

Step Aerobic als „Mädchenthema“ in Sek. I

Differenzierung als Chance eines koedukativen Unterrichts?!

Anne Jäger & Christina Lage

Der Beitrag befasst sich mit dem Problem des koedukativen Sportunterrichts in der Sekundarstufe I mit dem Ziel, pädagogisch sowie fachlich auf Jungen und Mädchen in gleichem Maße einzugehen. Ein Beispiel aus der Praxis in einer niedersächsischen Realschule zeigt, dass durch Differenzierung scheinbar schwierige Inhalte einfach vermittelt werden können und dies zu einer Entlastung der Unterrichtssituation sowohl für die Lehrkraft als auch für die betroffenen Schülerinnen führen kann.

Die Problemlage

Wird eine abgelaufene Sportstunde durch die Lehrkraft – meist aber auch durch die Mädchen – reflektiert, so fällt eine größere Gewichtung hinsichtlich der Aufmerksamkeit gegenüber den Jungen auf. Das gilt auch insbesondere für die inhaltliche Auswahl zugunsten von Sportspielen, und das obwohl das Kerncurriculum ebenfalls Gymnastik und Tanz vorsieht. Untersuchungen zu Schulsportverweigerinnen (siehe Literaturangabe) belegen, „dass es Sportlehrerinnen im koedukativen Sportunterricht oftmals schwerfällt, an den Interessen der Mädchen orientierte Lernziele durchzusetzen. Auch verstehen es die Jungen besser, ihre Interessen zu artikulieren und mit größerer Penetranz durchzusetzen.“

Insbesondere in den Klassenstufen 7 bis 9 ist eine völlig unterschiedliche Interessenlage im Unterricht erkennbar – meistens zu Ungunsten der Mädchen.



In der o.g. Untersuchung gaben Mädchen mit dem Neigungsfach Sport sowie auch Fachverweigerinnen mit recht hohen Prozentzahlen (75% und 68%) Gymnastik als Wunsch an. In der Praxis wird das vielfach nicht umgesetzt – häufig um Diskussionen über sogenannten „Weiberkram“ aus dem Weg zu gehen oder einer Totalverweigerung der Jungen vorzubeugen. Die Diskussion über getrennt geschlechtlichen Unterricht ist alt und vor diesem Hintergrund gut verständlich. Die Umsetzung ist allerdings in vielen Schulen durch personelle Gegebenheiten bzw. ungünstige prozentuale Verteilungen der Geschlechteranteile, die eine Auftrennung in zwei Sportgruppen schwierig gestaltet, nicht immer realisierbar.

Veränderung der Bewegungsangebote

Der Einzug von HipHop und Videoclip-Dancing in die Tanzschulen hat den Schulsport beeinflusst und auch für Jungen das rhythmische Bewegen als individuelle Ausdrucksmöglichkeit ohne „Schubladendenken“ erfahrbar gemacht. Viele Schulen haben mittlerweile Stepper angeschafft, um das Aufwärmen oder die Koordinationsschulung auf andere Weise zu gestalten.

„Step-Aerobic“ löst allerdings bei vielen pubertären Jungen Hemmungen und begrenztes Engagement aus (besonders bei einer weiblichen Lehrkraft, die dort „vorturnt“). Es ist häufig schwierig, im koedukativen Unterricht die Begeisterung auf beiden Seiten zu schüren; die Folge ist Unkonzentriertheit und albernes Herumgetobe.

Will man, um dem Wunsch der Mädchen gerecht zu werden, die geforderten Gymnastik/Tanz-Anteile gelegentlich in den Unterricht integrieren, muss man eine Differenzierung der Aufgaben einplanen. Auch Wydra und Förster plädieren in ihrem Fazit dafür, dass „die Möglichkeiten der inneren und äußeren Differenzie-



Dr. phil. Anne Jäger
Realschule Westercelle
jaeger.anne@gmx.de

Abb. 1:
David hat da eine Idee



Christina Lage
(Lehrmittelschreiberin)
Realschule Westercelle
christina-lage@web.de

rung verstärkt genutzt werden, um den unterschiedlichen Bedürfnissen der verschiedenen Gruppen gerecht zu werden.“

Unterrichtliche Vorgehensweise

Nach einem gemeinsamen Aufwärmprogramm mit aktueller Chartmusik (z. B. Bravo Hits, o. ä.) und der Einführung einfacher Schrittkombinationen, sowie Kräftigungs- und Dehnübungen auf dem Trainingsgerät gibt man Kleingruppen (gemischt sowie auch getrennt geschlechtlich) den Auftrag, zu einem vorgegebenen Lied eine kleine Choreographie einzustudieren, in der der Stepper in vielfältiger Weise mit einbezogen wird. So kann das Gerät sowohl für coole Liegestützübungen, als überspringbares Hindernis, Accessoire für *Jump-Style*-Einlagen als auch für einen Teil eines Catwalks dienen.

Es bietet sich an, den verschiedenen Gruppen **Szenen aus dem Alltag bzw. ihrer Lebenswirklichkeit vorzugeben**, bzw. auf einem Zettel ziehen zu lassen. Mögliche Themen wären z. B.

- Rivalitäten zwischen Gruppen,
- Erste Liebe,
- Mobbing in der Schule,
- Model-Shows oder
- TV-Episoden.

Man sollte allerdings vorher einen Rahmen der Ausdrucksmöglichkeiten abstecken um den fachlichen Anteil zu wahren, das heißt z. B. zwei/drei Grundschritte zur Verwendung vorgeben, die in der Vorstellung zu finden sein sollten. Insbesondere für die Jungen bietet es sich an, Geräte (wie z. B. Bälle) mit einzubeziehen (s. Abb. 4).

Bewertungskriterien für Jungen und Mädchen könnten sein:

- Bewegungsausführung
- Abgestimmtheit innerhalb der Gruppe
- Schwierigkeitsgrad (Simultankoordination)

- Kombinationsgeschick von Stilen
- Raumwege
- Originalität der Aufführung
- Geschichte
- Mögliche Ausnutzung des Geräts (welche Möglichkeiten bietet ein Stepper um sich über Bewegungen auszudrücken?).

In der Praxis

Unsere Sportgruppen (Klassen 7–9) ließen in zwei Doppelstunden ihrer Fantasie freien Lauf und es war erstaunlich, wie selbstbewusst Jungen, die uns bisher nur im Rahmen von Ballsportarten motiviert aufgefallen waren, ihre tänzerischen Fähigkeiten präsentierten. Ihre Choreographien wiesen (wie erwartet) nur teilweise Schrittkombinationen im Sinne einer „klassischen“ Step-Aerobic auf, allerdings wurden vielfältige Raumwege in alle Dimensionen und eine gute Abstimmung gezeigt und sogar anspruchsvolle akrobatische Kraft-Elemente mit eingeflochten – eine Vorführung, die von Seiten der Mädchen mit viel Applaus gewürdigt wurde (siehe Abb. 1–4). Leider reichte der Mut der Jungen nicht aus, die sehr gelungene Choreographie öffentlich zu präsentieren, aber so konnten dann mal die Mädchen mit ihrem „Wunschthema“ im Mittelpunkt der Schule stehen.

Ausblick

Diese Sportstunden ließen viel Freiraum für Gestaltung, Experimentieren und Kooperieren im Rahmen eines „Mädchenthemas“ und bauten bei den Jungen einige Vorurteile gegenüber dem Themenfeld Gymnastik/Tanz ab. Beide Seiten konnten hier voneinander lernen – die Jungen bekamen Ideen zu Schrittkombinationen und die Mädchen lernten das Gerät mit seinen vielfältigen

Abb. 2: Marvin möchte mehr Action

Abb. 3: ... aber Freude daran haben alle



Möglichkeiten u. a. zur muskulären Kräftigung kennen. Und auch für die Lehrkraft war es ein angenehmes Gefühl, durch Differenzierung den Mädchen gerecht zu werden und einmal nicht ein Fußballspiel pfeifen zu müssen ...

Aus der Sicht einer Lehramtsanwärterin

Diese Problematik ist für Berufsanfänger eine Situation, der sie sich stellen müssen. Die Angst vor anfänglichen Fehlern und dem Wunsch, alle sowohl fachlich wie auch pädagogisch gleichermaßen zu fördern und zu fordern, scheint schwer vereinbar. Auch fehlt es oft an der Vorstellungskraft für die Chancen, die gerade heterogene Lerngruppen bieten können. Bei weiblichen Lehrkräften kommt oftmals noch die fehlende stimmliche Voraussetzung (hohe bzw. leise Stimme) hinzu.

Die dargestellte Chance, ein „Mädchenthema“ durch kleine Änderungen vielfältig aufbereiten zu können zeigt, dass es Möglichkeiten gibt, dem Sportunterricht, der Lerngruppe und der Lehrkraft gerecht zu werden und trotzdem scheinbar schwierige Thematiken in den Sportunterricht einzubringen.

Ich habe diese Einheit zeitweise begleitet und war begeistert, welche Ideen und welche Freude alle, auch die Jungen, hatten. Stolz präsentierten alle zum Schluss ihre Choreografien.

Die anfängliche ‚Lenkung‘ durch die Lehrkraft kann durch motivierende Einstimmung und die Auswahl der



Szenen erfolgen – anschließend beschränkt sie sich auf unterstützende und differenzierende Förderung.

Eine große Sporthalle mit heterogenen, für den Berufsanfänger oft sogar unbekannteren Lerngruppen stellt sich so nicht mehr problematisch, sondern chancenreich dar.

Literatur

Wydra, G./Förster, D. (2000): Sportunterricht – nein danke.“ – Eine Sekundäranalyse der Einstellungen von Schülerinnen und Schülern, denen Sportunterricht egal ist. In: *Körpererziehung* 50, S. 90–95.

Abb. 4: Step-Aerobic mit Ballakrobatik in Klasse 9

Aufgeschnappt

„Ein Badmintonspieler sollte verfügen über die Ausdauer eines Marathonläufers, die Schnelligkeit eines Sprinters, die Armkraft eines Speerwerfers, die Schlagstärke eines Schmieds, die Gewandtheit einer Artistin, die Reaktionsfähigkeit eines Fechters, die Konzentrationsfähigkeit eines Schachspielers, die Menschenkenntnis eines Staubsaugervertreters, die psychische Härte eines Arktisforschers, die Rücksichtslosigkeit eines Kolonialherren, die Besessenheit eines Bergsteigers sowie über die Intuition und Phantasie eines Künstlers. Weil diese Eigenschaften so selten in einer Person versammelt sind, gibt es so wenig gute Badmintonspieler!“

Martin Knupp, Yonex-Badminton-Jahrbuch 1986

Kennenlernen

Durch Bewegung lernt man sich kennen.
Durch Bewegung lernt man seinen Körper kennen.
Durch Bewegung lernt man seine Materialien kennen.
Durch Bewegung lernt man seine Umwelt kennen.
Durch Bewegung lernt man Mitmenschen kennen.

Warum wollen nur so viele so wenig kennenlernen?

Dr. Klaus Balster, *Was Kinder bewegt, muss auch Erwachsene bewegen!* Sportjugend Nordrhein-Westfalen.



Bewegungskompetenzen



DIN A5, 176 Seiten
 ISBN 978-3-7780-0421-0
Bestell-Nr. 0421 € 18.-

Prof. Dr. Peter Hirtz / Prof. Dr. Arturo Hotz /
 Prof. Dr. Gudrun Ludwig
 unter Mitarbeit von Jane Dobbert

Orientierung

Nach einem kurzen philosophisch-historischen Diskurs und empirisch gestützten Aussagen zur Entwicklung der Orientierung im Altersgang wird das allgemeine didaktisch-methodische Vorgehen vorgestellt. Es wird zwischen einer wahrnehmungsorientierten, fähigkeitsorientierten und kompetenzorientierten Förderung unterschieden. Im Mittelpunkt des Buches stehen konkrete Praxisideen in Form eines komplexen Übungskatalogs. Dabei werden Übungen zur Vermittlung der verschiedenen Aspekte von Orientierung für das Kleinkind- und Vorschulalter ebenso wie für den Schulsport, das Erwachsenen- bzw. Seniorenalter sowie für den Schneesport differenziert zusammengestellt.

64 Orientierung gibt Sicherheit

Orientierung im Kleinkind- und im Vorschulalter

Körperschema entwickelt sich

Die in den frühesten Entwicklungsstadien des Menschen gesammelten sensorischen Informationen über die räumlichen Dimensionen am Körper und das umgebende Raum bilden die Grundlage für Orientierungsfähigkeiten im späteren Leben. Ayres (1992) spricht von Prozess „der Organisation, d.h. der Einwirkung von Empfindungen und Eindrücken im gesamten Nervensystem“ (S. 17). Das Kind entwickelt ein Körperschema bestehend aus einzelnen Landkarten des Körpers, die im Gehirn gespeichert sind“ (Ebenda, S. 89). Zwar spricht Pickenhain (1996, S. 40) davon, dass sich „als Wahrnehmung des „Körperschemas“, auf der Grundlage einer genetisch präterminierten „Neuronenmatrix“ ausbildet.“, diese wiederum wird für die Ausbildung individueller Erfahrungen über Raum und Bewegung genutzt. Vorstellungen vom Körperschema gewinnt ein Kind jedoch in Abhängigkeit von seiner aktiven Auseinandersetzung mit seinem Körper und der ihn umgebenden Umwelt.

Abb. 41: Orientierung beim Puzzle

Abb. 48: Schreivortstellung am Körper

Den Raum in den Griff bekommen

Voraussetzung für Orientierungsfähigkeiten stellt also das Bewegen selbst dar. Loesch (1999) spricht davon, dass Kinder in ihrer Entwicklung damit beginnen, den sie umgebenden Raum in den „Griff“ zu bekommen (S. 139). Diesen Zusammenhang unterstreichen Untersuchungen von Weidenbauer und Jansen-Ottmann (2006) mit körperbetonten

Orientierung im Kleinkind- und im Vorschulalter 65

deres Kindern (Spina bifida) zur räumlichen Orientierung. „Die motorische Entwicklung scheint für die räumliche Orientierungsleistung von großer Bedeutung zu sein, was in Übereinstimmung zu Befunden anderer Studien steht, in welchen körperbehinderte Kinder eine schlechtere Orientierungsleistung zeigten.“ (S. 153). Frühe Raumverfahrungen ... scheitern für die Entwicklung der räumlichen Orientierung wesentlich zu sein...“ (ebenda, S. 153).

Durch Bewegung verbessert sich die Orientierung

In dem Maße, wie sich ein Kind also bewegt und damit Orientierungsleistungen vollbringt, verbessert sich auch die Orientierung. Eigene Untersuchungen (Ludwig, 1989) bestätigen die Entwicklungsförderung im Vorschulalter bei der räumlichen Orientierung.

Tab. 2: Veränderungen der Orientierungsleistungen im Vorschulalter zwischen 1987 (Ludwig, 1989) und 2001 (Schwöck, 2005)

Vorläufer/Alter	Opt.-räuml. Wahrnehmung	Stuhl-Fortbewegung	SBO 1	Zielferfen
3,5	2,5	23,2	304	8,9
4,0	3,3	18,1	236	8,5
4,5	4,2	16,9	224	9,8
5,0	5,4	13,9	147	10,8
5,5	6,6	11,4	123	11,4
6,0	7,5	11,2	106	14,3
6,6	7,6	11,0	108	14,4
6,9	8,5	10,0	97	10,9
Abweichung	+13%	-26%	-17%	-24%

Da die Ergebnisse an dem Jahre 2001 von Schwöck mit Kindern vor der Einschulung (6,3 Jahre alt) einem anderen Bewegungsraum, andere soziale Einflüsse repräsentieren als jene von 1987/88 (Ludwig), wird die Bedeutung einer gewissen Bewegungsintensität der Kinder dieses Altersabschnittes für ihre Entwicklung deutlich. Die folgenden Abbildungen zeigen übereinstimmend und statistisch gesichert deutlich schwächere Koordinationsleistungen der Schulanfänger des Jahres 2001/02. Bei gegenüber 1987/88 eindeutig besseren Wahrnehmungsleistungen wurden bei der Umsetzung in Bewegungsleistungen 14 Jahre später Schwächen (langere Laufzeiten) erkennbar.

Inhaltsverzeichnis und Beispielseiten unter www.sportfachbuch.de/0421

Versandkosten € 2.-; ab einem Bestellwert von € 20.- liefern wir innerhalb von Deutschland versandkostenfrei.



Steinwasenstraße 6-8 • 73614 Schorndorf • Telefon (071 81) 402-125 • Fax (071 81) 402-111
 Internet: www.hofmann-verlag.de • E-Mail: bestellung@hofmann-verlag.de