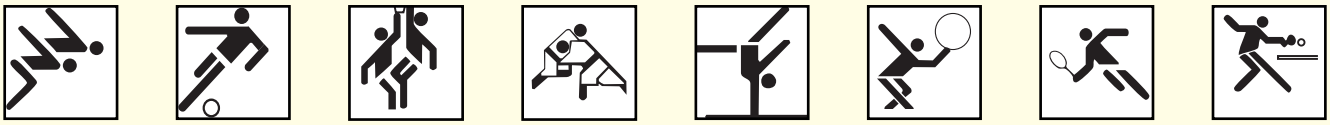
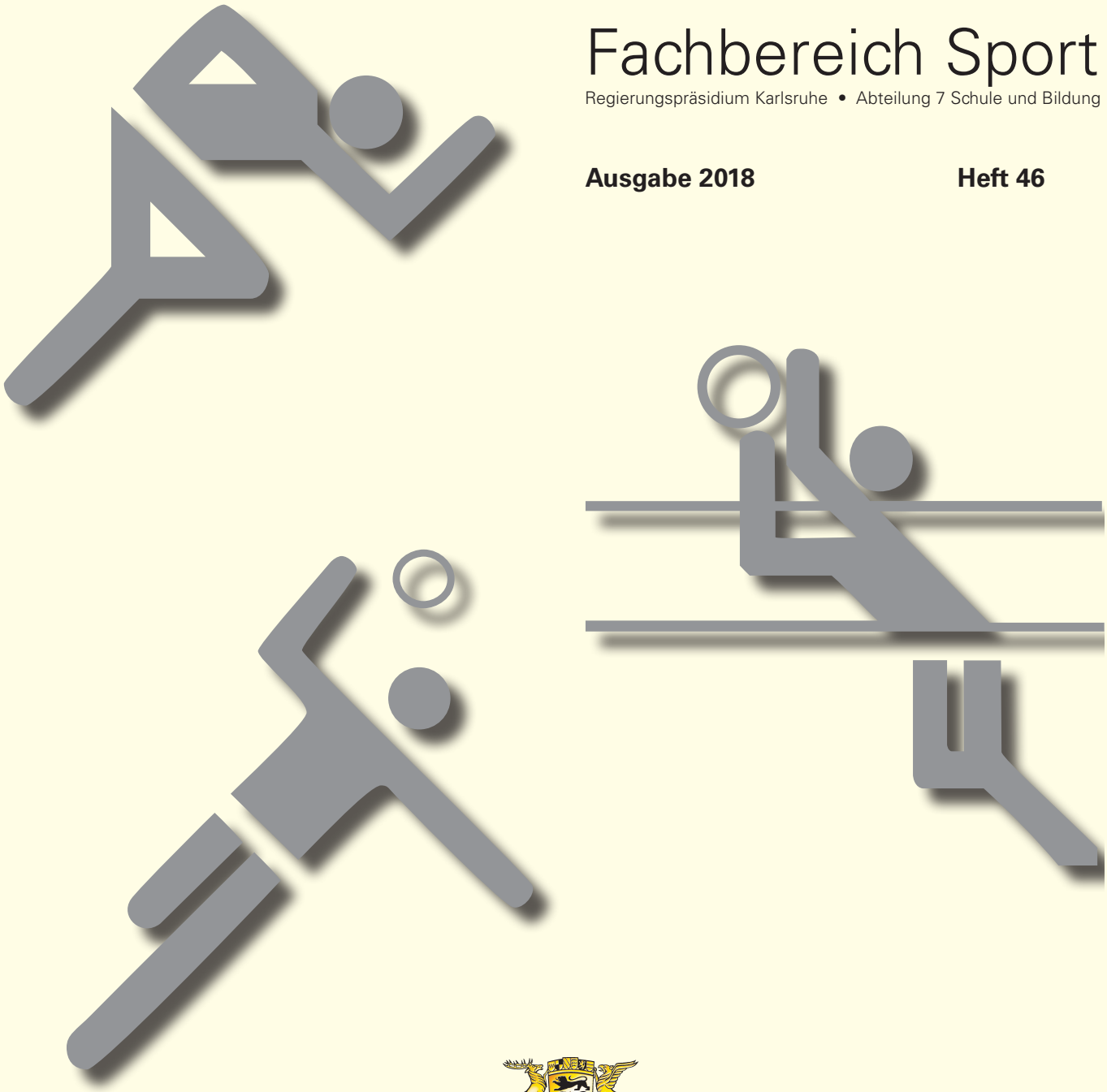


INFO

Fachbereich Sport

Regierungspräsidium Karlsruhe • Abteilung 7 Schule und Bildung

Ausgabe 2018 **Heft 46**



Baden-Württemberg

REGIERUNGSPRÄSIDIUM KARLSRUHE

HERAUSGEBER
Regierungspräsidium Karlsruhe
Abteilung Schule und Bildung
Fachbereich Sport

ZUSAMMENSTELLUNG UND REDAKTION
Frank Hoffmann
Peter Reich
Manfred Reuter

DRUCK UND GESTALTUNG
Regierungspräsidium Karlsruhe

www.rpk-sport.de

Redaktionsschluss Heft 2019
15. November 2018

IMPRESSUM/INHALTSVERZEICHNIS

SCHWERPUNKTTHEMA: Was kennzeichnet guten Sportunterricht?

Vorwort 2

Blitzlichter zum Schwerpunktthema:
Was kennzeichnet guten Sportunterricht? 3

Leitartikel
Guter, zeitgemäßer, mehrperspektivischer und kompetenzorientierter Sportunterricht? 4
Auf dem Weg zum pädagogischen Olymp
Matthias Harbarth, Staatliches Seminar für Didaktik und Lehrerbildung (Gymnasium) Heidelberg

Aus den Schulen
Fußball mehrperspektivisch unterrichten 7
Andreas Wenz, Gymnasium Karlsbad

Ganztagsschule und Sportverein - ein Modellprojekt an der Julius-Springer-Schule Heidelberg 10
Anne Hagemann, Julius-Springer-Schule Heidelberg

Einsatzmöglichkeiten des Slingtrainers im Sportunterricht 13
Matthias Frenk, Berufliche Schulen Bretten

Halbmarathon-Projekt am Neureuter Gymnasium 16
Patrick Krätz, Gymnasium Karlsruhe-Neureut

Comenius-Schule erfolgreich bei ihren ersten Teilnahmen an den Special Olympics Winter- und Sommerspielen 18
Petra Schwarz, Comenius-Schule Schwetzingen

Sportabzeichentag: Eine Chance für das Sportabzeichen 19
Helmut Brake / Philipp Rist, Otto-Hahn-Gymnasium Nagold

DSLV
Unterrichtsbeispiele für den Schulsport Jahrgang 2017 22

Jugend trainiert für Olympia
Fußballer des Ludwig-Frank-Gymnasiums schaffen die Sensation und gewinnen den DFB Schulcup 2017 23
Pierre Banek, Ludwig-Frank-Gymnasium Mannheim

Spitzensportler in der Schule
Alexander Stadler - schon bald im Tor bei der Hallenhockey-Europameisterschaft der Herren? 24
Ilona Werner, Ludwig-Frank-Gymnasium Mannheim

Aktuelle Informationen
Neue Regeln im Basketball 27
Broschüren zur Unfallprävention im Sport 28
Kongress „Kinder bewegen“ 28
Jens Brabec, neuer Fachberater Sport (Gymnasien) 29

Rechtsfragen
Aufsichtspflicht bei Skiausfahrten ins Ausland 30
Piercing, Ohrringe, lange Fingernägel im Sportunterricht

Pressespiegel
Zufriedener dank Bewegung - 31
Pisa-Studie untersucht Wohlbefinden von Schülerinnen und Schülern

Laufen ohne Noten - Halbmarathon-Projekt am Neureuter Gymnasium

Was kennzeichnet guten Sportunterricht?

Spaß und Freude sowie ein abwechslungsreiches Bewegungsangebot gehören zu den am häufigsten genannten Antworten von Schülerinnen und Schülern an weiterführenden Schulen im Rhein-Neckar-Kreis und Landkreis Karlsruhe auf die Frage, was sie unter gutem Sportunterricht verstehen (s. „Blitzlichter zum Schwerpunktthema: Was kennzeichnet guten Sportunterricht?"). Darin waren sich die meisten der knapp 100 im Dezember 2017 Befragten von der 6. bis zur 12./13. Klasse einig. Ein weiteres Thema, das immerhin 19 % unserer Schülerinnen und Schüler in der Befragung bewegt, ist die Forderung nach mehr Gerechtigkeit und Fairness vor allem bei der Leistungsbewertung. Hier wollen in erster Linie Oberstufenschüler eine größere Berücksichtigung individuell unterschiedlicher körperlicher Fähigkeiten.
Diese Aussagen enthalten für uns Pädagoginnen und Pädagogen klare Botschaften, was die Gestaltung und Organisation des Sportunterrichts anbelangt. Auch wenn man es nie allen recht machen kann und es bei der Notengebung um Fairness und Vergleichbarkeit geht, haben wir doch genug pädagogischen Spielraum, um zumindest die beiden Hauptforderungen unserer Schülerschaft über möglichst weite Strecken des Unterrichts zu erfüllen. Dazu tragen auch die neuen Bildungspläne für das Fach Sport bei.
Ein wichtiger Grundbaustein, ja geradezu die Basis zur Gestaltung eines guten Sportunterrichts ist eine gute Sportlehrerausbildung. Mit dieser Zielsetzung befasst sich Matthias Harbarth als Lehrbeauftragter für das Fach Sport am Staatlichen Seminar für Didaktik und Lehrerbildung Heidelberg (Gymnasium) im **Leitartikel**. „Auf dem Weg zum pädagogischen Olymp" versucht er einige wertvolle Ratschläge zu geben - nicht nur für Berufsanfänger.
Wie abwechslungsreich und motivierend Angebote im Rahmen des Sportunterrichts sein können, belegen die in dieser Ausgabe besonders vielfältigen Beiträge in der Rubrik **Aus den Schulen**. So stellt Andreas Wenz, Fachberater Sport, unter dem Gesichtspunkt der Mehrperspektivität und in Anlehnung an unseren Leitartikel erfolgreich erprobte Praxisbeispiele aus dem Fußball für die Klassenstufen 7 und 8 vor. Anne Hagemann zeigt, wie an ihrer beruflichen Schule Sport in Schularten, in denen Sportunterricht gar nicht oder fakultativ in der Stundentafel aufgeführt ist, auch ohne ausreichende Deputatsstunden über eine gut funktionierende Kooperation mit Sportvereinen angeboten werden kann. Durch den Einsatz von erschwinglichen „Slingtrainern" im Sportunterricht bringt Matthias Frenz neue Fitnesstrends in seine Schule. In Neureut hat sich unter der Organisation von Patrick Krätz die Teilnahme des Neigungskurses Sport am Karlsruher Halbmarathon bewährt, wie die positiven Schülerstimmen belegen. Dass auch Schülerinnen und Schüler mit Behinderungen erfolgreich an Sportwettkämpfen wie den Special Olympics teilnehmen können, ist in dem Artikel von Petra Schwarz nachzulesen. Wie man möglichst reibungslos einen Sportabzeichentag in der Unterstufe organisiert und durchführt, hat Helmut Brake mit der Beschreibung dieses Projekts an seiner Schule in Nagold festgehalten.
Beim Bundesfinale des Wettbewerbs **Jugend trainiert für Olympia** in der Sportart Fußball (Wettkampfklasse IV der Jungen) erkämpfte sich das Team des Ludwig-Frank-Gymnasiums Mannheim den Bundessieg, was Pierre Banek als betreuende Sportlehrkraft miterleben durfte.
In der Rubrik **Spitzensportler in der Schule** stellt sich Alexander Stadler - Shootingstar als Torwart im Feldhockey - den Fragen der zuständigen Leistungssportkoordinatorin Ilona Werner vom LFG Mannheim.
Zum neuen Fachberater Sport (allgemeinbildende Gymnasien) am RPK wurde Jens Brabec vom Windeck-Gymnasium Bühl ernannt. Diese und andere Neuigkeiten wie eine für die Schulen relevante Regeländerung im Basketball sind in der Rubrik **Aktuelle Informationen** nachzulesen.
Passend zur Wintersaison, in der an vielen Schulen Skilandheim-Exkursionen durchgeführt werden, bietet der Artikel „Aufsichtspflicht bei Skiausfahrten" einige wichtige Informationen für davon betroffene Sportlehrkräfte. Auch der Umgang mit Schmuck wie Piercing oder langen Fingernägeln im Sportunterricht ist Thema in der Rubrik **Rechtsfragen**.
Die in diesem Jahr hohe Zahl eingereichter Beiträge für die Rubrik „Aus den Schulen" von engagierten Sportlehrkräften aus den unterschiedlichsten Bildungseinrichtungen in Nordbaden hat uns Redakteure besonders gefreut. Dafür möchten wir uns ausdrücklich bedanken!
Uns ist bewusst, dass diese ehrenamtliche Leistung keine Selbstverständlichkeit ist. Mit der Veröffentlichung in dieser Ausgabe versuchen wir möglichst vielen Kolleginnen und Kollegen Themen rund um den Schulsport näher zu bringen, um damit den eigenen Horizont zu erweitern, aber auch mit der Hoffnung verbunden, dass die eine oder andere Lehrkraft sich von dem Vorbild der Artikelschreiberinnen und -schreiber anstecken lässt. Teilen Sie dem großen Kreis der Sportlehrkräfte Ihre Erfahrungen aus nicht alltäglichen Aktionen, Projekten und Exkursionen mit - wir alle profitieren davon!

Die Redaktion

„Blitzlichter“ zum Schwerpunktthema: Was kennzeichnet guten Sportunterricht?

Frank Hoffmann, Johann-Philipp-Reis-Schule Weinheim

Ende Dezember führten einige Sportlehrkräfte an weiterführenden Schulen im Rhein-Neckar-Kreis und im Landkreis Karlsruhe eine Befragung bei ihren Schülerinnen und Schülern im Sportunterricht durch, um zu erfahren, was sie unter einem guten Sportunterricht verstehen. Die Auswertung von fast 100 Antworten von Sechstklässlern bis hin zu Abiturienten brachte über alle Altersgruppen hinweg signifikante Ergebnisse, die nicht wirklich überraschend sein dürften, zumal die meist genannten Vorstellungen (jeweils 46 Prozent Spaß und Freude sowie Vielfalt und Abwechslungsreichtum im Unterricht) auch in den Bildungsplänen verankert sind. Abgesehen davon sollte es unser aller Anspruch sein, als verantwortliche Sportlehrkraft den Unterricht so vielseitig zu gestalten, dass unsere Zielgruppe in ausreichendem Maß Freude und Spaß empfindet - selbst wenn diese Empfindung individuell sehr unterschiedlich sein kann. So wünschen sich vor allem Unter- und MittelstufenschülerInnen mehr spielerische Anteile im Sportunterricht sowie ein größeres Mitbestimmungsrecht bei der Auswahl der Unterrichtsinhalte.

Darüber hinaus wünschen sich fast ein Fünftel der befragten Schülerinnen und Schüler auch mehr Fairness und Gerechtigkeit bei der Benotung im Sportunterricht. Dieses Anliegen ist teilweise mit dem Wunsch verbunden, die unterschiedlichen körperlichen Voraussetzungen mehr bei der Notengebung zu berücksichtigen (ausschließlich aus der Sek. II).

Bei diesem Schülerwunsch stellt sich aber die Frage, ob die Berücksichtigung individuell unterschiedlicher körperlicher Fähigkeiten wirklich fair ist? Da das Fach Sport wie alle anderen Fächer in die Gesamtqualifikation zum Abitur eingebracht werden kann (bzw. bei Wahl als Kernfach eingebracht werden muss), sollte diese Frage durchaus mit den Schülerinnen und Schülern diskutiert werden. In allen anderen Fächern wie Musik, Mathematik, Deutsch oder den Sprachen wird eine Forderung nach der Berücksichtigung individueller kognitiver Fähigkeiten in aller Regel nicht gestellt und eine schlechte Note in diesen Fächern oft auf fehlende Begabung oder mangelnden Fleiß zurückgeführt.

Eine solche Diskussion könnte die Sichtweise auf die Begriffe Gerechtigkeit und Fairness in Bezug auf die Sportnote durchaus ändern. Die Nachteile, die ein kleinerer Oberstufenschüler bspw. im Hochsprung hat, können z. B. durch das Ausweichen auf den Weitsprung oder gar auf das Ausspielen seiner Größenvorteile beim Gerätturnen ausgeglichen werden.

Im Folgenden sind einige aussagestarke Stellungnahmen befragter Schülerinnen und Schüler aufgelistet:

- „Guter Sportunterricht ist abwechslungsreich, anstrengend und macht Spaß.“ (Katrin, Stufe 11)
- „Der Sportlehrer sollte motivierend sein, damit der Unterricht auch Spaß macht.“ (Paul, Klasse 6)
- „Der Sportlehrer sollte es schätzen, wenn man sich Mühe gibt, auch wenn man eine Sportart nicht so gut kann.“ (Emma, 9. Klasse)
- „Die Sportlehrer sollten auch die Wünsche der Schüler beachten (...) für Ordnung sorgen und neue Sachen ausprobieren.“ (Magdalena, 6. Klasse)
- „(...) nicht nur an Tabellen orientieren (Notengebung); auch Ehrgeiz mit einbeziehen.“ (Dominik, Stufe 11)
- „Guter Sportunterricht kennzeichnet sich durch Respekt, Zusammenarbeit und Teamgeist (sollte gelehrt werden).“ (Julia, 9. Klasse)
- „Guter Schulsport beinhaltet in erster Linie Spaß, in zweiter Linie körperliche Leistung und Wettkampf. Eine gute Sportstunde endet mit dem Gefühl der Enttäuschung seitens der Schüler, die den Unterricht gerne über die Unterrichtszeit hinaus fortgeführt hätten.“ (Tom, J2)
- „Für mich kennzeichnet guten Sportunterricht eine lockere, entspannte Atmosphäre und Einblicke in verschiedene Sportarten.“ (Johanna, 10. Klasse)
- „Für mich ist wichtig, an meine Grenzen zu kommen und trotzdem Spaß zu haben.“ (Tom, J1)
- „Wenn man nicht immer das Gleiche macht und alle gleich behandelt werden (Gerechtigkeit).“ (Hanna u. Leonie, Klasse 10)
- „(...) faire Notenvergabe individuell an die körperlichen Fähigkeiten des Schülers angepasst“ (Louis, J2)

Guter, zeitgemäßer, mehrperspektivischer und kompetenzorientierter Sportunterricht?

Auf dem Weg zum pädagogischen Olymp

Matthias Harbarth, Staatliches Seminar für Didaktik und Lehrerbildung Heidelberg (Gymnasien)

Die Frage danach, was wir als guten Sportunterricht bezeichnen, stellt sich in unterschiedlichen Situationen. Während der Ausbildung im Referendariat sollen sich die angehenden Lehrkräfte anhand bekannter Qualitätsmerkmale weiterentwickeln und das Rüstzeug für die Planung, Durchführung und Reflexion von Unterricht für die eigene berufliche Zukunft erwerben. Aber auch später in Fortbildungen oder bei der Durchsicht unterschiedlicher Handreichungen zum Thema Sportunterricht stellen wir uns immer wieder die Frage nach der Güte solcher Unterrichtsbeispiele, von denen es zahlreiche gibt. Der Wunsch nach einem allgemein gültigen Instrument, das uns sicher urteilen lässt, welche spezifischen Merkmale guten Sportunterricht auszeichnen und somit die Qualität von Sportunterricht bestimmen und messbar machen, ist groß. Ein weiterer Aspekt, den ich ganz bewusst in den Titel dieses Artikels mit aufgenommen habe, ist die unterschiedliche Beurteilung von Unterricht zu unterschiedlichen Zeitpunkten. Was heute als guter Sportunterricht angesehen wird, war unter Umständen vor 20 Jahren noch verpönt oder schlicht unbekannt. Umgekehrt bedeutet dies aber auch, dass die Unterrichtspraktiken von vor 20 Jahren heute nicht notwendigerweise als schlecht bezeichnet werden können. Gesellschaftswandel, die Wissenschaft, strukturelle Veränderungen, Bildungspläne etc. haben unser Leitbild guten Sportunterrichts beeinflusst und werden es auch weiterhin tun.

Vor diesem Hintergrund erscheint es nur allzu logisch, dass die Antwort auf die Frage, was wir unter gutem Sportunterricht verstehen, nicht einfach zu beantworten ist. Viele Facetten des Schulalltags sind dabei zu berücksichtigen und wir werden uns diese Frage auch in Zukunft immer wieder aufs Neue stellen müssen. Sportunterricht ist somit nicht Selbstzweck, sondern orientiert sich an aktuellen gesellschaftlichen Herausforderungen. Im Folgenden möchte ich darstellen, welche zentralen Merkmale für eine transparente Beurteilung gelingenden Sportunterrichts herangezogen werden können. Dabei habe ich versucht, unterschiedliche Ansätze (vgl. Reckermann 2004, Meyer 2004, Dreiling/Balz 2011, Herrmann et al. 2016, Eisenacher 2016) zusammenzuführen. Diese Kriterien sollen es uns ermöglichen, eine Unterrichtsstunde oder ein Unterrichtsvorhaben entweder selbst oder durch andere als gelungen oder weniger gelungen beurteilen zu können.

MERKMALE GUTEN SPORTUNTERRICHTS

Grundsätzlich steht in jeder Sportstunde Bewegung im Mittelpunkt. Dabei gilt es, die im Bildungsplan 2016 genannten motorisch-kognitiven Teilkompetenzen aus dem Bereich der inhaltsbezogenen Kompetenzen zu fördern. Darüber hinaus sind allerdings auch die prozessbezogenen Kompetenzen zu berücksichtigen. Sportunterricht muss also Kompetenzerwerb auf verschiedenen Ebenen ermöglichen.

Der Vielzahl an Schemata zur Beurtei-

lung von Unterrichtspraxis möchte ich nun ein weiteres hinzufügen, das bereits bekannte zusammenführt, empirisch nicht abgeklärt wurde und auch keinen Anspruch auf Vollständigkeit erhebt. Dabei gilt, dass sich die drei Dimensionen immer auch gegenseitig beeinflussen und nie als isolierte Größen nebeneinander stehen:

RAHMENBEDINGUNGEN

Die Rahmenbedingungen stellen für Lehrkräfte mitunter den Bereich der angestrebten Unterrichtsqualität dar, der für sie nur bedingt zu beeinflussen ist. Es ist eine essentielle Frage, ob die vorgegebenen Inhalte des Bildungsplans unter den gegebenen Rahmenbedingungen überhaupt umsetzbar sind. Die Qualität der schulischen Rahmenbedingungen variiert stark. Zum Beispiel beeinflussen Fahrstrecke zur Sporthalle, Hallenkapazitäten, materielle Ausstattung etc. zweifellos die Qualität unseres Sportunterrichts.

Der Professionalität der Lehrkraft und der akademischen Ausbildung kommen nach Reckermann (2004) und Hatti (2003) eine ganz besondere Bedeutung zu und beeinflussen zusammen mit den bereitgestellten Unterrichtsmaterialien unseren Sportunterricht erheblich. Genauso wie die Zusammensetzung, die Vorerfahrungen und die Motivation der Lerngruppe. Dies sind allesamt Faktoren, die sich aber nicht immer unmittelbar von der einzelnen Lehrkraft beeinflussen lassen.

UNTERRICHTSPRAXIS

„Die Wahrheit liegt auf dem Platz!", ein Zitat Otto Rehagels, das mein Ausbilder Manfred Zugck am Seminar Heidelberg nur allzu gerne verwendete, lässt schon erahnen, welch große Bedeutung der Unterrichtspraxis im Zusammenhang mit der Frage nach Unterrichtsqualität zukommt. Hermann et al. (2016) unterscheiden zwischen den Kategorien *Klassenführung – Schülerorientierung – kognitive Aktivierung,* Reckermann (2004) nennt seine bekannten 10 Merkmale *(positive Lehrerpersönlichkeit, klare Strukturierung des Lehr- und Lernprozesses, intensive Bewegungszeit mit kausalem Theorie-Praxis-Bezug, sachgerechter Organisationsrahmen, Stimmigkeit der Ziel-, Inhalts- und Methodenentscheidung, Methodenvielfalt, individuelles Fördern, Förderung des selbstständigen Handelns, klare Leistungserwartungen und Leistungskontrollen, regelmäßige Nutzung des Schülerfeedbacks)*, Meyer (2004) die beiden Schwerpunkte *Führen und Fördern*, während Dreiling und Balz 2011 wiederum drei Merkmale unterscheiden: *Strukturqualität – Prozessqualität – Produktqualität.* All diese Arbeitsinstrumente akzentuieren fast ausschließlich die Planung und Durchführung von Sportunterricht. Aus diesen Ansätzen habe ich versucht, in Anlehnung an Meyer (2004) ein Arbeitsinstrument zur Analyse dessen, was die Qualität von Sportunterricht ausmacht, zu erstellen. Werden alle oder wenigstens einige der genannten Merkmale erfüllt, so bin ich überzeugt davon, dass ein guter, zeitgemäßer, mehrperspektivischer und kompetenzorientierter Sportunterricht gelingen kann.

Klare Struktur des Unterrichts

Für alle Beteiligten muss zu jeder Zeit ein großes Maß an Klarheit herrschen, d. h. der Prozess, das Ziel und die Inhalte des Unterrichts müssen klar formuliert und strukturiert sein. Der Fokus liegt auf den Lernzielen. Im organisatorischen Bereich tragen klare Regeln, eindeutige Instruktionen, bekannte Rituale und Signale erheblich zur Schaffung von Klarheit bei. Unter klarer Struktur versteht man nicht notwendigerweise die allgegenwärtige Aufteilung einer Stunde in Aufwärmen zu Beginn, Techniklernen im Hauptteil und Anwendung im Abschlussspiel.

Hoher Anteil an Bewegungs- und Lernzeit

Ein gutes Zeitmanagement und eine effiziente Organisation (z.B. die Gruppeneinteilung und deren weitere Nutzung im Verlauf der Stunde, Auf-, Um- und Abbauen, etc.) sowie eine geschickte Verzahnung der Einzelteile schaffen eine gute Ordnung und ermöglichen es, die zur Verfügung stehende Zeit optimal zu nutzen. Bewegungspausen werden zu Lernzeit.

Methodenvielfalt und Schüleraktivierung

Die zur Verfügung gestellten Materialien sind gut aufgearbeitet. Die Schülerinnen und Schüler sind mit den Methoden des selbstständigen Arbeitens vertraut und der Umgang mit ihnen wurde eingeübt (vgl. Achtergarde 2007). Somit werden sie nicht zum Nachahmen degradiert, sondern ihnen werden Lernstrategien etc. bewusst. Dabei werden implizite und explizite Informationsverarbeitungsprozesse berücksichtigt.

Transparente Leistungserwartung

Eine transparente Leistungserwartung berücksichtigt auch die individuellen Bezugsnormen und unterschiedlichen Perspektiven der Schülerinnen und Schüler, setzt eine Diagnosekompetenz auf Seiten der Lehrkraft voraus und erlaubt so eine Anpassung von Schwierigkeitsgrad, Lerntempo und Sinnrichtungen. Leistung ist dabei eine Perspektive, Leistungserwartung kann sich auch auf andere Perspektiven wie z.B. Kreativität oder Wahrnehmung beziehen.

Lernförderliches Klima

Der Unterricht ist von gegenseitigem Respekt und einer positiven Lehrer-Schüler-Beziehung geprägt. Die Lehrkraft dient als Vorbild. Gelingender

Sportunterricht schenkt den Themen Wertevermittlung und den kompetitiven wie kooperativen Elementen große Beachtung. Die Sprache und der Erziehungsstil sind von Fürsorglichkeit geprägt, so dass ein angstfreies Lernen garantiert wird, aber dennoch der Umgang mit Erfolgs- und Misserfolgserfahrungen eingeübt werden kann.

Sinnstiftendes Kommunizieren

Das Schulfach Sport muss sich inhaltlich mit Sport und Bewegung auseinandersetzen. Dabei wird immer häufiger die Diskussion um den Kopf geführt, nicht zuletzt basierend auf den unterschiedlichen Bildungsansprüchen an das Fach. Dabei treffen die zwei Gruppen der „verkopften" und der „kopflosen" Sportler aufeinander.

Sportunterricht kann und soll aber körperlich und geistig anregen und somit dem dualen Auftrag des Faches gerecht werden, dabei wird aus Bewegungszeit Lernzeit und umgekehrt. Das motorische „Aktivitätsopfer", das die durch Analysieren, Diskutieren und Interpretieren verlorengegangene Bewegungszeit beschreibt, stellt sich im Hinblick auf den Lernfortschritt jedoch meist als gewinnbringende „Investition" heraus. Während der „reflektierende Praktiker" unter den Lehrkräften, der Sachverhalte durch eigene Erfahrungen, gezielte Reflexion und kommunikativer Interaktion durchdringt, schon lange anerkannt und bekannt ist, findet man diese Vorgehensweise auf Schülerseite im Unterrichtsalltag noch eher selten. Dabei bietet gerade der Sport mit seinen vielfältigen Möglichkeiten des aktiv-entdeckenden Lernens und des Reflektierens, quasi „learning by doing" eine Vielzahl von Möglichkeiten der Umsetzung dieses Unterrichtsprinzips. Die Lehrkraft bedient sich dabei der Modelle der Praxis-Theorie-Verknüpfung, beteiligt Schülerinnen und Schüler bereits in der Planungsphase und fördert eine gute Gesprächs- und Feedbackkultur (vgl. Serwe-Pandrick 2013).

Individuelles Fördern sowie intelligentes und flexibles Üben

Gelingender Sportunterricht eröffnet Handlungsspielräume durch ein differenziertes Angebot, berücksichtigt den individuellen Lernstand und hält Förderpläne bereit. Die Lehrkraft gibt flexibel passgenaue Aufträge und Hilfen und agiert als aufmerksamer Beobachter, der auch Verhaltensmerkmale der Schülerinnen und Schüler aufgreift.

REFLEXION UND ERGEBNISSICHERUNG

Die Qualität unseres Unterrichts lässt sich sehr häufig, aber nicht ausschließlich, am Grad des Lernfortschrittes unserer Schülerinnen und Schüler festmachen. Am Ende einer Stunde, am Ende eines Unterrichtsvorhabens stellen sich alle die Frage: Was haben wir gelernt, sind wir vorangekommen und wissen und können wir mehr als vorher? Zur Beantwortung dieser Frage müssen geeignete Beurteilungsinstrumente gefunden werden, die allen Kompetenzbereichen des Bildungsplanes gerecht werden. Leichtathletische Tabellen dienen dazu genauso wie Kriterienkataloge zur Beurteilung des Lernfortschrittes im Bereich der prozessbezogenen Kompetenzen, z.B. Personalkompetenz: sich kritisch mit dem eigenen Verhalten beschäftigen – *ich war immer pünktlich und hatte immer meine Sportsachen dabei.* Die Reflexion und Ergebnissicherung bieten den Schülerinnen und Schülern grundsätzlich auch mannigfaltige Gelegenheiten, die Früchte ihrer Arbeit zu präsentieren und erlauben so ein großes Maß an Produktorientierung. Genauso dienen sie der Lehrkraft als Ausgangspunkt für zukünftige Unterrichtsvorhaben sowie deren Planung und Durchführung und geben Anlass zur Bestätigung des eigenen Handelns oder provozieren Anpassung.

Die vorliegende Merkmalsliste versucht die zentralen Merkmale für eine transparente Beurteilung gelingenden Sportunterrichts und somit Merkmale zur Beurteilung der Qualität von Sportunterricht zu konkretisieren. Sie ist aber sicher weder vollständig noch auf jede beliebige Unterrichtssituation anwendbar. Sie soll aber als Orientierungshilfe für die Reflexion des eigenen Unterrichts im Zusammenhang mit kollegialem Feedback und natürlich in der Ausbildung der Referendare an den Ausbildungsschulen dienen. Es lohnt sich, seinen eigenen Unterricht von Zeit zu Zeit auf diese Kriterien hin zu überprüfen oder überprüfen zu lassen und somit ein Qualitätssicherungssystem, das selbstverständlich auch weiteren Veränderungen unterliegen wird, in unserem Schulalltag zu etablieren.

Literatur

Becker, G. (2002): Unterricht auswerten und beurteilen. Handlungsorientierte Didaktik Teil III. Beltz.

Reckermann, J. (2004): *Merkmale guten Sportunterrichts.* In: „Betrifft Sport", 1/2004.

Meyer, H. (2004): Was ist guter Unterricht? Cornelsen.

Dreiling; N. und Balz, E. (2011): *Guter Sportunterricht in der Sekundarstufe II.* In: Sonderheft Sportpädagogik „Praxis und Theorie verbinden II".

Serwe-Pandrick, E. (2013): *Learning by doing and thinking.* In: „Sportunterricht" Heft 4, April 2013, 62. Jahrgang, Thema: „Reflektierte Praxis", hofmann-verlag.

Balz, E. und Neumann, P. (2015): *Mehrperspektivischer Unterricht – Vergewisserungen und Empfehlungen.* In: „Sportpädagogik", 3+4/2015.

Herrmann, C. et al. (2016): *Was ist guter Sportunterricht?* In: „Sportunterricht", 3/2016.

Eisenacher, J. (2016): *Leitfaden für eine gelungene Sportstunde.* In: „Sportunterricht" 3/2016

Fußball mehrperspektivisch unterrichten

Andreas Wenz, Gymnasium Karlsbad

Im Rahmen der Fortbildungsreihe zum Bildungsplan 2016 für die Stufe 7/8 wurde für den Schulsprengel der allgemeinbildenden Gymnasien in Pforzheim und im Enzkreis folgende Übungssammlung erstellt und in einigen weiteren Sprengeln vorgestellt.
Bezug nehmend auf den Leitartikel von Matthias Harbarth lassen sich vor allen Dingen die Merkmale Schüleraktivierung, transparente Leistungserwartung und sinnstiftendes Kommunizieren durch die angeführten Übungen aufzeigen.

Aus dem Fundus bekannter Übungen wird, durch unterschiedliche Akzentuierung einer sportpädagogischen Perspektive, den Schülern ermöglicht, das Fußballspiel unter verschiedenen Sichtweisen zu erfahren.
Die angeführten Übungen ermöglichen eine permanente Anpassung des Schwierigkeitsgrads (z.B. Bochumer Modell), um dem Lerntempo der einzelnen SuS gerecht zu werden (vgl. Leitartikel: Transparente Leistungserwartung). Für die Lehrkraft bedeutet dies, über die Leistungsperspektive hinaus, weitere der folgenden Perspektiven zu integrieren bzw. akzentuieren:

- Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern
- das Leisten erfahren und reflektieren
- gemeinsam handeln, wettkämpfen und sich verständigen

Dies erfordert bei allen Übungen das von Harbarth aufgezeigte sinnstiftende Kommunizieren, um in einer kurzen Reflexionsphase auf die gestellte Ausgangsproblematik einzugehen bzw. eine Lösung anbieten zu können. Die SuS werden auf diese Weise zum Analysieren, Diskutieren und Interpretieren des eigenen Lernfortschritts angeregt.

BEISPIELE ERWÄRMUNG:

Reise nach Jerusalem: Dribbeln auf engen Raum, jeder Schüler mit Ball. Auf Pfiff Ball liegen lassen (ein Ball wird entfernt) und einen anderen Ball mitnehmen. Derjenige Schüler, der keinen Ball ergattern konnte, (a) erhält eine Zusatzaufgabe und spielt anschließend wieder mit; (b) scheidet aus und beim nächsten Pfiff wird ein weiterer Ball entfernt usw.

Ampelpassen mit verschiedenen Bällen: Schüler haben verschieden farbige Bänder und gleiche oder unterschiedliche Bälle. Auf Pfiff zum nächsten Schüler mit der vorher festgelegten Farbe passen. (Variation: Unterschiedliche Bälle müssen unterschiedlich gepasst werden.)

Mehrperspektivität

Bewegungserziehung

Differenzierungsfähigkeit

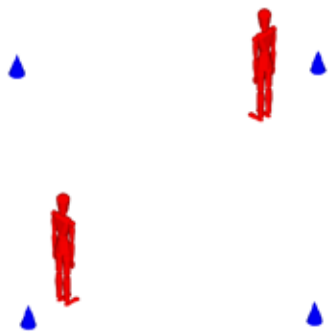
ÜBUNGEN:

Tigerball (4:2) auf zwei Feldern (7x7m)
Bei Ballgewinn wird der Ball ins rechte Feld gespielt und es wechseln zwei rote Spieler mit Ball und zwei grüne Verteidiger das Feld. Die beiden übrigen Spieler im jeweils anderen Feld erhalten eine Zusatzaufgabe oder pausieren.

Mehrperspektivität

Leistungserziehung

Welche Taktik ist erfolgreich



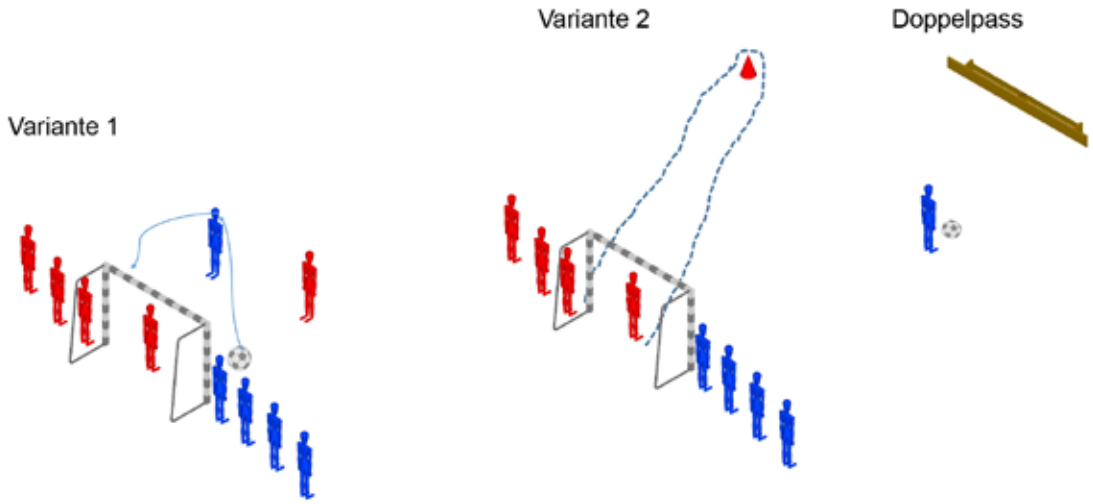
Kopfballspiel (alternativ Torschuss)
Der Kopfballspieler wird zum Torwart, Torwart wird zum Zuspieler (anstellen), Zuspieler wird zum Kopfballspieler.
Variante 1:
Der blaue Spieler wirft seinem Mitspieler den Ball zu; dieser versucht ein Tor zu köpfen. Anschließend geht dieser ins Tor und das rote Team ist an der Reihe.
Variante 2:
Der blaue Spieler spielt einen Pass gegen die Bank und versucht ein Tor zu erzielen; der rote Spieler läuft zunächst um das Hütchen, dann auf die Torlinie(!) und versucht den Torschuss abzublocken.

Mehrperspektivität

Sozialerziehung

Problemlösungen (bzw. Regeln) finden

Schüler Zusatzregeln finden lassen.



8:3 mit Gegenpressing
Spiel auf halbem Hallendrittel. Gruppengrößen je nach Leistungsvermögen. Das Team in Unterzahl hat erst dann einen Punkt erreicht, wenn nach Ballgewinn ein Pass erfolgt!

Mehrperspektivität

Sozialerziehung

Problemlösungen finden

Bochumer Modell
Beginn mit 1:1, dann sind zahllose Erweiterungen möglich.

⇨evtl. Beobachtungsbogen: Wie verhalten sich Angreifer und Abwehrspieler? Welche Strategie ist zielführend? (z. B. Dribbling nach außen, fintieren von außen in die Mitte)

3 Zweiergruppen pro Feld. Je eine Zweiergruppe spielt 1:1 vor einem Tor, die verbleibende Zweiergruppe hat Beobachtungsaufgabe.

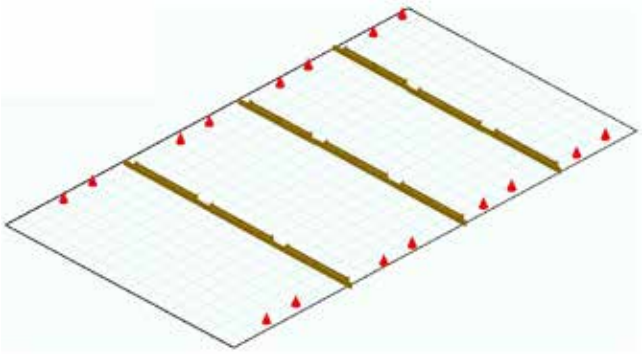
Mehrperspektivität

Sozialerziehung

Reflexion
Problemlösungen finden

Mögliche Weiterführung:	2:2+2 auf zwei Tore
	4:2 (mit und ohne Tor)
Nur noch mittlere Bänke:	5:2 (2 Fünfermannschaften im Wechsel)
	4:4 auf je zwei Tore (mit 2 festen TH bei der Verteidigung) usw.

In den Belastungspausen lockere Bewegungsaufgaben, z.B. Ballhochhalten, Kopfballspiel, Kombispiel in lockerem Trab, Passspiel in der Zweiergruppe, lockeres Dribbling um Hütchentore, etc.



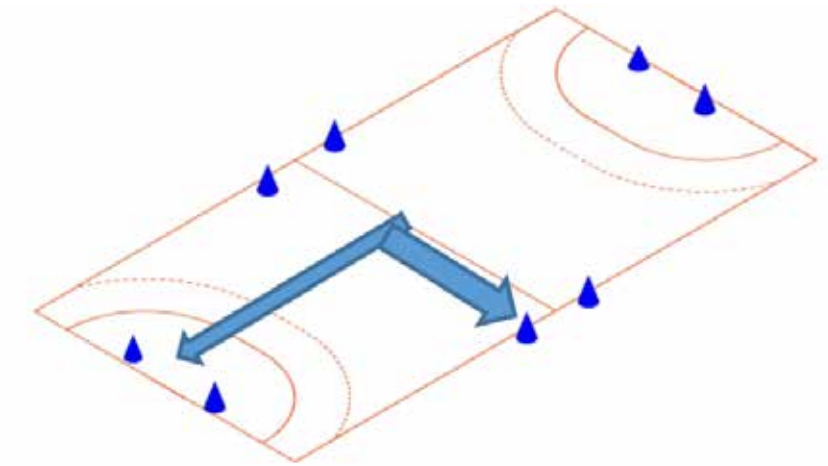
Schnelles Hirn
An den vier Seiten einer Halle (Hallendrittel) steht je ein Hütchentor. Die Lehrkraft ruft immer mal wieder eine Uhrzeit, bei der jeder der beiden Zeiger auf 3, 6, 9 oder 12 steht (Bsp. „halb drei“).
Aufgabe: Team A verteidigt immer das Tor auf dem der große Zeiger steht, Team B das Tor auf dem der kleine Zeiger steht. (WICHTIG: vorher „Lage“ der Uhr in der Halle klären)

Mehrperspektivität

Bewegungserziehung

Differenzierungsfähigkeit

Wahrnehmungsfähigkeit



Uno – Dos – Tres
4:4 auf 4 Tore mit folgenden 3 Ansagen des Lehrers:

Uno
Der ballbesitzende Spieler muss den Ball sofort aufgeben. Er schießt den Ball ins Aus und das andere Team schnappt sich schnellstmöglich einen beliebigen neuen Ball (von der Seitenlinie).

Dos
Die Spielrichtung wird sofort getauscht.

Tres
Der Ball wird aufgegeben (Uno) und gleichzeitig die Spielrichtung getauscht (Dos).

(evtl. weiterer Störreiz: Auf Pfiff wechseln die Torhüter das Tor.)

Mehrperspektivität

Leistungserziehung durch Thematisierung

Welche Taktik ist erfolgreich?

Quelle: www.soccerdrills.de

Wenn die Not zur Tugend wird: Vereinssport an beruflichen Schulen

Anne Hagemann, Julius-Springer Schule Heidelberg

Stellung und Aufgabe von Sport an beruflichen Schulen

Die Förderung und Erhaltung der Gesundheit ist – gemäß der Empfehlung der Kultusministerkonferenz der Länder (KMK) zum Sport an beruflichen Schulen – implizit Teil jedes Bildungs- und Erziehungsauftrags von Schule. Gerade in der Berufsausbildung kommt diesem Auftrag eine besondere Bedeutung zu, denn nicht zuletzt ermöglichen Gesundheit und körperliches Wohlbefinden eine nachhaltige berufliche Beschäftigungs- und Leistungsfähigkeit, insbesondere im Kontext einer sich abzeichnenden verlängerten Lebensarbeitszeit.
In krassem Gegensatz dazu steht allerdings die Realität an den beruflichen Schulen, an denen der Schulsport – falls überhaupt existent – eher stiefmütterlich behandelt wird. Seit der Änderung des Lehrplans für das Berufskolleg (BK) ist Sport beispielsweise kein Pflichtfach mehr. Das bedeutet, dass das Sportangebot im BK von der Lehrer- und Unterrichtsversorgung abhängt sowie von einer Schulleitung, die eine positive Grundhaltung gegenüber Sport hat. I.d.R. findet im BK kein Sportunterricht statt. Auch in der Berufsschule wird – bis auf wenige Ausnahmen – kein Sportunterricht angeboten. Unter diesen Voraussetzungen verliert Bewegung in der Schule als wichtige Säule zur Erhaltung der Gesundheit und damit der lebenslangen Beschäftigungsfähigkeit nach Abschluss der 10. Klasse an Bedeutung. Dabei ist es gerade ab diesem Alter, also mit ca. 16 Jahren, für viele Jugendliche und junge Erwachsene ohnehin schwierig, Sport in ihren Alltag zu integrieren.
Die Sport- und BWL-Lehrkräfte der Julius-Springer-Schule Heidelberg wollten diese Entwicklung nicht einfach hinnehmen und sahen es als ihre Aufgabe, jungen Menschen Wege aufzuzeigen, sich neben ihrem Lern- oder Arbeitsalltag fit und gesund zu halten. Die Kollegen Matthias Huber und Anne Hagemann entwickelten daher ein Konzept, um mit deutlich weniger Deputatsstunden ein umfassendes Sportangebot für ihre Schülerinnen und Schüler zur Verfügung zu stellen.

Kooperation zwischen dem Sportkreis Heidelberg und der BK1-Ganztagesklasse

Im Konzept der beiden Lehrkräfte spielte die Kooperation mit lokalen Vereinen eine bedeutende Rolle. Zunächst verstaubte die Idee in den Schubladen. Im Schuljahr 2015/2016 entstand dann jedoch auf Basis dieses Konzepts eine Kooperation zwischen der neu eingerichteten BK1-Ganztagesklasse und dem Sportkreis Heidelberg e.V., der die Interessen der Sportvereine in Heidelberg und der Region auf überfachlicher Ebene vertritt. „Viele Schüler haben nach einem ganzen Tag Schule und danach anstehenden Hausaufgaben weder Zeit noch Lust, abends in den Sport zu gehen“, so Schulleiter Uli Richard Liebler, der in Zusammenarbeit mit engagierten Kollegen die Kooperation initiierte.
Die Aufgabe bestand darin, für die Ganztagesklasse ein außerunterrichtliches Angebot mit außerschulischen Partnern auf die Beine zu stellen. Neben individueller fachlicher Förderung der Schülerinnen und Schüler durch Studierende sowie Extra-Angeboten von Vereinen und sozialen Einrichtungen entstand so erstmals für das Schuljahr 2015/2016 ein wöchentliches BK1-Sportangebot, das von verschiedenen Vereinen aus Heidelberg und der Region durchgeführt wurde. Organisiert wird die Kooperation über den Sportkreis Heidelberg. Projektkoordinator Martino Carbotti stellt den Kontakt zu interessierten Vereinen her und bereitet so den Weg für die Zusammenarbeit. Alle weiteren Absprachen erfolgen direkt zwischen den Übungs- oder Abteilungsleitern der Vereine und Sportlehrerin Anne Hagemann, die für die Organisation des Sportprogramms zuständig ist und zudem den eventuellen Ausfall von Übungsleitern überbrückt. Finanziert werden die Lehramtsstudierenden und Übungsleiter durch das Jugendbegleiterprogramm, wobei die Vereine das Programm dankenswerterweise zum Teil auch ohne finanzielle Zuwendungen unterstützen.
Der Kern der Zusammenarbeit mit dem Sportkreis liegt darin, dass die Übungsleiter der Vereine zu den Schülerinnen und Schülern der Ganztagesklasse in die Schule kommen – und nicht umgekehrt, wie üblicherweise im klassischen Vereinssport. Trainer, Übungsleiter und Spieler aus einem Verein trainieren mit den Schülerinnen und Schülern jeweils sechs Wochen, also sechs mal 90 Minuten in ihrer Sportart. Nach sechs Wochen sind die Grundlagen der Sportart erlernt, so dass mit dem darauffolgenden 6-Wochen-Block in die nächste Sportart gewechselt wird. Durch dieses Konzept lernen die Schülerinnen und Schüler insgesamt fünf unterschiedliche Sportarten in einem Schuljahr kennen. Dabei werden bevorzugt Sportarten ausgewählt, die im klassischen Schulalltag nicht vermittelt werden.
Martino Carbotti sagt: „Wir versuchen,

die Sportvereine in die Schule zu bringen...Ich würde die Zusammenarbeit als Win-Win-Win-Situation bezeichnen. Schüler, Schule und Vereine: Sie profitieren allesamt davon."
Bereits erprobte Sportarten sind Ultimate-Frisbee, Kin-Ball, American Football, Rugby, Fitness, Golf, Tennis und Boxen. Die verantwortliche Sportlehrkraft erhält dabei eine Deputatsstunde für Planung, Organisation und Unterstützung des Kooperationsprogramms. Von Vereinsseite beteiligen sich etliche etablierte Vereine an dem Programm, wie zum Beispiel der TC Schwarz-Gelb Heidelberg oder der Heidelberger Turnverein.

Wesentliches Ziel der Kooperation ist es, den Schülerinnen und Schülern das Sportangebot in ihrer Region und damit ihrem eigenen direkten Umfeld aufzuzeigen, sie für Sport und Bewegung zu begeistern und ihnen Lust auf körperliche Aktivität zu machen. Mit Hilfe der Kooperation kommen die Jugendlichen direkt mit den Ansprechpartnern aus den jeweiligen Vereinen in Kontakt. Durch diesen persönlichen Kontakt wird die Hemmschwelle vor dem Erstkontakt mit dem Verein deutlich verringert und somit der Eintritt in den Verein erleichtert. Zudem lernen die Jugendlichen und jungen Erwachsenen zahlreiche Sportarten kennen, zu denen sie bisher noch keinen Kontakt hatten. „Dadurch dass wir jetzt regelmäßig neue Sportarten kennenlernen, ist das Sportangebot viel abwechslungsreicher", erzählt Simon Rusnyah, Schüler der Ganztagesklasse. Seine Lieblingseinheit war Ultimate Frisbee „Ich kann mir gut vorstellen, damit auch im Verein zu beginnen."
Die Kooperation stößt insgesamt auf eine sehr positive Resonanz, und das gemeinsame Sporttreiben mit den jungen und motivierten Übungsleitern und Sportlern macht den Schülerinnen und Schülern großen Spaß. Viele Jugendliche finden Gefallen an einem speziellen Sportangebot und bleiben teilweise bei einer neu erlernten Sportart hängen. Dass zum Teil drei Trainer aus einem Verein für eine Klasse zur Verfügung stehen, macht die Sporteinheit zum absoluten Luxusprodukt und ermöglicht individuelles Arbeiten und Fördern auf gutem Niveau.

Geplantes Konzept für das zukünftige Sportangebot an der Julius-Springer-Schule
Ziel bei der Ausarbeitung eines zukunftsfähigen Kooperationskonzepts war es, den Deputatsstundenverbrauch für eine/n Schüler/in zu reduzieren und trotzdem ein flächendeckendes Angebot von Sport und Bewegung zu sichern. Als Lösung entwickelte die Julius-Springer-Schule ein spezielles Credit-Point-System, welches aus insgesamt drei Modulen besteht. Modul 1 beinhaltet den Besuch eines Sportkurses als schulisches Angebot, Modul 2 beinhaltet den Besuch eines Vereinssportangebots, Modul 3 sieht die Teilnahme an einer schulischen Exkursion vor. Im Idealfall wählt der/die Schüler/in ein Modul aus jedem Bereich aus: Er/Sie besucht also ein halbes Schuljahr lang einen Schulsportkurs, die zweite Schuljahreshälfte betreibt er/sie einen Vereinssport, darüber hinaus nimmt er/sie an einer einwöchigen Exkursion teil.
Mit dieser Lösung könnte zukünftig jede/r BK1-Schüler/in effektiv zwei Stunden pro Woche Sport treiben, wobei allerdings deutlich weniger Deputatsstunden von Lehrkräften erforderlich wären. Darüber hinaus bietet das Konzept im Rahmen der Exkursionen eindrucksvolle Erlebnisse in der Natur, die dem/der Schüler/in neue Lebenswelten und Perspektiven eröffnen. Gleichzeitig integrieren die kooperierenden Vereine die Schüler/innen in den Vereinssport und generieren so gegebenenfalls neue Mitglieder.

Für die Zukunft könnte die Organisation des Sportangebots wie folgt aussehen: Zu Beginn eines Schuljahres erfolgt zunächst eine Auftaktveranstaltung im BK1 und BK2. Den Schülerinnen und Schülern wird in der ersten Schulwoche das gesamte Sportangebot inklusive dem Angebot der teilnehmenden Vereine präsentiert. Jede/r Schüler/in muss sich dann binnen sieben Tagen entscheiden, an welchem Sportangebot er/sie teilnehmen möchte. Die Teilnahme am gewählten Sportangebot ist verbindlich, zu zahlende Beträge für eventuelle Exkursionen sind bei der Anmeldung zu leisten. Zusätzlich zum vorgestellten Angebot können die Schüler/innen auch selbstständig Vereine ansprechen. Nicht-BK-Schüler/innen und Lehrer/innen dürfen nach Absprache mit der Lehrkraft das bestehende Sportangebot nutzen, wenn sie in den entsprechenden Stunden keinen Unterricht haben.

Zusammenfassend bietet das vorgeschlagene Konzept/System folgende Vorteile:
- Die Integration von Sport und Bewegung in den Alltag – und damit eine lebenslange Beschäftigungs- und Leistungsfähigkeit – wird gestärkt und gefördert.
- Der Sport bietet den Schüler/innen einen Ausgleich zum anstrengenden Arbeits- und Lernalltag.
- Die Schüler/innen lernen zahlreiche neue Sportarten kennen, mit denen sie bisher nicht in Kontakt gekommen sind.
- Das Konzept fördert sozialen Austausch und Gemeinschaftssinn. Insbesondere der Mannschaftssport stärkt ein klassenübergreifendes Identitätsgefühl und Teamgeist.
- Den Schülerinnen und Schülern wird der Zugang zum Vereinssport durch den Erstkontakt mit den Übungsleitern in der Schule immens erleichtert.
- Regionale Vereine gewinnen an Bedeutung und generieren im Idealfall neue Mitglieder.

Modul 1 (Schulangebot) 1. Halbjahr (2 h pro Woche in einer Sportart = 40 h)	Modul 1 (Schulangebot) 2. Halbjahr (2 h pro Woche in einer Sportart = 40 h)	Modul 2 (Vereinsangebot) 1.Halbjahr	Modul 2 (Vereinsangebot) 2. Halbjahr	Alternative zu Modul 2 Regelmäßiges Training im Verein, Mitglied	Modul 3 (Jahresangebot) Exkursion (1 Woche = 40 h)
Volleyball Badminton Fußball Basketball	Leichtathletik Turnen Fußball Parkour	Hockey Baseball Klettern La Cross Judo	Tennis Rugby Ultimate Basketball Tischtennis		Wandern Skifahren Kiten Surfen
1 Credit Point	1 Credit Point	1 Credit Point	1 Credit Point	1 Credit Point	1 Credit Point

BK1 = 1x (Note im Zeugnis) | 1x

Im BK1 sind mindestens zwei Credit Points zu sammeln. Im BK1 ist ein Credit Point aus dem klassischen Schulsportangebot Pflicht, der andere Credit Point wird uber den Besuch einer Exkursion oder den Besuch des Vereinssports über ein halbes Jahr abgedeckt. Die Teilnahme am Sportunterricht/Sportangebot wird im Zeugnis mit der Bemerkung „nn hat erfolgreich am Sportunterricht/-angebot der Schule teilgenommen“ eingetragen.
Möchte ein Schüler oder eine Schülerin eine Zeugnisnote im Fach Sport, dann sind beide Module 1 zu besuchen und je eine Individual und Mannschaftssportart zu wählen.

BK2 = 1x

Im BK2 ist aus den 3 Bereichen ein Angebot zu wählen. Eine Sportnote steht nur im Zeugnis, wenn Modul 1 besucht wurde. Ansonsten kann wieder die oben genannte Bemerkung im Zeugnis eingetragen werden.

- Das Konzept ermöglicht eine Teilnahme an Wettbewerben des Regierungspräsidiums, da eine Sportart über ein halbes Schuljahr erlernt und betrieben wird.

Status quo und Ausblick

Aufgrund der aktuell guten Unterrichtsversorgung kann im Schuljahr 2017/18 in den BK1-Klassen Sportunterricht angeboten werden. Folglich kann das Sportangebot in diesem Schuljahr „ganz normal“ mit Sportlehrkräften abgedeckt werden. Für die Zukunft wünschen sich die Lehrkräfte – und sind diesbezüglich auch positiv gestimmt –, dass die Zusammenarbeit mit den Vereinen intensiviert und das entwickelte Konzept im nächsten Jahr umgesetzt werden kann, damit im BK2 der Sport ebenfalls fester Bestandteil des Schulalltags wird. Ob und in welchem Maße dieses Konzept umgesetzt werden kann, muss noch mit den zuständigen Stellen besprochen und geklärt werden. Uli Richard Liebler ist davon überzeugt, dass der Sportunterricht für junge Menschen an beruflichen Schulen wichtig ist.
Bewegung ist elementar wichtig für Gesundheit, Fitness und lebenslange Beschäftigungs- und Leistungsfähigkeit. Gerade jungen Menschen müssen wir die Bedeutung von Sport vermitteln, den Zusammenhang zwischen körperlicher Aktivität und Wohlbefinden aufzeigen und sie zum lebenslangen Sporttreiben motivieren. Die Schülerinnen und Schüler erleben mit und durch Sport neue Lebenswelten, machen wichtige Erfahrungen und erwerben neue Kompetenzen. Wir müssen es daher schaffen, den Sport (wieder) zuverlässig in die schulische Ausbildung zu integrieren und zu einem wichtigen Bestandteil des täglichen Lebens zu machen. Wenn das in einer Win-Win-Situation gelingt, von der alle Beteiligten profitieren, umso besser.

Quelle der Zitate:
Philipp Neumayr:
Schüler, Schule und Vereine: alle profitieren
in: Rhein-Neckar Zeitung 15. Dezember 2016, Nr. 29

ANMERKUNG DER REDAKTION:

Priorität Nummer 1 muss an den Schulen immer ein Sportunterricht haben, der von dafür speziell ausgebildeten Sportlehrkräften durchgeführt wird. Dazu gehört neben dem erfolgreichen Studium der Sportwissenschaften an einer Universität eine bestandene pädagogische Ausbildung an einem staatlichen Seminar im Rahmen des Referendariats für den Schuldienst. Nicht umsonst dauert eine solche Ausbildung insgesamt mindestens 6 Jahre und endet damit nicht (Fortbildungsmaßnahmen, Qualitätsmanagement an den Schulen, Berufserfahrung über die Jahre und weitere Überprüfungen schließen sich an)!
Diese besondere erforderliche Qualifikation für den Sportunterricht an den Schulen kann ein Übungsleiter eines Vereins - auch mit Trainerschein - i.d.R. nicht vorweisen und damit auch nicht dauerhaft einen Sportlehrer ersetzen. Somit ist der Einsatz von Vereinstrainern nur übergangsweise akzeptabel und - wie in dem Beitrag geschildert - in solchen Klassen an beruflichen Schulen, in denen Sportunterricht nicht verpflichtend vorgesehen ist, weshalb vom Dienstherrn nicht die notwendigen Sport-Deputatsstunden zur Verfügung gestellt werden.

Der Schlingentrainer in der Schule

Matthias Frenk, Berufliche Schulen Bretten

Seit geraumer Zeit wird der Markt von neuen Fitnessgeräten regelrecht überschwemmt. Als Sportlehrkraft hinterfragt man das ein oder andere Gerät nach seiner potentiellen Einsatzmöglichkeit im Sportunterricht. Wichtige Parameter sind hier - neben der Intensitätsgewährleistung und dem praktischen (schnellen) Aufbau in der Halle - Differenzierungsmöglichkeiten sowie eine flexible Anwendung in besonders heterogenen Schulklassen.
Nach einer ausführlichen Analyse sowie einer Pilotphase im Schwimm- und Volleyballkurs in der Jahrgangsstufe 1 der Beruflichen Schulen Bretten bin ich zu dem Entschluss gekommen, dass der Slingtrainer all diese genannten Parameter für den Sportunterricht in der Schule erfüllt. Er erweist sich somit - auch dank des günstigen Anschaffungspreises (ab 10 Euro) - als geeignetes Sportgerät, um den Schülerinnen und Schülern (SuS) das Thema „Fitness" auf einem neuen Weg näher zu bringen.
Der Slingtrainer kann sowohl zur Kräftigung als auch ergänzend zur Stabilisierung eingesetzt werden. Er verbessert die Grundkörperspannung und kann Dysbalancen bzw. Fehlhaltungen vorbeugen.
All dies macht Marcel Doll in seinem Werk „Das ultimative Schlingentraining - effizient funktionell trainieren" deutlich, indem er das Rudern an der Maschine (1.) sowie das Rudern mit der Langhantel (2.) dem Rudern mit dem Schlingentrainer (3.) gegenüberstellt (Doll, 2016, S. 17 ff.).

1. **Rudern an der Maschine**
   „Ein Gewicht wird mit eng geführten Armen in Richtung Brust gezogen. An der Maschine sitzt man aufrecht, der Rumpf bzw. der Oberkörper ist durch das Polster fixiert, die Arme führen das Gewicht horizontal zur Brust."

2. **Rudern mit der Langhantel**
   „Im Stand wird die Langhantel nah am Oberkörper entlang und in Richtung Bauchnabel gezogen. Der Oberkörper ist dabei nach vorn geneigt, der Rücken sollte gestreckt, die Schultern fixiert bleiben."

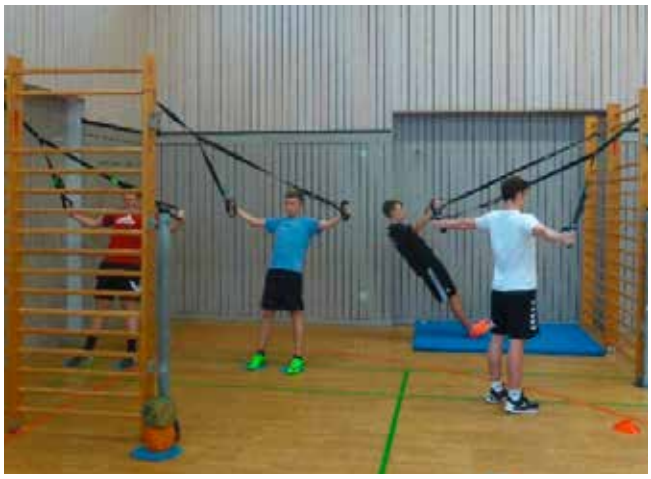
3. **Rudern mit dem Schlingentrainer**
   „Beim Schlingentraining ist der ganze Körper in einer Linie nach hinten geneigt, da man mit den Händen die Griffe fassen und sich hochziehen muss. Allein die drei unterschiedlichen Körperhaltungen verdeutlichen, dass die Kraftverteilung bei der Ausführung jeweils eine andere ist. (…)"

   Der Kraftfluss sei beim Schlingentrainer vergleichbar mit dem freien Rudern. Zusätzlich erschwere jedoch die Instabilität der Schlingen die Muskelarbeit, um den Körper zu stabilisieren. (…)"

Der Schlingentrainer ist also dem Training an der Maschine vorzuziehen, da die Haltekraft, das propriozeptive Krafttraining sowie der neuromuskuläre Apparat noch besser trainiert werden können. Für Hypertrophietraining ist der Schlingentrainer nur bedingt geeignet.

Ideen zur Einbettung in den Sportunterricht

Im Folgenden werden einige Ideen vorgestellt, wie man den Slingtrainer im Sportunterricht einsetzen kann.
Das Slingtraining wurde, wie oben erwähnt, begleitend zur Sportart Volleyball durchgeführt.
Nach einer gemeinsamen Aufwärmphase, welche aus Warmlaufen mit Lauf-ABC sowie einer volleyballspezifischen Kräftigungsübung bestand, wurden fünf Vierergruppen eingeteilt. Ein Team trainierte an den in der Ecke der Halle befestigten Schlingen, die restlichen Viererteams befanden sich auf dem Volleyballspielfeld. Nach jeweils 5 Minuten rotierten die Mannschaften im Uhrzeigersinn weiter. So kamen die Schüler alle 20 Minuten an die Slingtraining-Station. Bei einer 70- bis 75-minütigen Bewegungszeit konnten somit drei Durchgänge durchgeführt werden.
Da diese Stunde die Einführungsstunde des Slingtrainings darstellte, wurde im Volleyball eine Spielform gewählt, die von der Lehrkraft weder viel Aufmerksamkeit noch Erklärungsbedarf erforderte, um an der Schlingenstation beraten und unterstützen zu können.
In zukünftigen Stunden könnte man die Slingübungen mithilfe von Stationskärtchen beschreiben und die SuS eigenständig trainieren lassen. Dabei muss allerdings verstärkt auf Fehlhaltungen wie beispielsweise Hohlkreuzstellung, Umkehrpunkt sowie Kontrolle des Schwungs geachtet werden. Natürlich ist das Slingtraining auch ideal in ein Circuit-Training integrierbar.



Im Folgenden soll nun genauer auf die jeweiligen Übungen der Beispielstunde eingegangen werden.

Butterfly reverse T-Position
Ausführung: Der Trainierende steht leicht nach hinten gebeugt mit gestreckten Armen zur Sling. Nun führt er die Arme gestreckt zur Seite. Beim Ablassen in die Ausgangsposition ist auf den „Umkehrpunkt" zu achten. Dabei soll ohne Schwung gearbeitet werden

.
Differenzierungsmöglichkeiten:
- je näher die Füße an der Sling stehen, desto intensiver die Übung
- einbeinig
- mit flexiblem Untergrund

Liegestütze „klassisch"
Ausführung: Der Trainierende ist mit den Füßen bäuchlings in der Sling eingehakt und stützt sich mit den Händen am Boden. Nun beugt er die Arme, so dass sich die Brust dem Boden nähert. Besonders wichtig bei der Übung mit dem Slingtrainer ist, dass kein Hohlkreuz entsteht.

Differenzierungsmöglichkeit:
- je weiter sich der S im Bild nach links positioniert, desto anspruchsvoller wird die Durchführung
- bei leistungsschwächeren SuS: Position halten bzw. leicht nach vorne und hinten bewegen

Liegestütze mit Bauchmuskelanteil
Ausführung: Liegestütz durchführen, dann Knie zur Brust ziehen

Differenzierungsmöglichkeit:
- Knie seitlich zum Ellbogen ziehen (siehe Bild)

Rudern mit enger Schlingenführung
Ausführung: Die Arme werden eng zur Brust gezogen und wieder abgelassen (Vorsicht Umkehrpunkt).

Differenzierungsmöglichkeit:
- Füße näher an die Sling bringen (intensiver)
- einarmig
- „Aufdrehen": nach Ablassen löst eine Hand den Griff und bewegt sich Richtung Boden (der Oberkörper „dreht auf")

Rudern einbeinig
Ausführung: siehe oben

Differenzierungsmöglichkeit:
- einbeinig auf instabilem Untergrund (kleine blaue Matte/ Softballwürfel)

Kniebeuge
Ausführung: Der Vorderfuß steht möglichst weit vorne. Nun wird eine einbeinige Kniebeuge durchgeführt.

Differenzierungsmöglichkeit:
- instabiler Untergrund
- Sprung nach Streckung des Beins einbauen

In jedem Fall sollte nach dieser Einheit ein Cooldown folgen. Hier empfiehlt sich die Dehnung der Schulterrückseite sowie des oberen Rückens, des seitlichen Rumpfs, der Hüfte, des Gesäßes und des Quadrizeps.

WEITERE ÜBUNGEN

Zur Ergänzung werden im Folgenden weitere Übungen, welche ebenfalls in den Sportunterricht eingebaut werden können, stichwortartig beschrieben. Genauere Ausführungen und Beschreibungen findet man in der angegebenen Literatur.

Rücken: Rudern
Variationen:
- Schrittstellung/ Ellbogen im 45 Grad Winkel/ Körper im 90 Grad Winkel/ einbeinig/ einarmig
- Kombinationen aus obigem/ einarmig mit Rotation/ vertikales Rudern/ Klimmzug im „Schneidersitz"

Schulter: Butterfly reverse
Variationen:
- T- Position/ Y-Position/ I- Position/ X-Position/ L-Position/ W- Position/ A-Position
- Schwimmer/ Gesäß- und Rückenstrecker/ enge Schulteraußenrotation/ Schulterrotation im 90 Grad-Winkel/ enge Schulterrotation/ Zurückziehen der Schulterblätter/ Vorschieben der Schulterblätter

Arme: Bizeps-Curl
Variationen:
- Bizeps-Curl proniert/ Bizeps-Curl über Kreuz/ einarmiger Bizeps-Curl
- Trizepspresse im Stand/ auf Knien/ Dips

Brust: Liegestütz im Stand
Variationen:
- einbeinig/ mit breiten Beinen/ einarmig/ ein Arm am Boden/ Füße in der Schlinge
- LS mit Crunch/ LS mit seitlichem Crunch/ Brustpresse/ einbeinig/ Fly

Rumpf: Unterarmstütz
Variationen:
- Füße in der Schlinge/ „vor und zurück bewegen" Gewichtsverlagerung
- einbeinig/ einbeinig und einarmig/ Crunch mit Füßen in der Schlinge/ Gewichtsverlagerung
- Crunch im Stütz/ seitlich/ Mountainclimber/ umgekehrtes V in der Schlinge/ Pendel in der Schlinge
- Seitstütz/ Beine anziehen/ einbeinig/ Hüfte beugen/ Unterarmstütz

Beine: Kniebeuge
Variationen:
- mit über Kopf gestreckten Armen/ Froschkniebeuge/ einbeinige Kniebeuge/ einbeinige Kniebeuge mit seitlich abgespreiztem Bein/ mit Sprung/ mit Sprung in den Ausfallschritt
- seitlicher Ausfallschritt mit Gewichtsverlagerung/ Ausfallschritt mit Fuß in der Schlinge/ mit Sprung
- Beinbeuger in der Schlinge/ Bergsteiger in der Schlinge in Rückenlage
- Abduktion in der Schlinge im Stütz/ einbeinig
- Spagat in der Schlinge
- Sprintposition in der Schlinge
- Wadenheben

Die unten angegebene Literatur ist für das Schlingentraining sehr zu empfehlen, da sie neben dem Basiswissen zur Trainingswissenschaft zahlreiche weitere Übungen beschreibt.

Alles nochmal in Kürze als Checkliste für den Unterricht

Checkliste „Schlingentrainer

Installation
- Installation an Ringen, Reck, Barren, Kletterwänden
- Karabinersystem um Stangen befestigen
- Schlingen je nach Länge einstellen
- loslegen

Einstiege
- Bauch-, Seit- oder Rückenlage

Intensitätssteuerung
- Arm-/ Beinwinkel verändern
- Untergrund verändern

Trainingswissenschaft
- Kraftausdauer
- Hypertrohietraining (eingeschränkt)
- als Teil des High intensive Training

Einbettung in den Unterricht
- optimal als Stationen (ja nach Anzahl der Slings) im Circuit-Training
- als Krafteinheit im Riegenunterricht
- rotierende Mannschaften

Welche Muskeln/ Regionen konkret trainiert werden
- kurz gesagt alle

Zusätzliche positive Effekte
- Als zusätzlicher Effekt können destabilisierende Elemente (Mat-ten/ Wackelbretter etc.) mit eingebaut werden
- Ganzkörperstabilisation
- Förderung der inter- und intramuskulären Koordination

ACHTUNG
- Umkehrpunkt beachten
- Schwung begrenzen
- Hohlkreuzproblematik

Literatur: Marcel Doll, Das ultimative SCHLINGENTRAINING – Effizient funktionell trainieren, riva- Verlag, 2016

Ausdauerprojekt: Halbmarathon mit Schülern des Neigungsfaches Sport

Patrick Krätz, Gymnasium Neureut

Ausgangslage
Sportlich talentierte und bewegungsfreudige Schüler im Kurs, so etwas ist in einem Neigungsfach Sport doch eher die Regel denn die Ausnahme – aber einen Halbmarathon laufen, das ist schon eine andere Hausnummer. Viele Schüler betreiben Vereinssport in ihren Sportarten, trainieren meist 2 x in der Woche und haben ihre Wettkämpfe oder Punktespiele am Wochenende. Sicherlich kann also von einer gewissen Positivauslese, auch was den Fitnesslevel angeht, ausgegangen werden.

Motivation
Um das längere Laufen schmackhaft zu machen, wurde das Projekt in größereZusammenhänge - Stationen bis zum Ziel - eingebettet. Neben dem thematisch begleitenden Theorieunterricht (Energiebereitstellung/Ausdauertraining) begann der Kurs im Frühjahr im Rahmen der Unterrichtseinheit Leichtathletik (auch in Vorbereitung auf den Cooper Test) mit dem Ausdauertraining. Ein Fokus wurde auf die Herzfrequenzbereiche in verschiedenen Belastungsstufen gelegt. Der Großteil der Schüler hat sich für die Anschaffung einer Pulsuhr entschieden, so war die Auswertung der Daten auf dem PC oder Smartphone leicht durchzuführen und motivierte die Schüler sehr, sowohl im Praxis-, aber auch im Theorieunterricht. Die Aufbereitung der Daten kann sowohl für die Begleitung des Theorieunterrichtes als auch für die Trainingspraxis als äußerst motivierend und lohnend herausgestellt werden. In dieser Phase bot sich auch die Erstellung der Trainingspläne im Rahmen des Theorieunterrichts an. Ein Abgleich eigens erstellter Trainingspläne mit Vorlagen aus der Literatur ergänzte die Planungen. Die Bildung von Laufgruppen – teils nach Herkunftsort der Schüler – ist ein weiterer stabilisierender Faktor, welcher ein kontinuierliches Training besser sicherstellen kann. Weiterhin gibt es im Vorfeld des Badenmarathons diverse organisierte Vorbereitungsläufe durch verschiedene ortsansässige Laufvereine, an denen eine Teilnahme teils sogar kostenfrei möglich ist.

Stationen auf dem Weg
Teilnahme an der Badischen Meile: Anfang Mai wurde ein erster Wettkampf bestritten: Die Badische Meile. Die Teilnahme am 8,88 Kilometer langen Traditionslauf in Karlsruhe war für einen Großteil des Kurses die erste Berührung mit einem Laufwettkampf. Eigene (Erfolgs-) Erlebnisse sind unverzichtbar, allein der Zieleinlauf im Carl-Kaufmann-Stadion mit anschließender Verpflegung entschädigte doch für die Mühen des Trainings.

School goes Biomotion: Beim Besuch des Sportinstitutes am KIT konnte der Kurs die leistungsdiagnostischen Messverfahren im Ausdauerbereich bei einem Stufentest hautnah miterleben. Ein Schüler durfte sich ausbelasten, andere halfen beim Protokollieren der jeweiligen Herzfrequenz und des Laktatspiegels. Dieser Besuch wurde von einem Filmteam begleitet, welches die Reihe „School goes Biomotion" für Interessierte vorstellen soll. Der hier entstandene ca. dreiminütige Trailer findet sich unter: https://www.spardawelt.de/news/detail/school-goes-biomotion.html.

Die Interpretation der gewonnen Daten gemeinsam mit den Sportwissenschaftlern vor Ort, sowie die weitere Trainingsplanung mit den Experten hat ebenfalls mitgeholfen, den Kurs weiterhin mit hoher Motivation bei diesem Projekt zu halten.

Maultaschenessen am Vortag: Früher als Pasta-Party bekannt, besuchte der Kurs am Vortag des Laufes das Messegelände der DM-Arena in Rheinstetten. Neben der Abholung der Startunterlagen war für den Kurs ein Rundgang durch die Leichtathletikmesse interessant. Viele Angebote und News rund ums Laufen standen hier im Vordergrund. Beim gemeinsamen Maultaschenessen wurden noch die letzten organisatorischen Details bezüglich der An- und Abreise, sowie der angestrebten Zielzeiten am folgenden Wettkampftag besprochen. Die vom Veranstalter installierten Läufer mit deutlich erkennbaren Luftballons mit aufgeschriebener Zielzeit geben einen guten Anhaltspunkt auf der Strecke. In der Teilnahmegebühr ist die Netzfahrkarte der KVV für das Wochenende des Laufes enthalten. Sehr empfehlenswert ist, mit den Schülern am Vortag die Örtlichkeiten zu erkunden sowie die Startunterlagen abzuholen und zu besprechen.

Halbmarathon: Mit dem Startschuss um 9:00 Uhr ging es dann mit vielen 1000 anderen Läufern auf die Strecke. Angefeuert durch Eltern, Freunde und Kollegen wurde der Halbmarathon durch Karlsruhe absolviert. Um viele Eindrücke, Erfahrungen, Freud und Leid reicher, erreichten alle glücklich und stolz den roten Teppich beim Zieleinlauf in die DM-Arena. Mit Trinken und Essen bestens versorgt, tauschte der Kurs die vielfältigen Erlebnisse im Runners Heaven aus. Die Schüler waren froh, die Strecke bezwungen zu haben und waren - zu Recht - stolz auf ihre Leistungen.

Fazit

Die Teilnahme an einem solch großen Laufevent muss man einfach (wenigstens einmal) selbst erleben, um mitreden zu können und zu ermessen, wie gewaltig die äußeren aber auch inneren Impressionen entlang des Halbmarathons sind. Mit doch einigen Neigungsfächern habe ich dieses Projekt in ähnlicher Form schon durchgeführt und bei wirklich jedem(!) Halbmarathon seither treffe ich ehemalige Schülerinnen und Schüler, die nun in Ausbildung oder Studium diesen Lauf erneut privat und gänzlich aus eigenem Antrieb angehen. Sie sind rückblickend froh und dankbar, diese Erfahrung im Rahmen des Neigungsfaches Sport gemacht zu haben.

Schülerstimmen

Dominik:

„Für mich war dieser Halbmarathon ein „geiles" Event. Hier konnte ich sogar meine Bestzeit auf 21 km um 6 Minuten steigern und somit habe ich vor, auch nächstes Jahr wieder mitzumachen. Im Rückblick bin ich dankbar für die Zuschauer, die einen motiviert haben, die anderen Läufer, die einen mitgezogen haben und sportlich fair waren, und ganz besonders Herrn Krätz, ohne den ich dieses Ereignis nicht erlebt hätte."

Lara:

„Mein Erlebnis beim Zieleinlauf: Unter Zieleinlauf versteht man wohl eher den Einlauf in die DM-Arena mit den bunten Lichtern, zurufenden Leuten und die auf dich wartende Medaille. Doch mein Zieleinlauf begann schon ab Kilometer 17. Ab diesem Zeitpunkt wusste ich, ich habe es geschafft, die 4 km bekomme ich auch noch hin. Ich konnte meine Vorfreude, die sich als breites Grinsen auf meinem Gesicht zeigte, kaum verstecken. Auf dem Messegelände angekommen, füllten sich die Seiten mit motivierenden Zurufen und Applaus. Dazu bahnte sich auch schon der Teppich an, der in die Halle führt. Die vielen Leute und die laute Musik lösten bei mir eine Gänsehaut aus, die sich in Sekunden über meinen Körper ausbreitete. Die letzten Meter bis zum Ziel waren sehr emotional. Mit der Medaille in der Hand überströmtem mich Gefühle von Erleichterung, Erschöpfung, Glück und Stolz. Da ist mir auch die eine oder andere Freudenträne über die Wange gerollt. Insgesamt war mein erster Halbmarathon ein unvergessliches Erlebnis, was vor allem den vielen Emotionen die man vor, während und vor allem nach dem Marathon empfindet, zu verdanken hat."

Comenius-Schule erfolgreich bei ihren ersten Teilnahmen an den Special Olympics Winter- und Sommerspielen

Petra Schwarz, Sportbeauftragte Comenius-Schule Schwetzingen

Beeindruckender hätte der erstmalige Start bei den Special Olympics für die Schüler und Schülerinnen der Comenius-Schule nicht sein können. Mit insgesamt 26 Medaillen in 4 Disziplinen konnten die Schülerinnen und Schüler sowie Lehrerinnen und Lehrer der Comenius-Schule mehr als zufrieden sein.
Die Special Olympics wurden im Jahr 1968 von Eunice Kennedy-Shriver, einer Schwester von US-Präsident John F. Kennedy, ins Leben gerufen. Mittlerweile sind in der Organisation nahezu 5 Millionen Athleten in 170 Ländern vertreten. Somit ist sie die weltweit größte, vom Internationalen Olympischen Komitee (IOC) offiziell anerkannte Sportbewegung für Menschen mit geistiger und mehrfacher Behinderung. Zur Special Olympics-Abteilung Deutschland gehören heute mehr als 40.000 Athleten, die in 14 Landesverbänden organisiert sind.
Die erste Teilnahme unserer Schule bei den Special Olympics Landesspielen bestand aus einer kleinen Gruppe von 6 Athleten bei den Winterspielen in Todtnauberg im Jahr 2016. Dort schaffte die Schülerin Paula Röckl im 1. Anlauf den Sprung auf das Podium. Mit Paulas dritten Platz im Riesenslalom machte die Comenius Schule nicht nur auf sich aufmerksam, sondern sie war somit auch für die Landesspiele in Villingen qualifiziert. Die weiteren Athleten belegten in der wettbewerbsfreien Disziplin „Rodeln“ die Plätze 1 – 5.
Nach dem gelungenem Einstieg bei den Special Olympics Winterspielen sollte das Sammeln von Medaillen bei den Landessommerspielen 2017 in Offenburg weitergehen. Zuvor mussten jedoch beim schulinternen Sportfest die Athleten in den Leichtathletik-Disziplinen gesichtet und von einem Sportlehrerteam der Schule ausgewählt werden. Die jeweiligen Athleten erhielten neben der Chance auf die Teilnahme bei den Special Olympics Sommerspielen auch das goldene Sportabzeichen für Menschen mit geistiger Behinderung vom Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB). Bei der Übergabe der Sportabzeichen durch den Sportbeauftragten des DOSB, Herrn Herz, wurden sie auch als schulbeste Läufer, Werfer und Weitspringer ausgezeichnet. Des Weiteren wurden noch ein Schwimmer und zwei Judokas ausgewählt. Die drei Athleten trainieren parallel in ihren Vereinen und in der Schule.
Die zweite Teilnahme unserer Schule bei den Special Olympics erfolgte schließlich mit einer Delegation von 12 Athleten, die mit großer Neugierde und Kribbeln im Bauch nach Offenburg anreiste. Nach einer stimmungsvollen Eröffnungsfeier, inklusive olympischem Feuer und olympischer Flagge, waren alle für die Wettkämpfe der nächsten Tage bereit. Die Athleten wurden in Leistungsgruppen eingeteilt, welches ein faires Messen mit Gleichstarken ermöglichte. Bei den Wettkämpfen wuchsen die Comenius-Schüler über ihre eigenen Grenzen hinaus. Schon am ersten Tag holten sie Medaillen im Weitsprung (3 x Gold, 2x Silber, 1x Bronze). Tags darauf erkämpften sich die Athleten weitere unglaubliche fünfzehn Medaillen in der Leichtathletik (4 x Gold, 8 x Silber und 2 x Bronze) und machten sich somit auf dem Sportplatz einen Namen. Nicht weniger erfolgreich waren die Judokas und der Schwimmer mit jeweils zwei Medaillen (Gold, Silber und zwei Mal Bronze). Besonders hervorzuheben ist die Leistung des Schülers Sascha Müller, der in seiner Altersgruppe die zweitschnellste Zeit mit 13,91 Sekunden des gesamten Wettkampfs im

100m-Lauf erzielte.
Alle Schülerinnen und Schüler konnten sich dank ihrer herausragenden Leistungen für die nationalen Spiele 2018 in Kiel qualifizieren. Des Weiteren hat sich die Unified Fußball-Mannschaft (Kooperation Karl-Friedrich-Schimper-Gemeinschaftsschule Schwetzingen und Comenius-Schule) über sehr gute Platzierungen bei ähnlichen Wettkämpfen ebenfalls für die Sommerspiele qualifiziert. Insgesamt werden sich 36 Athleten aus Schwetzingen auf die Reise in den Norden machen.
Jetzt heißt es für alle kontinuierlich weiter zu trainieren und falls Sascha Müller seine Zeit im 100m-Lauf bestätigen kann, hat er sogar eine Chance auf die Qualifizierung zu den Weltspielen 2019 in Abu Dhabi.

Sportabzeichentag: Eine Chance für das Sportabzeichen

Helmut Brake/ Philipp Rist, Otto-Hahn-Gymnasium Nagold

Das Sportabzeichen ist wohl aus dem deutschen Breitensport nicht weg zu denken. Viele Vereine haben Abteilungen, in denen sich die Mitglieder, aber vermehrt auch Nichtmitglieder auf das Sportabzeichen vorbereiten können. Dennoch findet das Sportabzeichen in der Schule eine recht geringe Resonanz. Es hat eben ein „Geschmäckle" des Altbackenen und ist sicherlich nicht cool, da es ja auch nichts mit den Trendsportarten zu tun hat. Nichtsdestotrotz haben wir am Otto-Hahn-Gymnasium Nagold versucht, mit den 7. Klassen einen Sportabzeichentag durchzuführen. Das Sportabzeichen hat durch den **Sportabzeichenwettbewerb für Schulen** der Sportbünde eine gewisse Aufwertung erhalten und im Rahmen dieses Wettbewerbs erhalten die Schüler sowohl das Abzeichen als auch die Urkunde kostenfrei. Das ist ein großer Vorteil, weil eigentlich pro Abzeichen und Urkunde 1,25€ zu bezahlen wäre.

Im Folgenden möchten wir unsere Erfahrungen in der Vorbereitung, Durchführung und Auswertung schildern, damit vielleicht dadurch noch mehr Schulen motiviert werden, einen solchen Sportabzeichentag durchzuführen.

Vorbereitung:
Zuerst muss sich die Sportfachschaft sicherlich überlegen, für welche Altersgruppe man diese Veranstaltung durchführen möchte. Da bei uns an der Schule für die Klassen 5 und 6 die Bundesjugendspiele angeboten werden, war klar, dass es wohl die Klassen 7 sein werden. Traditionell hatten wir für diese Klassenstufe ein Schwimmfest durchgeführt, dieses war aber durch die Einschränkungen im Freibad immer unattraktiver geworden.

Um das Sportabzeichen zu erhalten, müssen aus den Bereichen Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination für je eine Disziplin die unten aufgeführten Anforderungen erfüllt werden (Abbildungen 1 und 2). Dazu kommt noch ein verpflichtender Schwimmnachweis, wenn man nicht im Bereich Ausdauer oder Schnelligkeit schon Schwimmen gewählt hat.

Ist die Altersgruppe festgelegt, gilt es, aus dieser Vielzahl von Möglichkeiten ein realistisches Wahlangebot an Disziplinen für die Schülerinnen und Schüler herauszufiltern. Dabei sind die Sportstätten vor Ort und die örtlichen Begebenheiten maßgebend.

Am OHG-Nagold haben wir uns für die Schwimm- und die Leichtathletikdisziplinen entschieden und haben das Gerätturnen gestrichen, um nicht an 3 verschiedenen Sportstätten arbeiten zu müssen.

Bei der Wahl der Disziplinen, die drei Wochen vor dem Sporttag erfolgte, ist noch zu beachten, dass beim Sportabzeichen das **Geburtsjahr** ausschlaggebend ist. So waren alle Schülerinnen und Schüler die im Jahr 2004 geboren wurden, beim Sporttag 2017 dreizehn Jahre alt. Unabhängig davon, ob sie schon Geburtstag hatten oder nicht. Deshalb wurde der Geburtsjahrgang bei der Disziplinwahl abgefragt, um die Arbeit für die Erstellung der Disziplinauswahl zu vereinfachen.

KINDER UND JUGEND – WEIBLICH ♀

	ALTER	6-7			8-9			10-11			12-13			14-15			16-17		
	Übung	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold
AUSDAUER	800 m Lauf (in Min.)	5:40	5:00	4:15	5:35	4:50	4:10	5:20	4:40	4:00	5:10	4:25	3:45	5:00	4:20	3:35	4:50	4:05	3:25
	Dauer-/Geländelauf (in Min.)	8:00	12:00	17:00	10:00	15:00	20:00	15:00	20:00	30:00	20:00	30:00	40:00	30:00	40:00	50:00	45:00	60:00	75:00
	Schwimmen (in Min.)	200 m									400 m								
		09:00	07:40	06:20	08:00	07:00	05:55	07:20	06:25	05:30	14:50	12:55	11:00	13:05	11:40	10:00	11:50	10:30	09:05
	Radfahren (in Min.)				5 km			10 km											
					27:00	24:00	21:00	50:30	43:00	35:30	45:00	39:30	33:30	38:00	32:30	28:30	32:30	28:30	25:00
KRAFT	Schlagball (80 g) (in m)	Schlagball									Wurfball								
	Wurfball (200 g) (in m)	6,00	9,00	13,00	9,00	12,00	15,00	11,00	15,00	18,00	16,00	19,00	23,00	20,00	24,00	27,00	24,00	27,00	32,00
	Kugelstoßen (3 kg, in m)										3 kg								
											4,75	5,25	5,75	5,50	6,00	6,50	5,75	6,25	6,75
	Standweitsprung (in m)	1,05	1,25	1,40	1,15	1,30	1,50	1,30	1,45	1,65	1,40	1,60	1,80	1,55	1,70	1,90	1,65	1,80	2,00
	Gerätturnen	Boden			Boden			Barren			Reck			Boden			Reck		
SCHNELLIGKEIT	Laufen (in Sek.)	30 m						50 m						100 m					
		8,0	7,1	6,3	7,4	6,6	5,7	11,0	10,1	9,1	10,6	9,6	8,5	18,6	17,0	15,5	17,6	16,3	15,0
	25 m Schwimmen (in Sek.)	46,5	37,5	29,5	42,0	34,0	28,0	39,0	31,5	25,5	35,0	29,0	23,5	33,0	27,5	21,5	30,5	25,5	20,0
	200 m Radfahren (fl. Start, in Sek.)	–			41,0	36,0	31,0	37,0	32,0	27,0	31,0	27,0	23,5	27,0	24,5	21,5	25,0	22,5	20,0
	Gerätturnen	Sprung			Boden			Sprung			Sprung			Sprung			Sprung		
KOORDINATION	Hochsprung (in m)							0,80	0,90	1,00	0,90	1,00	1,10	0,95	1,05	1,15	1,05	1,15	1,25
	Weitsprung (in m)	Zonenweitsprung						Weitsprung											
	Zonenweitsprung (in Punkten)	18	21	24	24	27	30	2,30	2,60	2,90	2,80	3,10	3,40	3,20	3,50	3,80	3,40	3,70	4,00
	Drehwurf (in Punkten)	Drehwurf									Schleuderball								
	Schleuderball (1 kg, in m)	12	15	21	18	21	27	27	30	36	17,00	19,50	22,00	19,50	22,50	25,50	22,00	25,00	28,00
	Seilspringen	Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppschritt						Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung			Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung			Kreuzdurchschlag ohne Zwischensprung					
		10	15	25	10	15	25	20	30	40	10	15	25	10	15	20	10	15	20
	Gerätturnen	Schwebebalken			Reck			Ringe			Boden			Boden			Boden		

Abbildung 1: Übersicht über die Disziplinen und Anforderungen (weiblich)

KINDER UND JUGEND – MÄNNLICH

♂	ALTER	6-7			8-9			10-11			12-13			14-15			16-17		
	Urkunde	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold
AUSDAUER	800 m Lauf (in Min.)	5:40	5:00	4:15	5:25	4:40	3:55	5:05	4:20	3:35	4:45	4:00	3:15	4:20	3:40	2:50	3:50	3:05	2:25
	Dauer-/Geländelauf (in Min.)	10:00	15:00	20:00	12:00	17:00	23:00	17:00	25:00	35:00	25:00	35:00	45:00	35:00	45:00	60:00	55:00	70:00	90:00
	Schwimmen (in Min.)	200 m									400 m								
		09:00	07:20	06:10	08:00	06:45	05:40	07:00	06:20	05:10	13:30	11:30	09:45	12:00	10:15	08:50	11:00	09:40	08:20
	Radfahren (in Min.)				5 km			10 km											
					26:30	23:30	20:30	48:30	41:00	33:30	43:00	37:00	31:30	32:00	28:00	24:00	27:00	23:30	20:30
KRAFT	Schlagball (80 g) (in m)	Schlagball									Wurfball								
	Wurfball (200 g) (in m)	12,00	15,00	17,00	17,00	20,00	23,00	21,00	25,00	28,00	26,00	30,00	33,00	30,00	34,00	37,00	32,00	36,00	40,00
	Kugelstoßen (3 kg, in m)										3 kg			4 kg			5 kg		
											6,25	6,75	7,25	7,00	7,50	8,00	7,50	8,00	8,50
	Standweitsprung (in m)	1,15	1,35	1,50	1,30	1,50	1,65	1,50	1,70	1,85	1,70	1,90	2,05	1,90	2,05	2,25	2,05	2,20	2,40
	Geräteturnen	Boden			Boden			Barren			Reck			Boden			Reck		
SCHNELLIGKEIT	Laufen (in Sek.)	30 m						50 m						100 m					
		7,7	6,8	6,0	7,2	6,4	5,7	10,3	9,3	8,4	9,7	8,9	8,1	17,0	15,4	14,1	16,3	14,8	13,5
	25 m Schwimmen (in Sek.)	46,0	38,5	31,0	41,0	33,0	26,0	36,0	29,0	22,5	33,0	27,0	21,0	31,0	25,5	20,0	29,5	24,5	19,0
	200 m Radfahren (fl. Start, in Sek.)	–			38,0	33,0	28,0	35,0	30,5	26,0	29,5	26,0	22,5	24,0	21,5	19,0	22,0	19,5	17,0
	Geräteturnen	Sprung			Boden			Sprung			Sprung			Sprung			Sprung		
KOORDINATION	Hochsprung (in m)							0,85	0,95	1,05	0,95	1,05	1,15	1,10	1,20	1,30	1,20	1,30	1,40
	Weitsprung (in m)	Zonenweitsprung						Weitsprung											
	Zonenweitsprung (in Punkten)	18	21	24	27	30	33	2,60	2,90	3,20	3,20	3,50	3,80	3,80	4,10	4,40	4,30	4,60	4,90
	Drehwurf (in Punkten)	Drehwurf									Schlauderball								
	Schleuderball (1 kg, in m)	15	18	24	21	27	33	33	39	45	19,50	24,00	27,50	23,50	28,00	32,00	27,50	32,00	36,50
	Seilspringen	Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppschritt						Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung			Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung			Kreuzdurchschlag ohne Zwischensprung					
		10	15	25	10	15	25	20	30	40	10	15	25	10	15	20	10	15	20
	Geräteturnen	Schwebebalken			Reck			Ringe			Boden			Boden			Boden		

Abbildung 2: Übersicht über die Disziplinen und Anforderungen (männlich)

Die Abbildung 3 zeigt den Wahlbogen einer Klasse mit der Übersicht der gewählten Disziplinen

Um die Organisation zu erleichtern, haben wir uns entschlossen, die Klassen als Riegen laufen zu lassen und die Klassenlehrer gebeten, als Riegenführer zu fungieren. Dadurch war sichergestellt, dass sich die Schülerinnen und Schüler kennen und dass auch der Riegenführer/ die Riegenführerin alle kennt.
Danach musste für jede Riege/ Klasse ein Wettkampfordner mit je einer Teilnehmer-/ Ergebnisliste der von den Schülerinnen und Schülern gewählten Disziplinen erstellt werden. Diese Unterlagen kamen zusammen mit einem groben Ablauf- und Zeitplan in eine Riegenmappe, die der Klassenlehrer/ die Klassenlehrerin mit sich führte.

Dazu einige Tipps der Redaktion zu möglichen Disziplinen außerhalb der Leichtathletik:

- Sollen an diesem Tag auch die Schwimmdisziplinen bzw. der Schwimmnachweis angeboten werden, dann sollten Stadion und Schwimmbad nah beieinander liegen.
- Soll das Radfahren zur Erfüllung der Ausdauerleistung herangezogen werden, dann sollte eine ca. 1 Km lange Strecke außerhalb des öffentlichen Verkehrs abgesperrt und auch überprüft werden können (unbedingt die Genehmigung durch die Stadt/ die Gemeinde einholen). Außerdem müssen vor dem Start die Fahrräder überprüft werden. Helmpflicht ist dabei obligatorisch.
- Sehr interessant ist das Radfahren zur Erfüllung der Schnelligkeitsleistung. Dazu ist eine ca. 250 m lange, möglichst gerade und auf jeden Fall verkehrsfreie Straße erforderlich. Auch dabei müssen vor dem Start die Fahrräder überprüft und es muss auf die Einhaltung der Helmpflicht geachtet werden.
- Auch eine Station Seilspringen zur Erfüllung der Bedingungen im Bereich Koordination macht manchen Schülerinnen und Schüler sehr viel Freude und ist nicht schwierig aufzubauen.

Ablauf des Sportabzeichentages

Da wir an diesem Tag das Schwimmbad nur bis 10 Uhr reservieren konnten, mussten wir zwangsläufig die Schwimmdisziplinen gleich zu Beginn durchführen. Außerdem war klar, dass uns nur zwei Bahnen zur Verfügung stehen würden. Im Vorfeld wurde deshalb von den Sportkolleginnen und Sportkollegen versucht, den Schwimmnachweis oder das Ausdauerschwimmen (400m) im Unterricht durchzuführen. Allerdings gelang das nicht mit allen Klassen.
Deshalb wurde bei der Einteilung der Riegen für das Schwimmen darauf geachtet, dass die Klassen, bei denen der Schwimmnachweis oder das Ausdauerschwimmen (400m) im Unterricht durchgeführt werden konnte, also nur die Schnelligkeitsprüfung (25m) zu absolvieren war, zuerst an den Start gingen. Diese Klassen konnten danach gleich im Stadion mit der Leichtathletik weitermachen.
Ansonsten sollte man berücksichtigen, dass zuerst die 25m, also die Schnelligkeit, abgeprüft wird und erst nach einer gewissen Pause der Schwimmnachweis oder die 400m.
Nachdem im Stadion eine Disziplin beendet war, brachte der Riegenführer die Ergebnisliste ins Wettkampfbüro. Die Wettkampflisten der Schwimmdisziplinen wurden erst nach Beendigung der Schwimmdisziplinen gesammelt im Wettkampfbüro abgegeben.

Sportabzeichen 2017			Ausdauer		Kraft			Schnelligkeit		Koordination		
Klasse 7a Disziplinen			800m	400m SW	Wurfball 200g	Kugelstoßen	Standweitsprung	25m SW	50/100m Sprint	Hoch	Weit	Schwimmnachweis
Namen	Vorname	Jahr										
		29.03.04										
		03.03.04	x		x			x			x	
		21.06.04		x	x			x			x	
		28.06.04		x			x	x			x	
		26.09.03	x		x				x		x	x
		25.02.04		x			x	x			x	
		29.10.04	x		x			x			x	
		28.11.03	x		x				x		x	x
		07.03.03	x		x			x			x	
		07.02.04	x				x	x			x	
		22.04.04		x	x			x			x	
		30.12.03		x	x				x		x	
		26.12.03	x				x	x			x	
		11.12.03		x	x			x			x	
		02.03.04		x			x		x		x	
		25.01.04		x		x		x			x	
		03.08.04		x			x	x			x	
		10.06.04		x			x	x			x	
		15.11.03										
		29.12.03		x	x			x			x	
		24.07.04	x				x	x			x	
		14.11.03	x		x			x			x	
		31.01.04	x				x	x			x	
		29.08.03	x		x			x			x	
		26.01.04	x		x				x		x	x
		20.01.04	x		x			x			x	
		19.09.04		x			x		x		x	

Abbildung 3

Auswertung:
Zur Auswertung gibt es von den Sportbünden in Baden-Württemberg ein Sportabzeichenprogramm (SpAz). Dieses Programm hat den Vorteil, dass alle Ergebnisse des Tages direkt an die Sportbünde weitergeleitet werden können und man dadurch innerhalb weniger Tage sowohl die Sportabzeichen als auch die Urkunden kostenlos zugeschickt bekommt.

Die Sportlehrkräfte müssen also die Urkunden nicht selbst ausfüllen. Das ist eine riesengroße Erleichterung, da ja solche Sporttage doch meist am Ende des Schuljahres stattfinden, wo ohnehin sehr viel zu tun ist. Voraussetzung hierfür ist lediglich ein Internetzugang, um die Daten in das Programm auf der jeweiligen Homepage des Sportbundes eingeben zu können.
Ein kleiner Nachteil besteht darin, dass man auch nach Anmeldung und Registrierung bei SpAz die Rohdaten der Schüler (Name, Alter, Geschlecht) nicht selbst gesammelt als Exceldatei hochladen kann. Hier zeigte sich aber der WLSB sehr hilfreich. Nach Zusendung der Exceldatei mit den notwendigen Daten der Schülerinnen und Schüler (Name, Vorname, Geburtstag, Geschlecht, Schule, Klasse), waren die Daten innerhalb weniger Tage hochgeladen.

Bei der Eingabe der Daten mussten wir außerdem feststellen, dass die Daten immer nur personengebunden eingegeben werden können. Für das Eintragen der Daten während des Sportabzeichens wäre es sinnvoller, man könnten die Daten gesammelt pro Klasse und Disziplin eingeben. So mussten wir beispielsweise zur Eingabe der Schwimmzeiten einer ganzen Klasse immer zuerst den Schüler auswählen, bestätigen, die Schwimmdisziplin auswählen, die Zeit eintragen und wieder bestätigen. Dann das gleiche beim nächsten Schüler und so weiter. Das kostete leider viel Zeit, die durch eine Software-Änderung möglicherweise gespart bliebe.

Aber die Sportbünde arbeiten an einer Lösung, die hoffentlich 2018 bereits zur Verfügung stehen wird.

Übersicht über die Vergabe des Sportabzeichens in Gold, Silber und Bronze:
Die Auswertung gestaltet sich recht einfach. Der Schwimmnachweis ist obligatorisch und wird nicht einberechnet. Für eine erfüllte Leistung in einem der vier Bereiche gibt es folgende Punkte:

- Leistung erfüllt in der Bedingung Bronze = 1 Punkt
- Leistung erfüllt in der Bedingung Silber = 2 Punkte
- Leistung erfüllt in der Bedingung Gold = 3 Punkte

Die Punktzahlen der vier Bereiche werden addiert und nach der Abbildung 4 ergibt sich dann das entsprechende Sportabzeichen aus der Punktesumme.

Bronze = 4-7 Punkte **Silber = 8-10 Punkte** **Gold = 11-12 Punkte**	**Beispiel:** **Schnelligkeit: 2** **Kraft: 1** **Ausdauer 3** **Koordination: 3** **Summe: 9 = Silber**

Resümee:
Alles in allem war der Sportabzeichentag eine gelungene Veranstaltung. Insgesamt haben von 128 Schülerinnen und Schüler der Klasse 7 ca. 100 mitgemacht und von diesen haben 26 das Abzeichen in Gold, 25 das Abzeichen in Silber und 11 das Abzeichen in Bronze errungen. Spontan wurde noch ein Klassenvergleich eingeführt, als wir die Ergebnislisten des Sportbundes bekommen hatten.

Wir haben diesen Sportabzeichentag zum ersten Mal durchgeführt und natürlich werden wir beim nächsten Mal einige Dinge ändern. Wichtig erscheint uns, dass wir den Schülerinnen und Schülern frühzeitig mitteilen, dass sie das Sportabzeichen in Gold, Silber oder Bronze kostenlos bekommen können und dass es auch einen Wettbewerb zwischen den Klassen geben wird. Dadurch hoffen wir, dass die doch recht hohe Zahl der nicht teilnehmenden Schüler etwas reduziert wird.

Unterrichtsbeispiele für den Schulsport, Jahrgang 2017

Ute Kern, Ressort Unterrichtsbeispiele im DSLV Baden-Württemberg

Im 20. Jahrgang bringt der DSLV Baden-Württemberg die Reihe „Unterrichtsbeispiele für den Schulsport" heraus. Hier wird interessierten Kolleginnen und Kollegen erprobter und mit entsprechender Modifizierung leicht umsetzbarer Unterricht zugänglich gemacht.
Erscheinungsdatum: März 2018

Thomas Bach
Tableteinsatz bei der Einführung des Spiels Ultimate Frisbee
Unterrichtsversuch in einer 6. Klasse

Moritz Bader
Einführung in das Skateboardfahren
Unterrichtsversuch in einer 6. Klasse

Miriam Binder
Der Einsatz von You-Tube-Videos beim Fitnesstraining in einer 10. Mädchenklasse

Nicole Budde
Förderung der Selbständigkeit im Sport durch Übernahme der Aufwärmarbeit
Unterrichtsversuch in der Eingangsklasse eines Technischen Gymnasiums und der Berufsfachschule

Eva Duppré
Poi – Wir tanzen mit den fliegenden Kugeln
Unterrichtsversuch in einer 7. Mädchenklasse

Lisa Roth
Schulung der Grundlagenausdauer unter mehrperspektivischem Aspekt
Unterrichtsversuch in einer 7. Mädchenklasse

Franziska Rüf
Mit- und gegeneinander kämpfen
Unterrichtsversuch in einer 6. Klasse

Sabine Storz
Einführung in den Rollkunstlauf
Unterrichtsversuch in einer 6. Mädchenklasse

Charlotte Stroebel
Kämpfen in einer 7. Mädchenklasse
Unterrichtsversuch zur Förderung der Personal- und Sozialkompetenz

Caner Yilmaz
Verbesserung der Spielfähigkeit im Fußball durch Erarbeitung des DFB-Schulfußball-Abzeichens
Unterrichtsversuch in der Eingangsklasse eines Wirtschafts-Gymnasiums

Nazli Yilmaz
Orientalisch Tanzen
Unterrichtsversuch in einer 10. Mädchenklasse

Sebastian Zink
Selbständige Erarbeitung eines Playbooks zum Flag-Football
Unterrichtsversuch in der Kursstufe des Gymnasiums

Die Unterrichtsbeispiele erscheinen als kompletter Jahrgang auf einer CD Rom.
Kosten: CD Rom: 5 € (einschl. Porto und Material) Anfrage/Bestellung an: Ute Kern (ute.kern@ukmail.de)

Fußballer des Ludwig-Frank-Gymnasiums schaffen die Sensation und gewinnen den DFB-Schulcup 2017

Pierre Banek, Ludwig-Frank-Gymnasium Mannheim

Für zehn Schüler der Klassen 6 und 7 des Ludwig-Frank-Gymnasiums Mannheim und deren Lehrer und Betreuer Pierre Banek ging es am 17.09.2017 zum Bundesfinale nach Bad Blankenburg. An diesem Turnier nahmen alle Mannschaften teil, die in ihrem Bundesland die Qualifikationsturniere von Jugend trainiert für Olympia in der Wettkampfklasse IV gewonnen hatten – also 16 Landessieger.

Durch zwei Siege und trotz einer unglücklichen Niederlage gegen die „Gesamtschule Berger Feld Gelsenkirchen", den Vertreter aus Nordrhein-Westfalen, qualifizierte sich das LFG als zweitplatzierte Mannschaft für die Finalrunde. In dieser trafen die LFGler dann im Viertelfinale auf die „Mittelschule Unterhaching" aus Bayern und konnten sich mit einem 1:0 für das Halbfinale qualifizieren.

Gegner im Halbfinale war das „Gymnasium Links der Weser" aus Bremen. Auch dieses mit neun (!) Spielern des SV Werder Bremen gespickte Team des kleinsten Bundeslandes besiegten die „Mannheimer Jungs" mit 3:2.

Der Finalgegner war –und diese Geschichten schreibt nur der Sport– der einzige Gegner, gegen den die Mannheimer Jungs in den ganzen Spielen vom Kreisentscheid bis zum Bundesfinale verloren hatte, die bereits oben erwähnte „Gesamtschule Berger Feld" aus Gelsenkirchen.

Im Finale waren alle fokussiert und fest entschlossen, jetzt auch noch dieses Spiel zu gewinnen und sich für die Niederlage in der Gruppenphase zu revanchieren. Durch einen Sieg im Technikparcours ging das LFG mit einer 1:0 Führung in die Partie. Lange hielten die Mannheimer gegen den besten Angriff des Turniers die „0", doch die Schüler aus Gelsenkirchen glichen in der 17. Minute durch einen Strafstoß aus. Nach einer sensationellen Leistung aller zehn jungen Mannheimer Spieler ging es in die Verlängerung und nach weiteren fünf Minuten ins Entscheidungsschießen.

Eine überragende Torwartleistung von Janik Senger, die auch in der regionalen Presse und im DFB-Fernsehkanal ausgiebig gewürdigt wurde, brachte schlussendlich den Sieg. Janik hielt zwei Strafstöße, während alle vier eigenen Strafstöße verwandelt werden konnten. Damit gewann die Mannschaft des Ludwig-Frank-Gymnasiums Mannheim den DFB-Schul-Cup 2017 und wurde als bisher einziges baden-württembergisches Team Bundessieger.

Am Abend wurden dann die Mannschaften bei der sehr kurzweiligen Abschlussveranstaltung für ihren grandiosen Sieg entsprechend gewürdigt und geehrt.

Alexander Stadler - vielleicht schon bald im Tor bei der Hallenhockey-Europameisterschaft der Herren?

Das Interview führte Ilona Werner, Leistungssportkoordinatorin am Ludwig-Frank-Gymnasium Mannheim

Der Hockeytorhüter Alexander Stadler stand noch in der vergangenen Feldsaison bei der A-Jugend des TSV Mannheim Hockey zwischen den Pfosten. Inzwischen spielt er für seinen Heimatverein als Nummer Eins im Tor in der 1. Herren-Bundesliga und eine baldige Nominierung für die Hallen-Europameisterschaft der Herren erscheint realistisch.
Seine bisher größten Erfolge waren der U18-Europameistertitel 2016 im irischen Cork und der Gewinn der Bronzemedaille bei der U21-Europameisterschaft 2017 in Valencia. Der 18-Jährige strebt zunächst sein Abitur am Mannheimer Ludwig-Frank-Gymnasium an und danach irgendwann eine Teilnahme an Olympischen Spielen. Im Eliteschulverbund Ludwig-Frank-Gymnasium/IGMH wurde er zur Wahl zum Eliteschüler des Sports vorgeschlagen.

Alexander Stadler mit Schülern im Klassenzimmer (Foto: Deutsche Sporthilfe)

Wie bist du zu der Sportart Hockey gekommen und wer hat dein Torhütertalent entdeckt?
Durch die Grundschulfreunde meines Bruders bin ich beim Hockey gelandet. Meine Mutter hatte uns einmal mit ins Training geschickt, weil wir das soziale Umfeld dort bereits kannten. Mein Torhütertalent wurde davor schon von meinem Bruder gefördert. Ich hatte immer mit ihm und seinen Freunden mitkicken dürfen. Weil ich der Jüngste war, musste ich immer ins Tor gehen. Als dann im Hockey ein Torhüter gesucht wurde, hatte ich mich aufgrund meiner Vorerfahrungen gleich bereit erklärt.

Welche Trainingsinhalte musst du als Torhüter trainieren?
Als Torwart trainiere ich wöchentlich dreimal mit dem Bundesliga-Team. Zusätzlich habe ich noch ein bis zwei torwartspezifische Technikeinheiten mit meinem Torwarttrainer Eike Voß, der mich oft durch schnelle Schüsse aus einem Lacrosse-Netz trainiert. Dreimal pro Woche absolviere ich vormittags Schnellkraft- und Krafttraining. Vor den Spielwochenenden kommen dann noch Regenerationsläufe oder Fahrradfahren und Beweglichkeitstraining dazu. Manchmal stehen auch noch Physiotherapietermine an.

Stimmt es, dass du dich auch als Torwarttrainer engagierst?
Ja, bei mir im Verein trainiere ich noch ehrenamtlich und selbstständig die Knaben A und die männliche Jugend B. An die Jungs gebe ich gerne meine Erfahrung und die Tipps weiter, die ich selbst von meinen Trainern erhalten habe.

Früher hast du in deiner Freizeit noch Gitarre gespielt. Was wurde aus diesem Hobby?
(lacht) Aus dem wurde leider nichts, weil das dann nach ein, zwei Jahren zeitlich nicht mehr so zum Sport gepasst hat. Die beiden Gitarren von mir und meinem Bruder sind jetzt Eigentum der Schule.

Das Deutsche U18-Team wurde 2016 Hockey-Europameister und Experten meinen, dass du einen sehr großen Anteil an diesem Erfolg hattest. Schon ein Jahr danach warst du bei der U21-Europameisterschaft in Valencia im Tor. Wann hattest du von deiner Nominierung erfahren?
Die Nominierung zur U21-EM hatte sich die ganze Saison über entwickelt. Zuerst wurde ich mit vier anderen Torhütern zum Zentrallehrgang eingeladen, dann wurde im Jahresverlauf aussortiert. Die verbleibenden drei Torhüter bestritten dann U21-Länderspiele zur Vorbereitung. Zwei Lehrgänge vor der Europameisterschaft hatte sich der Trainer Valentin Altenburg für mich als Nummer Eins entschieden. Somit wusste ich, dass ich die erste Hälfte meiner Sommerferien auf Lehrgängen und in Valencia verbringen würde.

Der Gewinn der Bronzemedaille bei der U21-EM war dann besonders kurios. Wieso?
Unsere spanischen Gegner hatten sich am Vorabend eine Infektion zugezogen. Die Gesundheitsbehörde untersagte ihnen, das Spiel um Platz drei anzutreten. Wir selbst hatten davon erst erfahren, als wir bereits beim Warmup waren. Trotz Medaille waren wir zunächst sehr traurig über diesen Beschluss. Wir hätten nach der 1:2-Niederlage im Halbfinale gegen die Niederlande gerne nochmal gegen die

Gastgeber gespielt. Auch die Spanier wären gerne nochmal vor heimischem Publikum angetreten.

Wie verliefen deine restlichen Sommerferien?
Unmittelbar nach der EM konnte ich noch fünf Tage mit meiner Familie auf Sylt verbringen, ehe in der letzten Ferienwoche die Bundesliga-Vorbereitung mit dem TSV Mannheim Hockey anlief. Am letzten Ferienwochenende war dann bereits das erste Bundesliga-Spiel der Saison.

Wie sieht dein Tagesablauf aus?
Ich bin froh, dass ich inzwischen den Führerschein habe und nicht mehr auf den Zug angewiesen bin. Jetzt beginnt mein Tag um sechs Uhr morgens. Nach einem kleinen Frühstück fahre ich dann meist 45 Minuten lang zu meiner ersten Trainingseinheit. Danach geht es in den Unterricht. Nachmittags bin ich kurz zu Hause, da bleibt dann eine Stunde Zeit zum Entspannen oder Essen. Nach den Hausaufgaben geht es gegen 18 Uhr los ins zweite Training. Gegen zehn oder halb elf komme ich nach Hause und dann ist mein Tag eigentlich auch vorbei. Freitags nach der Schule habe ich, wenn wir keine Auswärtsfahrten haben, komplett frei, muss mir jedoch noch etwas Zeit für mein Regenerationstraining nehmen, was dann aber etwas entspannter ist.

Wie viele Bundesliga-Spieltage hast du im Jahresverlauf und wie weit musst du dafür anreisen?
In der Feldsaison haben wir 22 Spieltage, in der Halle dann nochmals bis zu 12 weitere Paarungen. Einer der stärksten Gegner ist der Mannheimer HC, direkt auf der anderen Neckarseite, ein anderer starker Gegner stammt aus Köln, wo man gute drei Stunden anreisen muss. Zu unseren drei Gegnern aus Hamburg fahren wir sechs Stunden mit dem Zug. Bei einem Doppelspielwochenende dort reisen wir schon freitags an und sind sonntags um Mitternacht wieder zu Hause. Nürnberg und München sind dann eher näher gelegene Gegner.

Die Vorrunde der Feldhockey-Bundesliga ist abgeschlossen. Bis zu Beginn der Bundesliga-Hallensaison pausiert der Wochenend-Spielbetrieb der Bundesliga. Wie hast du deine beiden letzten Wochenenden verbracht?
Man denkt zwar, man hat mehr Zeit. Aber wir hatten nur acht hockeyfreie Tage nach der Feldsaison und dann ging direkt die Hallenvorbereitung los. Konkret waren an den letzten beiden Wochenenden Vorbereitungsturniere, wo wir jeweils fünf Testspiele hatten. Mit Besprechungen, Fahrt und Spielen war dann jeweils das komplette Wochenende für Hockey geblockt. Am nächsten Wochenende sieht es dann genauso aus.

Wann findest du als Kursstufenschüler noch Zeit zum Lernen?
Ich finde, abhängig vom Trainingsplan, mittags nach der Schule ein wenig Zeit zum Lernen. Die Zeit, in der ich am meisten und intensivsten lerne, sind die Förderstunden, die ich hier an der Eliteschule des Sports erhalte. Entweder werde ich von meinen Förderlehrern individuell unterstützt oder in kleinen Gruppen gemeinsam mit anderen Leistungssportlern, die ebenfalls viel Training haben. Das ist entweder zusätzlich nach der Schule oder als Nachholunterricht zu anderen Zeiten. Hier kann ich mich besser konzentrieren als im Klassenverband, gerade wenn ich sehr müde bin vom Training. So kann ich für alle Maßnahmen in meinem Sport freigestellt werden und die Klausuren zu passenden Terminen schreiben.

Was könnte deiner Meinung nach bei der Feinabstimmung Leistungssport und Schule noch verbessert werden?
Klare Angaben, wie die Nominierungschancen für eine wichtige Meisterschaft stehen, wären bestimmt eine Hilfe für die Sportler. Ich weiß ja erst kurz vor den Weihnachtsferien, ob ich direkt danach zur Europameisterschaft freigestellt werden muss oder ganz normal meine Klausuren mitschreiben kann. Aus schulischer Sicht ist das schwer zu sagen, was verbessert werden könnte. Ich komme ja von einer ganz normalen Schule hier auf die Eliteschule des Sports. Da hat sich für mich eigentlich alles nur verbessert. Ähnlich wie auf dem Internat in England, an dem ich für ein Jahr war, ist für mich hier alles gut geplant. Ich werde zu meinem Training, das ich aufwenden muss, freigestellt und erhalte Förderstunden, wo es nötig ist. Ich wüsste jetzt momentan nicht, was verbessert werden könnte.

Foto: Deutscher Hockeybund

Was wäre anders, wenn du deinen Leistungssport nicht hättest?
Einiges. Ich wäre nicht so oft unterwegs, hätte nicht so viel Training, würde mich auch nicht so viel bewegen, wäre ausgeruhter und hätte wahrscheinlich auch mehr Zeit zum Lernen und könnte vor allem auch strukturierter lernen. Mir würde aber auch einiges fehlen, vor allem mein soziales Umfeld und die vielen Eindrücke auf Reisen.

Wenn man deine unterschiedlichen Trainer und deine Eltern nach deinen Stärken im Tor fragt, sind sich alle einig. Was glaubst du haben alle übereinstimmend als deine stärksten Kompetenzen genannt?
Ich glaube, eine große Stärke ist mein Selbstvertrauen, vor allem auch unter dem hohen mentalen Druck in schwierigen Spielsituationen. Meine besten Spiele in wichtigen Turnieren waren oft die K.-o.-Spiele. Vielleicht auch meine Reife und dass ich mich unabhängig von meinem Alter in jedes Team eingliedern kann. Ein bisschen auch meine Verrücktheit, die man –wie ich mir schon oft habe sagen lassen- als Torhüter einfach braucht. Vor allem hatte ich das Glück, dass mich mein Umfeld schon immer bei meinem Sport unterstützt hat, so dass ich mein Talent im Sport auch gut umsetzen konnte.

Und wo siehst du selbst deine größten Schwächen?
Eine meiner Schwächen ist, dass ich fast zu ehrgeizig im Sport bin. Und ich muss es einfach noch hinbekommen, über eine komplette Saison eine bessere Konstanz zu zeigen.

Ist das auch auf die Schule übertragbar?
Ja, indirekt. Auch in der Schule gibt es Hochs und Tiefs. Gerade durch die gesamte Belastung und wenn ich sehr müde bin, dann fehlt mir manchmal auch die Motivation zum Lernen.

U18-EM in Cork: Finale vs. Niederlande (Foto: Gerry O`Sullivan – gpfoto)

Dein momentaner Bundesliga-Trainer ist auch gleichzeitig dein Ethik-Lehrer. Wie beurteilst du diese Doppelfunktion?
Ich finde die Situation sehr interessant. Ich habe Herrn Stemler in diesem Schuljahr das erste Mal als Lehrer. Klar, ich muss immer aufpassen, wie ich ihn wo nenne. Wir gehen damit aber beide gut um. Er ist für mich in der Schule ein ganz normaler Lehrer und auf dem Platz ein ganz normaler Trainer, den ich dort duze, wie das im Sport so üblich ist. Er war ja früher drei Jahre lang mein Jugendtrainer und auch bei meinen allerersten Bundesligaeinheiten noch Trainingskollege, da wusste ich noch nicht, dass er einmal mein Lehrer werden würde.

In knapp sieben Wochen steht die Hallen-Europameisterschaft der Herren in Antwerpen an. Vielleicht gelingt dir hier schon der Sprung ins Team der Herren, da auch einige der Jüngeren eingesetzt werden sollen. Ab wann rechnest du mit einer möglichen Nominierung?
Ich denke, dass zunächst noch die ersten Hallen-Bundesligaspiele aller Teams abgewartet werden und dann vor Weihnachten für Mitte Januar nominiert wird. Für uns Schüler und Studenten ist das natürlich doof mit der Klausuren-Planung, aber für den Teamsport ist es verständlich, da man ja erst die Leistungsentwicklung abwarten muss und kurz vor dem Turnier den besten Leistungsstand aller Spieler haben möchte. Außerdem beeinflussen ja auch eventuelle Verletzungen die Nominierung.

Welche konkreten sportlichen Ziele hast du für das kommende Jahr 2018 und welche mittelfristigen?
Mein Hauptziel für 2018 ist, weiterhin die Nummer Eins im Bundesliga-Tor in meinem Verein zu bleiben, meine Leistungen dort weiter zu festigen, Erfahrungen zu sammeln und eine gute Rückrunde zu spielen. In der U21 möchte ich gerne meine Leistungen von der EM bestätigen. Und ich werde auch versuchen, meine ersten A-Kader-Erfahrungen zu sammeln, das ist aber noch ein recht offen gestecktes Ziel, auf das ich offen zugehe, mir aber nicht zu viel erwarte. Klar, mein großes Ziel ist irgendwann Olympia. Tokyo als größtes Ziel kann ich ja schon mal erwähnen. Davor kommen noch ein paar Events: 2019 könnte man die Europa- und die Weltmeisterschaft mit dem A-Kader mitnehmen, wenn es gut läuft. Bis dahin kann ich aber immer noch U21 spielen und da wäre 2020 auch eine Weltmeisterschaft, die ich klar anvisiere, falls es für den A-Kader bis dahin dann doch nicht gereicht hat.

Hast du darüber hinaus auch schulische oder berufliche Ziele?
(lacht) Klar, natürlich auch. Das ist natürlich übernächstes Jahr mein Abitur und danach möchte ich eventuell in die Sportfördergruppe der Bundeswehr. Danach kämen zwei Studienrichtungen für mich in Frage: Sportmanagement oder BWL, aber klare Berufe habe ich mir noch nicht ausgesucht.

Was ist für dich einfacher zu erreichen: Olympische Spiele 2020 oder Abitur 2019?
Es wird beides sehr schwer werden, auf verschiedene Art und Weise. Momentan steht natürlich der Schulabschluss als kurzfristigeres Ziel im Vordergrund, das erfordert viel Disziplin. Für beides zählen meine derzeitigen Leistungen bereits mit. Die Nominierung für Tokyo kann ich theoretisch noch nach dem Abitur erreichen, dieses Ziel ist dann längerfristig und muss sich erst langsam aufbauen und entwickeln.

Ich bedanke mich für das informative Interview und wünsche dir weiterhin viel Erfolg beim Erreichen deiner schulischen und sportlichen Ziele.

Neue Regeln im Basketball

Frank Hoffmann, Johann-Philipp-Reis-Schule Weinheim

Die Beschlüsse zur Änderung verschiedener Basketball-Regeln seitens der FIBA vom Juli 2017 wurden vom Deutschen Basketball Bund mit Wirkung zum 01. Oktober 2017 vollständig übernommen. Zumindest die Änderungen hinsichtlich der Schrittfehler-Regelung (Art. 25.2) sind für den Schulsport von Bedeutung und werden deshalb im Folgenden näher erläutert:

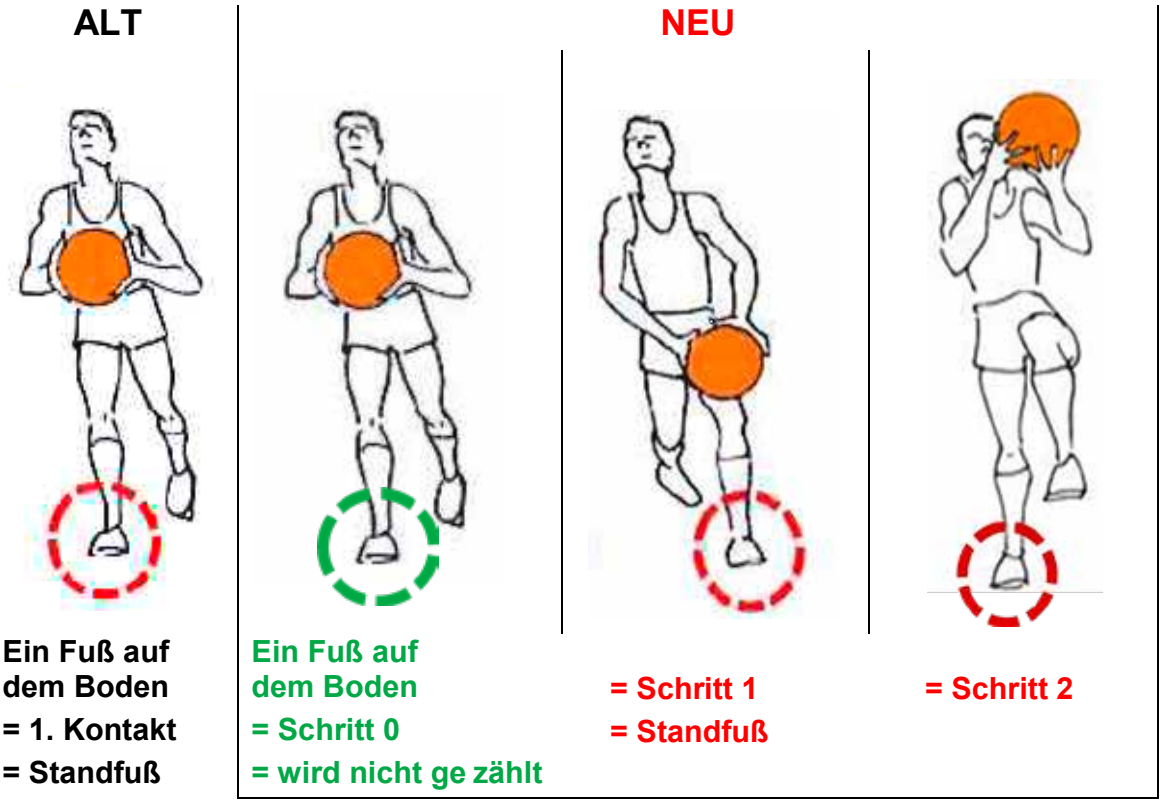
Neuerung: Erhält ein Spieler den Ball in der Bewegung oder beendet sein Dribbling und hat in beiden Fällen bei der Ballaufnahme einen Fuß auf dem Boden („Schritt 0“), ist (erst) der nächste Fuß, der den Boden berührt, der erste Schritt („Schritt 1“) und wird zum Standfuß. Somit hat er danach noch einen weiteren Schritt („Schritt 2“), um zum Stopp zu kommen oder zu werfen (s. Skizze) oder zu passen.

Einer der häufigen und typischen Schrittfehler nicht nur bei Anfängern ist nun regelkonform, da ein Spieler bei der Ballannahme im Lauf bei gleichzeitigem Bodenkontakt eines Fußes danach noch einen Schritt machen darf und erst dann ein Dribbling beginnen muss, bevor er zum 2. Schritt den Fuß aufsetzt. Diese Neuerung führt im Schulsport zu weniger Schrittfehlern und sorgt somit für ein flüssigeres Spiel.

Folgende **Aktionen** sind davon jedoch **nicht betroffen**:

- Festlegung des Standfußes nach Ballannahme im Stand
- Festlegung des Standfußes nach Ballannahme in der Luft (kein Fuß auf dem Boden)
- Sternschritt
- Beginn eines Dribblings aus dem Stand

Quelle: Schiedsrichterreferat DBB



Unfallprävention im Sport

Kostenlose Broschüren für verschiedene Sportarten

In Kooperation mit Partnerorganisationen hat der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) 2015 die „Stiftung Sicherheit im Sport“ gegründet. Sie möchte dazu beitragen, dass möglichst viele Menschen ein Leben lang sportlich aktiv sein können.
So soll durch Öffentlichkeitsarbeit die Zahl und Schwere von Sportunfällen, -verletzungen und -schäden reduziert werden. Dazu bietet die Stiftung für einige Sportarten kompakte Broschüren mit Empfehlungen zur Unfallverhütung zum Heruntergeladen oder Bestellen an. Zum Angebot gehören mehrere Ballsportarten, aber auch Mountainbiken, Inline-Skaten oder alpiner Skisport.
Über folgende Links können weiterführende Informationen und die Broschüren heruntergeladen werden:
https://www.sicherheitimsport.de/informationen-fuer-die-sportpraxis/sportartenspezifische-informationen/ (30.12.2017)
https://www.arag.de/versicherungen/vereine-verbaende/sport/unfallverhuetung/ (30.12.2017)

Kongress „Kinder bewegen“

Karlsruher Institut für Technologie (KIT) 21. bis 23. März 2019 Karlsruhe

Dieser Kongress ist bereits seit 2004 fester Bestandteil am Institut für Sport und Sportwissenschaft auf dem Campus des KIT und findet nach 2017 wieder im März 2019 statt.

Neuer Fachberater Sport (Gymnasien)

Jens Brabec

Zur Person:

- 1996 Abitur am Hausenstein-Gymnasium Durmersheim
- 1996-1997 Grundwehrdienst
- 1997-2003 Sport- und Germanistikstudium an der Universität Karlsruhe
- 2003-2005 Referendariat am Walahfrid-Strabo-Gymnasium Rheinstetten und am Kepler-Gymnasium Pforzheim
- seit 2005 Lehrtätigkeit am Windeck-Gymnasium Bühl

Sportliche Qualifikationen	Schulbezogene Tätigkeiten
➢ Inhaber Trainer-B-Lizenz Handball ➢ Inhaber Trainer-C-Lizenz Tennis ➢ Übungsleiter DSLV ➢ bis 2012 aktiv als Spieler und Trainer in der Sportart Handball ➢ heute aktiver Tennisspieler und Skifahrer	➢ Mentor, Betreuer und Berater von Referendaren und Praktikanten ➢ Konzeption, Organisation und Durchführung von Landheimen, Studienfahrten, Sporttagen, schulischen Turnieren und Projekten mit sportspezifischem Schwerpunkt am Windeck-Gymnasium ➢ Organisation von Turnieren und Betreuung von Mannschaften bei JtfO Handball ➢ Leitung eines Ballsport-Projekts und einer Handball-AG im Rahmen einer Schule-Verein-Kooperation

Zielvorstellung in der neuen Tätigkeit:

Die Qualitätssicherung und die kontinuierliche Verbesserung des Sportunterrichts als gemeinsames Anliegen der Kolleginnen und Kollegen betrachte ich als zentrale Motive meiner zukünftigen Tätigkeit, um unsere Schülerinnen und Schüler zu einem lebenslangen und gesundheitsorientierten Sporttreiben zu motivieren. Darüber hinaus möchte ich dazu beitragen, den Stellenwert des Faches Sport innerhalb der Schulen zu sichern bzw. auszubauen, damit unser Fach den Mittelpunkt der schulischen Bewegungs-, Spiel- und Sporterziehung bildet und somit einen wesentlichen Beitrag zur schulischen Qualitätsentwicklung leistet. Um die sozialen Werte und den gesellschaftlichen Nutzen des Sports auch außerschulisch zu etablieren, sind mir die Förderung bestehender und geplanter Sportprojekte und Kooperationen mit außerschulischen Partnern besonders wichtig. Des Weiteren zählen die Betreuung und Weiterführung der Bereiche „Erste Hilfe im Schulsport“ und „Verkehrserziehung“ zu meinem neuen Aufgabenfeld.

Aufsichtspflicht bei Skiausfahrten ins Ausland

Der Inhalt und die Maßstäbe für die Wahrnehmung der schulischen Aufsichtspflicht sind in BW nicht im Einzelnen geregelt. Sie bestimmen sich nach dem Alter und der Reife der zu beaufsichtigenden SuS ebenso wie nach den Gefahren in der konkreten Aufsichtssituation.
Abhängig von den örtlichen Gegebenheiten und den Voraussetzungen der Gruppe müssen konkrete Maßnahmen zur Aufsichtspflicht für die Skiausfahrt getroffen werden.
Freies Fahren in Kleingruppen (mindestens 3) auf überschaubaren Streckenabschnitten kann erlaubt werden, wenn sich eine Lehrkraft als Ansprechpartner im Streckenabschnitt aufhält.
Ein höheres Gefährdungspotential erfordert die Anpassung der Aufsichtspflicht an die Gegebenheiten, an das Gelände und an das Können der Gruppe.
Eine Information der Erziehungsberechtigten/Eltern über die konkreten Maßnahmen mit Einverständniserklärung sollte in jedem Fall erfolgen.
Bei Auslandsaufenthalten sind die dort geltenden Bestimmungen zu beachten. **Eine Anmeldung bei einer Skischule vor Ort muss unbedingt erfolgen**. (Informationsaustausch, Pistensperrungen, Skirennen, Regelungen und Angebote vor Ort,...)
Wenn es in anderen Ländern, auch Bundesländern, oder Skigebieten Zusatzregeln oder abweichende Vorschriften gibt, muss sich die Lehrkraft nach diesen Regelungen erkundigen und diese beachten.
Abweichende Regelungen können u.a. existieren bzgl.

- der Betreuung von Kleingruppen beim Skifahren,
- Pistenregeln (Vorfahrt, Geschwindigkeit) in vielbefahrenen Abschnitten,
- Ausrüstung,
- der Unterweisung der Gruppe zum Unfallschutz , FIS- und Umwelt-Regeln.

Weitere grundsätzliche Fragen für BW sind in der Broschüre „Hinweise zur Planung und Durchführung von Schneesportveranstaltungen für baden-württembergische Schulen“ geregelt (UKBW in Kooperation mit LIS und KM).
Viele Informationen findet man auch auf dem länderübergreifenden Portal
http://www.wintersportschule.de/planung-organisation/wintersporttage-fahrten.html
Das öffentliche Recht des jeweiligen Landes kann auch bei Ordnungswidrigkeiten auf der Piste zur Anwendung kommen und von der Pistenpolizei durchgesetzt werden (Verwarnung, Strafe, Bußgeld, Einzug des Skipasses...). (11/2017 Reip / Conrad KM)

Piercing, Ohrringe, lange Fingernägel im Sportunterricht

Generell ist das Tragen von Piercings, Ohrringen oder langen Fingernägeln so lange im Sportunterricht möglich, wie keine Gefährdung der Tragenden selbst bzw. der Mitschülerinnen besteht.
Die Entscheidung liegt dabei ausschließlich bei der Lehrkraft, die für die Sicherheit im Unterricht die Verantwortung trägt.

Wir empfehlen im Einzelnen folgende Maßnahmen:-

Die Eltern bzw. die Elternvertreter sind in geeigneter Weise (z. B. bei Klassenpflegschaftssitzungen) auf ihre Verpflichtung gemäß §85 Abs. 1 des Schulgesetzes i. V. §1 Abs. 1 Satz 2 der Schulbesuchsverordnung hinzuweisen, wonach sie dafür Sorge zu tragen haben, dass die Schüler am Unterricht regelmäßig teilnehmen und sich der Schulordnung fügen. Die vorsätzliche oder fahrlässige Verletzung der in §85 des Schulgesetzes enthaltenen Pflichten ist eine Ordnungswidrigkeit, die mit einer Geldbuße geahndet werden kann, §92 des Schulgesetzes (s. Holfelder/Bosse, Kommentar zum Schulgesetz, § 85 SchG Anmerkung 1).

- Die Schüler, die Piercings, Ohrringe oder lange Fingernägel tragen wollen, sind ebenfalls entsprechend zu belehren, wobei auch darauf hinzuweisen ist, dass sie nicht nur sich selbst, sondern eventuell auch ihre Mitschüler gefährden. Sie sind aufzufordern, ohne Piercings, Ohrringe oder lange Fingernägel zum Sportunterricht zu erscheinen. Falls sie sich weigern, kann die Schule geeignete Erziehungs- und Ordnungsmaßnahmen gem. §90 des Schulgesetzes ergreifen. Bei einzelnen Leistungsfeststellungen während des Sportunterrichts ist darüber hinaus jeweils die Einzelnote „ungenügend“ wegen Leistungsverweigerung zu erteilen.
- Wir empfehlen außerdem, die Schulordnung entsprechend zu ergänzen.

Praktische Hinweise:
Wenn Gefahren für sich selbst oder für die Mitschüler und Mitschülerinnen bestehen, dann müssen die Piercings, Ohrringe oder lange Fingernägel entweder abgenommen oder so mit geeignetem Klebeband (Tape) abgeklebt werden, dass weder der Schüler/die Schülerin selbst noch andere gefährdet werden.

Das Kultusministerium schreibt dazu:
Schülerinnen und Schüler tragen gelegentlich Piercings, Ohrringe oder lange Fingernägel, die im Unterricht nicht abgelegt und abgeklebt werden können. Sie können daher im Sportunterricht einige Übungen nicht durchführen, die mit einer Gefährdung ihrer eigenen Person, aber auch mit einer Gefährdung von Mitschülerinnen und Mitschülern verbunden sind.
Die Sportlehrkraft kann die dadurch nicht erbrachten Leistungen als Teilleistungsverweigerung mit der Note „ungenügend“ bewerten.
Die Schüler und Schülerinnen sollen darüber informiert werden, welche Konsequenzen sich daraus für die Bewertung sportlicher Leistungen ergeben. Sie können dann entscheiden, ob die gefährdenden Schmuckstücke entfernt werden oder entsprechende Nachteile bei der Bewertung in Kauf genommen werden sollen.
(Dr. Seifert KM)

Zufriedener dank Bewegung

Pisa-Studie untersucht Wohlbefinden von Schülerinnen und Schülern

27.04.2017. In der neuen Pisa-Studie zum Wohlbefinden der Schülerinnen und Schüler in den OECD-Staaten haben Bildungsforscherinnen und -forscher erstmals deren Zufriedenheit untersucht. Dafür wichtig seien insbesondere die Unterstützung durch die Lehrerinnen und Lehrer, die Zuwendung durch die Eltern, Aktivitäten mit Freundinnen und Freunden sowie Sport und Bewegung. Eine Erkenntnis der Studie: In Deutschland betätigen sich 97 Prozent der Schülerinnen und Schüler außerhalb der Schule körperlich (OECD-Schnitt 93 Prozent). Diejenigen, die sich mindestens an drei Tagen die Woche zumindest mäßig körperlich betätigen, sind zufriedener als solche Schülerinnen und Schüler, die nicht mäßig körperlich aktiv sind. Der dsj-Vorsitzende Jan Holze kommentiert: „Es ist zwar trivial, aber immer noch nicht allen bewusst: Sport und Bewegung sind nicht nur Freizeitvergnügen, sondern leisten einen wertvollen Beitrag zur emotionalen, sozialen und kognitiven Entwicklung junger Menschen."

Quelle: https://www.dsj.de/news/artikel/zufriedener-dank-bewegung-1/ (04.01.2018)

Laufen ohne Noten

Schüler des Neureuter Gymnasiums starten beim Halbmarathon

Von unserem Mitarbeiter Klaus Müller

Karlsruhe. Schüler zählen nicht gerade zu der Gruppe, die sehr zahlreich beim Baden-Marathon vertreten ist. Aber es gibt sie, zum Beispiel aus Ettlingen und aus Karlsruhe. In ihren knallgrünen Laufshirts werden sie auf jeden Fall auffallen: die Schüler des Neureuter Gymnasiums. Sie starten beim Fiducia & GAD Baden-Marathon Karlsruhe – und zwar auf der Halbmarathon-Strecke. Bis auf Lukas, der war schon im Vorjahr dabei, ist es für die anderen 21 Schüler eine Premiere. Spannend wird´s auf jeden Fall. Kaum einer der Gymnasiasten hatte bislang etwas mit Laufen – und dann noch über Strecken wie den Halbmarathon – am Hut. Und sie machen freiwillig mit, sagen sie.

Die Idee, beim Baden-Marathon mitzumischen, hatte Sportlehrer und Konrektor Patrick Krätz. Fast der gesamte Sportneigungskurs (früher Leistungskurs) folgte ihm. Nein, Noten gibt's dafür keine – vielleicht aber eine wohlwollende Beurteilung. Krätz, selbst ein begeisterter Läufer, hat mit solchen Aktionen Erfahrungen. Es sei nicht sein erster Sportneigungskurs, der am Baden-Marathon teilnehme. Geschnürt wird dabei ein Gesamtpaket, das nicht nur aus Laufen besteht. Es geht bei dem mehrmonatigen Sportdauerprojekt unter anderem um Ernährungslehre, um Trainingsmethoden – um Theorie und Praxis; Themenbereiche, die zum Sportunterricht an dem Gymnasium gehören. Auf dem Programm stand laut Krätz sogar eine Leistungsdiagnostik am Sportinstitut des KIT. Obendrein starteten die Nachwuchsläufer bei der Badischen Meile. Jetzt kommt mit dem Halbmarathon der Höhepunkt und gleichzeitige Abschluss des Projektes. Die Schüler schauen dem Sonntag recht gelassen entgegen. „Das ist mal was Neues", meint Remy. Genauso sieht es Fußballer Paul. „Und es ist eine Herausforderung", ergänzen Philip und Caroline. Nebenbei: Die Schüler, die zuvor mit ihrem Lehrer Trainingspläne entwarfen, trainierten zumeist in Eigenverantwortung. Zeit fürs gemeinsame Laufen blieb bei vier Stunden Sportunterricht nicht, zumal es sich ja noch um eine „freiwillige Leistung" handelt.

MAL WAS NEUES: Schüler des Gymnasiums in Karlsruhe-Neureut laufen am Sonntag den Halbmarathon. Foto: Müller

Dass Laufen gut tun kann, dass es die „Grundkondition" steigert, bekamen die Schüler schnell mit. Allerdings müsse man halt immer wieder den inneren Schweinehund überwinden. Ob sie beim Laufen bleiben? Abwarten, heißt es aus der Runde. Erst mal schauen, wie es am Sonntag läuft.

Quelle: Badische Neueste Nachrichten, 16.09.2017