

# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort der Reihenherausgeberinnen</b> . . . . .	IX
---	----

## Einleitung

<i>(Christa Kleindienst-Cachay / Judith Frohn / Valerie Kastrup)</i> . . . . .	1
--	---

## I Bewegung, Spiel und Sport in der Grundschule – Aufgaben, Ziele, Strukturen

<i>(Christa Kleindienst-Cachay / Judith Frohn / Valerie Kastrup)</i> . . . . .	3
1. Zentrale Aufgaben der Grundschule . . . . .	5
2. Aufgaben und Ziele des Grundschulsports . . . . .	7
2.1 Inhaltsbereiche und pädagogische Perspektiven . . . . .	7
2.2 Was bedeutet „kompetenzorientiert“ unterrichten? . . . . .	8
2.3 Kompetenzbereiche des Sportunterrichts der Grundschule . . . . .	14
2.3.1 Motorischer Kompetenzbereich: Wahrnehmungsfähigkeit verbessern – Bewegungserfahren erweitern – grundlegende Bewegungsfertigkeiten erwerben . . . . .	14
2.3.2 Bereich sozialer Kompetenzen: Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen . . . . .	17
2.3.3 Bereich der Selbstkompetenzen: Etwas leisten wollen – Interesse an etwas finden – selbständig werden . . . . .	19
3. Kompetenter Umgang mit Heterogenität . . . . .	21
3.1 Leistungsheterogenität . . . . .	21
3.2 Geschlechtsbezogene Heterogenität . . . . .	23
3.3 Sozio-kulturelle Heterogenität . . . . .	25
3.4 Inklusion . . . . .	26
3.5 Reflexiver Umgang mit Heterogenität . . . . .	30
4. Ganztagsgrundschule und „Bewegte Schule“ . . . . .	31

## II Kompetenzorientierte Unterrichtspraxis:

### Beispiele aus den Inhaltsbereichen . . . . . 35

### 1. Inhaltsbereich 1: Wahrnehmen und Entspannen – Schülerinnen und Schüler entdecken die Welt des Yogas

<i>(Judith Frohn / Maike Burk)</i> . . . . .	37
--	----

1.1 Zur didaktischen Begründung des Themas „Entspannung“ im Sportunterricht der Grundschule . . . . .	37
---	----

1.2 Geeignete Entspannungsverfahren – Yoga für Kinder . . . . .	38
1.3 Das Unterrichtsvorhaben . . . . .	39
1.3.1 Erste Unterrichtssequenz . . . . .	40
1.3.2 Zweite Unterrichtssequenz . . . . .	42
1.3.3 Dritte Unterrichtssequenz . . . . .	44
<b>2. Inhaltsbereich 2 &amp; 7: Spielen im Sportunterricht – Zwei Unterrichtsvorhaben zur Regelfindung und -veränderung (Valerie Kastrup / Tim Mergelkuhl) . . . . .</b>	<b>47</b>
2.1 Zur Bedeutung des Bewegungsspiels in der Grundschule . . . . .	47
2.2 „Diese Spiele haben wir selbst erfunden!“ – Ein Unterrichtsvorhaben zur Förderung der Spielkompetenz unter Verwendung einer Spielregelkartei . . . . .	49
2.2.1 Begründung des Unterrichtsvorhabens . . . . .	49
2.2.2 Darstellung des Unterrichtsvorhabens . . . . .	50
2.3 „Wir entwickeln das ideale Basketballspiel für unsere Klasse!“ . . . .	55
<b>3. Inhaltsbereich 3: Laufen-Springen-Werfen – Leichtathletik in der Grundschule (Michael Gromeier) . . . . .</b>	<b>66</b>
3.1 Zur Bedeutung der Spilleichtathletik in der Grundschule . . . . .	66
3.2 Die Ausbildung motorischer Kompetenzen . . . . .	70
3.2.1 Laufen . . . . .	70
3.2.2 Springen . . . . .	70
3.2.3 Werfen und Stoßen . . . . .	74
3.3 Wettkämpfen in der Grundschule . . . . .	76
3.4 Bildreihen im Vermittlungsprozess . . . . .	77
3.4.1 Das Verstehen von Bildern – eine wichtige Methodenkompetenz . .	78
3.4.2 Förderung der Bildkompetenz im fächerübergreifenden Unterricht Sport/Kunst . . . . .	81
<b>4. Inhaltsbereich 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen (Diane Kirchhoff) . . . . .</b>	<b>87</b>
4.1 Wahrnehmungsförderung und Entwicklung des Wasserbewegungsgefühls als Leitlinien des Inhaltsbereichs „Bewegen im Wasser – Schwimmen“ . . . . .	87
4.2 Inhalte und Formulierung von Kompetenzbereichen . . . . .	89
4.3 Kompetenzen als Bausteine der Handlungsfähigkeit im Inhaltsbereich „Bewegen im Wasser – Schwimmen“ . . . . .	93
4.4 Methodische Prinzipien eines kompetenzorientierten Unterrichts . .	95

4.5 Beispiel für ein kompetenzorientiertes Unterrichtsvorhaben: „Schweben und Abtauchen im Wasser“ . . . . .	97
4.5.1 Erste und zweite Doppelstunde: Im Wasser schweben und ins Wasser abtauchen . . . . .	98
4.5.2 Dritte Doppelstunde: Das Schweben und Abtauchen im Wasser in phyikalischer Hinsicht vertehen lernen . . . . .	101
4.5.3 Vierte Doppelstunde: Die Auftriebskraft nutzen und manipulieren . .	103
4.5.4 Mögliche Fortsetzung des skizzierten Unterrichtsvorhabens . . . .	104
<b>5. Inhaltsbereich 5: Bewegen an und mit Geräten – Turnen und Akrobatik (Andrea Menze-Sonneck) . . . . .</b>	<b>105</b>
5.1 Zur pädagogischen Bedeutung des Turnens im Grundschulalter . . .	105
5.2 Eine Frage mit Tradition: Worum geht es im Inhaltsbereich „Bewegen an und mit Geräten – Turnen und Akrobatik“? . . . . .	107
5.3 Drei didaktische Schwerpunkte eines kompetenzorientierten Turnunterrichts . . . . .	108
5.3.1 Suchen und Finden von turnerischen Bewegungen . . . . .	108
5.3.2 Erlernen und Festigen turnerischer Bewegungsfertigkeiten . . . . .	112
5.3.3 Erarbeiten und Präsentieren einer turnerischen Gestaltung . . . . .	115
5.4 Das Wichtigste zum Schluss: Helfen und Sichern . . . . .	120
<b>6. Inhaltsbereich 6: Rhythmisches Bewegen mit Gymnastikbändern – Ein Unterrichtsvorhaben zur Förderung der Gestaltungskompe- tenz (Daniela Böer / Valerie Kastrup) . . . . .</b>	<b>122</b>
6.1 Zur pädagogischen Bedeutung des Bewegens zu Musik im Sportunterricht . . . . .	122
6.2 Ein Unterrichtsvorhaben zur Förderung der rhythmisch-musikalischen Gestaltungskompetenz . . . . .	124
6.3 Didaktisch-methodische Hinweise zur gesamten Unterrichtseinheit . . . . .	133
6.4 Hinweise für eine Durchführung ähnlicher Vorhaben in den Klassen 3 und 4 . . . . .	136
6.5 Fazit . . . . .	138
<b>7. Inhaltsbereich 6: Mit Bewegungsaufgaben zum tänzerischen Gestalten (Denise Albert / Judith Frohn) . . . . .</b>	<b>139</b>
7.1 Tanzen und Gestalten im Grundschulsport . . . . .	139
7.2 Die Bewegungsaufgabe als zentrale methodische Maßnahme . . . . .	140
7.3 Der Prozess der Aufgabenfindung . . . . .	141
7.4 Weiterführende Bewegungsaufgaben . . . . .	146

7.5	Vom Umgang mit Unsicherheit in kreativen Unterrichtsprozessen – Anforderungen an Lehrkräfte . . . . .	149
7.6	Präsentation und Bewertung . . . . .	149
7.7	Fazit . . . . .	151
<b>8.</b>	<b>Inhaltsbereich 8: Gleiten-Fahren-Rollen – Wir fahren mit dem Rollbrett (<i>Judith Frohn / Pamela Pfann</i>) . . . . .</b>	<b>152</b>
8.1	Rollbrettfahren im Grundschulsport . . . . .	153
8.2	Das Unterrichtsvorhaben . . . . .	154
8.2.1	Erste Unterrichtssequenz: „Ich fahre allein mit dem Rollbrett!“ . . . . .	155
8.2.2	Zweite Unterrichtssequenz: „Wir fahren zu zweit mit dem Rollbrett!“ . . . . .	158
8.2.3	Dritte Unterrichtssequenz: „Wie schiebe oder ziehe ich meine/-n Partner/-in auf dem Rollbrett am besten?“ . . . . .	159
8.2.4	Vierte Unterrichtssequenz: „Wir erfinden und durchfahren einen Rollbrett-Parcours!“ . . . . .	160
8.3	Abschließende Bemerkungen . . . . .	163
<b>9.</b>	<b>Inhaltsbereich 9: Ringen und Kämpfen (<i>Sabrina Klei</i>) . . . . .</b>	<b>165</b>
9.1	Weshalb koedukatives und gewaltpräventives Ringen und Kämpfen in der Grundschule? – Pädagogische Begründung . . . . .	166
9.2	Voraussetzungen für das Ringen und Kämpfen im Sportunterricht schaffen . . . . .	168
9.3	Erlernen elementarer technischer und taktischer Fähigkeiten und Fertigkeiten . . . . .	172
9.3.1	Spiele und Übungen für das technisch-taktische Ringen und Kämpfen im Stand . . . . .	173
9.3.2	Technisch-taktisches Kämpfen am Boden . . . . .	180
9.4	Fazit . . . . .	183
	<b>Literaturverzeichnis . . . . .</b>	<b>185</b>
	<b>Diskographie . . . . .</b>	<b>199</b>
	<b>Autorinnen und Autoren . . . . .</b>	<b>200</b>