bundeswettbewerb Jugend trainiert für Olympia einzuführen. Bereits in diesem Schuljahr finden Kreisfinalveranstaltungen statt, bei denen das Wettkampfprogramm ausprobiert wird.

Nach umfangreichen Untersuchungen über viele Jahre sind nun auch die Experten des Deutschen Leichtathletik-Verbandes zur Erkenntnis gekommen, dass die Leichtathletik im Kindesalter (bis einschließlich 11 Jahre) dringend einer Veränderung bedarf, um sie für diesen Altersbereich wieder attraktiver zu machen. Während im Schulbereich bereits seit 1995 mit großem Erfolg Fortbildungen zur vielseitigen Kinderleichtathletik angeboten wurden, fanden sich im offiziellen Wettkampfprogramm nach wie vor die Einzeldisziplinen **50 Meter Sprint, Weitsprung und Ballwurf.** Einzig die Pendelstaffel ergab ein Mannschaftsergebnis.

Was ist das „Neue“ am neuen Wettkampfprogramm?
Es finden keine Einzelwettbewerbe mehr statt, sondern alle Disziplinen werden als Mannschaftswettbewerb ausgetragen. Im Grundschulwettkampf wird das Geschlecht keine Rolle mehr spielen. Somit können sowohl gemischtgeschlechtliche Mannschaften als auch reine Jungen- oder Mächenmannschaften antreten. Untersuchungen haben ergeben, dass über das Team der Wettkampf für die Kinder viel spannender und damit interessanter wird.
Die einzelnen Disziplinen können künftig je nach Veranstalter unterschiedlich ausgeführt werden. Das starre Messen einer einzelnen Leistung fällt weg, was zur Folge hat, dass die Wettkämpfe viel zügiger durchgeführt werden können und somit das teilweise lange Warten (wer hat sich nicht schon über lange Schlangen beim Weitsprung oder beim Ballwerfen aufgeregt) für Athleten und Zuschauer deutlich reduziert wird. Nach Durchführung einer Disziplin ist sofort erkennbar welche Mannschaft gewonnen hat, und es muss nicht mehr gewartet werden bis die EDV ein Ergebnis auswertet. Das jeweilige Mannschaftsendergebnis ergibt sich aus der Rangfolge in den einzelnen Disziplinen.

Welche Disziplinen gibt es künftig?
Die neue Wettkampfform besteht aus den Bereichen – Laufen/Staffeln – Springen – Werfen. In jedem Bereich können unterschiedliche Disziplinen angeboten werden. Einige Beispiele dazu:

Laufen - Staffeln:
- 30m, 40m oder 50m Sprint aus verschiedenen Lagen, Hoch-/ Kauerstart
- Sprint-Pendelstaffel (30m, 40m oder 50m)
- Hindernis-Pendelstaffel
- Team-Biathlon
- Ausdauer-Staffel

Springen:
- Zielweitsprung
- Hoch-Weitsprung
- Weitsprungstaffel
- Additions(weit)sprünge
- Wechselsprünge
- Stabweitsprung
- Schersprung

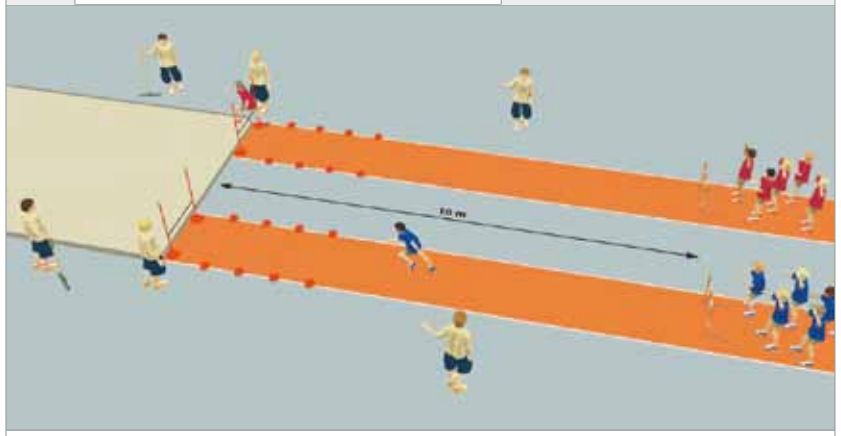
Werfen:
- Schlagwurf (Einschrittwurf, 3er-Rhythmus)
- Druckwurf mit Medizinball
- Stoßen mit Medizinball
- Drehwurf jeweils mit verschiedenen Wurfgeräten (Heuler, Schaumstoffspeere, verschiedene Bälle)

Aus den unterschiedlichen Argumentationen, Begründungen und Vorgaben lassen sich **sechs Grundsätze** zum neuen Kinderleichtathletik-Wettkampf filtern:
- **Leichtathletik ist Laufen – Springen – Werfen**
- **Gemeinsam im Team wettkämpfen**
- **Vielseitig und vielfältig wetteifern**
- **Jede Leistung zählt**
- **Koordination vor Kondition**
- **Offenheit und Transparenz**

Die nächste Seite zeigt exemplarisch zwei Wettkampfdisziplinen.

Weitere Informationen finden Sie auf der Seite des Deutschen Leichtathletik-Verbandes:
http://www.leichtathletik.de/index.php?SiteID=853 (Zugriff am 27.5.2013)

U10	VOM „HOCH-SPRINGEN“ ZUM HOCHSPRUNG	HOCH-WEITSPRUNG II



KURZBESCHREIBUNG/ ORGANISATION

- Ziel: Aus begrenztem Anlauf sollen die Kinder mit einem Bein abspringen und aus individuell optimaler Entfernung über einen Höhenorientierer springen.
- Jedes Teammitglied nimmt teil.
- Der Hoch-Weitsprung erfolgt aus einem frontalen, geradlinigen und auf 10 m begrenzten Anlauf über ein Hindernis.
- Nach Überquerung der aufgelegten Latte o. Ä. erfolgt die beidbeinige Landung im Sand.
- Zu beachten ist, dass die Querstange nicht fixiert sein darf, damit sie bei einem zu flachen Sprung herunterfallen kann.
- Gemessen wird der Sprung in die Höhe.
- Empfehlung: Die Einstiegshöhe beträgt 60 cm mit einer Steigerung im 10-cm-Abstand, ab 80 cm im 5-cm-Abstand.
- Jedes Kind hat maximal 2 Versuche pro Höhe, das beste Resultat jedes Kindes geht in die Wertung ein.
- Bis zu seinem Ausscheiden muss jedes Kind an allen Durchgängen teilnehmen, dabei wird die einmal festgelegte Reihenfolge eingehalten.
- Der geradlinige Anlauf wird durch einen Anlaufkorridor auf den letzten Metern vorgegeben (Hütchen o. Ä. begrenzen den Korridor).

WETTKAMPFHELFER (3/RIEGE)

- 1 Helfer: Organisation
- 2 Helfer: Einebnen der Grube und Auflegen der Latte

WERTUNG

- Welches Team springt am höchsten? – Die 6 besten Einzelergebnisse werden zum Teamergebnis addiert.
- Die Gesamtleistung wird mit der der anderen Teams verglichen und in eine Rangfolge gebracht.

MATERIAL/RIEGE

- 1 Sprunggrube
- 1 Hürde als Anlaufbegrenzung
- 1 Hindernis-Set bestehend aus 2 Malstangen, 2 Clips und 1 Querstange, alternativ: 2 Hochsprungständer und kurze Querlatte
- ca. 8 Hütchen o. Ä.

U8	VOM „AUSDAUERND-LAUFEN“ ZUM DAUERLAUFEN	TEAM-BIATHLON (400 – 600 M)

KURZBESCHREIBUNG/ ORGANISATION

- Ziel: Die Kinder sollen schnellstmöglich eine Aufgabe bewältigen, bei der Laufausdauer und Wurfgeschick gefragt sind.
- 6 Kinder eines Teams bilden eine Staffel. Empfehlung: Jeweils 2 Teammitglieder laufen dabei gleichzeitig eine Ausdauerstrecke und erbringen mehrere Ziel-Wurfleistungen.
- Alternativ sind auch andere Organisationsformen möglich.
- Die Streckenlänge je Läufer-Tandem beträgt 400 bis 600 m: 1 Wurfstation wird auf 1 Laufrunde aufgebaut, die zweimal zu laufen ist.
- Empfehlung zu den Wurfstationen: Das Paar muss 3 Ziele mit 6 „baugleichen“ Wurfgeräten treffen. Dabei hat jedes Tandemmitglied maximal 3 Versuche. Für jedes Ziel, das nach 6 Würfen „stehen bleibt“, hat das Tandem 1 kleine Strafrunde zu absolvieren (1 Strafrunde = ca. 5 Prozent einer Laufrunde).
- Bei den Wurfstationen empfiehlt sich je nach Wurfgerät und Wurfziel ein Abstand von 2 bis 3 m.
- Sobald beide Partner ihre Wurfstation erreicht haben, wird gemeinsam mit den Würfen begonnen. Erreicht das Tandem das Ziel, erfolgt der Wechsel zeitgleich auf die beiden folgenden Läufer usw.
- Die Zeit wird festgehalten, sobald der letzte Läufer des dritten Tandems die Ziellinie überquert hat .

WETTKAMPFHELFER (7/4 TEAMS)

- 1 Helfer: Starter
- 1 Helfer: Zeitnehmer (beide Helfer kontrollieren gleichzeitig die Wechsel und zählen die Runden)
- 4 Helfer: Wurfstation
- 1 Helfer: Einweiser Strafrunde

WERTUNG

- Welche Tandem-Staffel ist die schnellste beim Team-Biathlon? – Die Staffelleistung wird mit der der anderen Teams verglichen und in eine Rangfolge gebracht.

MATERIAL (4 TEAMS)

- Markierungen für die Laufrunde: Hütchen, Hürden, Flatterband
- 4 Wurfstationen, z. B. 4 Festzelt-Tische („Untergestell“ für die Ziele), 4 Festzelt-Bänke (Ablage für Wurfgeräte), 12 Wurfziele (Hütchen o. Ä.), 24 Bälle (z. B. Gymnastik-, Jonglier-, Tennis- oder Volleybälle)

Interview mit Golfer Dominic Foos, Dritter der Weltrangliste U16, bester Europäer

Hans-Peter Bartelt, Lessing-Gymnasium Karlsruhe

PORTRAIT
Beginn des Golfspiels als Dreijähriger. Wurde und wird trainiert von seinem Vater, Dr. Sam Foos. Im Jahr 2012 Gewinn der Deutschen Meisterschaft der Jugend und der German International Boys, Gewinn der Deutschen Clubmeisterschaft jeweils als jüngster Spieler. 2013 Gewinn der French Boys Championship als jüngster Spieler bisher. Zweimaliger Sieger der Europameisterschaft der Jugend (Altersklasse 13 und 14).
Dominic ist Mitglied im GC St. Leon-Rot und spielt in der 1. Herrenmannschaft. Im Jahr 2011 wurde Dominic in den Jungennationalkader aufgenommen, als jüngster in der DGV-Geschichte. Mittlerweiler ist er Mitglied der deutschen Herrennationalmannschaft.

Die wichtigsten Erfolge/Titel
2010
Sieg bei der European Championship in Gullane, Schottland (Altersklasse 13)

2011:
Sieg bei der European Championship in Gullane, Schottland (Altersklasse 14)
Sieger bei der „16th PARS Florida International Championship" (Altersklasse 18)

2012:
Deutscher Meister (Altersklasse 16)
Ranglistensieger Deutschland (Jungen)
6. Platz bei den Deutschen Meisterschaften der Herren
jüngster Spieler in Deutschland, der jemals in den DGV-Nationalkader aufgenommen wurde
Nummer 1 in Deutschland unter 19 Jahren
Nummer 1 in Europa unter 16 Jahren
Nummer 3 der Welt unter 16 Jahren

INTERVIEW

Wie bist du zum Golfen gekommen?
Über meinen Vater. Als ich drei war hat er mich immer auf den Golfplatz mitgenommen und es mir beigebracht.

Bei welchem Verein golfst du?
Ich bin Mitglied im GC St. Leon-Rot

Wie viel mal pro Woche trainierst du? Wie lange dauert eine Trainingseinheit?
In den Trainingsphasen trainiere ich 8 bis 10 Stunden am Tag und je nach Schwerpunkt im Training kann eine Trainingseinheit bis zu drei Stunden gehen.

Wie wird trainiert? Beschreibe eine Trainingseinheit!
Ich trainiere meistens Situationen und Schläge, die ich beim Turnier brauche. Es geht mir dabei hauptsächlich um die Präzision, und die Qualität der Schläge. Ich trainiere z.B. wie ich den Ball mit verschiedenen Flugkurven zum Ziel bringe.

Eine Frage zur Trainingsperiodisierung. Wie ist das Training über ein Jahr hinweg aufgebaut?
Das Training wird im Winter sehr intensiv aufgebaut und dient als Vorbereitung für die Saison. Im Winter kann ich eher am Schwung arbeiten und neue Schläge erlernen. Während der Saison trainiere ich hauptsächlich zur Erhaltung des Schwungs und konzentriere mich eher auf die Vorbereitung für das jeweilige Turnier.

Gibt es auch Kraft- und Ausdauertraining?
Ja auf jeden Fall. Das ist sehr wichtig, um mich vor Verletzungen zu schützen und um den Ball konstant und mit guter Länge schlagen zu können.

Golf erfordert eine hohe Konzentration. Wird auch die Konzentrationsfähigkeit trainiert?
Das ist eigentlich fast der wichtigste Punkt im Golf. Aber das habe ich schon gelernt als kleines Kind und kann mich schon sehr gut auf mein Spiel konzentrieren.

Wie bekommst du Golfen und Schule unter einen Hut?
Es ist schwer aber mit sehr viel Arbeit klappt es schon gut.

Hast du durch deinen Sport längere Fehlzeiten in der Schule?
Die Fehlzeiten entstehen hauptsächlich, wenn ich auf Turnieren unterwegs bin. Aber es hält sich im Rahmen und wenn ich wieder in der Schule bin, gleicht sich das durch intensives Lernen gut aus.

Wie arbeitest du den Lernstoff nach?
Teilweise auf den Reisen und wenn ich wieder zuhause bin, lerne ich sehr viel und sehr intensiv.

Bietet dir die Schule Hilfen an, wenn ja welche?
Dank meiner Schule kann ich den Leistungssport betreiben. Wenn ich Turniere spiele, dann bekomme ich Unterrichtsbefreiung und kann den Stoff nachholen und wenn ich wieder in der Schule bin, kann ich die Arbeiten nachschreiben.

Bleibt noch Zeit für andere Hobbys?
Es bleibt relativ wenig Zeit für die anderen Hobbys aber ich kann meine Zeit gut einteilen und kann immer wieder Tischtennis, Billard oder Basketball spielen. Ich gehe auch sehr gerne ins Kino.

Hast du vor, Golfprofi zu werden und das Abitur zu machen?
Golfprofi zu werden, war immer mein Ziel. Ich werde dieses Jahr erstmals die 10. Klasse fertigmachen und dann etwas später kann ich das Abitur nachholen.

Welches sind deine nächsten sportlichen Ziele?
Ich möchte einige Herren-Turniere gewinnen und möchte auch mit den Profis etwas mehr spielen.

Ausdauernd laufen in Schule und Verein

Grundlagen des Ausdauertrainings mit Kindern und Jugendlichen

Welche läuferischen Trainingsmethoden eignen sich für Kinder und Jugendliche? Welche Ausdauerspiele machen am meisten Spaß? Diese und viele andere Fragen beantwortet das neue Buch „Ausdauernd laufen in Schule und Verein", das sich sowohl an Lehrer als auch Vereinstrainer richtet. Es liefert vielfältige Beispiele zur spielerischen Ausdauerschulung und kann Lehrern und Trainern als Leitfaden für die Strukturierung und Vorbereitung des Unterrichts dienen, denn es verbindet auf 116 Seiten kompakt Grundlagenwissen mit praktischen Trainingsanleitungen.

Die ersten beiden Kapitel geben einen Überblick über die Energiegewinnungswege und zeigen, welche Trainingsformen in den verschiedenen Altersstufen sinnvoll sind. Kapitel zwei beschäftigt sich zudem mit der richtigen Lauftechnik und beschreibt die wichtigsten Übungen für einen ökonomischen Laufstil. Kapitel drei geht auf Trainingssteuerung und Ausdauertests in den drei Jahrgangsstufen des Gymnasiums ein. Der Autor beschreibt die verschiedenen Trainingsmethoden und deren Wirkungen auf den Organismus und gibt dem Lehrer/Trainer etliche Programme an die Hand. Kapitel vier gibt Stunde für Stunde einen detaillierten Überblick für den Aufbau der Ausdauereinheiten in Unter-, Mittel- und Oberstufe. Das letzte Kapitel fünf umfasst ein Trainingstagebuch sowie Theorie- und Arbeitsblätter für das Training bzw. den Unterricht.

Komplette Unterrichtseinheiten mit und ohne Theorie-Praxis-Verknüpfung, Stunden-Aufbaupläne, Trainingspläne und das Trainingstagebuch zur Vorbereitung auf verschiedene Lauftests liefern sinnvolle Arbeits- und Unterrichtshilfen für den Schul- und Vereinssport. Ausdauertabellen mit Anforderungen in verschiedenen Klassen-/Altersstufen können als Orientierungshilfe für Testverfahren dienen. Zahlreiche Abbildungen und Tabellen erleichtern die Umsetzung in die Praxis.

Der Stellenwert der Ausdauer in den Bildungsplänen der Länder nahm in den letzten Jahren stark zu. In einigen Bundesländern ist die Ausdauer ein verpflichtendes Element der Abiturprüfung geworden; in vielen Curricula ist sie fest als Unterrichtsinhalt in den Jahrgangsstufen verankert.

Das besondere Extra

15 Videoclips zur Lauftechnik veranschaulichen die Übungsbeispiele. Lehrer können ihren Schülern und Trainer ihrer Vereinsjugend die Übungen somit direkt visualisieren. Die Videoclips sind über Internet bzw. per QR-Code (Smartphone) abrufbar. Zudem stehen die im Buch aufgeführten Theorie- und Arbeitsblätter als Download zur Verfügung.

Über den Autor

Jörg Haas ist Gymnasiallehrer für Chemie und Sport und in der Ausbildung der Referendare am Studienseminar Freiburg tätig. Er war selbst viele Jahre erfolgreicher Mittelstreckenläufer. Als Olympiateilnehmer und Deutscher Meister über 800 Meter (beides 1992) erreichte er eine Bestzeit von 1:45,50 Minuten und lief über 1500 Meter 3:37,14 Minuten. Nach seiner aktiven Karriere war er in den Baden-Württembergischen Leichtathletikverbänden als Stützpunkt- und Disziplintrainer im Bereich Laufen tätig. Heute ist er in der Aus- und Fortbildung der Leichtathletiktrainer im Bereich Ausdauer des Badischen Leichtathletikverbands aktiv.

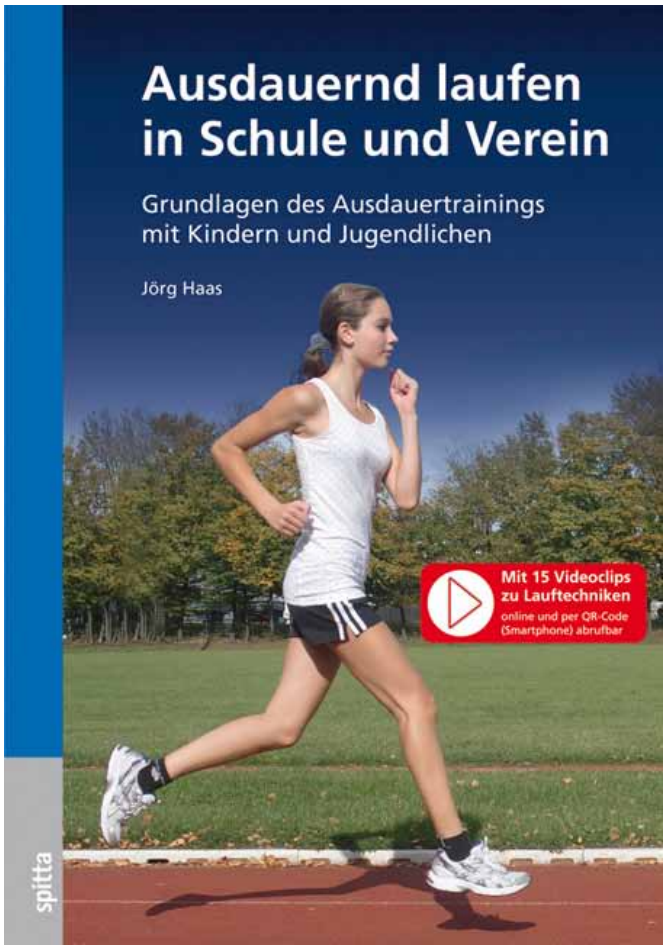
Ausdauernd laufen in Schule und Verein

Grundlagen des Ausdauertrainings mit Kindern und Jugendlichen

116 Seiten, 36 Abb. u. 17 Tab., Broschur

19,80 EUR (D), ISBN 978-3-943996-08-1

Spitta Verlag GmbH & Co. KG



Immer in Bewegung: An der Ludwig-Uhland-Schule Birkenfeld haben die Ganztagsschüler besonders viel Sport. Vergleichstests zeigen: Die Kinder werden in der Schule immer fitter. FOTO: SEIBEL

Rundum sportliche Schule

- Ganztagsunterricht macht Birkenfelds Schüler sportlich topfit.
- Motorische Tests sprechen für Erfolge des Jugendbegleitermodells.

ALEXANDER HEILEMANN
BIRKENFELD

Das Problem kennen alle Schulen – und die Sportvereine bekommen es auch zu spüren: Immer mehr Kinder haben motorische Defizite, wenn sie in die Schule kommen. In Birkenfeld belegen das Daten aus sportmotorischen Tests, die über die vergangenen drei Jahre hinweg unter immer gleichen Rahmenbedingungen mit Grundschülern gemacht worden sind. Besonders schlecht abgeschnitten hatte dabei eine erste Klasse, die 2009 in den Ganztagesunterricht der Ludwig-Uhland-Schule gestartet war.

Im Sprint, in Kraft-, Koordinations- und Ausdauerübungen lagen diese Erstklässler weit hinter den Altersgenossen im Regelbetrieb. Zwei Jahre später aber, bei erneuten Tests für die Kinder, die nun in die dritte Klasse gingen, hatten die Ganztagesschüler kräftig aufgeholt. Zwar hatte sich auch die Regelklasse sportlich weiter verbessert, am größten aber war der Leistungssprung bei den Ganztagesschülern.

Birkenfelds Ludwig-Uhland-Schule sieht sich im eigenen Ganztageskonzept, das stark auf Jugendbegleiter aus Birkenfelder Vereinen setzt, voll und ganz bestätigt. Eine Einschätzung, die Wolfgang Eitel, Geschäftsführer des Badischen Sportbunds, und Wolfgang Antes, Geschäftsführer der Jugendstiftung Baden-Württemberg, teilen. „Was Sie hier machen, ist absolut vorbildlich“, sagte Antes bei der Vorstellung der Testergebnisse. Für Eitel sprechen die Ergebnisse auch für die Qualität der Arbeit der Übungsleiter aus den Vereinen.

Die Birkenfelder Schule setzt im Ganztagesbereich auf eine sportliche Förderung, die deutlich über die drei Wochenstunden hinausgeht, die im Lehrplan gefordert sind. Durch Pflicht und Wahlpflichtfächer können Erst- und Zweitklässler im Ganztagesbetrieb auf die dreifache Zahl an Sport-Wochenstunden kommen. Einen großen Teil dieser Stunden geben keine Lehrer, sondern Vereinsaktive wie Jana Hildebrand, Karin Felger, Heike Schüßler, Florentin Schumacher und viele andere. Sie unterrichten Schwimmen, Turnen, Tischtennis, Judo und vieles mehr. Mit Erfolg, wie sich zeigt.

Ganz ohne Vorbehalte war man in das Modell nicht gestartet. Auf beiden Seiten. Eitel nennt das Grundproblem für die Vereine die Frage, ob sie für ihr Engagement am Ende durch junge Mitglieder profitieren. Bislang gebe es dafür noch keine Belege. In den Schulen seien dagegen die vom Land über die Jugendstiftung geförderten „Amateurlehrer“ skeptisch beäugt worden, so Rektor Wolfgang Wiegand. Dabei habe sich die Schule da eigentlich Experten ins Haus geholt.

Mittlerweile funktioniert das Miteinander – auch nennt das Ganze die Schule vor große Organisationsaufgaben stellt. Insgesamt 42 Jugendbegleiter sind dort aktiv – nicht nur im Sport. In diesem Bereich aber lassen sich die Ergebnisse nun messen. Turnerin Jana Hildebrand, Abiturientin am Gymnasium Neuenbürg, hat die Testergebnisse ausgewertet. Ihr Fazit: Jahrgangsstufe für Jahrgangsstufe lassen sich große Leistungssprünge bei den Ganztagesschülern belegen. Und der Vergleich mit bundesweiten Daten zeigt, dass das Niveau dabei stetig gewachsen ist. Petra Hildebrand, an der Ludwig-Uhland-Schule verantwortlich für den Bereich Sport und zugleich Koordinatorin des Jugendbegleiter-Netzwerks, bestätigt die Zahlen mit eigenen Leistungsmessungen beim Schwimmen. Schulintern, so Rektor Wiegand, überlege man nun, inwiefern auch der Sport in den Regelklassen gestärkt werden könnte.

KOMMENTAR

ALEXANDER HEILEMANN
PZ-Redakteur

Ein Erfolg als Solo-Lauf

Dem Jugendbegleitermodell fehlt es an klaren politischen Signalen

JUGENDBEGLEITER können eine Schule beleben. Das Birkenfelder Beispiel zeigt das mit seinen Erfolgszahlen im Bereich Sport. Allerdings bei allem Lob legt etwa Wolfgang Eitel vom Badischen Sportbund auch einen Finger auf eine Wunde. Die Erfolge dieser Schule seien abhängig von einzelnen engagierten Personen in Schulleitung , Kollegium und Vereinen. Dazu kommt ein hohes finanzielles Engagement der Gemeinde. Rahmenbedingungen, die es eben nicht überall gebe. Auf klare Signale aus der Bildungspolitik, konsequent auf derartige offene Modelle von Schule zu setzen, warte man dagegen vergeblich, so Eitel.

So richtig wundern muss man sich über einen solchen Umgang der Politik mit den Schulen in Baden-Württemberg nicht. Oft genug sind neue Konzepte angeschoben worden, ohne für die nötigen Finanzmittel zu sorgen. Oft genug zahlten Kommunen die Zeche. Denn viel zu oft drückt sich die Politik um klare Weichenstellungen herum.

Ihre Meinung zum Kommentar. Schreiben Sie an: **alexander.heilemann@pz-news.de**

Pforzheimer Zeitung Samstag, 10. März 2012