

## Promotionsverordnung Umsetzungshilfe - Fach "Bewegung und Sport"

### Situierung des Faches

Bewegung und Sport trägt zur ganzheitlichen Entwicklung des Kindes bei. Für eine gesunde Entwicklung sollte sich ein Kind täglich eine Stunde bewegen. Die Bewegungszeit im Sportunterricht muss optimal genutzt werden. Der pädagogische Wert der Bewegung hört nicht bei der motorischen Förderung auf. So haben etwa hautnah erfahrende Könnenserlebnisse Potenzial zur Steigerung des Selbstwertgefühls.

Bewegungs- und Sportunterricht soll zum Wohlbefinden und zur Gesundheit sowie zur Erweiterung und Verbesserung der Handlungsfähigkeit im Bewegen beitragen. Die Handlungsfähigkeit beim Bewegen und Sporttreiben hat immer zwei Facetten – die Bewegungssteuerung (Koordination der Bewegung) und einen Energieanteil (z.B. Ausdauer und Kraft).

	Beispiele
Bewegungskoordination	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ein Tier darstellen</li> <li>• ein Rad schlagen</li> <li>• einen Schersprung oder Fosbury Flop vorzeigen</li> </ul>
Energie, z.B. Ausdauer und Kraft	<ul style="list-style-type: none"> <li>• „laufe dein Alter“</li> <li>• sein Körpergewicht stützen können, z.B. in Liegestützposition</li> </ul>

Tabelle 1: Zwei zentrale Domänen mit Praxisbeispielen

Wichtigstes Ziel des Bewegungs- und Sportunterrichts ist das Erhalten/Entwickeln von Bewegungsfreude und das Ermöglichen von Erfolgserlebnissen.

Die sechs Lernbereiche garantieren eine Inhaltvielfalt und decken unterschiedliche Neigungen ab.

Lernbereiche	Bewegen, Darstellen, Tanzen Balancieren, Klettern, Drehen Laufen, Springen, Werfen Spielen Spiel und Sport im Freien Spiel und Sport im Wasser
--------------	---

Tabelle 2: Lernbereiche des Bewegungs- und Sportunterrichts

Hilfreich für die Steigerung der Leistungen von Schülern und Schülerinnen ist der Ansatz der förderorientierten Beurteilung. D.h:

- den Kindern sind die Lernziele bekannt (sie sind unterschiedlichen Voraussetzungen angepasst)
- sie werden im Lernprozess mit konkreten und motivierenden Rückmeldungen unterstützt und
- erst nach den Übungsphasen anhand von deklarierten Beurteilungskriterien mit Noten beurteilt.

Die Resultate der Lernkontrolle geben Auskunft, ob ein Lernziel (LZ) erfüllt (Note 4), ein LZ übertroffen (Note 5) oder ein LZ weit übertroffen (Note 6) ist. Von den Resultaten ausgehend werden neue Lernziele formuliert.

Das Miteinander im Sportunterricht ist bedeutungsvoll für eine gute Unterrichts Atmosphäre, welche individuelle und gemeinsame Erfolgserlebnisse ermöglicht. Das Thematisieren von Fairness ist daher wichtig.

### Beurteilungssitem nach Promotionsverordnung

- **Spielfähigkeit und -fertigkeit**
- **Bewegungskoordination**
- **konditionelle Fähigkeiten**
- **Fairness**

### Spielfähigkeit und -fertigkeit

Spielen besteht aus den Bereichen Spielfähigkeit und Spielfertigkeit.

Die **Spielfähigkeit** ist die Fähigkeit, Spielsituationen in (Klein)-Gruppen zu meistern. Angestrebte Kompetenzen: *Bewegungen, Regeln und taktische Verhaltensweisen eines Spiels verstehen und anwenden können.*

Dank der **Spielfertigkeit** ist ein Kind in der Lage am Spiel mitzuwirken; es soll fürs Spiel bedeutungsvolle Handlungen ausführen können. An einem Handballspiel z.B. kann nur teilnehmen, wer den Ball fangen kann. Angestrebte Kompetenz: *Über Grundfertigkeiten des Spielens mit dem Ball verfügen.*

#### Spielfähigkeit:

Spielfähigkeit kann erst beurteilt werden, wenn ein Spiel in Kleingruppen möglich ist. In der Unterstufe müssen Grundlagen erworben werden, z.B. Passen und Fangen. So bald als möglich soll in kleinen Gruppen gespielt werden.

Beispiele von Beurteilungsaspekten bei Torschusspielen

- Den freien Raum sehen, sich freistellen
- Zusammenstösse vermeiden
- Frei stehende Mitspieler/innen sehen und anspielen
- 

Beispiele von Beurteilungsaspekten bei Rückschlagspielen

- In unverteidigte Positionen spielen (in „Löcher“ spielen)
- In der Verteidigung Bälle erreichen / weiter spielen
- 

#### Spielfertigkeit:

Spielfertigkeit kann durch das Vorzeigen und Anwenden technischer Elemente beurteilt werden.

Beispiele von Beurteilungsaspekten

- Die Qualität von Fertigkeiten: z.B. Vorzeigen des Ballfangens, eines Kunststücks mit dem Ball oder der Manchette im Volleyball
- Anwenden von Fertigkeiten unter dem Aspekt Quantität: z.B. Prellen eines Slaloms in möglichst kurzer Zeit oder so viele Volleyballpässe wie möglich spielen
- Anwenden von kombinierten Fertigkeiten unter dem Aspekt Quantität und/oder Qualität: z.B. ein Fussball- oder Basketballparcours

Je nach Voraussetzungen / Niveau der Schülerinnen und Schüler werden einzelne Aspekte ausgewählt, thematisiert und gezielt geübt. Zur Überprüfung der Spielfertigkeit eignen sich Testübungen (T-Übungen) aus dem Lehrmittel. Die Spielfähigkeit soll immer wieder während eines Schuljahres beobachtet werden.

Hinweis: Im Schweizer Projekt qims.ch ‚Qualität im Sport- und Bewegungsunterricht‘ wurden zur Überprüfung von Kompetenzen Testaufgaben und Beurteilungsinstrumente entwickelt (z.B. Spielbeurteilungsinstrument). Weitere Angaben zu hilfreichen Material siehe S.6.

## Bewegungskoordination

Mit Bewegungskoordination ist die Bewegungssteuerung gemeint. Es geht um die Qualität von Bewegungen (wie gut wird eine Bewegung ausgeführt?).

Die angestrebten Kompetenzen sind: *Bewegungsabläufe in guter Bewegungsqualität ökonomisch und rhythmisch ausführen, sowie auch herausfordernde Bewegungsaufgaben lösen können.*

Die Schüler und Schülerinnen zeigen Bewegungen vor. Die Lehrperson beobachtet wichtige Merkmale (Knotenpunkte) der Bewegung. Auch koordinativ anspruchsvolle Bewegungen, z.B. ein Balancierkunststück, können beurteilt werden.

Aus den verschiedenen Lernbereichen werden in der folgenden Tabelle Aspekte zur Beurteilung der Qualität von Bewegungen exemplarisch anhand eines Beispiels dargestellt.

	Exemplarische Beispiele mit Beurteilungskriterien
Bewegen, Darstellen, Tanzen	Rhythmisch Seilspringen, verschiedene Hüpfformen zeigen: <ul style="list-style-type: none"> <li>• es wird in regelmässigem Rhythmus gesprungen</li> <li>• es werden mind. 4 verschiedene Sprungformen je mind. 8x gesprungen</li> <li>• sehr gut ist, wenn das Seilspringen nie unterbrochen wird (nicht Anhängen); genügend z.B. bei 2x Anhängen</li> </ul>
Balancieren, Klettern, Drehen	Rolle vorwärts: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kopf einrollen und gestreckte Beine ansehen</li> <li>• Nacken/Rücken langsam auf die Matte senken</li> <li>• beide Schienbeine mit den Händen umfassen</li> <li>• Aufstehen ohne Hilfe der Hände</li> </ul>
Laufen, Springen, Werfen	Ballwurf mit 3-Schrittanlauf vorzeigen: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rhythmischer (jam-ta-dam) und korrekter Anlauf (für Wurf rechts: li-re-li)</li> <li>• Der Wurfarm ist vor dem Abwurf (beinahe) gestreckt</li> <li>• Hoher Abwurf, Ball über Kopfhöhe</li> </ul>
Spiel und Sport im Wasser	Crawltechnik vorzeigen: <ul style="list-style-type: none"> <li>• regelmässiges Ausatmen ins Wasser</li> <li>• seitliches Einatmen, Ohr bleibt im Wasser</li> <li>• hoher Ellbogen, Einstechen mit Fingern</li> <li>• regelmässiger Beinschlag aus der Hüfte</li> </ul>
Koordinativ anspruchsvolle Aufgaben	Jonglieren mit 3 Bällen: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fortlaufendes Wechseln der Bälle von rechts nach links und umgekehrt</li> <li>• Es findet kein Unterbruch statt</li> <li>• Es wird 20x (oder...) geworfen und gefangen</li> </ul>

Tabelle 3: Exemplarische Beispiele mit Beurteilungskriterien aus den sechs Lernbereichen

Es gilt aus den Lernbereichen gezielt auszuwählen. Pro Semester sollte mind. eine Lernkontrolle zur Bewegungskoordination durchgeführt werden. Es eignen sich T-Übungen aus dem Lehrmittel. Für die Beurteilung der Bewegungsqualität sind auch Reihenbilder hilfreich (vgl. Lehrmittel und Lehrbeilagen (Literaturangaben S.6)). Die im Projekt qims.ch entwickelten Testaufgaben mit genauen Angaben der Kriterien sind für die Beurteilung der Bewegungsqualität hilfreich.

## Konditionelle Leistungsfähigkeit

Die konditionelle Leistungsfähigkeit bezeichnet die für Bewegungshandlungen zur Verfügung stehende Energie. Wenn allgemein von konditionellen Fähigkeiten gesprochen wird, werden Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Beweglichkeit genannt. Aus gesundheitlicher Sicht sind v.a. die Ausdauer und Kraft wichtig. In diesen Bereichen sind durch Training grosse Fortschritte möglich. Schnelligkeit hat einen viel grösseren genetischen Anteil. Trotzdem soll sie im Kindes- und Jugendalter gefördert werden. Beweglichkeit soll im Unterricht thematisiert, nicht aber mit Testaufgaben notenwirksam beurteilt werden.

### Ausdauer

Die angestrebte Kompetenz ist: *Den Körper über längere Zeit belasten können.*

Beispiele von Beurteilungsaspekten

- Lange laufen, z.B. ‚Laufe dein Alter‘: Seine Alters-Min. ohne anzuhalten oder ins Marschieren überzugehen laufen können
- Lange schwimmen, z.B. ‚Schwimme dein Alter‘
- 

### Kraft

Die angestrebte Kompetenzen sind: *Das eigene Körpergewicht tragen und stützen können. Über eine funktionelle Haltemuskulatur verfügen.*

Beispiele von Beurteilungsaspekten

- In verschiedenen Situationen sein Körpergewicht stützen können, z.B. in Liegestützposition, am Barren, in der Handstandposition
- Eine gespannte Körperposition halten können, z.B. den geraden, gespannten Körper in der Unterarmstützposition halten können
- 

### Kombinationen

Angestrebte Kompetenzen: *In verschiedenen Bewegungsformen Leistungen erbringen.*

Beispiele von Beurteilungsaspekten

- Im Laufen (Schnelllauf), Springen (in die Höhe und Weite) und Werfen (Weitwurf) Leistungen erbringen
- Einen OL laufen
- 

Für die Förderung der Kinder ist in diesem Bereich das Vergleichen mit sich selbst wichtig, weil es die Wahrnehmung von Fortschritten erlaubt! Es empfiehlt sich im Kollegium Vereinbarungen zu treffen. Hilfreich können Tabellen im Lehrmittel sein oder Angaben unter „qims.ch“ (Kompetenzformulierungen mit Testaufgaben und Leistungstabellen (genügend/gut/sehr gut) – siehe [www.qims.ch](http://www.qims.ch). Hier findet man auch Unterlagen für die Beurteilung der anderen Domänen).

In den drei ersten Domänen wird die Sachkompetenz der Schüler und Schülerinnen beurteilt. Im Sport ist die Selbst- und Sozialkompetenz von so hoher Bedeutung, dass sie in der vierten Domäne als Fairness ausgewiesen wird (siehe nächste Seite).

## Fairness

Die Beurteilung des Bereichs Fairness im Bewegungs- und Sportunterricht soll sich von der allgemeinen Beurteilung der Selbst- und Sozialkompetenz abheben. Die Teamfähigkeit oder das friedliche Lösen von Konflikten sind nicht sportspezifisch und sollen in allen Fächern beobachtet werden. Der Bereich Fairness wird aus der Sicht des Handelns im Sportunterricht anhand von vier Kompetenzaspekten beurteilt.

### Fairness: Umgang mit Regeln „+“

#### Einhalten von Spielregeln

Beispiele von Beurteilungsaspekten

- (veränderte) Regeln konsequent einhalten/beachten
- Fehler /Fehlverhalten selber zugeben / anzeigen
- Individuell vereinbarte Regeln akzeptieren (z.B. ans Können angepasste Regeln; akzeptieren, dass nicht für alle dieselben Regeln gelten)
- 

#### Einhalten von Ordnungsregeln

Beispiele von Beurteilungsaspekten

- Schulhausregeln und Anordnungen / vereinbarte Regeln werden respektiert (z.B. Vereinbarungen zum Lektionsbeginn und –abschluss (z.B. alle helfen beim Abräumen, bis alles korrekt platziert ist und besammeln sich dann bei der Lehrperson)
- Entscheide der Spielleitung werden akzeptiert (Beispiele: Gruppeneinteilung, Regelauslegung durch Spielleitung)
- Es wird in anständiger Sprache (inkl. Gestik) miteinander kommuniziert.
- 

#### Akzeptieren von Verhaltensregeln

Beispiele von Beurteilungsaspekten

- respektvoller Umgang, z.B. zwischen ‚Könnern‘ und ‚Nicht-Könnern‘ (kein Beleidigen, kein Auslachen)
- Umgang mit Freiräumen (z.B. die 20 Min., welche für das selbständige Üben, Leisten, Spielen oder Gestalten zur Verfügung stehen, werden sinnvoll genutzt; kein Trödeln)
- Einsatz, sein Möglichstes geben, z.B. sich während der Sportstunde voll engagieren, seine eigene Belastungsgrenze suchen
- Umgang mit Erfolg und Misserfolg (Beispiele: sich ohne Schadenfreude über den eigenen Erfolg freuen, bei Misserfolg keine Schuldzuweisung, gemeinsames Suchen nach Gründen für Erfolg/Misserfolg, Rituale entwickeln/pflegen)
- mit allen zusammenspielen und zusammenarbeiten
-

## Aktiv etwas zum Gelingen beitragen

Beispiele von Beurteilungsaspekten

- Initiative für Regelveränderungen
- andere ermutigen / motivieren
- gegenseitige Rücksichtnahme
- sich in andere einfühlen können (Empathie)
- Hilfsbereitschaft / einander helfen (z.B. Geräteturnen)
- sich gegenseitig Tipps zur Verbesserung geben
- die eigenen und fremden Stärken und Grenzen erkennen / respektieren
- 

Umsetzung:

Wir empfehlen im Kollegium oder für sich als Lehrperson Schwerpunkte zu setzen und gezielt Aspekte auswählen. Die angestrebten Ziele im Bereich Fairness müssen der Klasse mitgeteilt und besprochen werden. Die Lehrperson notiert sich Beobachtungen z.B. auf einer Klassenliste. Am Ende des Semesters soll jedes Kind eine Selbsteinschätzung vornehmen, welche an der Einschätzung der Lehrperson gespiegelt wird (Beurteilungsinstrument im Anhang).

Die Domäne Fairness ist das Produkt der Entwicklungsgruppe des IWB ‚Umsetzung Promotionsverordnung und qims.ch‘; Kathrin Heitz, Stefan Häusermann, Heinz Lüscher, Esther Reimann

### Beurteilungsdossier:

Ins Dossier gehören die Belege der Lernkontrollen und Aussagen zur Domäne Fairness (z.B. mit dem Instrument im Anhang).

Geeignet sind die für alle Schulstufen existierenden Sporthefte (vgl. Literaturangaben). Diese Sporthefte sind hilfreich für die Dokumentation des Sportunterrichts. So sind z.B. T-Übungen aus dem Lehrmittel in diesen Sportheften. Die Beurteilung dieser T-Übungen sind dann die Belege. Diese Sporthefte sind mehr als eine Sammlung möglicher Lernkontrollen. Sie regen auch zum Nachdenken an. Z.B. blickt das Kind zum Ende jedes Schuljahrs zurück und schreibt auf, was ihm im Sportunterricht gefallen und was es gelernt hat.

Literatur-Hinweise: (die aufgeführten Unterlagen sind im Lehrmittelverlag des Kt.AG erhältlich)

- Diverse Autoren (versch. Jahre): Lehrmittel Sporterziehung; entsprechender Stufenband
- Lüscher, H. (2000): Umsetzungshilfe zum Lehrplan (Primarstufe und Oberstufe)
- Baumberger, J./Müller, U. (2007/2004): Sporthaft 1.-3.Schuljahr, Sporthaft 4.-6.Schuljahr
- Reimann, E. (2005): Sporthaft Sek.I
- Baumberger/Müller/Reimann: Lehrbeilagen zu Sporterziehung: Bd.3 (06), Bd.4 (03), Bd.5 (05)
- Müller, U./Nuttli, P./Baumberger, J. (2008): Ballkünstlerin und Ballkünstler.
- Müller, U./Baumberger, J. (2007): Bewegungskünstlerin und Bewegungskünstler.
- Häusermann, S. (2008): Mit Unterschieden spielen: Ingold Verlag, Herzogenbuchsee

31.3.09, Esther Reimann