

### THEMA

## Laufen, Springen, Werfen/Stoßen

### BEITRÄGE

- Laufen, Springen, Werfen/Stoßen im Sportunterricht
- Sozialer Kompetenzerwerb im Inhaltsbereich „Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik“
- (In die Weite) Springen und Werfen in Klasse 5 bzw. 6

### LEHRHILFEN

- Planung und Gestaltung des Unterrichtsvorhabens „Weitspringen“ in Klasse 6
- Leistung im Hochsprung optimieren und dokumentieren
- Was man bei Staffeln (unbedingt) vermeiden sollte

# sportunterricht



herausgegeben vom  
Deutschen Sportlehrer-  
verband e. V. (DSL)

vereinigt mit

**KÖRPER-  
ERZIEHUNG**

Das Fachmagazin für Sportlehrerinnen und Sportlehrer

Herausgegeben vom Hofmann-Verlag

**Schriftleiter:** Prof. Dr. Günter Stibbe

**Redaktionskollegium:**

Jun.-Prof. Dr. Thomas Borchert  
Prof. Dr. H. P. Brandl-Bredenbeck  
Prof. Dr. Ulrike Burrmann  
Dr. Barbara Haupt  
Martin Holzweg (Vertreter des DSLV)  
Prof. Dr. Michael Krüger  
Heinz Lang

**Redaktionsassistent:** Dr. Sebastian Ruin

**Manuskripte, Besprechungsexemplare und  
Besprechungen für den Hauptteil an:**

Dr. Sebastian Ruin  
DSSH Köln, Institut für Sportdidaktik und  
Schulsport, Am Sportpark Müngersdorf 6,  
50933 Köln  
E-Mail: sportunterricht@dshs-koeln.de

**Manuskripte für die „Lehrhilfen“ an:**

Heinz Lang  
Neckarsulmer Str. 5, 71717 Beilstein  
E-Mail: H-W.Lang@t-online.de

**Nachrichten und Informationen an:**

Jun.-Prof. Dr. Thomas Borchert, Universität  
Leipzig, Sportwissenschaftliche Fakultät,  
Professur für Empirische Bildungsforschung  
im Sport, Jahnallee 59/T 112, 04109 Leipzig  
E-Mail: thomas.borchert@uni-leipzig.de

**Erscheinungsweise:** Monatlich

(jeweils in der 1. Hälfte des Monats)

**Bezugsbedingungen:**

Jahresabonnement (12 Ausgaben) € 63,60  
Sonderpreis für Studierende € 52,80  
Sonderpreis für Mitglieder des DSLV € 52,80  
Einzelheft € 7,- (jeweils zuzüglich Versandkosten). Mitglieder des DSLV Nordrhein-Westfalen, Hessen und Berlin erhalten sportunterricht im Rahmen ihrer Mitgliedschaft kostenfrei.

Die Abonnement-Rechnung ist sofort zahlbar rein netto nach Erhalt. Der Abonnement-Vertrag ist auf unbestimmte Zeit geschlossen, falls nicht ausdrücklich anders vereinbart. Abbestellungen sind nur zum Jahresende möglich und müssen 3 Monate vor dem 31. Dezember beim Verlag eintreffen.

Die Post sendet Zeitschriften auch bei Vorliegen eines Nachsendeantrags nicht nach! Deshalb bei Umzug bitte Nachricht an den Verlag mit alter und neuer Anschrift.

**Vertrieb:** siehe Verlag

Telefon (0 71 81) 402-124  
E-Mail: sportunterricht@hofmann-verlag.de

**Anzeigen:** siehe Verlag

Tel. (0 71 81) 402-124, Fax (0 71 81) 402-111

**Druck:**

Medienhaus Plump GmbH, Rheinbreitbach

ISSN 0342-2402

© by Hofmann-Verlag GmbH & Co. KG  
Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck nur mit ausdrücklicher Genehmigung der Redaktion und des Verlags mit Quellenangabe.

**Verlag:**

Hofmann-Verlag GmbH & Co. KG  
Postfach 1360, D-73603 Schorndorf  
Tel. (0 71 81) 402-0, Fax (0 71 81) 402-111  
E-Mail: info@hofmann-verlag.de

## Inhalt

Jg. 66 (2017) 4

**Brennpunkt** 97

**Zu diesem Heft** 98

**Beiträge**

*Arno Zeuner*  
Laufen, Springen, Werfen/Stoßen  
im Sportunterricht

Unter besonderer Berücksichtigung  
inhaltlicher und methodischer Schwer-  
punkte für die Klassen 5–6/7 und 7/8–10 100

*Barbara Haupt, Annette Worth &  
Arno Zeuner*  
Methodische und inhaltliche  
Orientierungen für den Unterricht im  
Laufen, Springen, Werfen/Stoßen 106

*Michael Pfitzner*  
Sozialer Kompetenzerwerb im  
Inhaltsbereich „Laufen, Springen,  
Werfen – Leichtathletik“ 108

*Barbara Haupt*  
(In die Weite) Springen und Werfen  
in Klasse 5 bzw. 6  
Möglichkeiten kompetenzorientierten  
Unterrichtens 113

**Buchempfehlung zum Thema  
„Laufen, Springen, Werfen/Stoßen“** 120

**Nachrichten und Informationen** 122

**Fortbildungen und Veranstaltungen aus dem DSLV** 123

**Nachrichten und Berichte aus dem  
Deutschen Sportlehrerverband** 128

**Lehrhilfen**

*Barbara Haupt*  
Planung und Gestaltung des Unterrichts-  
vorhabens „Weitspringen“ in Klasse 6 1

*Lena Ebeling & Valerie Kastrup*  
Leistung im Hochsprung optimieren  
und dokumentieren 7

*Heinz Lang*  
Was man bei Staffeln (unbedingt)  
vermeiden sollte 15

**Titelbild** *Barbara Haupt*

**Fotos** *Seite 98+103, Barbara Haupt*

## Arno Zeuner

### Laufen, Springen, Werfen/Stoßen im Sportunterricht

#### Unter besonderer Berücksichtigung inhaltlicher und methodischer Schwerpunkte für die Klassen 5–6/7 und 7/8–10

Für die Klassen 5–6/7 wird eine Einführung in grundlegende, didaktisch vereinfachte Sportdisziplinen mit dem Ziel vorgeschlagen, individuellen Leistungsfortschritt zu ermitteln, hierbei Kooperation zu beachten und Bedingungen für die Leistungsentwicklung zu reflektieren. In den Klassen 7/8–10 gewinnt die Wahl anderer Körperübungen/Disziplinen und Leistungsorientierungen bei höheren Anforderungen an Selbstständigkeit, Kooperation und Kognition an Bedeutung. Eine einleitende, kurze Literaturstudie lässt erkennen, dass inhaltliche und methodische Fragen zu diesem Bewegungsfeld wenig in die didaktische Diskussion integriert sind.

#### Running, Jumping, Throwing/Putting in Physical Education:

##### A Special Emphasis on the Contents and Methods for Grades 5 to 6/7 and 7/8 to 10

For physical education in grades 5 to 6/7 the author suggests an introduction to fundamental and instructionally simplified sport disciplines aiming toward individual improvement. Thereby both cooperation and a reflection on the conditions for the improvement in performance are important. For grades 7/8 to 10 the selection of other physical exercises/disciplines and performance guidelines gain significance on a higher level of independence, cooperation and cognition. The author's concise introductory study of related research shows that questions with respect to content and methods in track and field activities are hardly integrated into the above-mentioned instructional discussion.

## Michael Pfitzner

### Sozialer Kompetenzerwerb im Inhaltsbereich „Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik“

Anlässe zum sozialen Lernen bieten sich im Sportunterricht an vielen Stellen. Die Ergebnisse vorliegender Studien, ob diese Anlässe zu Effekten führen, sind allerdings weniger eindeutig als erhofft. In diesem Beitrag erfolgt eine Auseinandersetzung mit den Möglichkeiten sozialen Lernens im Feld von „Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik“ orientiert an Kanning's Verständnis des Erwerbs sozialer Kompetenzen.

In der Sportdidaktik wird zur Anbahnung sozialen Kompetenzerwerbs zwischen einer funktionalen Position, nach der gelingender Sportunterricht automatisch sozialerzieherische Wirkungen entfalte, und einer intentionalen Position unterschieden. Dass motorisches und soziales Lernen dabei zwingend zusammengehören ist Konsens. Anhand eines Beispiels zum Schlagwurf wird herausgearbeitet, wie Schülerinnen und Schüler in einer engen Verknüpfung sachlicher und intentionaler Reflexionsanlässe dabei unterstützt werden können, sozial kompetentes Verhalten einzuüben und damit Beiträge zum sozialen Kompetenzerwerb geleistet werden können.

#### Social Competence in the Areas of Running, Jumping and Throwing in Track and Field

There are many occasions which offer social learning in physical education. However, the results of empirical studies concerned with the effects such situations are less significant than expected. In this article the author discusses the potential of social learning in the area of "running, jumping and throwing in track and field" based on Kanning's concept of the acquisition of social competence. Studies within the instructional design of physical education distinguish between a functional position, suggesting that successful physical education automatically unfolds social-educational effects, and an intentional position. Thereby it is common sense that motor learning and social learning are strictly connected. Using the example of an overhand throw the author demonstrates how students may be supported to exercise competent social behavior by linking functional and intentional possibilities for reflections which lead toward the acquisition of social competence.

## Barbara Haupt

### (In die Weite) Springen und Werfen in Klasse 5 bzw. 6: Möglichkeiten kompetenzorientierten Unterrichtens

Ausgehend von aktuellen Orientierungen für Laufen, Springen, Werfen/Stoßen im Schulsport wird anhand eines Unterrichtsvorhabens für die Klassen 5 und 6 beschrieben, wie Kompetenzorientierung gelingen kann. Der Leistungsfortschritt der Schüler wird hierbei durch inhaltliche Akzentuierung und die Anregung zu selbstständigem Lernen mit Hilfe eines Lernheftes unterstützt.

#### The (Long) Jump and Throwing in Grades 5 and 6: Possibilities for Instruction Oriented toward Competence

Based on recent guidelines for running, jumping, throwing/putting in physical education the author offers an instructional project for grades 5 and 6 to describe how guidelines toward competency might be successful. Thereby the students' progress in performance is facilitated by an emphasis on content and the encouragement of independent learning recorded in a learning progress notebook.