

Durch Variation für alle etwas

Autor(en): **Rentsch, Bernhard**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Mobile : die Fachzeitschrift für Sport**

Band (Jahr): **3 (2001)**

Heft 2

PDF erstellt am: **22.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-991675>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Durch Variation für alle etwas

Muss Leistung immer an absoluten Massstäben gemessen werden? Oder können Leistungen – insbesondere im Unterricht – an individuelle Fähigkeiten angepasst werden? Barbara Bechter, J+S-Fachleiterin Kunst- und Geräteturnen, zeigt auf, wie einfach Leistungsanforderungen variiert und damit allen zugänglich gemacht werden können.

Bernhard Rentsch

«**L**eistung ist in den Sparten Kunstturnen und Geräteturnen eigentlich nie absolut – nicht einmal im Wettkampf, denn auch da können die Übungen zum grossen Teil individuell zusammengestellt und angepasst werden», so Barbara Bechter zu ihrer persönlichen Einschätzung von Leistung. «Und Leisten ist sowieso immer relativ: Bereits das Üben von neuen Elementen ist eine Leistung. Neben physischen werden da auch recht hohe kreative Anforderungen gestellt.»

Leistung als Freude an der Tätigkeit

Nicht alle Turnerinnen und Turner stellen an sich die gleichen Leistungs-

anforderungen. Die breit gefächerten Möglichkeiten an einzelnen Elementen, verbunden mit der taktischen Bereitschaft zu mehr oder weniger Risiko, erlauben, ja fordern, eine grosse Individualität. Barbara Bechter: «Es kommt dazu, dass die Leistungsbereitschaft generell sehr individuell und nicht immer messbar ist. Nehmen wir zum Beispiel die so genannten «Trainingsweltmeister»: Es handelt sich meist um pflichtbewusste und seriöse Trainingsteilnehmer. Aus irgendwelchen Gründen sind sie aber nicht in der Lage, ihr Können unter Wettkampfbedingungen zu beweisen. Ist deshalb ihre Leistung tatsächlich schlechter?» Für sie als Trainerin und Pädagogin steht entsprechend viel eher die Freude an

der Tätigkeit im Vordergrund. «Auch eine Leistung!»

Gefragt sind offene Bewegungsaufgaben

Gerade im Sportunterricht in Schulen ist es wichtig und für den Erfolg entscheidend, dass individuelle Leistungsanforderungen an die Schülerinnen und Schüler gestellt werden. Die Interessen und Fähigkeiten sind derart unterschiedlich, dass es nie möglich sein wird, ein gemeinsames Ziel zu erreichen. «Gefragt sind offene Bewegungsaufgaben. Werden von den Unterrichtenden nur wenige zielgerichtete Vorgaben gemacht, kommt die Fantasie der Kinder und Jugendlichen ganz besonders zum Tragen. Diese sollen von Anfang an bei der Gestaltung mit einbezogen werden. Von den Lehrenden sind so nur noch Impulse nötig, und schon gehts los!»

Barbara Bechter macht selber immer wieder gute Erfahrungen mit dieser Art des Unterrichtens. «Allerdings muss ich als Leiterin unter Umständen von Anfang an meine eigenen Ziele und Vorstellungen revidieren. Es geht nie um eine perfekte Endform, sondern um die Bewegungsform an sich. Das Niveau kann problemlos angepasst werden, und für alle Teilnehmenden sind garantiert sehr schnell Erfolgserlebnisse möglich.»

Bequemlichkeit und Fantasielosigkeit als Hürden

Trotz all dieser positiven Punkte ist es eine Tatsache, dass an vielen Schulen und auch in vielen Vereinen das Gerätetur-



Offene Bewegungsaufgabe beim Bodenturnen: «Alle machen einen Überschlag»

Beim Bodenturnen erreichen alle Schülerinnen und Schüler das Ziel «Überschlag», wenn ihnen die richtigen Hilfsmittel/Aufbauformen zur Verfügung gestellt werden. Alle kommen so zu einem Erfolgserlebnis.



Mögliche Hilfsmittel/Aufbauformen:

- Überschlag mit Hilfestellung von zwei Personen
- Überschlag mit einem Partner (Handstand über die Schultern)
- Überschlag mit leichtem Höhenunterschied zwischen dem Abstoss und der Landung
- Überschlag mit Hilfsmittel Minitrampolin
- Überschlag über ein Böckli

Die Schülerinnen und Schüler fassen die Reckstange auf Brusthöhe oder – als Variante für die Geübteren – hängen am Reck. Die offene Bewegungsaufgabe der Lehrperson lautet nur: «Die Füße gehen über die Stange.»

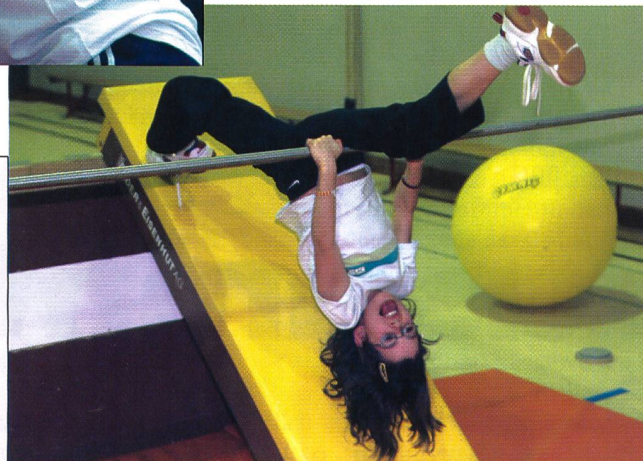
Mögliche Lösungen:

- Vorwärts über die Stange klettern
- Flanke über die Stange
- Felgaufschwung

Interessieren sich so die Schülerinnen und Schüler für den Felgaufschwung, kann mit verschiedenen Hilfsmitteln zu raschen Erfolgserlebnissen verholpen werden. Alle Teilnehmenden erreichen das Ziel.

Mögliche Hilfsmittel/Aufbauformen:

- Therapieball
- Schräge Ebene – mit einer Bank, einem Kastenelement oder mit Hilfe des Rückens eines Partners
- Felgaufschwung am Barren mit Hilfe des zweiten Holms



Fotos: Daniel Käsermann

Offene Bewegungsaufgabe am Reck: «Die Füße gehen über die Stange»

nen praktisch aus den Sportlektionen verschwunden ist. Warum? Barbara Bechter: «Das grösste Problem ist meist die eigene Unsicherheit bei Lehrern und Leitern. Dazu kommt eine gewisse Bequemlichkeit und Fantasielosigkeit. Viele verstecken sich bei ihrer Argumentation hinter dem Problem des grossen Materialaufwandes. Engagierte Unterrichtende beweisen aber immer

wieder, dass dies falsch ist – das Aufstellen und Wegräumen kann problemlos in den Lektionsaufbau integriert werden.»

Auch das Argument der hohen Unfallgefahr lässt Barbara Bechter nicht gelten: «Gefragt ist ein korrektes Helfen und Sichern. Viele Unterrichtende haben dabei auch viel zu wenig Vertrauen in die Schüler/-innen. Werden sie richtig instruiert, können sie sich prob-

lemlos selber sichern und helfen.» Selbst das Minitrampolin oder das Trampolin setzt die erfahrene Leiterin bereits bei kleinen Kindern ein: «Für erste Erfahrungen der Körperstabilisation und des Gleichgewichts sind diese Geräte sehr geeignet. Die Kinder haben sehr viel Spass damit und lernen, das Minitrampolin von Anfang an auch als Hilfsggerät einzusetzen.» **m**