

Inhalt

Vorworte	9
1 Einleitung	11
1.1 Selbstständigkeit beim Sporttreiben als Ziel des Sportunterrichts.....	11
1.2 Ausblick auf das Buch	12
1.3 Gebrauchsanweisung zu den Arbeitsblättern	16
2 Vorüberlegungen zur Selbstständigkeitserziehung	22
2.1 Selbstständigkeit in den Lehrplänen und aus sportdidaktischer Sicht.....	22
2.2 Handlungsfähigkeit und Kompetenzorientierung – ein gutes Pärchen!	30
2.3 Bedeutung der Erziehung zur Selbstständigkeit	34
2.4 Motivation durch selbstständiges Handeln: Das Leistungsmotiv	38
2.5 Selbstständigkeit lernen.....	41
2.6 Die vielen Wege zur Selbstständigkeit	43
2.7 Prüfsteine für die präsentierten Methoden	46
2.8 Grundsatz: Arbeitsaufträge offen formulieren.....	49
2.9 Selbstständige Schülerarbeit – eine Notwendigkeit für ein gesundes und erfüllendes Sportlehrerleben?.....	51
3 Arbeitsformen zur Förderung der Selbstständigkeit	57
3.1 Frontalunterricht.....	57
3.2 Einzelarbeit.....	62
3.3 Partnerarbeit.....	62
3.4 Gruppenarbeit	64
3.5 Expertensystem	68
3.6 Planarbeit.....	71
3.7 Hinweise zur Freiarbeit.....	77
3.8 Zirkeltraining – eine Methode für mehr Selbstständigkeit?	80
3.9 Stationenlernen als Form der Freiarbeit.....	84
Arbeitsblätter.....	90

4	Der Weg zum Lernexperten	103
4.1	Das Lernen lernen heißt: Aus Erfahrungen lernen	103
4.2	Bewegungslernen – eine Sache der Koordination.....	104
4.3	Bewegungslernen planen	108
4.4	Biomechanik – für Schüler leicht gemacht!	111
4.5	Lernstrategien bei geschlossenen Fertigkeiten.....	113
4.6	Bewegungslernen mit Bildreihen	118
4.7	Von der Übungsreihe zum dialogischen Bewegungslernkonzept.....	119
4.8	Differenzielles Lernen und KAR: Bewusste Variation von Bewegungen	123
4.9	Lernstrategien bei offenen Fertigkeiten.....	130
4.10	Differenzierung lernen.....	133
4.11	Sportmethoden vergleichen – eine Form wissenschaftspropädeutischen Arbeitens.....	136
4.12	Trainieren lernen – Das Sportprojekt.....	142
	Arbeitsblätter	156
5	Der Weg zum Lehrexperen	214
5.1	Rituale und Signale als Mittel zur Vereinfachung.....	214
5.2	Das Partnersystem	220
5.3	Aufgabenwarte im Sportunterricht	224
5.4	Rollplan für Aufgaben im Sportunterricht	229
5.5	Lehrer sein.....	230
5.6	Arbeitsblätter erstellen	231
5.7	Arbeitsblätter erstellen mit Power Point.....	232
5.8	Die Daumenprobe als Kurztest.....	234
5.9	Selbst Organisationsformen finden	235
	Arbeitsblätter	240
6	Verbalisieren – Schüler »zum Reden bringen«.....	263
6.1	Kommunikation fördern	264
6.2	Gespräche im Sportunterricht anregen	267
6.3	Methode 66 – schnelle Besprechung in der Kleingruppe	282
6.4	Die Stichwortmethode: Zusammenhängende Antworten fördern	283
6.5	Das vorgeschaltete Schülergespräch.....	285
6.6	Referate im Sportunterricht – ein überflüssiges Übel?.....	290
6.7	Bewegungskorrektur	293

6.8	Mit Schülern nach Lösungen suchen	296
6.9	Kommunikationstraining unter Schülern.....	298
	Arbeitsblätter.....	301
7	Visualisieren – Schüler zeichnen sportliche Situationen	314
7.1	Visualisierung mit Strichmännchen.....	319
7.2	Visualisierung einfacher sportlicher Situationen.....	323
7.3	Visualisierung von komplexeren sportlichen Situationen	327
7.4	Piktogramme als Hinweisschilder für den Sportunterricht.....	329
7.5	Die Sporthalle als Modell.....	330
	Arbeitsblätter.....	332
8	Mitreden und Mitgestalten	345
8.1	Gesprächsgelegenheiten.....	345
8.2	Advance Organizer: Klare Struktur direkt am Unterrichtsbeginn.....	346
8.3	Sportmotivationsanalyse.....	347
8.4	Schülermitsprache bei der Inhaltswahl.....	349
8.5	Ideensalat: Schnell Ideen sammeln.....	351
8.6	Kurzevaluation im Sportunterricht	352
8.7	Kriterienorientierte Bewertung mithilfe eines Bewertungsinstruments	354
8.8	Schnelles Feedback.....	357
8.9	Evaluation am Schuljahresende	361
8.10	Polaritätsprofil: Selbst- und Fremdeinschätzung.....	363
8.11	Preisverleihung: Der Sport-Oscar geht an	364
8.12	Unterricht mit Fotos dokumentieren.....	366
8.13	Turniere selbst organisieren	369
8.14	Schiedsrichtereinsatz als Planungsaufgabe.....	372
	Arbeitsblätter.....	376
9	Methoden für Problemfelder des Sportunterrichts.....	400
9.1	Auf- und Abbau	400
9.2	Störungen konstruktiv nutzen	404
9.3	Sinnvolle Disziplinarmaßnahmen für einzelne Störer.....	405
9.4	Gute und schlechte Mitarbeit – Konsequenzen für die ganze Klasse.....	408
9.5	Regeln motivierend einführen.....	410
9.6	Nicht teilnehmen heißt nicht nichts tun.....	414

9.7	Selbst für die Sicherheit verantwortlich sein	415
9.8	Verletzungen im Sportunterricht	417
9.9	Überlegungen zur Präsentation.....	422
9.10	Beurteilung verstehen und selbst beurteilen.....	423
9.11	Aufwärmen: Zu Hause und im Unterricht Pflicht	439
	Arbeitsblätter	453
10	Selbstständigkeit beim Spielen	490
10.1	Selbstständige Mannschaftsplanung	490
10.2	Selbstständige Mannschaftsbildung ohne Diskriminierung	491
10.3	Zufallselement »Würfel«: Einstieg in die Kleinen Spiele	492
10.4	Spielideen Kleiner Spiele erkennen und variieren	494
10.5	Spielregeln finden und gestalten.....	495
10.6	Kleine Spiele nach festgelegten Kriterien selbst entwickeln.....	498
10.7	Selbst erfundene Spiele erklären.....	499
10.8	Hilfen durch den Lehrer und Spielkorrekturen.....	501
10.9	Kreative Arbeit mit Spielekartotheken	504
10.10	Spielgeräte Marke »Eigenbau« – Goba-Schläger & Co.	505
	Arbeitsblätter.....	508
11	Einige Worte zum Schluss.....	533
	Arbeitsblätterverzeichnis.....	535
	Stichwortverzeichnis	539
	Quellennachweis	544
	Bildnachweis.....	548
	Danksagung.....	549