

BEITRÄGE

- „Auf Augenhöhe mit den anderen Fächern“ – Die Pädagogischen Lesungen in der DDR im Bereich des Schulsports und ihre Reflexion
- Perspektiven der Bewegungs- und Gesundheitsförderung im Ganzttag
- Das Bewegungsfeld „Gesundheitsförderung“ in der Berufsschule

LEHRHILFEN

- Atmung und Yoga – gegen den Alltagstress
- Yoga – (sportlich) entspannen



vereinigt mit



Redaktionsleitung:

Prof. Dr. Thomas Wendeborn

Redaktionskollegium:

Dr. Frank Bächle

Prof. Dr. H. P. Brandl-Bredenbeck

Prof. Dr. Ulrike Burmann

Dr. Silke Haas

Dr. Barbara Haupt

Martin Holzweg (Vertreter des DSLV)

Prof. Dr. Michael Krüger

Prof. Dr. Stefan Künzell

Prof. Dr. Sebastian Ruin

Prof. Dr. Jessica Süßenbach

Manuskripte für den Hauptteil an:

Prof. Dr. Thomas Wendeborn

Universität des Saarlandes

Sportwissenschaftliches Institut

Campus Gebäude B8.2, 66123 Saarbrücken

redaktion@hofmann-verlag.de

Besprechungsexemplare und

Besprechungen an:

Prof. Dr. Sebastian Ruin

Universität Graz

Institut für Sportwissenschaft

Mozartgasse 14, A-8010 Graz

E-Mail: sebastian.ruin@uni-graz.at

Manuskripte für die „Lehrhilfen“ an die

Redaktionsleitung „Lehrhilfen“:

Dr. Frank Bächle

E-Mail: lehrhilfen@hofmann-verlag.de

Nachrichten und Informationen an:

Prof. Dr. Thomas Wendeborn

Universität des Saarlandes

Sportwissenschaftliches Institut

Campus Gebäude B8.2, 66123 Saarbrücken

thomas.wendeborn@uni-saarland.de

Erscheinungsweise: Monatlich

(jeweils in der 1. Hälfte des Monats)

Bezugsbedingungen:

Jahresabonnement (12 Ausgaben) € 67,80

Sonderpreis für Studierende € 55,80

Sonderpreis für Mitglieder des DSLV € 55,80

Einzelheft € 8,- (jeweils zuzüglich Versandkosten).

Mitglieder des DSLV 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:

Plump Druck & Medien 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

Brennpunkt

97

Beiträge

Juliane Lanz

„Auf Augenhöhe mit den
anderen Fächern“

Die Pädagogischen Lesungen in der
DDR im Bereich des Schulsports und
ihre Reflexion

98

Marcel Rudolf & Heidemarie Keller

Perspektiven der Bewegungs- und
Gesundheitsförderung im Ganzttag

104

André Herz

Das Bewegungsfeld
„Gesundheitsförderung“
in der Berufsschule

111

Lehrhilfen

*Niklas Kramer, Joana Brintrup &
Claas Wegner*

Atmung und Yoga –
gegen den Alltagstress

117

Christa Frings

Yoga – (sportlich) entspannen

121

Bericht

Marcel Klemm

Vom Stadtradeln zum Schulradeln

131

Leserbriefe

135

Nachrichten und Informationen

139

Fortbildungen und Veranstaltungen des Deutschen Sportlehrerverbandes

140

Nachrichten und Berichte aus dem Deutschen Sportlehrerverband

144

Titelbild

© LSB NRW | Foto: Andrea Bowinkelmann

Juliane Lanz

**„Auf Augenhöhe mit den anderen Fächern“
Die Pädagogischen Lesungen in der DDR im Bereich des Schulsports und ihre Reflexion
durch Lehramtsstudierende im Fach Sport**

In einem Lehrforschungsprojekt werden die Pädagogischen Lesungen der DDR ausgewertet. Diese wurden von Lehrkräften als Unterrichtsvorschläge verfasst. Für den Schulsport sind 300 Dokumente überliefert, die einen praxisnahen Blick ermöglichen und u. a. zeigen, wie mit hoher intrinsischer Motivation und Pragmatismus der Alltag an der DDR-Schule funktionierte. Für die Studierenden des Lehramts Sport ergibt sich daraus sowohl ein Berufsbezug als auch ein Anlass zur wissenschaftlichen und historischen Reflektion.

**“At Eye-Level with Other Subjects”
Pedagogical Readings about Physical Education in the German Democratic Republic (GDR) and
the Assessments of Students Studying Physical Education**

In the frame of a teaching research project the author describes the evaluation of the pedagogical readings material from the GDR, which teachers had written as lesson plans. About 300 documents on sport in schools allow a close look at the practice of teaching and, in addition to other areas, how the daily instruction in GDR schools was based on a high level of intrinsic motivation and pragmatism. For physical education students this research provides both a reference for their profession as well as a possibility for scientific and historical reflection.

Marcel Rudolf & Heidemarie Keller

**Perspektiven der Bewegungs- und Gesundheitsförderung im Ganztag
Ein Modell zur Verzahnung unterrichtlicher und außerunterrichtlicher Angebote im Ganztag**

Die Lebenswelt – und insbesondere die Bewegungswelt – von Kindern und Jugendlichen verlagert sich besonders in Ganztagschulen zunehmend in den schulischen Raum. Der Beitrag zeigt hierfür strukturelle Ansätze zur Bewegungs- und Gesundheitsförderung und deren Verankerung in der Schulkonzeption am Beispiel der Gesamtschule Niederwalgern (GSN) im Landkreis Marburg-Biedenkopf auf. Zentrales Merkmal ist die gelingende Verzahnung unterrichtlicher und außerunterrichtlicher Angebote in der Gesundheits- und Bewegungsförderung. Erklärtes Ziel ist die Bündelung regionaler Ressourcen und die Integration der unterschiedlichen Kompetenzen bisher weitgehend getrennt arbeitender Bildungsbereiche in einem gemeinsamen Kompetenzzentrum für Sport und Gesundheit. So wird eine nachhaltige Bewegungs- und Gesundheitsförderung Hand in Hand mit Sport- und Talentförderung im schulischen Setting gewährleistet.

**Perspectives on Promoting Movement and Health at All-Day Schools
A Concept for Coordinating Instructional and Additional Offers at All-Day Schools**

Especially at all-day schools, life for children and adolescents in general – and particularly their world of movement – is increasingly shifting toward the school context. With respect to this change and exemplified by the comprehensive school Niederwalgern in the county of Marburg-Biedenkopf, the authors present concepts for facilitating movement and health within the school context. Their focal characteristic is the coordination of instructional and additional offers facilitating movement and health with the intention of funneling regional resources and integrating different areas of competence from various educational institutions (which were hitherto on their own) into an inclusive competence center for sport and health. Thereby the authors want to ensure a sustainable approach for promoting movement and health and facilitating competitive sports in the school context.

André Herz

**Das Bewegungsfeld „Gesundheitsförderung“ in der Berufsschule
Ein methodischer Ansatz**

Mit der Einführung der neuen Lehrpläne und deren Strukturierung in Bewegungsfelder wurde deutlich, dass praxisbedeutsame Formulierungen bezüglich der Methodiken fehlen. Im vorliegenden Beitrag wird für das Bewegungsfeld „Gesundheitsförderung“ des Sportunterrichts an der Berufsschule ein methodisches Vorgehen dargestellt. Dieses ist stufenspezifisch angelegt, berücksichtigt Sach- und Schülerorientierung und enthält Vorschläge zur Planung, Umsetzung und Zensierung.

**“Facilitating Health” as One Movement Area of Physical Education at Vocational Schools
An Instructional Concept**

The introduction of the new curricula and their structure into movement areas for physical education made the lack of instructional descriptions for teaching methods obvious. The author presents an instructional concept for the movement area of health facilitation at vocational schools. Thereby he distinguishes different levels of competence, considers the orientation toward the subject matter as well as the student and offers suggestions for planning, executing and evaluating instructional aspects.