

## **Inhalt**

<b>Inhaltsverzeichnis</b>	1
<b>Schulsport außerhalb des stundenplanmäßigen Sportunterrichts</b>	2
<b>Bildungsstandards im Fach Sport</b>	3
<b>Ausbildungen und Studiengänge im Sport</b>	
Sport- und Gymnastikschule Karlsruhe	6
Mit Berufserfahrung Lehrer werden	7
Studiengänge am Sportinstitut Karlsruhe	8
<b>Rechtsfragen</b>	
Milzverletzungen	12
Aktenvermerk	13
<b>Unfallkasse Baden-Württemberg - Sicherheit im Schulsport</b>	
Sicherheit im Wintersport - Schwerpunkt: Snowboardfahren	13
<b>Landesinstitut für den Schulsport</b>	
Berechtigungsschein Schneesportarten	16
<b>Sportabitur – Statistik 2003</b>	18
<b>Statistik – Jugend trainiert für Olympia</b>	21
<b>Aus den Staatlichen Schulämtern</b>	
Lehrerfortbildung Grundschulsport	22
Zirkus Makkaroni	23
Projektorientierter Sportunterricht an der Hauptschule	24
<b>Aus den Schulen</b>	
St. Raphael Gymnasium Heidelberg: Sport und Compassion	26
<b>Aus den Seminaren</b>	
Einige Aspekte zur möglichen Handhabung von Anwesenheitspflicht und Entschuldigungen	29
<b>Der DSLV Nordbaden berichtet</b>	
Unterrichtsbeispiele für den Schulsport 2003	30
<b>Aus den Universitäten</b>	
Schulsportzentrum Karlsruhe (FOSS)	31
<b>Aktuelle Informationen</b>	
Medien für den Sportunterricht: Sport im Internet	32
Kurzinfo zum Buch: Home-Fitness	34
Fortsetzung des Programms zur Schulung aller sportmotorischen Grundeigenschaften	35
<b>Schulsport im Spiegel der Presse</b>	36

## Schulsport außerhalb des stundenplanmäßigen Sportunterrichts

Sportkolleginnen und -kollegen beklagen, dass es immer schwieriger werde, eine Genehmigung zur Teilnahme von Schulmannschaften am Wettbewerb JUGEND TRAINIERT FÜR OLYMPIA zu erhalten.

Ausgefallene Stunden müssen nachgeholt werden. Zudem verhindern Entscheidungen der Gesamtlehrerkonferenzen wegen der Deputatserhöhung auf 25 Stunden, dass sie an Wettbewerben oder an Schulsportaktivitäten außerhalb des stundenplanmäßigen Sportunterrichts teilnehmen können.

Der Schulsport ist aber in seiner Gesamtheit ein wesentlicher Bestandteil einer ganzheitlichen Bildung und Erziehung. Er leistet einen Beitrag für die körperliche, geistige und emotionale Entwicklung der Schülerinnen und Schüler. Der Schulsport ist im Besonderen am Erziehungsauftrag der Schule beteiligt. Wettkampferfahrungen sind für jede Schülerin und jeden Schüler unverzichtbare Erlebnisse, die in ihrer Vielfalt für die Persönlichkeitsentwicklung der Kinder und Jugendlichen unerlässlich sind und besonders im Sportunterricht und seinen (außer-)unterrichtlichen Ergänzungen vermittelt werden können.

Der noch gültige Lehrplan von 1994 sieht die Wettkämpfe im Schulsport als ein wesentliches Element des Sportunterrichts vor. In den Entwürfen des Bildungsplans, der ab 2004 gültig wird, sind sie ausdrücklich verankert. Sie sind deshalb innerhalb und außerhalb des unterrichtlichen Schulsports zu fördern.

So sind im Lehrplan jeder Klassenstufe Hinweise auf die Vorbereitung von Schulsportwettkämpfen aufgeführt. Exemplarisch sind in den Klassenstufen 6 die Bundesjugendspiele, der Wettbewerb JUGEND TRAINIERT FÜR OLYMPIA und das Sportabzeichen erwähnt.

Die neuen Bildungsstandards nehmen diese Ziele ebenfalls auf. Der mehrperspektivische Ansatz der Bildungsstandards im Sport geht auf unterschiedliche Handlungsfelder ein, aus denen Einstellungen, Erfahrungen und Kompetenzen entwickelt werden. U.a. sollen die Schülerinnen und Schüler miteinander in Wettkämpfe treten und lernen, selbstständig miteinander zu kooperieren. Der unvermeidliche Ausfall von Unterricht wird durch den Gewinn an Erfahrungen im Rahmen der erzieherischen Komponente des Schulsports mehr als kompensiert. Frau Ministerin sprach in diesem Zusammenhang einmal vom „Unterricht an anderen Orten“.

Der Sportunterricht erstreckt sich also nicht nur auf den stundenplanmäßigen Unterricht. Er wird ergänzt durch Veranstaltungen, die intern in der Schule, im Verbund mit anderen Schulen, in Kooperation mit Sportvereinen und vom Kultusministerium mit den Oberschulämtern organisiert werden.

Zu diesen Veranstaltungen, bei denen sich die Schule nach außen präsentieren kann, gehören Sport- und Spielfeste, Schulsportgalas, Bundesjugendspiele, schulinterne Vergleichskämpfe, Wettkämpfe in Kooperation mit Sportvereinen und auch die Wettkämpfe des Wettbewerbs von JUGEND TRAINIERT FÜR OLYMPIA.

Die Schulleitungen werden gebeten, den außerunterrichtlichen Aktivitäten im Sport an den Schulen weiterhin den ihnen gemäßen Raum zu geben und die Sportkolleginnen und -kollegen diesbezüglich im Rahmen Ihrer Möglichkeiten zu unterstützen.

Dr. W. Schnatterbeck  
Präsident

### Fachabteilung Sport im Internet präsent

Alle wichtigen Artikel aus diesem und den bereits erschienenen Sport-Infos finden Sie auf der Homepage der Fachabteilung Sport am OSA Karlsruhe. Darüber hinaus werden, teilweise noch vor dem Postversand, die aktuellen Fortbildungsangebote und wichtige Mitteilungen veröffentlicht. Als spezielles Angebot stehen zahlreiche Materialien zum Herunterladen bereit.

*Nutzen Sie diese Möglichkeit der zeitnahen Information.*

Die Homepage finden Sie unter der Adresse:

<http://www.lehrer.uni-karlsruhe.de/~za343/osa/spohome.htm>

## Bildungsstandards im Fach Sport (Gymnasium)

### I ALLGEMEINE INFORMATIONEN ZU DEN BILDUNGSSTANDARDS

Der neue Bildungsplan für Gymnasien ab Schuljahr 2004/05 orientiert sich nicht mehr länger an Lehrplänen, sondern zeigt nunmehr Bildungsstandards auf, die Kompetenzen und Kenntnisse der Schülerinnen und Schüler für bestimmte Abschnitte ihrer gymnasialen Schullaufbahn beschreiben. Die Bildungsstandards beschreiben vier Arten von Kompetenzen, über die die Schülerinnen und Schüler verfügen müssen: fachliche, methodische, soziale und personale Kompetenzen.

Bildungsstandards greifen also allgemeine Bildungsziele auf und legen fest, was Schüler zu einem bestimmten Zeitpunkt (am Ende der 6. Klasse, der 8. Klasse und der 10. Klasse) können sollen.

*Bildungsstandards beschreiben das Gesamtergebnis von Unterricht. Sie sind ergebnisbezogen und weisen eine Output-Steuerung auf. Die Bildungsstandards Baden-Württembergs zielen auf ein mittleres schularttypisches Erwartungsniveau. Sie werden somit als Regelstandards verstanden.*

Die Erarbeitung der Bildungsstandards soll lediglich zwei Drittel des zur Verfügung stehenden Jahresunterrichts (also ca. 24 von durchschnittlich 36 Wochen) in Anspruch nehmen (= Kerncurriculum). Über das Kerncurriculum werden somit die verpflichtend zu erarbeitenden Kompetenzen angestrebt. Die restlichen 12 Wochen können für das Schulcurriculum verwendet werden, um entweder a) das Kerncurriculum zu erweitern und zu vertiefen oder um b) das Profil einer Schule zu schärfen. Vergleichsarbeiten (auch Jahrgangsarbeiten genannt) stellen fest, ob die Bildungsstandards für die entsprechenden Bildungsabschnitte (Ende der Klassen 6, 8 und 10) erreicht wurden.

Sowohl das Kern- als auch das Schulcurriculum sind inhaltsleer. Es sind lediglich mehr oder weniger ausformulierte Zielvorgaben bekannt. Wie diese erreicht werden, kann und muss von jeder Fachschaft erarbeitet werden. Dies stellt für jede Fachschaft eine Herausforderung und eine Chance dar, denn durch die Vorgabe von Zielen und nicht von Inhalten, haben die Schulen jetzt die Möglichkeit, über selbst gewählte Inhalte regionale Schwerpunkte in ihrer Sportartenwahl zu setzen und auch sinnvolle Trendsportarten in den Kanon ihrer Schulsportarten aufzunehmen.

### II BILDUNGSSTANDARDS IM FACH SPORT AN GYMNASIEN

Die Bildungsstandards im Sport definieren sich über die beiden Maxime „**Erziehung zum Sport**“ und „**Erziehung durch Sport**“. Sportunterricht war und ist schon immer mehr als die reine Vermittlung von Sportarten! Neben der Vermittlung von grundlegenden Fähigkeiten und motorischen Fertigkeiten erhält die altersgemäße Förderung von Gesundheitsbewusstsein und Fitness eine prominente Rolle. Kenntnisse und Einstellungen führen folglich zu einem freudvollen und bewussteren Sporttreiben wie auch zu individuellen Leistungsfortschritten. Dazu gehören der Wille zur Leistung und Anstrengungsbereitschaft. Über die in den Leitgedanken formulierten Handlungsfelder erwerben die Schülerinnen und Schüler personale und soziale Kompetenzen wie Kooperation, Fairness, Konfliktfähigkeit, Risikobereitschaft und Verantwortung. Sie reagieren auf soziale Ausgrenzungen und wenden sich dagegen.

Es gibt kein Fach, das so viel für die „Bildung“ des Menschen macht wie der Sport!

Bildungsstandards in Sport werden über einen mehrperspektivisch konzipierten Sportunterricht angestrebt: Dadurch werden den Schülerinnen und Schülern die verschiedenen Sinnrichtungen des sportlichen Handelns zugänglich gemacht und mit ihrer persönlichen Erfahrungs- und Erlebniswelt verknüpft.

Im Mittelpunkt aller Klassenstufen steht die Verbesserung der konditionellen Fähigkeiten, insbesondere die der Ausdauer und der Kraft als Grundlage der allgemeinen Fitness und Gesundheit sowie die regelmäßige Förderung der koordinativen Fähigkeiten.

Durch den Erwerb von Kenntnissen über die biologischen Zusammenhänge des Sporttreibens wie auch Einsichten in die Möglichkeiten und Risiken des sportlichen Tuns, sollen die Schüler lernen, verantwortungsbewusst Sport zu treiben. Die Vermittlung theoretischer Kenntnisse – stets altersgerecht aufbereitet - soll grundsätzlich in enger Praxis-Theorie-Verknüpfung stattfinden !

In den **Klassen 5 und 6** wird das beste motorische Lernalter genutzt und eine breite, allgemeine motorische Grundlage geschaffen. Die Schwerpunkte liegen hier eindeutig auf der Schulung und Verbesserung der koordinativen Fähigkeiten sowie auf der Ausbildung sportmotorischer und sportartspezifischer Grundlagen! Entdecken des Lernen und eigene Lernerfahrungen sind tragende Bestandteile des Sportunterrichts.

Ab der Klassenstufe 7 werden die bisher erworbenen Fähigkeiten, Fertigkeiten und Kenntnisse zunehmend gefestigt, vertieft, erweitert und optimiert. Damit erhalten die Schülerinnen und Schüler eine Orientierungshilfe für das Sporttreiben im außerschulischen Bereich.

In den Klassenstufen 9 bis 12 erhalten die Schülerinnen und Schüler Gelegenheit, auf der Basis grundlegender Fähigkeiten und Fertigkeiten inhaltliche Schwerpunkte zu setzen, um auf ein individuelles Leistungsoptimum hin zu arbeiten. Diese tragen ihren Neigungen Rechnung und führen bis Klasse 12 zu einer zunehmenden Spezialisierung und Vertiefung.

Über dieses Konzept soll Sport eine feste Größe im Leben eines jungen Menschen werden und ihn

damit hoffentlich zu lebenslangem reflektiertem Sporttreiben motivieren.

### III ORGANISATORISCHE HINWEISE

#### A) KONTINGENTSTUNDENTAFEL : SPORT

**Auch im Sport werden über die Bildungsstandards Kompetenzen unterschiedlichster Art entwickelt. Dies geschieht über eine Grundversorgung von 16 Stunden, die über die Klassen 5 bis 10 nach Belieben von der Schule/ Fachschaft verteilt werden können.**

Mehrere Modelle werden hier angedacht:

Klasse	Modell A	Modell B	Modell C	Modell D
5 a	3	4	4	5
6 a	3	4	3	3
7 a	3	2	3	2
8 a	3	2	2	2
9 a	2	2	2	2
10 a	2	2	2	2
<b>Total</b>	<b>=16 Std.</b>	<b>= 16 Std.</b>	<b>= 16 Std.</b>	<b>= 16 Std.</b>
	<b>Grundversorgung</b>	<b>Grundversorgung</b>	<b>Grundversorgung</b>	<b>Grundversorgung</b>

Bei allen möglichen Modellen muss die Gesamtstundenwochenzahl jeder Klassenstufe beachtet werden, denn jedes Fach wird eine Zuordnung seiner Stunden zu den einzelnen Jahrgangsstufen vornehmen. Dies erfordert Absprachen.

P.S. Schulen mit Sportprofil erhalten zusätzlich zur Grundversorgung in den Klassen 8 bis 10 weitere 12 Stunden (wie alle anderen Profulfächer auch)!

#### B) STRUKTUR DER BILDUNGSSTANDARDS SPORT

Die Bildungsstandards im Fach Sport sind in folgende Bereiche gegliedert :

##### 1. Leitgedanken zum Kompetenzerwerb mit stufenspezifischen Hinweisen

- Altersgemäßheit
- Entwicklungsstand
- Schwerpunktsetzung

*Die Leitgedanken haben eine zentrale Bedeutung für die Bildungsstandards im Sport. Sie ziehen sich wie ein roter Faden durch die „Kompetenzen und Inhalte“ und können damit durchaus als „übergeordnete Standards“ bezeichnet werden.*

##### 2. Kompetenzen und Inhalte

Fachspezifische Kompetenzen auf einem relativ hohen Abstraktionsniveau werden von den Fachschaften mit konkreten Inhalten verbunden.

##### 3. Niveaunkonkretisierungen \*

Beschreibung des Anforderungsniveaus auf drei Ebenen.

#### C) VERGLEICHSARBEITEN IN SPORT \*

Für die künstlerischen Fächer wie auch für das Fach Sport wird es selbstverständlich einen adäquaten Ersatz für Vergleichsarbeiten geben. Im Sport wären dies u.U. motorische Tests, Spielsituationen, Geräteparcours, Bewegungsaufgaben usw. Es soll festgestellt werden, inwieweit bestimmte Bildungsstandards erreicht wurden.

#### D) PERSPEKTIVEN

Voraussetzung für die Implementierung der Standards ist die Akzeptanz in den Schulen, den Kollegien und natürlich vor allem in den einzelnen Fachschaften. Wir sollten erkennen, dass Standards keine Einengung sind, sondern einen Freiraum für pädagogisches Arbeiten bedeuten. Die gewollt offene und abstrakte Formulierung der Bildungsstandards in Bezug auf Kompetenzen stellt die Chance dar, eigene Erfahrungswerte sowie situativ und personal relevante Entscheidungen zu berücksichtigen. In keinem anderen Fach können wir diese Offenheit und Freiheiten bezüglich der Inhalte so gut gebrauchen wie im Sport! Wir sollten umdenken – noch denken wir zu stark „in Inhalten“. Stattdessen sollten wir mehr denn je das Ziel vor Augen haben und dann versuchen, so viele Schüler wie möglich über verschiedenste Wege und unterschiedlichste Inhalte auf ein befriedigendes Niveau zu bringen. Selbstverständlich schließt das höhere Leistungsebenen nicht aus! Für den Sportunterricht stellt dies nicht unbedingt eine völlige Innovation dar; Differenzierung war schon immer unser wichtigstes Handwerkszeug!

Jedoch bedeutet eine sinnvolle Ausarbeitung der Standards, d.h. eine schulindividuelle Festlegung von Inhalten um die gesetzten Standards zu erreichen, viel Teamwork und einen sehr hohen Zeitaufwand!

#### E) VORGEHENSWEISE

Ab Frühjahr 2004 sollten die Inhalte der Bildungsstandards für die Klassenstufen 5 und 6 von den einzelnen Fachschaften in Angriff genommen werden. Diese greifen nämlich ab dem

kommenden Schuljahr. Bewähren wird sich sicherlich eine Art „Vorarbeit“ in Spezialistengruppen, d.h. die Kompetenzen und Inhalte für *Grundformen der Bewegung*, *Spielen-Spiel* sowie *Fitness und Gesundheit* sollten inhaltlich vorbereitet werden, um anschließend der Fachschaft vorgestellt und danach verabschiedet zu werden. Ich sehe in dieser Vorgehensweise den Vorteil, dass sich die Sportfachschaft zum einen viel eher mit den dann selbst gewählten Inhalten identifiziert (da sie realistisch und hoffentlich praktikabel sind) und zum anderen über diese Inhalte indirekt eine hausinterne Sportarten-Fortbildung stattfindet! Darüber hinaus können diese Inhalte jederzeit aktualisiert und modifiziert werden, solange sie das Ziel, die Bildungsstandards für bestimmte Klassenstufen, nicht aus den Augen verlieren.

Mit einer positiven Einstellung, gutem Willen, hoher Anstrengungsbereitschaft und einer gehörigen Portion Sportsgeist müssten wir Sportlehrer doch auch bei dieser weiteren Bildungsreform ins Ziel gelangen – und das mit Bestzeit!

*GABY FISCHER-BLÜM, StDin,  
Fachberaterin Sport und  
Mitglied der Kommission Standards*

\* Anmerkung der Autorin:

Auf eine Darstellung von Niveaue Konkretisierungen wird in diesem Artikel bewusst verzichtet, da noch zu viele Fragen offen sind. Auch bei den „Vergleichsarbeiten“, die für jedes Fach (und damit auch für den Sport) konzipiert werden müssen, halte ich momentan Zurückhaltung für angebracht und zitiere maßgebliche Personen des LEU: „Alles ist im Fluss“.

## Ausbildungen und Studiengänge im Sport

### Pädagogische Hochschule Karlsruhe

Aus redaktionellen Gründen kann der Beitrag der Pädagogischen Hochschule Karlsruhe erst in der nächsten Ausgabe, Sport-INFO 23 erscheinen. Ein Teil der Prüfungsordnungen wurde erst zum 1. Oktober dieses Jahres verabschiedet, so dass die aktuellen Studienordnungen noch nicht erstellt werden konnten.

Die Redaktion

## Sport- und Gymnastikschule Karlsruhe (SGK)

### 2 ½ -jährige Berufsausbildung zum/ zur staatlich geprüften Sport- und Gymnastiklehrer/in

- Voraussetzung: Mittlere Reife
- Studienbeginn: 1. März/ 1. September
- Bafög-Förderung möglich
- Ausbildung in Gymnastik, Jazz-Dance, Aerobic, Schwimmen, Leichtathletik, Turnen, Sportspielen, Freizeitsport, Sporttherapie, Sportförderunterricht, Massage, Theoriefächern, Lehrpraxis und Exkursionen wie Klettern, Segeln, Tennis, Skilaufen, Snowboarden etc.

Als staatlich anerkannte Ersatzschule bildet die SGK in 5 Semestern zum Sport- und Gymnastiklehrer aus. Die Ausbildung wird durch die Prüfungsordnung des Ministeriums für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg geregelt und unterliegt somit der staatlichen Schulaufsicht, die vom Oberschulamt Karlsruhe wahrgenommen wird.

Das Ausbildungskonzept umfasst im Detail folgende Kernbereiche:

#### Sport und Freizeit

Die einzelnen Sportarten werden erarbeitet sowie Freizeitsportveranstaltungen organisiert und durchgeführt.

#### Gymnastik/ Tanz

Hier geht es um Bewegungstechnik, Rhythmusgefühl, Körperbildung, Bewegungsgestaltung und Biofeedback in tänzerischer und funktioneller Gymnastik, Jazz-Dance, Modern Dance, Folklore und Aerobic.

#### Bewegungstherapie

Sportförderunterricht, Krankheitslehre, Sporttherapie, Massage und Gerätetraining bereiten auf die Praxis in Prävention und Rehabilitation vor.

#### Theorie

Eine umfangreiche theoretische Ausbildung bildet die Grundlage für alle Unterrichtsschwerpunkte. Insbesondere die Fächer Sportbiologie,

Trainingslehre, Bewegungslehre, Didaktik/ Methodik, Pädagogik und Sportgeschichte haben zentrale Bedeutung.

#### Lehrpraxis

Kurzlehrversuche bereits ab dem ersten Semester, Hospitationen und Praktika in der Ausbildungsschule, in öffentlichen Schulen, Kindergärten und Behindertenwerkstätten sowie ein vierwöchiges Berufspraktikum führen zu zahlreichen lehrpraktischen Erfahrungen.

Die Ausbildung endet mit einem staatlich anerkannten Examen unter Aufsicht des Oberschulamts Karlsruhe.

Die Vielseitigkeit der Lehrinhalte ermöglicht je nach Neigung eine berufliche Tätigkeit in unterschiedlichen Bereichen.

### **Unseren Absolventen bieten sich Anstellungsmöglichkeiten in**

- Einrichtungen mit therapeutisch-pflegerischer Ausrichtung (z.B. Kur- und Rehazentren)
- Großunternehmen, in denen betriebliche Gesundheitsförderung stattfindet
- professionell geführten (Groß-)Sportvereinen
- Krankenkassen als Gesundheits- und Präventionsberater
- Fitness-Einrichtungen
- Privatschulen



**Sport- und Gymnastikschule  
Karlsruhe**

Am Fächerbad 4  
76131 Karlsruhe  
Tel. 07 21 / 96 87 95 86  
Fax 07 21 / 40 66 72

E-mail: [info@sgka.de](mailto:info@sgka.de)

[www.sgka.de](http://www.sgka.de)

## Mit Berufserfahrung Lehrer werden:

### Fachlehrerausbildung am Pädagogischen Fachseminar Karlsruhe

Das Pädagogische Fachseminar Karlsruhe bietet als Teil der baden-württembergischen Lehrerausbildung die Chance der Fachlehrerlaufbahn. Dieser alternative Weg zum Lehrerberuf ist besonders für Menschen geeignet, die eine Neuorientierung ihres Berufslebens anstreben. Am PFS Karlsruhe stehen pro Ausbildungsjahr 60 Ausbildungsplätze in 6 Fächerverbindungen zur Verfügung, wobei in 5 Kombinationen das Fach Sport vertreten ist. Die Bewerber wählen eine Fächerverbindung mit drei Fächern.

#### Fächerverbindungen:

- Sport – Technik – Wirtschaftslehre/Informatik
- Sport – Technik – Bildende Kunst
- Sport – Hauswirtschaft/Textiles Werken – Wirtschaftslehre/Informatik
- Sport – Hauswirtschaft/Textiles Werken – Bildende Kunst
- Sport – Technik - Musik
- Hauswirtschaft/Textiles Werken – Musik – Bildende Kunst

#### Zugangsvoraussetzungen:

**Mindestens ein mittlerer Bildungsabschluss** (Realschulabschluss, Fachschulreife oder gleichwertiger Bildungsgang) **und** eine **abgeschlossene** duale oder vollschulische **Berufsausbildung** von mindestens zweijähriger Dauer

#### oder

ein erfolgreicher Abschluss eines beruflichen Gymnasiums in Baden-Württemberg.

#### Eignungsprüfung:

Sie umfasst eine schriftliche und mündliche Prüfung in Deutsch und Prüfungen in den drei Fächern der gewählten Fächerverbindung. Bewerberinnen und Bewerbern mit Hochschul- oder Fachhochschulreife kann auf Antrag die Ablegung der schriftlichen Prüfung in Deutsch erlassen werden. Es zählt in diesem Fall die im Fach Deutsch erreichte Endnote im Reife- oder Fachhochschulreifezeugnis.

Die Eignungsprüfung im Fach Sport beinhaltet folgende Anforderungen:

#### Gerätturnen:

##### - Sprung:

(Hocke über Kasten quer oder Pferd quer)

#### - Boden:

(Kür mit 4 Teilen, z.B. Handstandabrollen/ Sprungrolle/ Felgrolle/ Rad)

#### - Reck/ Barrenholmen:

(Übung aus 3 Teilen, z.B. Hüftaufschwung oder Laufkippe, Hüftumschwung, Felgunterschwung)

#### Gymnastik:

- Grundformen der Gymnastik mit einem Handgerät nach vorgegebener Musik

#### Leichtathletik:

- Umkehrlauf (3x20m) auf Zeit

- Mehrfachsprung auf Weite

- Wurf (Frauen), Stoß (Männer) auf Weite

#### Schwimmen:

- 50 m in beliebiger Stilart auf Zeit

#### Spiel:

Spieltechnische Fertigkeiten in Volleyball und einem weiteren Spiel (Basketball, Fußball, Handball) nach Wahl der Bewerberin/ des Bewerbers.

#### Sport:

Ausbildungsinhalte im Fach Sport sind unter anderem:

- Vermittlung vielfältiger Körper-, Bewegungs- und Sozialerfahrungen
- Fähigkeiten und Fertigkeiten in den einzelnen Sportbereichen Gymnastik, Leichtathletik, Turnen, Schwimmen, Spiele, Trendsportarten und Erlebniswelt Sport
- Kenntnisse aus Trainingslehre, Bewegungslehre und Sportbiologie
- Gründliches Wissen über methodische Verfahren in den Sportbereichen
- Fächerverbindende und –übergreifende Konzeptionen, auch in den zukünftigen Fächerverbänden, Projektarbeit
- Erfahrungen in außerunterrichtlichen, auch mehrtägigen Veranstaltungen

#### Ausbildung:

Die Ausbildung beginnt jeweils nach den Sommerferien und dauert 4 Unterrichtshalbjahre. Während der Ausbildung sind die Teilnehmer Beamte im Vorbereitungsdienst des Landes Baden-Württemberg und erhalten Anwärterbezüge. Verheirateten Fachlehreranwärtern steht ein Verheirateten-Zuschlag zu. Bei Übernahme in ein

Dienstverhältnis nach Ende der Ausbildung liegt die Eingangsbesoldung bei A 9.

Kennzeichen der Fachlehrerausbildung ist die enge Verzahnung von Praxis und Theorie. Schon in den ersten Ausbildungswochen werden die Fachlehreranwärter/innen im Rahmen von Praktika in die Schulpraxis eingeführt und erteilen selbstständigen Unterricht. Diese schulpraktische Ausbildung findet vor allem in Schulen des Grund- und Hauptschulbereiches statt, teilweise auch an Realschulen.

Die Ausbildung im Fachseminar ist auf die Förderung von beruflich relevanten pädagogischen, fachlichen, fachpraktischen sowie didaktischen Kenntnissen und Fertigkeiten ausgerichtet. Fachlehreranwärter/innen werden mit dem zukünftigen Aufgabengebiet so vertraut gemacht, dass sie den Erziehungs- und Bildungsauftrag erfolgreich und verantwortlich wahrnehmen können.

Neben den 3 Ausbildungsfächern umfasst der Ausbildungsgang auch die Bereiche  
*Pädagogik*  
*Pädagogische Psychologie*  
*Schulrecht*  
*Profilbereich*  
*Lernwerkstatt*  
*Projekte und Vorhaben*

Mit bestandener Abschlussprüfung wird die Befähigung zum/r „Fachlehrer/in für musisch-technische Fächer“ an den genannten Schularten erworben und die Möglichkeit eröffnet, später an einer Pädagogischen Hochschule in Baden-Württemberg ein Lehramtsstudium zu beginnen. Ein der fachgebundenen Hochschulreife gleichwertiger Bildungsstand wird mit bestandenem Abschluss am Pädagogischen Fachseminar zuerkannt.

#### **Bewerbungsverfahren:**

Die Bewerbungen sind mit einem Zulassungsantrag bis spätestens 15. Januar beim Oberschulamt Karlsruhe vorzulegen. Bewerbungsunterlagen werden auf Anforderung vom Oberschulamt zugeschickt (Oberschulamt Karlsruhe, Hebelstr. 2, 76133 Karlsruhe). Weitere Auskünfte erteilt gerne das

*Pädagogische Fachseminar Karlsruhe*  
*Hertzstr. 16,*  
*76187 Karlsruhe*  
*Tel. 0721/6084654*  
*Fax 0721/6084657*  
<http://www.pfs.uni-karlsruhe.de>

Roland Rädle, Dozent

## **Studiengänge am Institut für Sport und Sportwissenschaft (IfSS)**



Klaus Bös, Tina Schneider & Hans Steiner

Am Institut für Sport und Sportwissenschaft der Universität Karlsruhe werden im Wintersemester 2003/04 folgende Studiengänge angeboten:

#### **Lehramtstudiengang**

- (1) Sportpädagogik als Hauptfach für das wissenschaftliche Lehramt an Gymnasien
- (2) Sportpädagogik als Beifach für das wissenschaftliche Lehramt an Gymnasien
- (3) Sportpädagogik als Wahlpflichtfach für Diplom-Gewerbelehrer<sup>1</sup>
- (4) Sportpädagogik als wissenschaftliches Beifach für das Künstlerische Lehramt an Gymnasien<sup>2</sup>

Alle von der Universität Karlsruhe für das wissenschaftliche Lehramt an Gymnasien angebotenen Fächer (Biologie, Chemie, Deutsch, Geographie, Informatik, Mathematik, Physik, Sport) sind beliebig miteinander kombinierbar. Für die Zulassung zum Referendariat sind jedoch bestimmte Kombinationen vorgeschrieben.

⇒ Abschluss: 1. Staatsexamen (nicht für Diplom-Gewerbelehrer)

#### **Bachelor/Master-Studiengang**

- (5) Sportwissenschaft als Kernfach im *B.A.*-Studium
- (6) Gesundheits- und Fitnessmanagement als Ergänzungsfach im *B.A.*-Studium
- (7) Sportwissenschaft als Masterfach im Aufbau-studium (*M.A.*-Studium)

<sup>1</sup> Hauptfach: Elektrotechnik oder Maschinenbau.

<sup>2</sup> Hauptfach: Kunsterziehung oder Musikerziehung.



Das Kernfach Sportwissenschaft ist mit allen Ergänzungsfächern der Fakultät für Geistes- und Sozialwissenschaften der Universität Karlsruhe kombinierbar. Dazu gehören z.B. Gesundheits- und Fitnessmanagement, Germanistik, Pädagogik, Multimedia in den Geistes- und Sozialwissenschaften, Journalismus und Technik der elektronischen Medien.

Das Ergänzungsfach Gesundheits- und Fitnessmanagement ist nur mit dem Kernfach Sportwissenschaft studierbar.

⇒ Abschluss: Bakkalaureus/Bakkalaurea Artium (B.A.) bzw. Magister/Magistra Artium (M.A.)<sup>3</sup>

### Diplomstudiengang

(8) Sportwissenschaft als Ergänzungsfach in den Diplomstudiengängen Biologie und Informatik<sup>4</sup>

### Promotionsstudiengang

(9) Sportwissenschaft im Promotionsstudiengang<sup>5</sup>

⇒ Abschluss: Doktor der Philosophie (Dr.phil.)

Ausführliche Informationen zu den einzelnen Studiengängen und zur Studienberatung sind der Homepage des Instituts für Sport und Sportwissenschaft zu entnehmen:

[www.uni-karlsruhe.de/~sportwiss](http://www.uni-karlsruhe.de/~sportwiss)

## Ausgewählte Studiengänge im Überblick<sup>6</sup>

### 1. Berufsziele

Berufsziel für Studierende des Lehramtstudienganges ist in erster Linie das Lehramt an Gymnasien. Der Studienabschluss ermöglicht auch die Promotion sowie die Orientierung in andere Berufszweige. Studierende des B.A./M.A.-Studienganges qualifizieren sich für Tätigkeiten in außerschulischen Berufsfeldern von Sport, Gesundheit und Fitness wie z.B.:

- Gesundheitswesen  
z.B. Krankenkassen, Reha-Einrichtungen

- Fitness  
z.B. kommerzielle Sportanbieter, Sportstudios
- Sportindustrie  
z.B. Gerätehersteller, Handel, Vertrieb
- Kommunen  
z.B. Sport- und Badeämter
- Betriebe  
z.B. Betriebliche Gesundheitsförderung
- Vereine, Verbände  
z.B. Management, Organisation, Verwaltung
- Tourismusbranche  
z.B. Event, Projektplanung

Der B.A.-Studiengang führt nach sechs Semestern zu einem ersten qualifizierenden Abschluss, der einen Berufseinstieg ermöglichen soll.

Für B.A.-Absolventen, die durch einen guten Studienabschluss und in einem Bewerbungsgespräch eine überdurchschnittliche Eignung erkennen lassen, bietet der M.A.-Studiengang eine Möglichkeit der Vertiefung und Weiterqualifikation. Der Abschluss des M.A.-Studiums berechtigt zur Promotion.

### 2. Zulassungsvoraussetzungen

Im Lehramtstudiengang sind 2- oder 3-Fächerkombinationen studierbar. Der B.A.-Studiengang umfasst ein Kern- und ein wissenschaftliches oder praxisorientiertes Ergänzungsfach. Im M.A.-Studiengang erfolgt die Vertiefung in einem Fach. Für die Haupt- bzw. Kernfachstudiengänge Lehramt und Bachelor gibt es ein zweistufiges Zulassungsverfahren.

Stufe 1 umfasst die Sporeingangsprüfung.

In Stufe 2 erfolgt die Selbstauswahl des Instituts, bei der Voraussetzungen der Bewerber wie sportliche Eignung und Vorqualifikationen berücksichtigt werden.

Im praxisorientierten Ergänzungsfach Gesundheits- und Fitnessmanagement gelten die Bewerbungsvoraussetzungen für das Hauptfach.

Voraussetzung für die Aufnahme des M.A.-Studiums ist der qualifizierte Abschluss eines B.A.-Studienganges, in der Regel mit derselben fachwissenschaftlichen Ausrichtung. Zudem wird zur Eignungsfeststellung ein Bewerbergespräch geführt.

### 3. Studienaufbau

Alle Studiengänge am Institut für Sport und Sportwissenschaft beginnen jeweils zum Wintersemester. Ausnahmeregelungen gelten für Studiengang- bzw. Hochschulwechsler.

Die Regelstudienzeit im Lehramtstudiengang beträgt zehn Semester bei einer 2-Fächer-

<sup>3</sup> In der engl. Übersetzung der Bakkalaureatsurkunde als *Bachelor/Master of Arts* ausgewiesen.

<sup>4</sup> Für diese Diplomfächer liegen Vereinbarungen vor.

<sup>5</sup> Voraussetzung: 1. Staatsexamen (Sportpädagogik) oder Master (Sportwissenschaft).

<sup>6</sup> Im folgenden wird auf die Studiengänge 1, 5, 6, 7 eingegangen.

Kombination oder 13 bzw. 14 Semester, wenn ein drittes Fach mit Beifach- bzw. Hauptfachanforderungen studiert wird. Die Prüfungszeit ist jeweils eingeschlossen. In einem der Hauptfächer wird das zweite Semester mit der studienbegleitenden Orientierungsprüfung abgeschlossen. Bis zum Ende des vierten Semesters ist die Akademische Zwischenprüfung abzulegen. Sie entfällt für das dritte Fach. Die Staatsexamensprüfung im Fach Sportpädagogik beinhaltet eine Klausur und eine mündliche Prüfung.

Das *B.A.*-Studium umfasst sechs Semester. Im Kernfach werden das erste und zweite Studienjahr mit der studienbegleitenden Orientierungsprüfung und Vorprüfung beendet. Die Bakkalaureatsprüfung im Kernfach wird teils studienbegleitend, teils als mündliche Blockprüfung am Ende des sechsten Semesters abgelegt. Im Ergänzungsfach erfolgt sie studienbegleitend.

Das *M.A.*-Studium erstreckt sich über weitere vier Semester, wobei das vierte dem Abschluss der Magisterarbeit und dem Ablegen der Magisterprü-

fung (Klausur, mündliche Prüfung) vorbehalten ist.

Die Arbeitsbelastung der Studierenden im *B.A./M.A.*-Studiengang wird in Leistungspunkten (*credits*) nach dem European Credit Transfer System (*ECTS*) gemessen. In *B.A.*-Studium sind pro Studienjahr 40 *ECTS*-Punkte im Kernfach sowie 20 *ECTS*-Punkte im Ergänzungsfach zu erwerben, im *M.A.*-Studium insgesamt 120 *ECTS*-Punkte.

#### 4. Studieninhalte

Alle Studiengänge beinhalten sowohl sporttheoretische als auch sportpraktische Studieninhalte. Diese werden in Vorlesungen, Übungen, Seminaren bzw. Fit-Kursen, Grundfächern, Schwerpunktfächern, Wahlfächern und Exkursionen vermittelt. Im Grundstudium haben die Lehrveranstaltungen einführenden Charakter. Das Hauptstudium ist auf eine Vertiefung und Ergänzung der Inhalte in Theorie und Praxis angelegt.

#### Sporttheorie

A	Sozialwissenschaftliche Theoriefelder	(Sportpädagogik, -psychologie, -soziologie, -geschichte)
B	Naturwissenschaftliche Theoriefelder	(Trainingswissenschaft, Bewegungswissenschaft)
C	Ausgewählte Themenfelder	(Sport und Gesundheit, Sport und Multimedia u.a.)
D	Sportmedizin	(Anatomie, Adaptationen, Verletzungen u.a.)
P	Prävention, Rehabilitation, Gesundheit	(Indikationsbezogene Sporttherapie u.a.)
D	Diagnose, Gesundheitsberatung, Fitness	(Methoden der Diagnose u. Beratung u.a.)
M	Management, Organisation, Verwaltung	(Personalwesen, Kostenrechnung, Projektplanung u.a.)

#### Sportpraxis

▪	Individualsportarten	Gymnastik/Tanz, Leichtathletik, Schwimmen, Turnen u.a.
▪	Spielsportarten	Basketball, Fußball, Handball, Volleyball u.a.
▪	Integrativ-Kurse	Zielschussspiele, Rückschlagspiele
▪	Fit-Kurse	Aqua-fit, Body-fit, Cardio-fit, Gym-fit, Spiel-fit, Turn-fit
▪	Fitness-Vertiefung	Gerätegestütztes Krafttraining, außeruniversitärer Lizenzerwerb
▪	Grundfächer	Individual-, Spielsportarten (s.o.)
▪	Wahlfächer	Tischtennis, Tennis, Aerobic, Rock'n Roll, Fechten, Judo u.a.
▪	Schwerpunktfächer	Vertiefung der Grundfächer
▪	Exkursionen	Ski alpin, Snowboard, Langlauf, Surfen, Tauchen, Gleitschirmfliegen

#### Praxis- und Berufsorientierung

Um den Studierenden frühzeitig Kontakt mit ihrem späteren Berufsfeld zu ermöglichen, sind im Lehramtstudiengang ein Praxissemester, im *B.A.*-Studiengang Praktika integriert. Das Praxissemester an der Schule wird in max. zwei Blöcken im Hauptstudium absolviert. Das orientierende und vertiefende Praktikum sowie das Diagnosepraktikum sind bei freier Wahl der Praktikumsstelle ebenfalls im Hauptstudium abzuleisten.

Studierende des Ergänzungsfaches erwerben bis zur Bakkalaureatsprüfung eine Berufsorientierte Zusatzqualifikation (*BOZ*) aus dem Fakultätsangebot, in der jeweils vier Lehrveranstaltungen zu einer besonderen Lehreinheit zusammengefasst sind.

BOZ 1	Basiswissen Presse	BOZ 5	Berufspädagogik
BOZ 2	Multimedia-Arbeit	BOZ 6	Museums- u. Ausstellungskommunikation
BOZ 3	Projektmanagement u. Organisation	BOZ 7	Archiv- u. Bibliothekswesen
BOZ 4	Interkulturelle Kommunikation/DaF	BOZ 8	BWL für die Geistes- u. Sozialwiss.

### Wissenschaftliches Arbeiten

Im Rahmen des Methodenmoduls werden die Studierenden mit Methoden, Abläufen und Vorgehensweisen wissenschaftlichen Arbeitens vertraut gemacht, wobei Datenerhebungen und Datenauswertungen einen Schwerpunkt bilden. Auf vertiefenden Lehrveranstaltungen aufbauend, bearbeiten Master-Studierende empirische Forschungsprojekte zu drei ausgewählten Bereichen.

Als Zulassungsvoraussetzung bzw. Bestandteil der Abschlussprüfung ist im Lehramtstudiengang eine wissenschaftliche Arbeit, im *B.A.*-Studiengang eine Studienarbeit, im *M.A.*-Studiengang eine Magisterarbeit anzufertigen, was ebenfalls die vertiefte und vielfach auch empirische Auseinandersetzung mit einem Interessensgebiet des Sportstudiums ermöglicht.

### 5. Sportpädagogik als Hauptfach im Lehramtstudiengang<sup>7</sup>

Theoriefelder Themenfelder Sportmedizin 28 SWS	Methodenmodul  4 SWS	Praxissemester  20 SWS	Sportarten und Gesundheit/Fitness 51 SWS (gewichtete 40 SWS)
---	----------------------------	------------------------------	---

### 6. Sportwissenschaft als Kernfach im *B.A.*-Studiengang<sup>8</sup>

Theoriefelder Themenfelder Sportmedizin 26 SWS / 50 ECTS	Methodenmodul  10 SWS / 15 ECTS	Praktika orientierend u. vertiefend 8 SWS / 11 ECTS	Sportarten und Gesundheit/Fitness  32 SWS / 24 ECTS
---	---------------------------------------	--	--

### 7. Gesundheits- und Fitnessmanagement als Ergänzungsfach im *B.A.*-Studiengang

Prävention Rehabilitation Gesundheit 8 SWS / 16 ECTS	Diagnose Gesundheitsberatung Fitness 8 SWS / 14 ECTS	Management Organisation Verwaltung 12 SWS / 18 ECTS	Berufsorientierte Zusatzqualifikation (BOZ) 8 SWS / 12 ECTS
---	---	--	--

### 8. Sportwissenschaft als Masterfach im Aufbaustudiengang<sup>9</sup>

Oberseminare nach Wahl 6 SWS / 21 ECTS	Forschungsmodule Kolloquium 20 SWS / 27 ECTS	Lehrveranstaltungen nach Absprache 4 SWS / 4 ECTS	Sportarten und Gesundheit/Fitness 10 SWS / 8 ECTS
--	--	---	---

<sup>7</sup> Neben dem zweiten und ggf. dritten Fach absolvieren die Studierenden die *Pädagogischen Studien* sowie das *Ethisch-Philosophische Grundlagenstudium*.

<sup>8</sup> Zu ergänzen sind 20 *ECTS*-Punkte für die Anfertigung der Studienarbeit.

<sup>9</sup> Zu ergänzen sind 30 *ECTS*-Punkte für die Anfertigung der Magisterarbeit, 10 und 20 *ECTS*-Punkte für die Vorbereitung der Magisterklausur und mündlichen Magisterprüfung.

## Studiengangübergreifende Angebote

### 1. Sportpraxis, WALK-IN

Gelegenheit zum allgemeinen Training bzw. speziellen Wettkampftraining über die Praxislehrveranstaltungen hinaus bieten Hochschulsportkurse in über 40 Sportarten.

Im institutseigenen Zentrum für Fitness, Gesundheit und Diagnostik können die Studierenden an weiteren In- und Outdoor-Veranstaltungen teilnehmen, unter Anleitung an Geräten trainieren sowie ein Diagnosepraktikum absolvieren. Dieses beinhaltet die Durchführung und Auswertung eines Diagnoseprojekts, wobei die Praktikanten auf modernste Ausstattungen an Analysegeräten, z.B. zur 3-D-Bewegungsanalyse (simi-motion), zurückgreifen können.

### 2. Forschung, internationale Beziehungen, wissenschaftlicher Austausch

Qualifizierten Studierenden wird ferner die Mitarbeit an unterschiedlichen Projekten ermöglicht. Schwerpunkte liegen in den Bereichen Schulsport, Freizeit und Gesundheitssport, Motorikforschung, Diagnostik, Talentforschung, Leistungssport, Betriebliche Gesundheitsförderung, Multimedia und Lernen im Sport.

Bei Praktika, Praxissemestern oder dem Erstellen ihrer Abschlussarbeiten profitieren die Studierenden von internationalen Beziehungen des Instituts mit Universitäten in Bern, Wien, Thessaloniki, San Diego, Stellenbosch, Nairobi, Alexandria und Sydney.

Gefördert wird ebenfalls der wissenschaftliche Austausch mit außeruniversitären Einrichtungen und Organisationen in zahlreichen Ländern wie dem Nationalen Gesundheitsinstitut (UKK-Institut) Tampere (Finnland), dem Center of disease control Atlanta (USA), dem Zinman College (Israel) und der WHO Genf.

# Rechtsfragen

**Dem Oberschulamt Karlsruhe wurde berichtet, dass vermehrt Unfälle speziell beim Snowboardfahren auftreten, bei denen die Milz in Mitleidenschaft gezogen ist.**

Bei Beschwerden im linken Oberbauch sollte neben anderen Ursachen auch von einer Milzverletzung ausgegangen werden. Siehe: 1. Beitrag von Dr. Debatin: Milzverletzung  
2. Aktenvermerk von RD Kupper zur rechtlichen Situation

## Milzverletzung

Die Milz ist neben dem Herzen das blutreichste Organ des Körpers. In 24 Stunden passiert die gesamte Blutmenge ca. 500mal dieses Organ. Ihrer Lage nach befindet sie sich im linken Oberbauch, dicht hinter der 10. Rippe. Sie ist hierbei besonders bei stumpfen Schlägen Verletzungen ausgesetzt. Es kann sich hierbei um Stürze z.B. auf die Schulbank handeln, ebenso wie Bodychecks im Bereich der Ballsportarten.

Die Funktion der Milz besteht darin, sowohl Blutbestandteile zu bilden (Antikörper) als auch Blutbestandteile abzubauen (rote Blutkörperchen). Eine besondere Verletzungsgefährdung der Milz besteht in dem Moment wo ein vermehrter Abbau der roten Blutkörperchen stattfindet, so z.B. bei der Krankheit des Pfeifer'schen Drüsenfiebers. Hierbei kommt es zu einem Befall der roten Blutkörperchen mit dem

Virus und zu einem verfrühten Zerfall in der Milz, wobei diese stark anschwillt und damit stumpfen Verletzungen in vermehrtem Maße ausgesetzt ist. Die Milz selbst hat anatomisch gesehen eine Wand, die sie nach außen begrenzt und wird zusätzlich von einer Hülle umgeben.

Bei entsprechender Gewalteinwirkung kann es zu einem Einriss der Wand kommen, wobei dann Blut zwischen Wand und Hülle austritt und hier quasi ballonartig die Milzhülle aufquellen lässt. Übersteigt nun der Druck innerhalb der Milzhülle den elastischen Widerstand der Hülle, so kann dies zu einer Spontanruptur dieser Hülle führen und eine massive Blutung in den Bauchraum, die zu einem raschen Tod führen kann, zur Folge haben.

Der zeitlichen Abfolge nach kann dies von Stunden bis Tage dauern.

Vorgehen bei Schlägen im Bereich des linken Oberbauches:

1. Ruhe bewahren und das Kind beruhigen.
2. Fragen Sie das Kind genau nach dem Unfallhergang. Bedenken Sie dabei, dass der Unfall schon einige Zeit zurückliegen kann.
3. Legen Sie das Kind hin, lassen Sie es dabei selbst über die bequemste und schmerzärmste Lagerung entscheiden.
4. Prüfen Sie ob das Kind äußere Verletzungszeichen am Bauch hat
5. Bei Verdacht auf Schockzustand (kalter Schweiß auf der Haut, langsamer Herzschlag oder Hautblässe) betätigen Sie sofort den Notruf und nehmen die stabile Seitenlagerung vor.
6. Bei offener Verletzung Transport unverzüglich ins nächste Krankenhaus.

Im Falle einer Mitbeteiligung der Milz im Rahmen von viralen Infektionen wie dem Pfeifer'schen Drüsenfieber, ist die Milz über mehrere Wochen bis zur Ausheilung der Erkrankung angeschwollen, da die befallenen Blutkörperchen in dieser Zeit abgebaut werden und hierbei ein vermehrter Anfall dieser Blutkörperchen in der Milz stattfindet.

Es sollte in jedem Fall für die Sporttauglichkeit ein Attest des behandelnden Kinderarztes vorgelegt werden, der die Sporttauglichkeit bescheinigt.

## Aktenvermerk

**Jede Lehrkraft ist hier im Rahmen der Wahrnehmung Ihrer Aufsichtspflicht zu den notwendigen, „Ersthilfe-Maßnahmen“ verpflichtet.**

Art und Umfang dieser Maßnahmen richtet sich ganz nach den Umständen des konkreten Einzelfalles. Anhaltspunkte geben die Vorschläge Dr. Debatin (1-6). Allgemein läßt sich sagen, dass wegen der offenbar besonderen Gefährdung der Milz gerade bei Snowboardunfällen im Zweifel ein Arzt geholt werden sollte, der dann die weitere fachgerechte Versorgung übernimmt.

Empfehlenswert wäre auch die entsprechende vorherige Information der Eltern sowie deren Einverständnis mit dem Snowboardfahren. Die Schüler selbst sollten zu möglichst risikoarmem Fahren angehalten werden.

Damit im Notfall schnell ärztliche Hilfe herbeigeholt werden kann, sollte der aufsichtsführende Lehrer möglichst ein Handy bei sich haben und sich zuvor auch vergewissern, ob für dieses Handy in der betreffenden Berglage Netzempfang besteht.

Bewegt sich die betreffende Lehrkraft in diesem vorstehend beschriebenen Rahmen, braucht sie keine persönliche Haftung zu befürchten – zumal eine solche erst bei grobfahrlässigem Verhalten greift. Ansonsten haftet das Land für die Lehrkraft (etwa bei bloßer Unachtsamkeit).

Kupper, Regierungsdirektor  
Oberschulamt Karlsruhe

## Unfallkasse Baden–Württemberg

ehemals: Bad GUVV – Badischer Gemeindeunfallversicherungsverband

### Sicherheit beim Wintersport - Snowboarden

Als Natur- und Trendsportart ist das Snowboarden für Schüler interessant. Es findet mehr und mehr Eingang in die Lehrpläne. Wegen der hohen Anforderungen an die Gleichgewichtsfähigkeit und Bewegungserfahrung, die erforderlich ist um sich "gefesselt" an ein Brett sicher im Schnee fortzubewegen, sind viele Aspekte zu beachten, die das Risiko zu verunfallen minimieren können.



## Unfälle, Verletzungsfolgen

2,5 % der Schulsportunfälle ereignen sich beim Wintersport. Im Badischen Landesteil sind dies 2000 Unfälle pro Jahr. Diese Unfälle zählen häufig zu den schwersten Unfällen. Sie erfordern im Durchschnitt einen stationären Krankenhausaufenthalt von mehr als zwei Wochen. Für verletzte Schüler sind damit meist auch der Ausfall von Schulunterricht und aufwändige Maßnahmen zur Rehabilitation verbunden.

Spezifische Verletzungen beim Snowboarden ergeben sich, weil die Sicherheitsbindung fehlt und bei Stürzen große Kräfte auftreten. Unter den häufigsten Verletzungen (40%) sind die Knieverletzungen besonders schwerwiegend, weil es dabei zu Schädigungen der Strukturen im Kniegelenk und/oder des Bandapparates kommt. Beim Aufprall durch Sturzunfälle kommt es außerdem häufig zu Schulterverletzungen, Ellenbogen- und Handgelenksverletzungen.

## Gefahren ausschalten - Planung und Organisation

### Wintersportaktivitäten müssen langfristig geplant und gut vorbereitet werden:

- Die Eltern werden rechtzeitig über das Vorhaben informiert
- Die Genehmigung als schulische Veranstaltung wird eingeholt
- Die verantwortlichen Lehrkräfte und Begleitpersonen haben theoretische Kenntnisse und praktische Erfahrungen mit dem Snowboardfahren.  
Als Nachweis gilt der Skiberechtigungsschein, oder ein Auffrischungslehrgang über das LIS, des Sportlehrerverbandes oder anderer Anbieter. Verbindliche Angaben hierzu finden sich in K u. U - Rechts- und Verwaltungsvorschriften des Ministeriums für Kultus und Sport Nr. 6752/52. Lehrkräfte, die Snowboardfahren unterrichten, sollten über entsprechende Qualifikationsnachweise verfügen
- Die Lehrkräfte haben vor Ort Kontakt mit den Rettungsdiensten (Bergwacht) aufgenommen und sind über die Möglichkeiten der Rettung von Verletzten informiert
- Die Lehrkräfte kennen die Skiregion und die örtlichen Gegebenheiten
- Die Lehrkräfte haben ihre Kenntnisse über Lawinen- und Wetterkunde aufgefrischt, ortskundige Bergführer sind bei der Durchführung mit eingebunden

- Schüler werden rechtzeitig im Sportunterricht durch entsprechende Skigymnastik vorbereitet und fit gemacht
- Die FIS- Verhaltensregeln für Skifahrer werden den Schülern vermittelt.

## Schülerbezogene Voraussetzungen

Das Snowboardfahren ist sicher nur mit den Schülern/innen durchzuführen, die über gute motorische Grundfertigkeiten verfügen. Schüler können koordinativ und motorisch überfordert sein, wenn sie sich mit einem Brett, das fest mit den Füßen verbunden ist, bewegen sollen. Diese Grundgegebenheit muss kognitiv vorweggenommen werden und durch ausgiebige, praktische Boardgewöhnungsübungen allmählich realisiert werden. Es sollte den Schülern grundsätzlich viel Zeit zum eigenständigen Ausprobieren und Erlernen der Bewegungsmuster gegeben werden. Eine gute theoretische und mentale Vorbereitung, viele Gewöhnungsübungen und eine gute Erwärmung bringen mehr Sicherheit.

Beim Snowboardfahren kommt es zu ungewohnten Beanspruchungen. Dies führt zu rascher Ermüdung und damit zu einem Anstieg des Risikos zu verunfallen. Deshalb ist es wichtig, für Schüler rechtzeitig Erholungspausen einzuplanen.

## Größe der Lerngruppe

Der Unterricht soll so organisiert werden, dass eine Lerngruppe von Snowboardern aus **nicht mehr als zehn** Schülern besteht.

## Schutzausrüstung - Material

Um schwere Verletzungen zu verhindern, sind Protektoren wie Helm, Handgelenkschützer, Sprunggelenkschutz und Handschuhe anzulegen. Die Wahl der Boots ist vom Könnensstand abhängig. Softboots bieten mehr Bewegungsfreiheit und ermöglichen mehr Gefühl beim Fahren. Zum Schutz der Augen ist eine gut sitzende, bruch sichere Skibrille erforderlich.

Jede/r Schüler/in ist für sein Board verantwortlich. Ein Gerät, das versehentlich frei den Hang abwärts gleitet, kann schwerste Verletzungen bei anderen Pistenbenutzern verursachen.

Schon beim Transport muss das Board mit der Fangleine gesichert werden. Bei der Lagerung des Gerätes im Schnee sollte das Board immer mit der Bindung in den Schnee gelegt werden. Bevor man das Board anschnallt, sollte die Fangleine um den vorderen Fuß befestigt werden.

## Äußere Bedingungen:

### Gelände - Übungsbedingungen für Anfänger

Als Übungsgelände für Anfänger eignet sich ein wenig frequentierter Hang, der sanft abfällt und im unteren Bereich eben und breit ausläuft.

### Snowboardspezifische Grundfertigkeiten

Bei der Elementarschulung müssen hinsichtlich der Sicherheit folgende Grundfertigkeiten vermittelt werden:

1. Tragen, Ablegen und Anschnallen des Boards
2. Stürzen und Aufstehen
3. Gewöhnungsübungen
4. Grundstellung
5. Grundlegende Techniken der Fortbewegung (Seittrutschen, Schrägfahren, Kanten, Gleiten, Kurven fahren)
6. Stoppen
7. Liftfahren

### Erstes Einsteigen in die Bindung

Um das Wegrutschen des Boards beim Einsteigen in die Bindung zu verhindern, muss es im Schnee sicher gelagert werden. Dies wird erreicht, indem das Board immer quer zum Hang ausgerichtet wird und im Schnee eine ebene Fläche (Treppenstufe) gebaut wird. Mehr Sicherheit beim Einsteigen in die Bindung erreicht man, wenn immer erst der vordere Fuß, dann der hintere Fuß in die Bindung einsteigt.

Eine funktionelle Erwärmung, die auf den Bewegungsablauf abgestimmt ist, kann Verletzungsrisiken minimieren.

### Gekonnt Fallen und Stürzen

Sturz- und Fallübungen gehören pflichtgemäß in die Anfängerschulung und sollen stets auch bei Fortgeschrittenen wiederholt werden.

Beim vorwärts Fallen ist es wichtig, den Sturz mit den Unterarmen (nicht mit den Händen!) abzufangen. Die Fäuste werden geballt, die Ellenbogen gebeugt, die Arme eng an den Körper angelegt. Die Beine werden angewinkelt, damit das Board frei wird.

Beim Fallen nach hinten können Unterarmbrüche und Verletzungen der Handgelenke vermieden werden, wenn das Abrollen über Gesäß und Rücken erfolgt und die Arme gebeugt und dicht am Körper, die Hände vor der Brust gehalten werden. Auch hier gilt es die Beine zu beugen, um während des Fallens das Board vom Boden zu heben und die Verletzungsfolgen zu mildern.

### Besondere Risikosituation: Schleppliftfahren

Das Fahren mit dem Schlepplift muss mit Schülern eingehend besprochen und praktisch eingeübt werden.

### Schutz vor Kälte und Unterkühlung - Erste Hilfe

1. Spezifische Aufwärmübungen und eine gute Kondition sind die beste Verletzungsprophylaxe bei Kälte.
2. Funktionelle Kleidung. Diese lässt Feuchtigkeit nicht auf der Haut aufliegen. Sie schnürt nicht ab und bleibt trocken.
3. Schüler sollen feuchte Kleidung möglichst schnell durch trockene ersetzen.
4. Bei extremer Kälte sollte man auf Unterricht auf der Skipiste verzichten.
5. Bei Übungen am Hang muss auf ausreichend Flüssigkeitszufuhr geachtet werden. Heiße zuckerhaltige Getränke können eine Unterkühlung verhindern.
6. Die Lehrkraft ist für den Notfall gerüstet (Erste Hilfe Tasche und Handy) und als Ersthelfer/in mit den Maßnahmen zur Ersten Hilfe vertraut.

Grundsätzlich geht der Versicherungsträger davon aus, dass der Unterricht, der schulische Veranstaltung ist, von Lehrkräften durchgeführt wird, die über spezifisches Wissen und Können hinsichtlich des Snowboardfahrens verfügen.

### Merkblatt informiert über ärztliche Behandlung von Schülern/innen im Ausland

Um eine reibungslose Versorgung unfallverletzter Schüler bei Auslandsfahrten zu ermöglichen, sollten Lehrkräfte die Informationen die in den Merkblättern GUV 20.1.5 und GUV 20.1.6 gegeben werden beachten und vor Antritt der Reise entsprechende Anspruchsbescheinigungen besorgen.

***Die Merkblätter können von der Unfallkasse Baden-Württemberg kostenlos zur Verfügung gestellt werden.***

### Heidi Palatinusch

Päd. Mitarbeiterin der Abt. Prävention der Unfallkasse Baden-Württemberg, Sitz Karlsruhe, Waldhornplatz 1, 76131 Karlsruhe, Tel. 0721/6098 297

# Landesinstitut für Schulsport

## Berechtigungsschein Schneesportunterricht

von HERMANN KURZ

### Zur Neukonzeption der Richtlinien für den Erwerb eines Berechtigungsscheines zur Durchführung von Schneesportunterricht (Alpiner Skilauf und Snowboardfahren) im Rahmen von Schneesporthagen und Schneesportschullandheimaufenthalten

Für die Durchführung von Skiunterricht im Rahmen von Skischultagen und Winterschullandheimaufenthalten gelten seit vielen Jahren ministerielle Regelungen (siehe Erlass des Kultusministeriums vom 20. April 1976 [Fortsetzung ...] UA I 5035/372 und der Verwaltungsvorschrift vom 1. Januar 2001 [K.u.U. 2000, S. 344]). Durch den Erwerb eines Berechtigungsscheines weisen die Bewerberinnen und Bewerber nach, dass sie über didaktisches Grundwissen verfügen und befähigt sind, den besonderen Aufgaben und Gefahren von Veranstaltungen auf einer Piste gerecht zu werden und damit den erhöhten Sorgfaltsanforderungen an die Betreuer/innen solcher Maßnahmen genügen.

*Inzwischen haben sich die für „Skischultage“ und Winterschullandheimaufenthalte relevanten sportmotorischen Inhalte des Wintersports entscheidend verändert bzw. erweitert. Während im Verständnis der oben genannten Verwaltungsvorschrift Sport im Winterschullandheim ausschließlich mit dem alpinen Skilauf gleichgesetzt wird, hat sich in der (schul)sportlichen Realität das Snowboardfahren auf den alpinen Pisten fest etabliert und auch der Skilanglauf hat durch die Freien Techniken (Skating) erheblich an Attraktivität dazu gewonnen. Insofern scheint es sinnvoll, im vorliegenden Kontext die Begriffe „Schneesportunterricht“ und „Schneesporttag“ bzw. „Schneesportschullandheim“ zu nutzen und konsequenter Weise von einem Berechtigungsschein zur Durchführung von Schneesportunterricht im Rahmen von Schneesporthagen und Schneesportschullandheimaufenthalten zu sprechen. Diese Terminologie hat in der aktuellen sportspezifischen Literatur Eingang gefunden und wird auch in der Broschüre des LIS zum Sportschullandheim so verwendet. Da nach Auskunft der Lehrer heute ein erheblicher Teil der Schülerinnen und Schüler bei schulischen Schneesportveranstaltungen Snowboardfahren möchte und der alpine Skilauf und das Snowboardfahren unter den gleichen Umgebungsbedingungen (Abfahrtspiste) stattfinden und somit die gleichen Sorgfaltsanforderungen an die*

*Betreuer/innen gestellt werden müssen, erschien es in der nahen Vergangenheit zwingend notwendig, die Fortbildungsmaßnahmen den neuen Bedürfnissen anzupassen und die Verwaltungsvorschrift zu aktualisieren. Das LIS hat deshalb im Jahr 2000 eine Arbeitsgruppe etabliert, mit dem Ziel eine Neukonzeption zu erarbeiten. Diese ist mit der Verwaltungsvorschrift vom 01.01.2003 in Kraft getreten. Das aus einem Basislehrgang und einem Abschlusslehrgang bestehende neue Ausbildungskonzept wird seit zwei Jahren bei den betreffenden Fortbildungen des LIS mit äußerst positiver Resonanz aus den Reihen der Lehrerschaft realisiert und soll im folgenden kurz dargestellt werden.*

In einem dreitägigen Basislehrgang lernen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ausgewählte Aspekte aus den drei Bereichen der Schneesportarten, dem Alpinen Skilauf, dem Snowboardfahren und dem Skilanglauf kennen. Die Sportarten weisen Gemeinsamkeiten und Unterschiede in der Struktur der Bewegungsaufgaben und deren Lösungen auf, beziehen aber aus einem Phänomen, dem Gleiten auf Schnee, eine gemeinsame Faszination. Die Kontrolle von Gleichgewicht, Geschwindigkeit und Richtung beim Gleiten auf den Gleitgeräten Lauski, Alpinski oder Snowboard ist dann möglich, wenn die Grundfunktionen Drehen, Kanten sowie Be-/Entlasten gelingen. Um diese Grundfunktionen zu bewerkstelligen sind wiederum verschiedene Aktionen mit ihren zulässigen Bewegungsspielräumen zu realisieren. Ziel des Basislehrgangs ist es, den Teilnehmerinnen und Teilnehmern zu vermitteln, wie das Gleiten auf den unterschiedlichen Gleitgeräten der Schneesportarten funktioniert und wie über vielfältige Bewegungserfahrungen die notwendigen koordinativen Fähigkeiten und Fertigkeiten zum Skifahren, Langlaufen und Snowboardfahren erworben und nach welchen methodischen Prinzipien sie gelehrt werden können. Die praktischen Inhalte werden in der Theorie durch die Themenbereiche „Organisatorische und rechtliche Fragestellungen“ und „Schneesport und Umwelt“ ergänzt.



Ziel des ebenfalls dreitägigen Abschlusslehrgangs ist es, entweder im Snowboardfahren oder im Alpinen Skilauf die Eigenrealisation der Teilnehmerinnen und Teilnehmer auf ein Niveau zu bringen, das notwendig ist, um Schüler/innen auf einer Skipiste beaufsichtigen und unterrichten zu können. Die theoretischen Inhalte beziehen sich auf ausgewählte Themen der Methodik und Bewegungslehre der Schneesportarten. Ihre motorischen Kompetenzen (sicheres Fortbewegen auf Ski oder Board in allen schülerrelevanten Umgebungsbedingungen, Demonstrationsfähigkeit lernrelevanter Techniken) weisen die Teilnehmer/innen durch angepasstes Fahren in schülerrelevantem Gelände nach. Im Rahmen von Kurzlehrproben können die Probandinnen und Probanden grundlegende Kenntnisse in den Bereichen Bewegungswissen, Organisation und Methodik zur Anwendung bringen.

Nach erfolgreicher Teilnahme wird vom Landesinstitut für Schulsport Baden-Württemberg in Lud-

wigsburg (LIS) ein Berechtigungsschein ausgestellt. Eine Berechtigung wird auch erworben

durch den Nachweis erfolgreich abgeschlossener Ausbildungsveranstaltungen im Rahmen der Sportlehrerausbildung oder erfolgreich abgeschlossener Ausbildungsveranstaltungen im Rahmen der Lizenzausbildung von Sportfachverbänden, die den oben beschriebenen Fortbildungsmaßnahmen inhaltlich entsprechen und zu einem gleichwertigen Qualifikationsniveau geführt haben. Ein entsprechender Antrag ist an das Landesinstitut für Schulsport Baden-Württemberg (LIS) zu richten.

***Berechtigungsscheine, die aufgrund des Erlasses des Kultusministeriums vom 20. April 1976 (Fortsetzung ...) UA I 5035/372 und der Verwaltungsvorschrift vom 1. Januar 2001 (K.u.U. 2000, S. 344) ausgestellt wurden, gelten weiter. Den Inhaberinnen und Inhabern wird jedoch empfohlen, eine Fortbildung zur Aktualisierung ihrer Kenntnisse zu besuchen. Das LIS bietet dafür die Veranstaltung „Schneesport und Umwelt“ an, welche in ihrem sportpraktischen Teil die motorischen Inhalte des Basislehrgangs vermittelt.***



## Sportabitur - Statistik 2003

### I. Allgemeinbildende Gymnasien

#### 1. Leistungskurs

Bezugsgröße: 420 Abiturienten (267 Schüler [63,6%] und 153 Schülerinnen [36,4%])

a.) Theorie (schriftlich) Endbenotung: Durchschnitt: 7,8 Notenpunkte

b.) Praktische Prüfung

Schüler (267)								
Individualsportarten					Mannschaftssportarten			
	LA	SW	GT	GY/T	BB	HB	VB	FB
% Anteil	66,3	25,8	7,9	-	14,6	11,6	33,7	40,8
Noten- durchschnitt in Punkten	10,3	12,0	11,5	-	13,5	14,2	12,3	12,9
	10,8				12,9			
	11,9							

Schülerinnen (153)								
Individualsportarten					Mannschaftssportarten			
	LA	SW	GT	GY/T	BB	HB	VB	FB
% Anteil	27,5	36,6	28,8	7,2	15,7	15,0	65,4	5,2
Noten- durchschnitt In Punkten	11,0	11,4	12,4	11,2	12,8	13,6	11,7	12,5
	11,5				12,2			
	11,9							

Gesamtdurchschnitt (Praxis) Schülerinnen und Schüler: 11,9 Notenpunkte

## Allgemeinbildende Gymnasien

### 2. Grundkurs (4. Prüfungsfach)

Bezugsgröße: 485 Abiturienten (367 Schüler [75,7%] und 118 Schülerinnen [24,3%])

In der praktischen Prüfung wurden folgende Sportarten gewählt:

Schüler (367)								
Individualsportarten					Mannschaftssportarten			
	LA	SW	GT	GY/T	BB	HB	VB	FB
% Anteil	80,1	17,7	1,9	-	21,3	4,9	22,1	53,4
Noten- durchschnitt in Punkten	8,0	11,8	13,0		12,3	12,9	10,5	12,0
	8,7				11,8			
	10,3							

Schülerinnen (118)								
Individualsportarten					Mannschaftssportarten			
	LA	SW	GT	GY/T	BB	HB	VB	FB
% Anteil	27,1	34,1	13,6	28,0	12,7	11,9	70,3	5,1
Noten- durchschnitt in Punkten	8,8	10,5	12,3	11,2	9,6	13,7	10,8	13,8
	10,4				11,2			
	10,8							

Gesamtdurchschnitt Schülerinnen und Schüler: 10,4 Notenpunkte

## II. Berufliche Gymnasien

### Grundkurs (4. Prüfungsfach)

Bezugsgröße: 278 Abiturienten (172 Schüler [61,9%] und 106 Schülerinnen [38,1%])

In der praktischen Prüfung wurden folgende Sportarten gewählt:

Schüler (172)								
Individualsportarten					Mannschaftssportarten			
	LA	SW	GT	GY/T	BB	HB	VB	FB
% Anteil	75,0	22,7	2,3	-	20,9	5,2	26,7	49,4
Noten- durchschnitt in Punkten	8,3	11,4	12,0	-	12,3	13,6	11,6	12,5
	9,1				12,3			
	10,7							

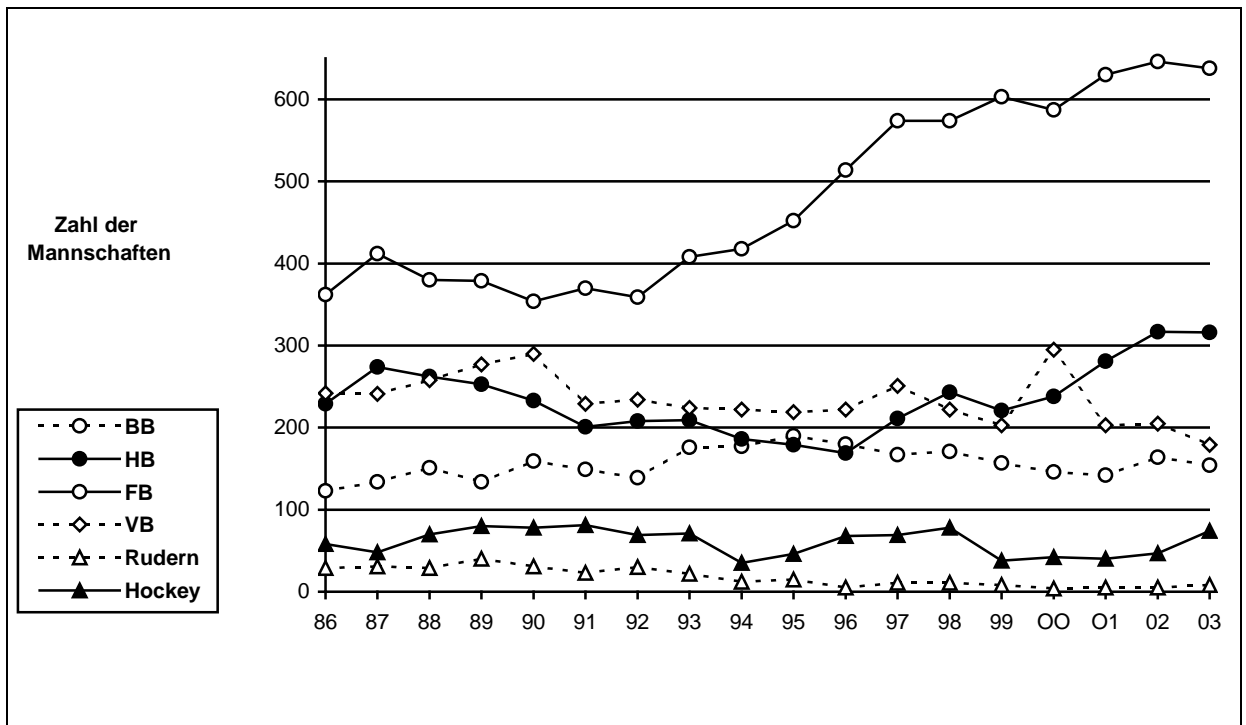
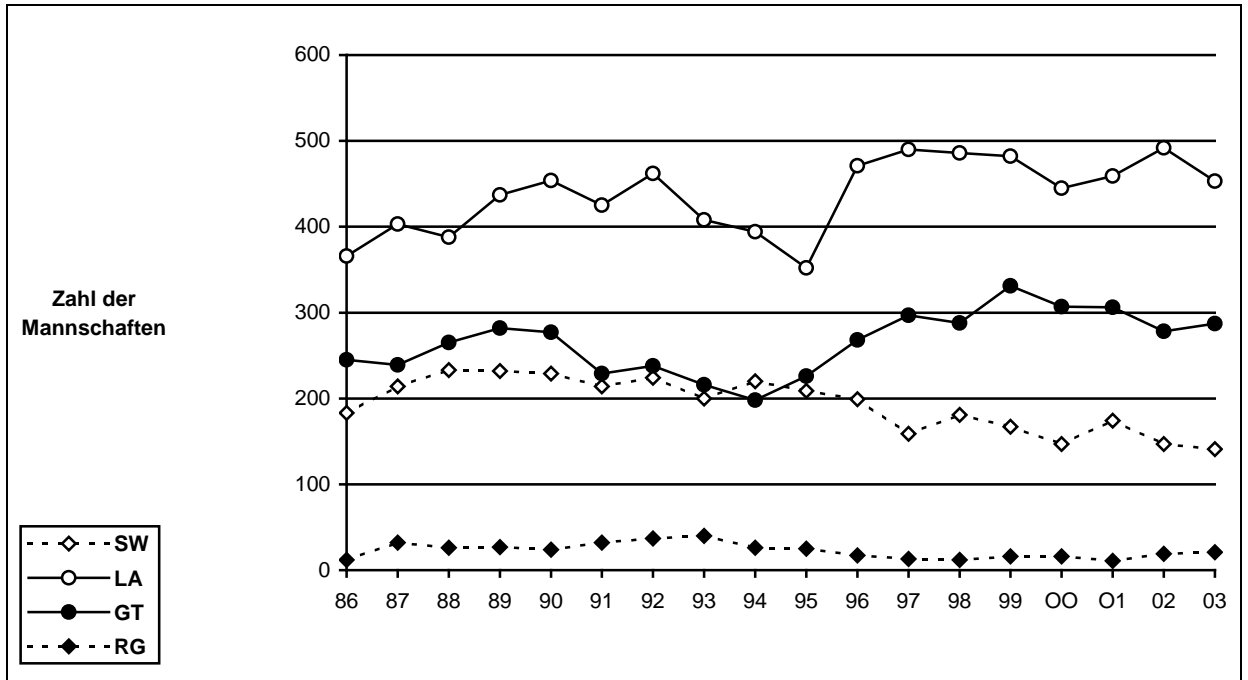
Schülerinnen (106)								
Individualsportarten					Mannschaftssportarten			
	LA	SW	GT	GY/T	BB	HB	VB	FB
% Anteil	28,3	8,5	13,2	50,0	17,0	7,5	72,6	2,8
Noten- durchschnitt in Punkten	8,5	11,2	12,1	10,8	9,3	14,4	10,2	13,3
	10,4				10,4			
	10,4							

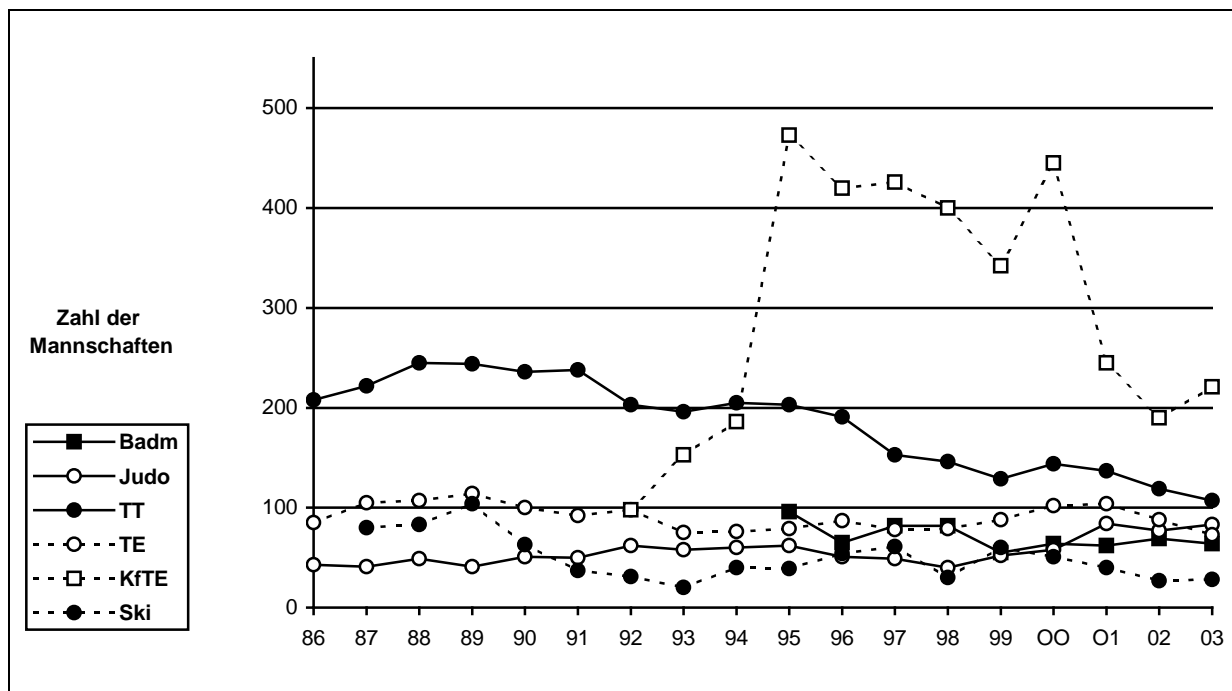
Gesamtdurchschnitt Schülerinnen und Schüler: 10,6 Notenpunkte

# Statistik „Jugend trainiert für Olympia“

## Schuljahr 85/86 – 02/03

### Oberschulamt Karlsruhe





## Aus den Staatlichen Schulämtern

### Lehrerfortbildung Grundschulsport an der Sportschule Schöneck Wertvolle Tipps und reichlich Anregungen

von Daniela Tragner (Teilnehmerin)

Ich hasse Geräteturnen – an diesem Tag kein Spruch von bockigen Schülern. Einige der Teilnehmerinnen sprachen offen aus, was wohl viele denken. Da wirken negative Erfahrungen aus der eigenen Schulzeit nach, oft fehlen aber auch nur ein paar neue Ideen für die Gestaltung eines interessanten Sportunterrichts.

Die Erwartungen bei den Teilnehmern waren groß, stand doch die Praxisorientierung im Titel der Veranstaltung an erster Stelle. Doch zunächst war Theorie an der Reihe. Theorie, die jedem Lehrer aus der Praxis bekannt ist. Experten seien sich einig, dass die Mehrheit der Kinder an Haltungsschäden leide. Und im Unterricht? Da werden die Kinder zappelig, wenn sie zu wenig Bewegung haben oder wenn die schwache Muskulatur nur allzu schnell ermüdet. Auf diesem Hintergrund komme dem Sportunterricht eine zentrale Bedeutung zu, so Hans Hofrichter. Bis zum 12. Lebensjahr etwa seien Haltungsschäden noch

korrigierbar, danach nicht mehr. Präventivmaßnahmen seien dringend notwendig.

Nach diesem Auftakt mit einer recht düster anmutenden Bestandsaufnahme ging es direkt in die Turnhalle. Kleine Spiele mit oft verblüffenden Varianten wurden erklärt, getestet und für gut befunden. Wie selbst alte Zeitungen Fitness und Spass im Sportunterricht bringen erfuhren die Teilnehmer anschließend. Am Nachmittag dann übte sich die Gruppe an der Turnbank und alle waren erstaunt, welche vielfältigen Übungsmöglichkeiten dieses Gerät bietet. Möglichkeiten für ein ganzes Schuljahr. Dazwischen gab es von Hans Hofrichter wertvolle Tipps zu Themen wie Disziplin im Sportunterricht.

Am zweiten Tag dann war es soweit. Das oft ver wünschte Reck, der vielgehasste Barren, der angsteinflößende Kasten wurden aufgebaut. Ablehnung war spürbar. Völlig unnötig! Unter der

fachkundigen Anleitung von Hans Hofrichter wurden Übungen geturnt, erweitert, variiert. Kindgerecht sollen die Übungen sein, betonte Hofrichter immer wieder. Kein Leistungsturnen, sondern Spaß an den Geräten sei das Ziel der turnerischen Übungen. Und den hatten bald auch die Teilnehmer. Jeder der anwesenden Sportlehrer

würde in Zukunft hin und wieder die Geräte hervorholen, das war sicher.

Keine Frage, diese Fortbildung war überaus wertvoll. Jede Menge Tipps und Anregungen nahmen die Teilnehmer mit nach Hause - und vielleicht auch ein wenig Vorfreude auf einen noch besseren Sportunterricht.

## Zirkus Makkaroni an der GH/WRS Berghausen

Am Anfang stand eine begeisterte Sportpädagogin (Ria Knieper), die den Schulsport mit neuen Ideen bereichern wollte. Bei einer Fortbildung fand sie schnell Gefallen am Jonglieren und eignete sich die erforderlichen Grundkenntnisse an, um sie talentierten Kindern weiter zu vermitteln.

An der Schule wurde eine AG eingerichtet, zu der sich parallel noch eine Akrobatikgruppe zusammenfand. Nach kleinen Auftritten bei Schulveranstaltungen reifte bei zunehmendem Können der Wunsch, sich in größerem Rahmen zu präsentieren. Als man das Angebot durch Einradfahren und Fakire noch erweiterte, sprang der Funke vollends über. Die Verwirklichung der Idee einen Schulzirkus zu gründen, war nicht mehr aufzuhalten.

Mit der Unterstützung der Fachschaft Sport und des Schulleiters nahm das Experiment Formen an und mündete in **ein fächer- und klassenübergreifendes Schulprojekt, namens „Zirkus Makkaroni“**.

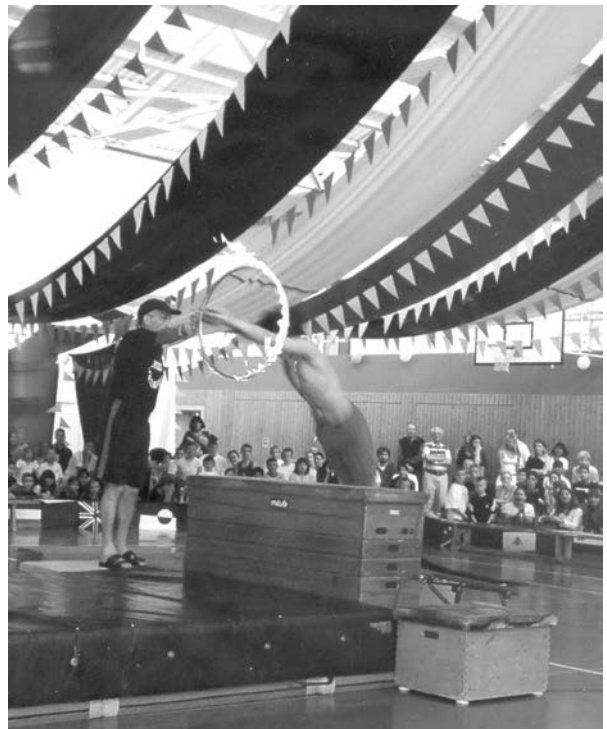
Ein Zweierteam übernahm die Gesamtlogistik und damit auch die Aufgabe die Sporthalle in ein Zirkuszelt mit Manege zu verwandeln. Mit bunten Plastikfolien simulierte man eine Zeltatmosphäre, 200 Sprudelkisten wurden für eine Manegenabsperrung ausgeliehen. Im gut funktionierenden Projektunterricht wurden kunstvoll farbige Dekorationen und ein eigens für die Fakire benötigtes Nagelbrett angefertigt. In einer weiteren AG übte eine erfolgreich auftretende Musikgruppe.

In der letzten Vorbereitungswoche stieg die Spannung merklich und sprengte gar den geregelten Unterricht, der dann für letzte Proben herhalten musste.

Anstatt des jährlichen Sportfestes fand am 9. Mai 2003 ein rauschendes Zirkusfest statt. 700 Zuschauer staunten bereits beim Betreten über das Zirkuszelt in der Sporthalle. Der Zirkusdirektor begrüßte die Gäste, ein Fanfarenbläser und kleine Nummerngirls leiteten die Programmpunkte ein.

Im ersten Teil waren wagemutige Fakire, lustige Clowns und nahezu perfekte Jongleure der Höhe-

punkt des Programms, das immer wieder durch flotte Tänze aufgelockert wurde. Nach der Pause faszinierten Toreros mit schmucken Masken und Pappgewändern genauso wie Grundschüler mit einfallsreichen Tiernummern. Der höchste Schwierigkeitsgrad lag sicher bei der Gruppe der Einradfahrer, deren Darbietung fehlerfrei durch die Manege lief.



Als zum Finale Trampolinspringer durch einen brennenden Reifen hechteten, war ein mit viel Applaus bedachter Schlusspunkt gesetzt. Begeisterte Zuschauer verließen das Zirkuszelt, ehe es sich zwei Stunden später wieder zur Sporthalle verwandelt hatte.

Karl-Heinz Müller, FOL

Grund- und Hauptschule Berghausen

## SPORTUNTERRICHT AUF NEUEN WEGEN

### Projektorientierter Sportunterricht an der Hauptschule

**innerhalb des Modells „Themenschule statt Fächerschule“ an der Markgrafen-Schule Münzesheim**

Mit Beginn des Schuljahres 2003/2004 hat sich an der Markgrafen-Schule Münzesheim (eine zweizügige Grund-, Haupt- und Werkrealschule) ein grundlegender Wandel vollzogen. Nach Beschluss der GLK und weiterer Gremien sowie mehreren Konferenzen und Vorarbeiten, konnte die Neugestaltung des Fachunterrichts in den Klassenstufen 5-9 (im Sport 5-10) beginnen.

#### ALLGEMEINE ÄNDERUNGEN:

- Die Markgrafen-Schule hat seit diesem Schuljahr einen **neuen Stundenplan** mit Kernfächern vor der ersten Großen Pause und dann jeweils zweistündigen Projektblocks vor und nach der zweiten Großen Pause (siehe exemplarischen Stundenplan einer 9. Klasse).
- Das Schuljahr ist in **3 Tertiale** unterteilt. Inhalte entsprechen noch den alten Bildungsplänen, werden aber projekthaft in jeweils 2-stündigen Blocks unterrichtet – also noch nicht in Fächerverbänden.

Name, Vorname: \_\_\_\_\_ **Mein Projektplan** Schuljahr 2003/04

Stunde	Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag		
	1.Tert. 3.Tert.	2.Tert.		1.Tert. 3.Tert.	2.Tert.		1.Tert. 3.Tert.	2.Tert.		1.Tert. 3.Tert.	2.Tert.		1.Tert. 3.Tert.	2.Tert.	
1. 7.45-8.30	<b>Englisch</b>			<b>Religion</b>			<b>Englisch</b>			<b>Englisch</b>			<b>Mathe</b>		
2. 8.35-9.20	<b>Mathe</b>			<b>Englisch</b>			<b>Deutsch</b>			<b>Englisch</b>			<b>Mathe</b>		
3. 9.25-10.10	<b>Deutsch</b>			<b>Deutsch</b>			<b>Mathe</b>			<b>Deutsch</b>			<b>Religion</b>		
Große Pause 10.10-10.25	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
4/5 10.30-12.00	EK	G/Gk	Phy	Mu	BK	Mu	ITG	WL	HTW	<b>Deutsch</b>			T	Sp	
Große Pause 12.00-12.15	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6/7 12.20-13.50	Sp	T		WL	Bio	Ch	Sp	EK	Sp	Bio	Sp			ITG	
Punkte für projektorientierte Themen															

Meine Gesamtpunktzahl: \_\_\_\_\_ Punkte (9.Klasse: mind. 42)

- Jede/r Schüler/in erhielt einen sogenannten **Projektreader**, der eine Auflistung aller an der Schule angebotenen Projekte enthält und hat unter Anleitung und mit Hilfe des Klassenlehrers/der Klassenlehrerin einen eigenen, individuellen Stundenplan erstellt. Jeder Projektblock erhält eine bestimmte Punktzahl und die Schüler/innen müssen eine festgelegte Mindestpunktzahl erreichen.
- Die Projektleiter führen Anwesenheitslisten und attestieren am Ende eines jeden Tertials (= Ende eines jeden Projekts) die Teilnahme in einem **Testatheft**, das jeder Schüler besitzt und in dem alle besuchten Projekte aufgelistet sind.
- Jeder Schüler erhält für alle Kernfächer und für die Projekte, die bis zur/zum **Halbjahresinformation, -zeugnis** vollständig abgeschlossen sind, eine Bewertung. Die Note wird als viertel, halbe oder ganze Note dem entsprechenden Fachbereich zugeordnet. Es werden fachliche **und** überfachliche Qualifikationen benotet.
- Zeugnisnote:** Am Ende des Schuljahres erhält jeder Schüler für alle Fächer und alle Projekte, an denen er teilgenommen hat, eine Note. Diese Noten werden als ganze Noten gegeben und den entsprechenden Fachbereichen zugeordnet.



Der Klassenlehrer notiert die fachliche Note als Zehntelnote. Die Bewertung für die überfachlichen Kompetenzen geben den Ausschlag, ob die Zehntelnote nach oben oder unten gerundet wird (Beispiel: 2,4 bis 2,6 kann 2 oder 3 ergeben).

Pflichtinhalte:

- Aus jedem Fachbereich (Bio, G/GK, EK, ...) muss pro Schuljahr mindestens 1 Projekt/Block gewählt werden.
- Im Fach Sport müssen im Schuljahr mindestens 4 Blocks gewählt werden (davon mindestens ein Spiel und eine Individualsportart). Es muss mindestens 1 Block pro Tertial (*entspricht ca. 2,7 Sportstunden/Schuljahr*) belegt werden.

**SPORTUNTERRICHT:**

Auch der Sportunterricht wurde in Blocks bzw. Projekte eingeteilt. Je zwei Jahrgangsstufen wurden zusammengefasst (5/6; 7/8; 9/10), um Wahlmöglichkeiten für die Schüler/innen zu schaffen. Die Schüler/innen der 10. Klasse konnten eine Vorauswahl der Sportarten treffen, damit sie trotzdem eine entsprechende Prüfungsvorbereitung haben. Jede/r Schüler/in kann je nach Neigung 4 oder mehr Blocks bzw. Sportarten wählen.

Die folgende Tabelle zeigt die Verteilung der einzelnen Blocks/Projekte in Sportarten und Klassenstufen. Da das Schuljahr in 3 Tertiale eingeteilt ist, entsprechen 2 Deputatsstunden/Lehrerwochenstunden 3 Blocks/Schuljahr. Das heißt, eine Sportlehrkraft muss für 2 Deputatsstunden im Schuljahr 3 zweistündige Blocks/Projekte anbieten

(z.B. je 1 proTertial / 2 im 1. Tertial und 1 im 2. Tertial usw.), für 4 Deputatsstunden 6 Blocks usw. Aus den vorhandenen 30 Deputatsstunden für den Bereich Sport, die sich aus der Verteilung der „normalen Sportstunden“ der einzelnen Klassen ergeben (s. Tabelle: Summe Klassenstunden) ergaben sich 45 Projekte/Blocks, die auf die Klassenstufen 5-10 verteilt werden konnten.

Anmerkung:

Es sind weder zusätzliche Lehrer- noch Hallenstunden nötig, um diesen Sportplan durchführen zu können. Natürlich können nicht in allen Klassenstufen alle Sportarten abgedeckt bzw. angeboten werden, aber das wird wohl auch im „normalen Sportstunden-Angebot“ nicht immer der Fall sein.

Für die Durchführung war es nötig, einen Projektplan zu erstellen (s.u.), der die zur Verfügung stehenden Klassenstunden bzw. Deputatsstunden der Sportlehrer/innen so in Blocks verteilt, dass eine relativ hohe Abdeckung der einzelnen Sportarten in den einzelnen Klassenstufen gewährleistet ist.

Lehrer/in	Deputatsstunden	Blocks
Kn	7+1AG	12
Be	6	9
Gru*	2	3
Hen	8	12
Sto	4	6
Wie*	<u>2</u>	<u>3</u>
Summe	29 (+1AG)	45

\**fachfremd Unterrichtende*

**PROJEKTPLAN IM FACH SPORT**

Sportarten \ Klassenstufen	Kl. 5/6		Kl. 7/8			Kl. 9/10	
	Mä	Ju	Mä	Ju		Mä	Ju
GT	Be	Kn	Hen	---		Hen	---
LA	Be	Gru	Be	Kn		---	Kn
SW	Sto	Sto Sto	Sto	Sto	Sto	Be	Kn
Fitness/Kondition	Hen	Gru	Hen	---		Hen	Kn
Gy/Ta	Hen	---	Hen	---		Hen	---
FB	---	Kn	---	Kn		---	Kn
BB	Hen	Gru	Hen	---		---	Kn
HB	(Hen)	(Gru)	(Hen)	Wei		Weick.	Weick
VB	Be	Be	Be	Be		Hen	Kn
RS-Spiele	Be	---	Hen	Kn		Hen	(Kn)
Summe Klassenstunden	3+3	3+3	3+3	2+2		3	3+2

**FAZIT:**

Die Meinung der Schülerinnen und Schüler sowie der sportunterrichtenden Kolleginnen und Kollegen ist überwiegend positiv:

- Die Schüler/innen können nach Neigung wählen
- Weniger beliebte Sportarten müssen nicht belegt werden (dadurch können auch „Anti-Sportler“ eher motiviert werden)
- Dadurch ergibt sich automatisch eine höhere Motivation, was sich sowohl in einer höheren Leistungsbereitschaft als auch in geringeren Störfaktoren bemerkbar macht
- Lehrer haben die Möglichkeit ihre „Stärken“ mehr und intensiver zum Einsatz zu bringen
- „Nicht-Sportlehrer“, die eine bestimmte Sportart im Verein (als Übungsleiter/in...) betreiben, können eher eingesetzt werden
- Kolleginnen und Kollegen, die fachfremd unterrichten, haben den Vorteil, dass sie nicht alle Sportarten unterrichten müssen

**KONSEQUENZEN:**

Die Hauptschule ist die einzige Schulart in der Sekundarstufe, in der Sport im neuen Lehrplan **nicht eigenständiges Fach** bleiben wird!

Mit der Einführung der Fächerverbünde besteht

daher unter Umständen die Gefahr, dass zugunsten eines anderen Faches im Fächerverbund zu wenig Sportunterricht an der Hauptschule erteilt wird und damit den Bedürfnissen der Schüler/innen nicht genügend Rechnung getragen wird. Doch gerade der Hauptschüler/die Hauptschülerin braucht dringend Bewegung, auch im Schulalltag. Daher muss versucht werden, auch und gerade in der Hauptschule, einen relativ eigenständigen Sportunterricht zu gewährleisten. Ein projektorientierter Sportunterricht, wie er an der Markgrafen-Schule zur Zeit erprobt wird, kann maßgeblich mithelfen, auch im Rahmen der Fächerverbünde, genügend Sport- und Bewegungsraum zu bieten. Der Projekt-Charakter kann auch im eigenständigen, nach Sportarten gegliederten Sportunterricht erreicht und durchgeführt werden.

Der Sportunterricht muss vielseitig bleiben und darf nicht zum „Tänzchen“ innerhalb einer Musical-Aufführung innerhalb des Fächerverbundes M-S-G „degradiert“ werden.

Es darf nicht nur eine „bewegte Grundschule“ geben, sondern **es muss auch eine „bewegte Hauptschule“ geschaffen werden** – trotz Eingliederung des Faches Sport in den Fächerverbund M-S-G!

Ingeborg Henninger,  
Lehrerin an der Markgrafen-Schule Münzesheim,  
Mitglied im Regionalteam Sport des SSA Karlsruhe

# Aus den Schulen



## Sport und Compassion

Ein Praxis- und Unterrichtsprojekt  
sozialen Lernens im Schulsport  
am St. Raphael-Gymnasium Heidelberg



„Compassion“ der katholischen Stiftungsschulen der Erzdiözese Freiburg (hierzu nähere Informationen unter [www.schulstiftung-freiburg.de](http://www.schulstiftung-freiburg.de)) verbindet das Sozialpraktikum, das die Schülerinnen und Schüler der Klassen 9, 10 oder 11 in unterschiedlichen sozialen Einrichtungen absolvieren, mit einem begleitenden und reflektierenden Fach- (oder auch fächerübergreifenden) Unterricht in der Schule.

Nach der Devise „Sieh hin - und du weißt“ (Hans Jonas, Philosoph) sollen junge Leute für Solidarität mit Menschen, die in der Gesellschaft am Rande stehen, weil sie nicht oder nicht mehr mithalten können, sensibilisiert werden. Damit lässt sich „Compassion“ wohl treffend mit *Mitmenschlichkeit*, verstanden als die Vereinigung von

*Menschlichkeit* und *Mitgefühl*, umschreiben. „Compassion“ bedeutet: „Mensch sein für andere“.

Im Projekt „Sport und Compassion“, das seit 1997 am St. Raphael-Gymnasium Heidelberg besteht, wird versucht, die Leitideen der Compassion-Initiative mit den Möglichkeiten, die der Sportunterricht bietet, zu realisieren. Sport mit behinderten Menschen, Sport mit Kranken, Sport mit Älteren, Sport mit sozialen Randgruppen – all das ist „Sport und Compassion“.

Beim gemeinsamen Sport ganz unterschiedlicher Teilnehmer ist der Kontakt zwischen Menschen manchmal hautnah – Berührungsängste sind dann schnell vergessen. Oftmals bedeutet eine gestellte

sportliche Aufgabe, nicht nur zusammen sportlich aktiv zu werden sondern auch sich gegenseitig etwas zu zeigen, zu erklären oder einander zu helfen. Dadurch wird eine Annäherung erleichtert und auch eine körperliche Berührung beim Sport völlig selbstverständlich.

Das Medium Sport trägt gewissermaßen zur Normalisierung des Umgangs sehr verschiedener Menschen miteinander bei. So wird „behindert – total normal“. (Vor-)Urteile und bisherige Meinungen werden revidiert, Vorstellungen von und Einstellungen zu anderen – behinderten, kranken, älteren, ausländischen oder sozial schwächeren Mitmenschen - verändern sich, fertige Bilder und Schranken im Kopf werden überwunden und weichen einer größeren Offenheit, Empfänglichkeit und Einfühlsamkeit anderem und anderen gegenüber. Ein von Kenntnis getragenes und ungehindertes Miteinander kann entstehen.

Bei unserem „Sport und Compassion-Projekt“ geht es nicht nur um bloße lehrplangemäße Stoffvermittlung, sondern um die Öffnung der Schule für Lebenswelten, mit denen die Jugendlichen ansonsten in ihrer Lebenswirklichkeit wenig oder womöglich gar nichts zu tun haben. „Sport und Compassion“ will über den Sport und in der entspannten und entspannenden Atmosphäre des spielerisch-sportlichen Miteinanders authentisches Mitempfinden und echte zwischenmenschliche Begegnungen schaffen und ermöglichen.

„Sport und Compassion“ war zunächst nur ein Unterrichtsversuch im Schulfach Sport und sollte das „Compassion-Praktikum“ begleiten. Inzwischen ist daraus eine Arbeitsgemeinschaft geworden, die allen Schülerinnen und Schülern offen steht. An den unterschiedlichen gemeinsamen schulinternen und schulexternen Veranstaltungen mit Partnerinstitutionen des sich ständig weiter entwickelnden „Lernorternetzes“ können normalerweise sehr große Gruppen (ca. 20 bis 40 Teilnehmer/innen) mitmachen. Einige Schüler/innen nehmen sogar über mehrere Schuljahre hinweg mehrfach teil, sodass auch engere Kontakte und intensivere Beziehungen auf privater Ebene entstehen. Dieses große Engagement aller Beteiligten und das allgemein zunehmende Interesse an den „Sport und Compassion-Aktivitäten“ lassen die Nachhaltigkeit dieser Art des sozialen Lernens in der Schule erkennen.

### **Von der Idee „Sport und Compassion“ zur „Sport und Compassion-AG“**

Was im Jahr 1997 zunächst als Unterrichtsversuch im Schulfach Sport das Compassion-Praktikum der damaligen elften Klassen des St. Raphael-Gymnasiums vorbereitete bzw. begleitete, ließ schon bei den Projekttagen im Sommer

1998 eine weitaus größere Dimension der Weiterentwicklung der „Compassion-Idee“ erkennen, als ursprünglich erwartet.

### **Werkstatt für behinderte Menschen Mannheim-Neckarau (WfbM) „Sport und Compassion-Partner“ seit 1997**

Schon damals hatte sich der „Schülerinteressenkreis“ erheblich ausgedehnt. Unter den knapp 30 „Sport und Compassion-Projektteilnehmer/innen“ fanden sich Schüler/innen von der neunten Klasse bis zur Jahrgangsstufe 13. Sie machten an den drei Projekttagen und dem Schulfest bei folgenden Aktivitäten mit: Schwimmen mit geistig behinderten Menschen, Mitarbeiten im Arbeitsalltag der Diakoniewerkstatt Mannheim-Neckarau, Ausflug mit Rollstuhlfahrern, geistig behinderten und blinden Menschen in die Mannheimer Innenstadt. Bei diesem Ausflug lag das Hauptaugenmerk auf der Erkundung der Geschäfte bzgl. ihrer „Rollstuhltauglichkeit“ und der Beobachtung der Reaktionen von Verkäufer/innen und Passanten, wobei die St. Raphael-Schüler/innen als helfende Begleiter/innen diesbezüglich grundlegende Erfahrungen sammeln konnten. Die integrativen bzw. kooperativen Spiele und Übungen mit Luftballons und dem Riesenschwungtuch in der St. Raphael-Sporthalle mit den Gästen von der Werkstatt für behinderte Menschen aus Neckarau am Schulfesttag rundeten die Projekttag 1998 sportlich-spielerisch ab. Sogar beeindruckend gestaltete Foto-Collagen entstanden und – unter der redaktionellen Leitung des Deutschlehrers Dr. Hüge - eine künstlerisch verschönerte Projektzeitung mit den persönlichen Erlebnisberichten der Projektteilnehmer/innen.



**Projekttag 1998: Rolli-Ausflug mit der WfbM**

Seither ist die Partnerschaft mit der WfbM Neckarau zu einer engen Freundschaft gewachsen. Wenn Helfer bei sportlichen Großveranstaltungen (wie beim Sommer-sportfest oder beim Tischtennisturnier aller Diakoniewerkstätten des Rhein-Neckar-Kreises) oder wenn „Raphaello-Fans“ (wie beim alljährlichen Mannheimer Weihnachtsmarkt-Auftritt der Werkstatt-Tanzgruppe „Tanzteufel“ oder bei den Schwimmwettbewerben der „Special

Olympics“ für geistig behinderte Menschen) gebraucht werden, genügt ein Anruf von der WfbM und wir – Gymnasium wie Realschule – sind da. Umgekehrt können wir uns – nicht nur im Rahmen von Projekttagen - jederzeit während des Schuljahres melden, um mit immer wieder wechselnden interessierten Schülergruppen (zu denen ganz neue Schüler/innen ebenso gehören wie „alte“, die mehrfach teilnehmen) sportlich orientierte zwischen-menschliche Begegnungen mit unseren Freunden aus der WfbM Neckarau zu ermöglichen.

### Die „Sport und Compassion-AG“ am St. Raphael-Gymnasium

Die vielen Aktivitäten der „Sport und Compassion-AG“ sind über das ganze Schuljahr verteilt und immer eng verbunden mit der helfenden Unterstützung von sozial benachteiligten und körperlich bzw. geistig beeinträchtigten Menschen und der persönlichen Begegnung mit ihnen bei Spiel und Sport. Ein großer Aufgabenkomplex der Arbeitsgemeinschaft ist - neben der Vorbereitung und Durchführung - die Dokumentation dieser Unternehmungen sowie das Entwerfen von Fragebögen und deren Auswertung. Auf diese Weise entstehen Foto-Info-Plakate für die Ausstellung im Präsentationsraum für „Compassion-Projekte“ und bebilderte Berichte für das Schuljahrbuch, die Schul-Homepage und andere Veröffentlichungen. So können interessierte Personen jederzeit Einblick nehmen in die detaillierte schriftliche Dokumentation der „Sport und Compassion-Aktionen“. Im Schuljahr 2002/2003 konnten mit „Sport und Compassion“ 120 Schüler/innen und 8 Lehrer/innen der St. Raphael-Schulen erreicht werden. Diese kamen bei den 23 angebotenen Terminen der Arbeitsgemeinschaft auf insgesamt 387 Teilnahmen.

Die engagierten Teilnehmer/innen der „Sport und Compassion-AG“ interessieren sich natürlich auch für die persönlichen Meinungen und für die Eindrücke, die ihre begleitenden Lehrer/innen bei einer „Sport und Compassion-Aktion“ gewinnen. Stellvertretend für die Ergebnisse dieser Fragebogenerhebung seien hier exemplarisch einige Äußerungen von Lehrkräften angeführt:

*„Ich konnte erleben, wie Menschen trotz ihrer Behinderung und der Tatsache, dass sie im Rollstuhl sitzen, hervorragend Basketball spielen können. Ich war fasziniert von der Schnelligkeit ihrer Angriffe und von ihrem Durchsetzungsvermögen auf dem Spielfeld.“*

**(Aktion: Besuch eines Bundesligaspiels der Heidelberger Rollstuhl-Basketballer)**

**Weitere Beispiele aus dem Tätigkeitsfeld der „Sport und Compassion-AG“ folgen in der nächsten Sportinfo –Ausgabe!**

*„Mich hat sehr beeindruckt, dass für die teilnehmenden behinderten Sportler/innen tatsächlich das Motto „Dabei sein ist alles“ am wichtigsten war. Es zählte nicht so sehr die Konkurrenz untereinander als vielmehr, sein persönliches Ziel erreicht zu haben. Schade fand ich, dass kaum nicht behinderte Zuschauer da waren.“*

**(Aktion: Besuch der „Special Olympics“ für geistig behinderte Menschen)**

*„Mein persönlicher Eindruck war uneingeschränkt positiv. Das Zusammenkommen und die gemeinsame Freizeitgestaltung junger Leute aus verschiedenen Ländern und sozialen Milieus und mit unterschiedlichen Bildungsvoraussetzungen sind immer zu begrüßen, umso mehr, wenn sie ohne „Stress“ verlaufen.“*

**(Aktion: „Raphael meets Justus“)**

*„Ich finde solche Unternehmungen mehr als wichtig. Ich glaube, dass viele in ihrem Alltag kaum Begegnungen mit behinderten Menschen haben. Diese Begegnungen helfen jedoch ungemein, Berührungssängste abzubauen und Behinderung als Normalität zu begreifen und das Leben mit Behinderung als genauso vielfältig wie das Leben ohne Behinderung zu verstehen. Für eine christliche Schule finde ich es darüber hinaus wichtig, solche Begegnungen zu ermöglichen, da sie den Schüler/innen etwas davon vermitteln sollte, dass alle Menschen gleiche Würde haben und alle Menschen Ebenbilder Gottes sind. Außerdem haben sowohl Gott als auch Jesus einen besonderen Faible für Menschen, die am Rande der Gesellschaft stehen.“*

**(Lehreräußerung zum Stellenwert von „Sport und Compassion-Aktionen“ im Allgemeinen)**

Aus eigener Erfahrung wissen wir inzwischen, wie eng verbunden Geben und Nehmen sind, wie unendlich viel wir von einander lernen können und wie stark der Sport und die „Compassion-Idee“ die Menschen einander näher bringt und miteinander verbindet, woraus sich letztendlich auch die „Sport und Compassion-AG“ mit ihren vielfältig fächerverbindenden Aspekten der vielgestaltigen Aktionen für die Schüler/innen der St. Raphael-Schulen entwickelt hat.

Vera Sandmann, StR'in,  
St. Raphael-Gymnasium Heidelberg

Wer noch mehr über das „Sport und Compassion-Projekt“ erfahren möchte, kann sich auf der Homepage des St. Raphael-Gymnasiums informieren oder über die Email-Adresse der AG-Leiterin Frau Sandmann direkt mit der „Sport und Compassion-AG“ Kontakt aufnehmen.

# Aus den Seminaren

## Staatliches Seminar für Schulpädagogik (Gymnasien) Karlsruhe

### Einige Aspekte zur möglichen Handhabung von Anwesenheitspflicht und Entschuldigungen im Sportunterricht

- Stellen Sie von Anfang an klar, dass in ihrem Sportunterricht Anwesenheitspflicht herrscht, auch wenn ein/e Schüler/in nicht aktiv teilnehmen kann. Verlangen Sie in jedem Fall eine schriftliche Entschuldigung mit Angabe des Grundes, also auch bei passiver Teilnahme.
- Ausnahme: Bei offensichtlichen Verletzungen (Gipsbein etc.) brauchen Sie keine schriftliche Entschuldigung zu verlangen.
- Führen Sie eine saubere und genaue Liste, tragen Sie fehlende Schüler ins Klassenbuch/Klassentagebuch ein. Fragen Sie die Mitschüler, ob die fehlende Schülerin schon in den Stunden zuvor gefehlt hat oder nur im Sportunterricht abwesend ist.
- Wenn ein Schüler an einem Tag zunächst am Unterricht teilnimmt und dann die Schule verlassen will, muss er dies dem Lehrer der laufenden Stunde oder dem der Unterrichtsstunde, in der er fehlen will, vor dem Weggehen mitteilen. Grundsätzlich muss sich der Schüler also vor dem (Sport)Unterricht befreien lassen.
- Wenn Sie Zweifel am „Unwohlsein“ oder „Kopfweh“ des Schülers haben, können Sie die Entschuldigung ablehnen. Ein nennenswertes Risiko beinhaltet dies nicht, auch wenn der Grund tatsächlich vorliegen sollte. Zwei Stunden Unterricht (passiv) mit Kopfweh oder Unwohlsein sind sicher zu ertragen. Geht der Schüler trotzdem nach Hause, liegt unentschuldigtes Fernbleiben vom Unterricht vor.
- Anders liegt der Fall, wenn der Schüler z.B. über so starke Kopfschmerzen klagt, dass er unmöglich in der Lage ist, am Unterricht teilzunehmen. In diesem Fall gebietet es die Fürsorgepflicht, den Schüler nicht allein nach Hause

zu entlassen, sondern ihn z.B. durch die Eltern abholen zu lassen oder ihn in Begleitung oder durch Krankentransport zum Arzt bringen zu lassen.

- Konsequenz bei „unentschuldigtem“ Fehlen: Das „unentschuldigte“ Fehlen bei einer (angekündigten) Leistungsüberprüfung ergibt die Note „ungenügend“.
- Ergänzung: Der Entschuldigungspflicht ist spätestens am zweiten Tag der Verhinderung (fern)mündlich oder schriftlich nachzukommen. Im Falle einer fernmündlichen Verständigung ist eine schriftliche Mitteilung binnen dreier Tage nachzureichen (§ 2 Abs. 1 Schulbesuchsverordnung).
- Bei auffällig häufigen Erkrankungen, die zweifelhaft erscheinen, können sie ein ärztliches Attest verlangen, in extremen Fällen auch ein amtsärztliches (Schulleiter).
- Versuchen Sie, es gar nicht so weit kommen zu lassen. Seien Sie aber konsequent und scheuen Sie sich nicht davor, die Schüler zu „nerven“, z.B. einen Grundkurschüler durch die Frage: „Warum hast du gestern gefehlt, was war los?“
- Lesen Sie die Schulbesuchsverordnung nach.
- Erkundigen Sie sich nach speziellen Regelungen an ihrer Schule.
- Schriftliche Entschuldigungen müssen Sie ein Jahr lang aufheben.

Birgit Breiting, StD'in

Fachberaterin Sport, Fachleiterin am Staatlichen Seminar für Schulpädagogik Karlsruhe

# DSLV-Landesverband Baden Württemberg

## Reihe Unterrichtsbeispiele 2003

Im sechsten Jahr bringt der DSLV-Landesverband Baden-Württemberg nun schon die Reihe „Unterrichtsbeispiele für den Schulsport“ heraus. Diese Unterrichtsbeispiele geben – im Gegensatz zu manch anderen Veröffentlichungen – tatsächlich gehaltenen und reflektierten Unterricht wieder, der im Allgemeinen unter normalen Bedingungen nachvollziehbar sein dürfte.

Folgende Hefte erscheinen 2003 und sind ab Ende November zu beziehen:

Heft 37

**Isabelle Baumann: Entwicklung der Grundlagenausdauer. Verknüpfung von Praxis und Theorie im Sportunterricht der Klasse 11.**

In dieser Unterrichtseinheit wird die für den Pflichtunterricht in der Kursstufe geforderte Verbindung von Praxis und Theorie am Beispiel der Grundlagenausdauer in einer 11. Mädchenklasse realisiert. Unterrichtsziel ist – in Absprache mit den Schülerinnen – nach einer fünfwöchigen Vorbereitung mit Inhalten aus verschiedenen Sportarten eine Stunde Dauerlauf. Die den Unterricht begleitende Theorie ist in schülergemäßer Form in einem Arbeitsblatt zusammengefasst.

Heft 38

**Miriam Baur: Leichtathletik attraktiver machen. Nicht normierte Wettkampfformen im Sportunterricht einer Wirtschaftsschulklasse.**

In diesem Unterrichtsversuch werden nicht normierte leichtathletische Wettkampfformen im Unterricht von Jugendlichen in der beginnenden Adoleszenz vorgestellt. Die ausgewählten Inhalte dürften sich auch problemlos für den Sport in der Unterstufe eignen.

**Angela Obert: Gerätelandschaften im Sportunterricht einer koedukativen 6. Klasse.**

In dieser Unterrichtseinheit liegen die Schwerpunkte bei der Verbesserung der Orientierungs- und Gleichgewichtsfähigkeit, verbunden mit Übungen zur Kräftigung und Ausdauerschulung durch den Einsatz von Gerätelandschaften. Zur Motivationssteigerung wurden die Aufgaben an den Gerätearrangements in „Abenteuergeschichten“ gekleidet.

Heft 39

**Corinna Hollmann: HipHop tanzen. Unterrichtsversuch in einer 6. Mädchenklasse.**

In dieser Arbeit wird dargestellt, wie eine Unterrichtseinheit HipHop vom Erlernen und Üben der Basiselemente bis zur Darbietung einer Performance aufgebaut und durchgeführt werden kann. Ergänzend enthält das Heft die Beschreibung zahlreicher HipHop-Elemente.

**Jürgen Kohl: Ropeskipping mit Jungen. Unterrichtsversuch in einer 5. und einer 11. Jungenklasse.**

Der Verfasser zeigt in dieser Unterrichtseinheit, wie sich Ropeskipping in Jungenklassen einführen lässt und mit welchen Aufgaben die Präsentation einer Gruppenübung vorbereitet werden kann.

Heft 40

**Othmar Kuhner: Ringen – Einführung in eine Zweikampfsportart. Unterrichtsversuch in einer 7. Jungenklasse.**

Ausgehend vom spielerischen Partnerkämpfen werden die Jungen an die Herausforderungen der Zweikampfsportart Ringen herangeführt. Neben Techniken, die Fachkenntnisse erfordern, enthält die Arbeit aber auch eine Fülle von Spiel- und Übungsformen, die in jeden Unterricht – auch in den der Mädchen – einbezogen werden können.

**Isabella Sydlo: Capoeira – ein brasilianischer „Kampftanz“. Unterrichtsversuch in einem koedukativen Grundkurs.**

Diese Arbeit bietet Anregungen zum Aufbau und zur Durchführung einer Unterrichtseinheit in der Oberstufe. Nach einigen Hintergrundinformationen zur Capoeira werden die verschiedenen Techniken vorgestellt und nachvollziehbar beschrieben.

Heft 41

**Matthias Uhing: Koordinationsschulung im Fußball. Erprobung von Spiel- und Übungsformen in einer 5. Jungenklasse.**

Auf der Grundlage der „Ballschule Heidelberg“ werden Spiel- und Übungsformen speziell für das Fußballspiel gezeigt. Alle ausgewählten Aufgaben lassen sich auch mit großen Klassen auf engem Raum durchführen.

**Steffi Hammerl: Der Ball ist rund – auch für Mädchen. Unterrichtsversuch in einer 6. Mädchenklasse.**

Die Inhalte der „Ballschule Heidelberg“ werden unter dem Aspekt untersucht, welche Übungs- und Spielformen sich besonders für die Verbesserung der Spielfähigkeit der Mädchen eignen. Die Arbeit liefert eine abwechslungsreiche und die Mädchen ansprechende Auswahl.

**Christine Schmidt: Hinführung zum Handballspiel durch die Spielform „Zweimal 3 : 3“ in einer koedukativen 5. Klasse.**

Das Handballspiel „Zweimal 3 : 3“ bietet eine Reihe von Vorteilen, die das Erlernen des Zielspiels erleichtern können. Den Unterricht ergänzen Übungsformen zur Vermittlung der notwendigen technischen und taktischen Grundlagen.

Heft 42

**Mediengestützter Sportunterricht**

Die beiden Unterrichtsbeispiele in diesem Heft dürften für die Verbindung von Theorie und Praxis im Pflichtfach der Oberstufe von Bedeutung sein.

**Martin Zaiß: Einsatz neuer Medien im Sportunterricht, gezeigt am Beispiel der Laufkippe.**

Diese Arbeit leistet einen Beitrag zur Bewegungslehre. Am Beispiel der Laufkippe wird gezeigt, wie Schüler lernen können, ihre Bewegungsausführung am PC selbst zu analysieren. Dazu werden Videoaufzeichnungen digitalisiert und mit der entsprechenden Software bearbeitet.

**Uwe Reutter: Videounterstütztes Taktiklernen im Fußball.**

Hier wird dargestellt, wie mit gezielt ausgewählten Videosequenzen (Fußballweltmeisterschaft 1998) das Erlernen grundlegender taktischer Spielhandlungen unterstützt werden kann.

Heft 43

**Die pädagogische Perspektive: Etwas wagen und verantworten**

Mit dem neuen Oberstufenlehrplan und den „Standards“ in Baden-Württemberg sind die Pädagogischen Perspektiven deutlicher ins Blickfeld gerückt. Mit verschiedenen Ansätzen werden in diesem Heft Anregungen gegeben, den Unterricht unter die Perspektive *Etwas wagen und verantworten* zu stellen.

*dagogischen Perspektiven* deutlicher ins Blickfeld gerückt. Mit verschiedenen Ansätzen werden in diesem Heft Anregungen gegeben, den Unterricht unter die Perspektive *Etwas wagen und verantworten* zu stellen.

**Jenny Tessmer: Balancieren, Klettern & Co. Unterrichtsversuch in einer 11. Mädchenklasse.**

In dieser Arbeit werden sportartübergreifende Inhalte unter der Perspektive des *Wagens und Verantwortens* erprobt. Die Aufgaben mit unterschiedlichen thematischen Schwerpunkten sind so gestellt, dass sich der Anforderungsgrad sowohl innerhalb eines Themas als auch im Verlauf der gesamten Einheit erhöht.

**Uschi Schmidt-Viereck: Überschlagbewegungen. Unterrichtsversuch in einer 8. Mädchenklasse.**

Hier steht das Erlernen von Überschlagbewegungen unter der Perspektive des *Wagens und Verantwortens*. Die Schülerinnen werden schrittweise an Bewegungen mit steigendem Schwierigkeitsgrad herangeführt. Dabei haben sie zugleich die Möglichkeit, die eigenen Grenzen kennenzulernen.

Die Hefte sind gegen eine Schutzgebühr von 3.00€ bzw. 18.00€ (Paketpreis für diesen Jahrgang) – Voreinsendung von Briefmarken oder Verrechnungsscheck und eines frankierten Briefumschlags (DIN A 4 – Büchersendung) – zu beziehen bei: *DSLVLandesverband Baden-Württemberg · Geschäftsstelle Geißhäuserstraße 54 · 72116 Mössingen.*

Ute Kern (DSLVL Nordbaden)

# Aus den Universitäten

## Karlsruhe soll Sitz eines Forschungszentrums für den Schulsport und den Sport von Kindern und Jugendlichen (FoSS) werden

Kinder und Jugendliche haben gegenüber früheren Schüलगenerationen deutliche Defizite in den konditionellen Fähigkeiten Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Beweglichkeit. Sie sind körperlich weniger belastbar, das belegen aktuelle Forschungsarbeiten von Prof Klaus Bös, dem Leiter des Instituts für Sport und Sportwissenschaft an der Universität Karlsruhe. Der Anteil an übergewichtigen, zu Fettleibigkeit neigenden Kindern nimmt immer mehr zu.

Um diese Aussagen, die jede erfahrene Sportlehrkraft bestätigen wird, mit konkreten Zahlen zu belegen, startete das Sportinstitut der Universität Karlsruhe gemeinsam mit dem Robert-Koch-Institut eine bundesweite Repräsentativstudie zur

körperlichen Leistungsfähigkeit und Gesundheit von Kindern und Jugendlichen. 18000 4 bis 17-jährige nehmen daran teil. Die Datenbasis soll künftige Ergebnisvergleiche und vor allem gezielte, wissenschaftlich begründete, didaktisch-pädagogisch ausgerichtete Gegenmaßnahmen ermöglichen.

Um eine solche praxisnahe Schulsportforschung durchführen zu können, plant das Sportinstitut der Universität Karlsruhe in Zusammenarbeit mit dem Fachbereich Sport der Pädagogischen Hochschule (PH) Karlsruhe ein Kompetenzzentrum für den (Schul)Sport von Kindern und Jugendlichen (FoSS). Die Gründung dieses Zentrums wurde

von den Rektoraten beider Karlsruher Hochschulen bei den baden-württembergischen Ministerien für Wissenschaft und Kunst sowie Kultus, Jugend und Sport bereits beantragt und dort sehr positiv aufgenommen.

Universität und Pädagogische Hochschule erhoffen sich für das beantragte Kompetenzzentrum nationale und internationale Aufmerksamkeit, da es innerhalb der Schul- und Bewegungsforschung für Kinder und Jugendliche landes- und bundesweit keine vergleichbare Einrichtung gibt. Die zuständigen Fakultäten beider Hochschulen, die die Einrichtung eines solchen Zentrums befürworten und unterstützen, verweisen hier insbesondere auf die aktuelle Bildungsdiskussion und die sich aus den für Deutschland alarmierenden Ergebnissen der TIMS- und der PISA-Studie ergebende Notwendigkeit, die schulische Bildung und Erziehung zu überdenken und zu verbessern.

Das geplante Kompetenzzentrum, dessen Schwerpunkte die Schul-, Unterrichts-, Bildungs- und Freizeitforschung für den Bereich Sport, Spiel und Bewegung von Kindern und Jugendlichen bilden sollen, wird neben dem Sport in der Schule auch die außerschulischen Lebenswelten genauer untersuchen. So ist nachgewiesen, dass Sport gerade im vorpubertären Alter die Aufmerksamkeits-

und Konzentrationsfähigkeit deutlich verbessert und mithilft, Aggressionen abzubauen. Die Lehramtsstudenten beider Sportinstitute sollen in die Lage versetzt werden, ihren Schülerinnen und Schülern eine moderne, qualitativ anspruchsvolle Bewegungs-, Spiel- und Sporterziehung zu bieten und sie zum lebenslangen Sporttreiben hinführen zu können.

Mit dem Kompetenzzentrum wollen die beiden Institute Synergieeffekte durch gemeinsame Lehrangebote und die Verknüpfung praxisnaher Forschungsprojekte nutzen. Außerdem sollen die bestehenden Kontakte zu den weiteren Bildungseinrichtungen im Land weiter vertieft werden, um in den verschiedenen Schultypen und Jahrgangsstufen wissenschaftliche Beratungskompetenz bieten zu können. Neben der praxisnah ausgerichteten Forschung soll auch die Zusammenarbeit mit den Oberschulämtern und Staatlichen Schulämtern intensiviert werden, um bei der Lehrerfortbildung, Schulentwicklung, und Bildungsplanung beratend tätig zu werden. Auch die Entwicklung sportdidaktischer Materialien sowie die Durchführung von Kongressen und Sportveranstaltungen sind in der mittel- und langfristigen Planung enthalten.

Manfred Reuter, StD  
Fachberater Sport am Oberschulamt Karlsruhe

# Aktuelle Informationen

## Das World-Wide-Web als Informationsbörse für den Sportunterricht

Während das Internet als internationale Kommunikationsplattform in der Großindustrie bereits seit Ende des letzten Jahrzehnts nicht mehr wegzudenken ist, findet das Kommunikationszeitalter nun immer mehr Eingang in Behörden und Schulen. Aber auch in den Arbeitszimmern der meisten Kolleginnen und Kollegen dürfte zwischenzeitlich ein Computer mit Internetanschluss stehen.

Vielen Vorteilen wie schneller Recherche, Austausch von Materialien und Informationen stehen aber auch große Gefahren wie Virenanfälligkeit, Festplattencrash, Erhalt ungewollter Mails (Spam!) usw. entgegen.

Deshalb vor dem eigentlichen Thema einige Tipps zum Umgang mit Computer und Internet. Wir hoffen, dass Sie diese Tipps vor unliebsamen Überraschungen schützen:

- Behörden und Betriebe sichern ihre Daten in regelmäßigen Abständen von stündlich bis maximal täglich. Wann haben Sie zum letzten Mal Ihre häufig mit viel Arbeitsaufwand erstellten Unterrichtsvorbereitungen, Arbeitsmaterialien,

Präsentationen usw. gesichert? Es sollte zur Gewohnheit werden, zumindest einmal in der Woche die neuen bzw. geänderten Dateien zu sichern (auf zweiter Festplatte oder auf wiederbeschreibbarer CD).

- Erstellen Sie in regelmäßigen Abständen eine Sicherheitskopie ihres gesamten Systems. Ein Rechnerabsturz lässt sich so doch leichter verkraften.
- Erstellen Sie in regelmäßigen Abständen eine Wiederherstellungsdiskette mit Ihren Systemdateien (Windows hat eine entsprechende Funktion eingebaut).
- Wenn Sie häufig Dateien per Diskette oder per Daten-CD austauschen bzw. Dateien aus dem Internet laden, dann sollten Sie unbedingt einen Virenschutz verwenden den Sie in regelmäßigen Abständen (mindestens alle zwei Wochen!) aktualisieren. Eine sehr gute Freeware-Alternative ist das Programm AntiVir (<http://www.free-av.de/>).
- Öffnen Sie bei keiner Mail den Anhang, wenn Sie dem Versender nicht 100% vertrauen.



- Wenn Sie im Internet unterwegs sind, öffnen sich immer wieder ungewollte Werbefenster (Pop-Up's). Wenn Sie die Google-Toolbar installieren (<http://www.google.de/>) schlagen Sie zwei Fliegen mit einer Klappe. Sie haben eine hervorragende Suchmaschine (dazu später mehr) und gleichzeitig einen integrierten Pop-Up-Blocker.

Doch nun zum eigentlichen Thema. Bereits in der Ausgabe 2/2000 dieser Broschüre machten wir auf das Internet als Informationsquelle für Natursportarten aufmerksam. Zwischenzeitlich hat sich das Angebot an Informationen drastisch erweitert. Sowohl die Fachverbände der einzelnen Sportarten als auch zahlreiche engagierte Privatpersonen stellen wertvolle Materialien zur Unterrichtsvorbereitung, zur Weiterbildung, aber auch für das Selbststudium (z. B. durch die Schüler/innen) zur Verfügung. Ein großes Problem stellt dabei die Suche nach wirklich sinnvollen Informationen dar.

Der schnellste Einstieg gelingt über Portale wie

- [www.sportunterricht.de](http://www.sportunterricht.de)
- [www.sportpaedagogik-online.de](http://www.sportpaedagogik-online.de)
- [www.die-schnelle-sportstunde.de](http://www.die-schnelle-sportstunde.de)
- [www.lehrer-online/dyn/14.htm](http://www.lehrer-online/dyn/14.htm)

Darin finden Sie auch zahlreiche Links zu weiterführenden Seiten.

Im Folgenden möchte ich Ihnen zunächst eine Auswahl guter bis sehr guter Seiten zu den einzelnen Sportarten nennen:

Basketball	<a href="http://www.bbcoach.de">www.bbcoach.de</a>
Handball	<a href="http://www.handball-praxis.de">www.handball-praxis.de</a>
Fußball	<a href="http://www.supercoach.de">www.supercoach.de</a>
	<a href="http://www.dfb.de/dfb-info/training/online-training/">www.dfb.de/dfb-info/training/online-training/</a>
	<a href="http://www.fußballtrainer-forum.de">www.fußballtrainer-forum.de</a>
Volleyball	<a href="http://www.volleyball-training.de">www.volleyball-training.de</a>

Da die Auflistung sehr aufwendig ist und sich die Adressen der Seiten häufig ändern, kommt man bei einer Recherche nach Detailfragen, z. B. „Bewegungslehre Hochsprung“ ohne eine vernünftige Suchmaschine nicht aus. Meiner Meinung nach ist hier das Maß der Dinge die oben bereits erwähnte Suchmaschine **Google**. Je genauer die Fragestellung eingegeben wird, um so besser werden die Suchresultate. So ergibt z. B. die Suche nach „Hochsprung“ ca. 30.600 Suchergebnisse! Die Frage nach „Bewegungslehre Hochsprung“ (in der Suchmaske ohne die verbindenden Anführungszeichen eingegeben!), führt noch zu 153 Suchresultaten. Geben Sie „Bewegungslehre des Hochsprungs“ (diesmal mit den den Text verbindenden Anführungszeichen!) ein, erhalten Sie nicht ein einziges Ergebnis.

Wenn Sie spezifische Fragen zum Sport an den Schulen in Baden-Württemberg haben, oder noch spezieller sich über Fortbildungen und allgemeine Ausschreibungen zum Sport am Oberschulamt Karlsruhe erkundigen möchten, dann ist die Sporthomepage des Oberschulamts Karlsruhe die richtige Adresse. Sie kommen über die Homepage des Oberschulamts [www.oberschulamt-karlsruhe.de](http://www.oberschulamt-karlsruhe.de), die Rubrik einer beliebigen Schulart, die Unterrubrik Unterricht und den Link „Sport“ auf die Sporthomepage.

Sie können diese aber auch direkt unter [www.lehrer.uni-karlsruhe.de/~za343/osa/spohome](http://www.lehrer.uni-karlsruhe.de/~za343/osa/spohome) erreichen.

Dort finden Sie z. B. auch die Links dieser Seite sowie das gesamte Info als PDF-Datei.

Manfred Reuter, StD  
Fachberater Sport am OSA Karlsruhe

## Skipool für Schulen aus dem Großraum Karlsruhe

Die Firma Atomic bietet in Zusammenarbeit mit einem Karlsruher Sportgeschäft einen gut sortierten Skipool für Schulen (Wintersportveranstaltungen) an.

**Nähere Informationen:** John Blumenstock, Schönborn Gymnasium Bruchsal,  
Tel (privat) 0721 – 9 47 41 84,  
Mail: [jhblumenstock@aol.com](mailto:jhblumenstock@aol.com).

**Kurz-Info zum Buch „HOME FITNESS“**

Autoren: Prof. Dr. Hans A. Bloss /  
Christopher Bloss / Iris Mahler

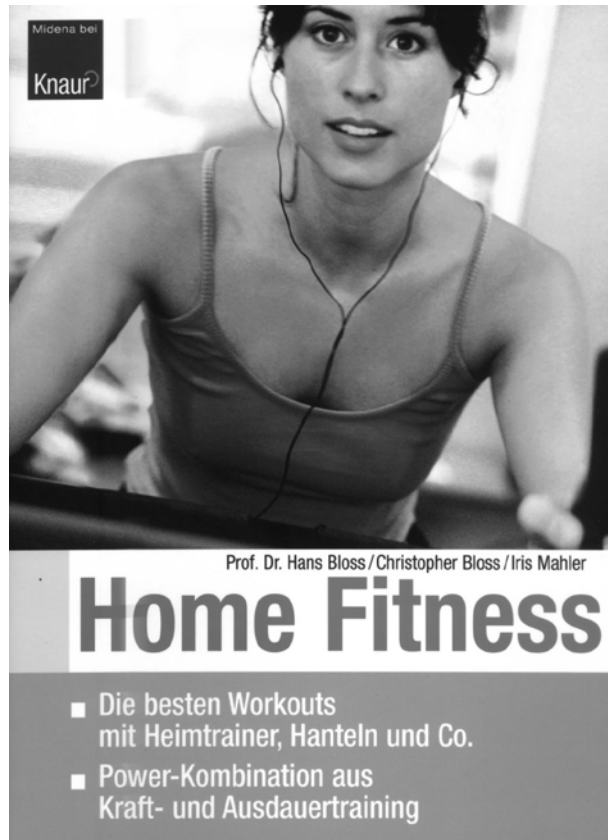
**Titel: Home Fitness**  
**Die besten Workouts mit**  
**Heimtrainer, Hanteln und Co**  
Knaur-Verlag, München 2003,  
128 Seiten, broschiert, 12,90 €,  
ISBN 3-426-66714-2

„Eigentlich müsste ich ja heute wieder ins Fitness-Studio, die morsche Knochen in Schwung bringen. Doch jetzt noch mal hinaus, den weiten Weg zurücklegen und danach völlig müde den Rückweg antreten. Nein, danke, vielleicht lieber morgen...“ Sind Ihnen solche Gedanken auch schon mal durch den Kopf gegangen? Und hat dann die Bequemlichkeit über das Gesundheitsbewusstsein gesiegt? Dann ist „Home Fitness“ von dem Autorenteam Prof. Dr. Hans A. Bloss, Christopher Bloss und Iris Mahler genau das Richtige für Sie.

Das erste Buch zum neuen Trend-Thema enthält alle Informationen für den, der sein eigenes Heim zum Aktivraum umgestalten und zu Hause ganz nach Lust und Laune, den eigenen zeitlichen Möglichkeiten und dem eigenen Bio-Rhythmus trainieren möchte:

Welche Fitnessgeräte für Sie die richtigen sind, worauf Sie beim Kauf eines solchen Geräts achten sollten und wie Sie Ihr individuelles Trainingsprogramm am besten aufbauen. Mit der optimalen Herzfrequenz, dem Warm-Up, der richtigen Trainingstechnik, einer sinnvollen Ernährung.

Auch für Anfänger, wenig Trainierte, Ältere oder Herz-Kreislauf-Patienten ist das Fitnessstraining zu Hause eine wichtige Alternative, um beim Sporttreiben falsche Belastungen, Verletzungen oder Schäden zu vermeiden. Außerdem erhält das Training in den eigenen vier Wänden eine ganz neue Qualität, denn Störungen von der Außenwelt sind leicht auszuschließen, es wird sogar ein „meditatives“ Training möglich.  
(Aus: Deutscher Sportbund, Presseveröffentlichungen, Nr. 19/ 5. Mai 2003)



#### **Die Autoren:**

**Professor Dr. Hans A. Bloss** lehrt Sportwissenschaft und Sportmedizin an der Pädagogischen Hochschule Karlsruhe und ist Autor zahlreicher Fachartikel und Bücher mit dem Schwerpunkt Sport, Fitness und Gesundheit.

*Christopher Bloss* studiert Sportwissenschaft und Anglistik und ist lizenzierter Trainer für Fitness, Gesundheit und Wellness sowie Instructor für Indoor-Cycling.

*Iris Mahler* hat ein Magisterstudium in Sport und Pädagogik abgeschlossen und war lange Jahre als Trainerin tätig. Sie ist derzeit Produkt- und Marketingkoordinatorin bei AICON, dem weltweit größten Hersteller für Heimfitnessgeräte.

### **Jugend trainiert für Olympia**

**Gesucht: Kreisbeauftragter – Basketball**

für den **Neckar-Odenwald-Kreis** ab dem Schuljahr 2004/2005

**Interessenten bitte mit W. Huber** (OSA-Beauftragter), Fraunhoferstr. 2, 76327 Pfinztal,

Tel: 0721/ 469377 oder RS Pfinztal, Tel.: 0721/468076 **in Verbindung setzen.**

**Programm zur Schulung aller sportmotorischen Grundeigenschaften**  
von Hans – G. Hofrichter.

**Teil 2, eine Fortsetzung folgt in den nächsten Sportinfo-Ausgaben!**

# Schulsport im Spiegel der Presse

# Schulsport im Spiegel der Presse

# Schulsport im Spiegel der Presse

# Aus den Schulen

## **Geschwister Scholl Realschule Pfinztal: Besuch im Fußballinternat des SC Freiburg**

Wie kommt man da hin? Ganz einfach – man ist ein überragender Jugendfußballer und zieht das Angebot des SC Freiburg dem des FC Bayern München vor. Dann wohnt man dort in einem der schmackhaften 16 Apartments und lernt für das (Fußballer-)Leben.

Es geht aber auch etwas einfacher. Man nehme 12 sehr gute „fußballernde Realschüler der Jahrgänge 90/91, spielt die gesamte nordbadische Konkurrenz in Grund und Boden und wird dann als Oberschulamtssieger vom Kultusministerium zu einem Schnuppertraining beim (sym-)badischen Fußball-Bundesligisten eingeladen. So geschehen am 16. Oktober 2003. Dabei durften

unsere Jungen zusammen mit den anderen 3 Siegerteams des Landes Baden-Württemberg unter Anleitung von Profitrainern das fußballspezifische Auswahlverfahren an sich selbst erproben. Und mancher wurde dann doch blaß, als er die Vergleichsleistungen der eben noch Besseren bei verschiedenen Ballübungen oder beim Lauf durch die Lichtschranken vernahm. Es gibt halt eben immer noch was zu verbessern.

Zum Abschluss dieses gelungenen Tages konnten unsere Schüler dann den richtigen Profis des SC Freiburg beim von Volker Finke geleiteten Training zuschauen. Wetten, dass mancher dabei träumte?

W. Huber

## **Projekt Radsport in Verein und Schule (Bike-Pool)**

**Eine Initiative des Ministeriums für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg und den Radsportverbänden zur Förderung des Radsports in Verein und Schule.**

### **Intention:**

Radfahren ist, sofern es richtig betrieben wird, ein umweltfreundlicher und gesundheitsfördernder Lifestylesport. Insbesondere Schülerinnen und Schüler nutzen das Fahrrad auf dem Weg zur Schule, als Transportmittel in der Freizeit oder auch als Sportgerät. In der heutigen bewegungs-

armen Zeit kommt diesen Aspekten eine besondere Bedeutung zu. Das Kultusministerium unterstützt und fördert deshalb in Kooperation mit Sponsoren (Fahrradhersteller und Radsportfachhändler) radsportliche Aktivitäten im Verein und in der Schule. Der Radsport, insbesondere der Mountainbikesport soll dadurch auch einer breiteren Schülergruppe zugänglich sein.

### **Projektbeschreibung:**

Sponsoren stellen in Zusammenarbeit mit dem Kultusministerium und den Radsportverbänden Mountainbikes für Schul- und Vereinsaktionen zur

Verfügung (Bike-Pool). Im Jahr 2004 wird der Aufbau von ca. 10 Standorten in Baden-Württemberg angestrebt. Mountainbikes eignen sich in diesem Zusammenhang insbesondere wegen ihres breiten Anwendungsbereiches. Radsportliche Veranstaltungen, die möglicherweise an geeignetem Material scheitern würden, können somit realisiert werden.

### **Organisation:**

Die Mountainbikes werden vom jeweiligen Standortbetreuer an einer Schule bereitgehalten und können dort auch von anderen Schulen und Vereinen abgerufen werden. Gedacht ist in erster Linie an Lehrerinnen und Lehrer, die an einer Radsportfortbildung des Landesinstituts für Schulsport (LIS) teilgenommen haben und über die notwendige Sachkenntnis zum Thema Radsport verfügen. Eventuell kann auch ein entsprechend ausgebildeter Kollege bzw. ein Vertreter des Radsportverbands als Referent/Instruktor „gebucht“

werden. Die Radsportverbände begrüßen und unterstützen dieses Projekt.

#### **Aktionsbeispiele:**

Maßnahmen im Rahmen der Kooperation Schule und Verein, Sporttage, Projektstage, Radsporttage, Radtouren, Verkehrserziehung, Sportschullandheim, Schulamtsmeisterschaften, Suchtprävention, fachintegrative Ansätze (z.B. Sport und Umwelt, Gesundheitsaspekt, Fahrradwerkstatt, ) etc.;

#### **Mögliche Ziele und Inhalte von Unterrichtsprojekten in Zusammenhang mit dem Bike-Pool:**

- Motorische Lernziele wie z.B. Verbesserung der Fahrtechnik (und damit auch sichereres Beherrschen des Fahrrads im Straßenverkehr), Erlernen sportlicher Techniken des Radfahrens etc.;
- Verbesserung konditioneller Fähigkeiten
- Kognitive Lernziele im Rahmen fachintegrativer Ansätzen wie z.B.: Radsport und Umwelt (z.B. naturverträgliches Mountainbiking, Grenzen des Sporttreibens in der Natur);
- Kooperation mit den Fächern Biologie und Geographie aber auch Werken/Technik, Physik, Mathematik etc. (z.B. Energiebereitstellung/Belastung/Leistungssteuerung, Arbeit mit Karte und Kompaß, Satellitennavigation, Fahrphysik, Radsport und Tourismus, Aktion fahrradfreundliche Stadt/Region, Workshop Fahrradtechnik)
- Die MTB's können auch eingesetzt werden im Rahmen von „Wandertagen“, Sporttagen, Schullandheimaufenthalten (insbesondere Sportschullandheimen), erlebnispädagogischen Tagen, Aktionstagen Radfahren (sicherer Schulweg) usw.;

Als mögliche Partner bieten sich Radsportvereine, Radsportfachgeschäfte, Forstämter, Gemeindeverwaltungen, Polizei etc. an.

Aus der Erprobungsphase im vergangenen Schuljahr können für den Projektansatz eine Vielzahl von Nutzungsmöglichkeiten abgeleitet werden:

- *Integration in den regulären Sportunterricht:*

Unter der zentralen Forderung an den Schulsport, der Anregung zu lebenslangem Sporttreiben, kommt dem Radsport eine hohe Bedeutung zu. Im Schulalltag jedoch treffen die Lehrkräfte auf vielfältige Schwierigkeiten, wenn sie Fahrräder im Sportunterricht einsetzen wollen. Zum einen findet die Lehrkraft sehr unterschiedliches Material vor und zum anderen sind die Fahrräder der SchülerInnen häufig in einem desolaten technischen Zustand. Dies ist mithin ein Grund, weshalb der Einsatz von

Fahrrädern im Sportunterricht nur sehr vereinzelt in betracht gezogen wird.

Durch die Mountainbikes aus dem Bikepool können nun gleiche materielle Voraussetzungen geschaffen werden, die Räder befinden sich in technisch einwandfreiem Zustand und der Aufforderungscharakter neuer Mountainbikes ist nicht zu unterschätzen.

Aus sportdidaktischer Sicht können grundlegende sportliche Fähigkeiten und Fertigkeiten mit dem Rad vermittelt oder eingeübt werden: Die Gleichgewichts- und Orientierungsfähigkeit, das Raum-, Tempo- und Distanzgefühl sind nur einige Beispiele für mögliche Zielsetzungen, die auch auf begrenztem Raum wie dem Schulhof oder auch auf dem Sportplatz realisiert werden können.

Unter dem Aspekt der Ausdauerschulung lassen sich durch die Einbeziehung des Fahrrades altersgemäße und motivierende Übungs- und auch Spielformen durchführen.

- *Fachintegrative Ansätze:*

Neben der sportlichen Komponente bietet der Einsatz von Fahrrädern auch im Fachunterricht Technik oder Physik die Möglichkeit, Unterricht orientiert an der Lebenswelt der SchülerInnen durchzuführen und durch praktische Umsetzungen im Sportunterricht mit dem Fahrrad zu vertiefen.

Aus Sicht der Gesundheitserziehung können tragfähige Verbindungen zum Biologieunterricht geknüpft werden, in denen die SchülerInnen zum Beispiel die Funktion des menschlichen Herz-/Kreislaufsystems zunächst kognitiv erfassen und anschließend körperlich und emotional erfahren. Kommen an dieser Stelle noch mit dem Computer auslesbare Pulsmessuhren zum Einsatz, so eröffnen sich bei der Auswertung der Daten und Diagramme auch aus Sicht der Mathematik neu Möglichkeiten, die schulisches Lernen in realen Lebenssituationen anbahnen.

- *Erlebnispädagogische Ansätze, soziales Lernen und Persönlichkeitsstärkung:*

In verschiedenen Projekten wurden erlebnispädagogisch-integrierte Ansätze erprobt, in deren Rahmen die SchülerInnen ihre eigenen und die Grenzen ihrer Mitschüler kennen lernten, Rücksicht aufeinander nehmen mussten und sich gegenseitig unterstützten. Die projekthafte Planung, Durchführung und Reflektion eines zweitägigen Fahrradausfluges zum Beispiel verlangt von den SchülerInnen eine Vielzahl von Alltagskompetenzen, die durch erweiterte Aufgabenstellungen stets variiert und ausgedehnt werden können.



Grenzerfahrungen sind wichtige Komponenten bei der Persönlichkeitsentwicklung von Kindern und Jugendlichen. Der Einsatz von Mountainbikes und entsprechend ausgebildeten Kolleginnen und Kollegen ermöglicht den Schülern den gezielten Umgang mit Angst und Wagnis, was sich in mehreren Fällen positiv auf das Risikoverhalten der Jugendlichen auswirkte. Betrachtet man vor diesem Hintergrund das Gefährdungspotential der Heranwachsenden bezogen auf die primäre Sucht- und Ge-

waltprävention, so sind an dieser Stelle eine Reihe positiver Effekte zu erwarten und nachzuweisen.

**Interessenten wenden sich bitte an den Projektbeauftragten:**

Gerd Hanselmann

e-mail: [neumann.hanselmann@t-online.de](mailto:neumann.hanselmann@t-online.de)

## SKIPOOL für Schulen im Raum Karlsruhe

Das Sportgeschäft INTERSPORT Profimarkt in Karlsruhe, Weinweg 30 (bei Mann Mobilia), bietet in Zusammenarbeit mit ATOMIC im Großraum Karlsruhe für Schulen, welche Tagesskifahrten und / oder Winterlandschulheimaufenthalte durchführen wollen, einen gut sortierten Skipool an.

Zu einem extrem günstigen, nur für Schulen gültigen Tages- und Wochenpreis, können dort für die o.g. Veranstaltungen neustes Skimaterial (Carvingsski), Skistöcke und auch Skistiefel sowie Snowboards ausgeliehen werden.

Es werden nur Ski der neuesten Kollektion des Winters 2003/2004, vor allem aber auch für Anfänger bestens geeignete Lernski angeboten, die selbstverständlich auch immer nur servicegepflegt abgegeben werden.

Information und Reservierungen unter 0721 – 78 20 60 (INTERSPORT Profimarkt) oder durch  
John Blumenstock, Schönborn Gymnasium Bruchsal, Tel privat 0721 – 9 47 41 84,  
Mail: [jhblumenstock@aol.com](mailto:jhblumenstock@aol.com).

Übrigens: Zumindest für Landschulheimaufenthalte ist eine frühzeitige Reservation angeraten!

JHB