



BEITRÄGE

- Gefahren von „Einseitigkeiten“
- Genetische Sportspielvermittlung in einem inklusiven Sportunterricht
- Vorstellungstraining im Sportunterricht
- Studienprojekte in der (Sport-)Lehrerbildung

LEHRHILFEN

- Ein Unterrichtsvorhaben zur Einbindung des Vorstellungstrainings in der gymnasialen Oberstufe am Beispiel des Hüftaufschwungs
- Unterrichtsvorhaben Tabata

sportunterricht



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

vereinigt mit

**KÖRPER-
ERZIEHUNG**
Das Fachmagazin für Sportlehrerinnen und Sportlehrer

Herausgegeben vom Hofmann-Verlag

Schriftleiter: Prof. Dr. Günter Stibbe

Redaktionskollegium:

Dr. Frank Bächle

Prof. Dr. H. P. Brandl-Bredenbeck

Prof. Dr. Ulrike Burrmann

Dr. Silke Haas

Dr. Barbara Haupt

Martin Holzweg (Vertreter des DSLVL)

Prof. Dr. Michael Krüger

Prof. Dr. Stefan Künzell

Prof. Dr. Jessica Süßenbach

Prof. Dr. Thomas Wendeborn

Redaktionsassistent: Dr. Sebastian Ruin

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

Dr. Sebastian Ruin

DSHS Köln, Institut für Sportdidaktik und
Schulsport, Am Sportpark Müngersdorf 6,
50933 Köln

E-Mail: sportunterricht@dshs-koeln.de

Manuskripte für die „Lehrhilfen“ an:

Dr. Frank Bächle

E-Mail: lehrhilfen@hofmann-verlag.de

Nachrichten und Informationen an:

Prof. Dr. Thomas Wendeborn

Universität der Bundeswehr München

Fakultät für Humanwissenschaften

Institut für Sportwissenschaft

Werner-Heisenberg-Weg 39, 85577 Neubiberg

E-Mail: thomas.wendeborn@unibw.de

Erscheinungsweise: Monatlich

(jeweils in der 1. Hälfte des Monats)

Bezugsbedingungen:

Jahresabonnement (12 Ausgaben) € 64,80

Sonderpreis für Studierende € 53,40

Sonderpreis für Mitglieder des DSLVL € 53,40

Einzelheft € 7,- (jeweils zuzüglich Versandkosten).

Mitglieder des DSLVL Nordrhein-
Westfalen, Hessen und Berlin erhalten sport-
unterricht im Rahmen ihrer Mitgliedschaft
kostenfrei.

Die Abonnement-Rechnung ist sofort zahl-
bar rein netto nach Erhalt. Ein Abonnement
wird für ein Jahr abgeschlossen und verlän-
gert sich um ein weiteres Jahr, wenn nicht
schriftlich bis drei Monate vor Ablauf des Be-
zugszeitraumes gekündigt wurde.

Die Post sendet Zeitschriften auch bei Vor-
liegen 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. 68 (2019) 7

Brennpunkt		289
Beiträge	<i>Arno Zeuner & Barbara Haupt</i> Gefahren von „Einseitigkeiten“	290
	<i>Dirk Neumann</i> Genetische Sportspielvermittlung in einem inklusiven Sportunterricht	296
	<i>Andrea Menze-Sonneck, Katharina Bekemeier & Cornelia Frank</i> Stell dir vor! Vorstellungstraining im Sportunterricht der Sekundarstufe II	301
Qualitätsoffensive Lehrerbildung	<i>Michael Fritschen, Torsten Kleine & Peter Wastl</i> Studienprojekte in der (Sport-)Lehrerbildung	306
Lehrhilfen	<i>Andrea Menze-Sonneck, Katharina Bekemeier & Cornelia Frank</i> Ein Unterrichtsvorhaben zur Einbindung des Vorstellungstrainings in der gymnasialen Oberstufe am Beispiel des Hüftaufschwungs	313
	<i>Michael Mertens</i> Unterrichtsvorhaben Tabata	319
Leserbrief		325
Nachrichten und Informationen		328
Fortbildungen und Veranstaltungen des Deutschen Sportlehrerverbandes		330
Nachrichten und Berichte aus dem Deutschen Sportlehrerverband		332

Titelbild

Michael Mertens

Arno Zeuner & Barbara Haupt

Gefahren von „Einseitigkeiten“ Was im Sportunterricht nicht passieren sollte

*Eine antinomische Betrachtungsweise, die sich auf didaktisch-methodische Spannungsfelder (lehrerzentriert, schülerorientiert) und Extreme bezieht, ermöglicht die Diskussion von Vereinseitigungen in der Unterrichtsgestaltung, die zu Fehlern tendieren. Da Extreme für Schüler*innen eine demotivierende Wirkung haben, kann ihre Kennzeichnung einen bislang evtl. unterschätzten Beitrag für einen erziehenden Unterricht leisten. Folgende Themen werden berücksichtigt: „Nutzung der Unterrichtszeit für Bewegung“, „Berücksichtigung von Vielfalt an Körperübungen und Methoden“, „Bewegungslernen“, „Gesundheitsbezogene Fitness“ und „soziales Lernen“.*

The Risks of One Sidedness: What to Avoid in Physical Education

An antinomic analysis based on instructional and methodological conflict areas (a teacher's versus a student's view) and extreme positions makes possible the discussion of instructional one-sided tendencies which could lead to mistakes. Due to the fact that extremes have a demotivating effect on students, identifying them might contribute to a thus far possibly underestimated aspect of educational instruction. The following topics are included: "Using instructional time for movement;" "Considering diversified physical exercises and methods;" "Learning movement skills;" "Health oriented fitness" and "Social learning."

Dirk Neumann

Genetische Sportspielvermittlung in einem inklusiven Sportunterricht

Das Konzept der genetischen Sportspielvermittlung eignet sich in besonderem Maße für inklusive Lerngruppen, um dort im Sinne von Selbsttätigkeit und Kooperationsfähigkeit allgemeine Spielfähigkeit zu vermitteln und gemeinsames Spielen so zu inszenieren, dass alle gemeinsam an einer Aufgabe arbeiten können und dabei alle gemäß Ihren individuellen Fähigkeiten gefordert sind.

The Genetic Concept for Teaching Sport Games Within Inclusive Physical Education

The genetic concept for teaching sport games is especially suitable for inclusive learning groups in order to teach the general ability of playing. The teaching processes are based on the students' active participation and cooperation and teachers encouraging playing together in a way that everyone is included in solving a task according to their individual abilities.

Andrea Menze-Sonneck, Katharina Bekemeier & Cornelia Frank

Stell dir vor! Vorstellungstraining im Sportunterricht der Sekundarstufe II

Für den Bereich des Leistungssports gilt Vorstellungstraining als zentrale mentale Trainingsform, die das Erlernen motorischer Fertigkeiten wirkungsvoll unterstützen kann. Ausgehend von den lerntheoretischen Grundlagen des Vorstellungstrainings zeigt der folgende Beitrag auf, wie Vorstellungstraining in den Sportunterricht der gymnasialen Oberstufe integriert und didaktisch legitimiert werden kann. Konkret wird am Beispiel einer Unterrichtsreihe zum Hüftaufschwung in den Lehrhilfen dieser Ausgabe vorgestellt, wie Vorstellungstraining im Sportunterricht einer elften Klasse umgesetzt werden kann. Der Beitrag endet mit einer Gegenüberstellung von Chance und Grenzen des Einsatzes von Vorstellungstraining im Sportunterricht.

Imagine! Mental Training in High School Physical Education Classes

In high performance sports mental training is taken as an important mental exercise to effectively facilitate the acquisition of motor skills. Based on theoretical learning concepts of mental training the authors elaborate on how mental training exercises can be integrated into and instructionally justified for high school physical education classes. In an instructional sequence for the upward hip circle published in the "Teaching Aids" section of this journal, the authors exemplarily offer a mental training program for eleventh graders in physical education. Finally the authors discuss the possibilities and limits of applying such a program in physical education.

Michael Fritschen, Torsten Kleine & Peter Wastl

Studienprojekte in der (Sport-)Lehrerbildung. Innovation in der Uni – Transfer in die Schule?

Projektorientiertes Lehren und Lernen gilt in Schule und Hochschule als zukunftsfähiges Konzept. Dieser Beitrag beschreibt die Ausgestaltung von Studienprojekten im Lehramtsstudium Sport. Anhand der Ergebnisse des Forschungsvorhabens „Sportfabrik“ analysiert er den Erwerb sportwissenschaftlicher, fachdidaktischer und bildungswissenschaftlicher Kompetenzen innerhalb dieser projektorientierten Lehrveranstaltungen und deren Nachhaltigkeit für die berufliche Tätigkeit in der Schule.

Study Projects in (Physical Education) Teacher Training: Innovations at University and a Transfer to Schools?

Project oriented teaching and learning is considered to be a promising concept for the future of schools and universities. This article describes the arrangement of study projects contained in the physical education teacher training. Based on the results of the research study "Sportfabrik", the acquisition of sport scientific, didactical and educational competences within these project oriented seminars and their sustainability for the profession of teaching at schools are analysed.