

Rezension in der Zeitschrift „Sport Praxis“ 3+4/2017

Gerd Thienes & Martin Baschta

Training im Schulsport

Schorndorf: Hofmann, 2016. 336 Seiten.

ISBN 978-3-7780-4910-5. € 34,90

Was lange währt, wird endlich wahr: Nachdem die sportwissenschaftliche Debatte über Training im Schulsport bereits 1978 begann, sind in den vergangenen fast 40 Jahren immer wieder Anläufe unternommen worden, dieses kontrovers diskutierte Thema in seiner ganzen Komplexität anzugehen; dies ist bis zum Erscheinen dieses Buches nie wirklich gelungen. Insofern ist den beiden Herausgebern Gerd Thienes und Martin Baschta zu gratulieren, dass sie mit Ihrem Autorenkonsortium das Thema Training im Schulsport aus der Perspektive verschiedener sportwissenschaftlicher Teildisziplinen und Blick auf die wichtigsten motorischen Hauptbeanspruchungsformen ausführlich bearbeiten.

Das Buch ist in vier Teile gegliedert. Im ersten Teil betrachten die beiden Herausgeber die Thematik sowohl aus Sicht der Sportpädagogik als auch der Trainings- und Bewegungswissenschaft. Dem folgen in Teil 2 sportpädagogi-

sche Orientierungen, die Training im Schulsport aus sportpädagogischer und sportdidaktischer Perspektive sowie im Spiegel aktueller Lehrpläne analysieren. In Teil 3 werden die trainingswissenschaftlichen Grundlagen gelegt, indem der sportwissenschaftliche Kenntnisstand zu jeder motorische Hauptbeanspruchungsform in einem Kapitel aufgearbeitet wird. Schließlich verfolgt Teil 4 das Ziel, die Verbindung von Theorie und Praxis zu realisieren: Im Rahmen von je einem Kapitel werden trainingspraktische Beispiele für sämtliche konditionellen Fähigkeiten und die Koordination beschrieben, wobei die Autoren unterschiedliche Schwerpunkte legen.

Fazit: Gerd Thienes und Martin Baschta ist es in Kooperation mit einem 15-köpfigen Autorenteam gelungen, die Thematik Training im Schulsport detailliert und aktuell aufzuarbeiten, wobei insbesondere die gelungene Theorie-Praxis-Verknüpfung hervorzuheben ist. Zu wünschen ist, dass dieses Buch zum einen den Weg in die Schulsportpraxis findet und dort Training, aber auch Trainingsbildung wieder zu einem wichtigen Thema macht. Zum anderen wird außerdem die Möglichkeit eröffnet, dass die Debatte über Training im Schulsport, die von den beteiligten sportwissenschaftlichen Teildisziplinen sehr zögerlich geführt wird und von gegenseitigen Berührungängsten geprägt ist, wieder auflebt.

Rezension in der Zeitschrift „Sportpädagogik“ 2/2017

Gerd Thienes/Martin Baschta
Training im Schulsport
2016. 336 Seiten
ISBN 978-3-7780-4910-5
€ 34.90

Training im Schulsport

Es geht in diesem Band zum einen um die Darstellung sportpädagogischer und sportdidaktischer Perspektiven auf das Training im Schulsport. Zum anderen wird der aktuelle Erkenntnisstand zu den trainings- und bewegungswissenschaftlichen Grundlagen dokumentiert. Auf dieser Basis werden praktische Beispiele zur inhaltlichen und methodischen Umsetzung eines ebenso trainingswissenschaftlich fundierten wie sportpädagogisch begründeten Trainierens im Schulsport beschrieben.

Mit dieser Zusammenstellung der fachwissenschaftlichen Grundlagen, empirischen Befunde und unterrichtspraktischen Umsetzungen wollen die Autoren Ansatzpunkte für die weitere Thematisierung eines schulsportlichen Trainings sowohl im sportwissenschaftlichen Diskurs als auch im Entwicklungsprozess zum innovativen und guten Sportunterricht liefern.

Training im Schulsport

Gerd Thienes & Martin Baschta:
Training im Schulsport
 Schorndorf 2016: Hofmann
 ISBN 9-783778-049105
 336 Seiten; € 34,90

Für die einen mag die Antwort klar sein, andere mögen der Frage mit Skepsis begegnen: Hat Training im Schulsport (wieder) Konjunktur? Der neue Sammelband von Prof. Dr. Gerd Thienes und Dr. Martin Baschta mit 15 Beiträgen könnte in diesem Fall eine solche Konjunktur weiter beflügeln. Die Beiträge laden zur Lektüre über „Training im Schulsport“ ein und stellen zugleich für amtierende Sportlehrkräfte einen willkommenen Anlass dar, die (eigenen) Vorbehalte und Möglichkeiten für Training im Schulsport auf den Prüfstand zu stellen und sich dabei geeigneter Anlässe im Schulsportalltag (neu) zu vergewissern. Anspruchsvolle Trainingsreize dafür liefern die im Buch enthaltenen Aufsätze allemal. Über die wechselvolle Geschichte des Für und Wider von Training im Schulsport klärt uns Prof. Dr. Albrecht Hummel (Uni Chemnitz) zu Beginn des Buches gut auf. Der langjährige Vorsitzende des (verlagsseitigen) Redaktionsausschusses

der Reihe „Beiträge zur Lehre und Forschung im Sport“ (Verlag Hofmann, Schorndorf), in der das Werk als Band Nr. 191 erschienen ist, hat das dreiseitige Vorwort verfasst. Demnach war Training im Schulsport lange – von dem sogenannten Intensivierungskonzept in der DDR abgesehen – gekennzeichnet durch ein schlechtes pädagogisches Image bzw. von pädagogischer Anspruchslosigkeit, die „in die Nähe stupider, freudloser Handlungsvollzüge und eines schematischen, affirmativen Abrichtens von Kindern und Jugendlichen“ geriet. Anders ausgedrückt: Systematisches Training mit langfristigem Leistungsaufbau war bzw. ist allenfalls das Kerngeschäft von Sportvereinen, gehört(e) aber nicht in den Schulsport!

Sport für alle

Hummel attestiert dem Training im Schulsport inzwischen allerdings eine geradezu dynamische Entwicklungsoffenheit. Diese spiegelt sich darin wider, dass es zu einer Expansion der außerschulischen Fitnesskultur hierzulande und anderswo gekommen ist, der sich auch der Schulsport in kritisch-konstruktiver Perspektive stellen muss. Hinzu kommt, dass die Trainingswissenschaft selbst inzwischen einen offenen und weiter gefassten Trainingsbegriff propagiert, der nahezu alle Bereiche von Bewegung, Spiel und Sport ganz im Sinne eines „Sport für alle“ betrifft und sich damit in gleicher Weise an alle Alters- und Adressatengruppen richtet. Das wiederum bedeutet, dass ein gesundheitsförderliches, selbstständiges Training auch in der Schule daher kommen kann, zumal wenn es mit kritischer Reflexion der außerschulischen Anbieter und Angebote einhergeht. Damit ist grob das pädagogische Anliegen der Buchbeiträge für „Training im Schulsport“ angedeutet, das sich wie ein roter Faden durch den Band zieht.

Nach dem kurzen und ebenso kurzweiligen Vorwort von Hummel gliedert sich das Buch in vier große Teile, bei denen eine schlichte Einleitung mit drei Beiträgen inhaltlich am Anfang steht. Hier äußern sich zuerst Gerd Thienes und Martin Baschta auf gut zwei Seiten „Zu diesem Buch“ (Titel des ersten Beitrages), bevor der eine (Baschta) pädagogische Argumente, didaktische Konzepte und eine curriculare Einordnung zum Training im Schulsport vorträgt und der andere Training im Schulsport aus der Sicht der Trainings- und Bewegungswissenschaft skizziert.

Grundlagen und Beispiele

Um „Sportpädagogische Orientierungen“ (Überschrift) geht es im zweiten Teil mit zwei Beiträgen, darunter jener von Martin Baschta, in dem er eine Analyse des Bewegungsfeldes Fitness anhand aktueller Lehrpläne aller 16 Bundesländer für das Fach Sport vorstellt. Im dritten Teil des Buches geht es um „Trainingswissenschaftliche Grundlagen“ – hier mit insgesamt fünf Beiträgen, deren thematische Berechtigung sich allein aus sachlogischen Gründen nahezu von selbst erklärt. Es wird nämlich der Reihe nach referiert über Ausdauertraining, über Beweglichkeitstraining, über Koordinationstraining, Krafttraining und Schnelligkeitstraining.

Der Band schließt in Teil vier mit praktischen Beispielen für den Unterricht in unserem Fach. Wiederum fünf Sequenzen sind hier enthalten. Die Beiträge folgen abermals den Inhalten, die im Abschnitt vorher aus trainingswissenschaftlicher Sicht als Grundlagen vorgestellt wurden, nur die Autorinnen und Autoren sind größtenteils andere Personen. Die praktischen Beispiele sind keine fertigen Trainingseinheiten für den Sportunterricht, sie sollen aber gemäß Einleitung (S. 13) Vorlagen für die „verschiedenen Schulstufen,

von der Primarstufe über den Sekundarbereich bis hin zum Berufsschulsport“ sein. Der Band wird mit zwei Verzeichnissen abgeschlossen: einem kompletten Literaturverzeichnis mit den Angaben zu allen Beiträgen und einem Autorenverzeichnis mit knappen berufsbiografischen Angaben einschließlich der aktuellen Arbeitsschwerpunkte der vier Kolleginnen und der 13 Kollegen, die hier mit Aufsätzen vertreten sind.

Alles über Ausdauertraining

Da aus Platzgründen eine Würdigung aller Beiträge nicht möglich ist, soll stellvertretend jeweils ein Beitrag aus den drei großen Kapiteln nach der Einleitung näher beleuchtet werden. Ein Blick in die Analyse des schulischen Bewegungsfeldes Fitness von Martin Baschta (in Kap. II über „Sportpädagogische Grundlagen“) verrät, dass das Bewegungsfeld Fitness mittlerweile in allen landesweiten Lehrplänen thematisiert wird und ihm – wie er am Ende seines Beitrags als ein Fazit hervorhebt – „eine übergeordnete Stellung“ zukommt. Baschta listet dazu in alphabetischer Reihenfolge die wichtigsten Fundstellen aus den einschlägigen Lehrplänen und Richtlinien Sport aus sämtlichen Bundesländern von Baden-Württemberg über Nordrhein-Westfalen bis Schleswig-Holstein auf.

Das dritte Kapitel über „Trainingswissenschaftliche Grundlagen“ wird eingeleitet mit dem Aufsatz zum „Ausdauertraining im Schulsport“ von Prof. Dr. Kuno Hottenrott (Uni Halle-Wittenberg) und Prof. Dr. Thomas Gronwald (Hochschule für Gesundheit & Sport, Technik & Kunst Berlin) – beide ausgewiesene Experten mit zahlreichen Publikationen auch zur Ausdauerschulung im Schulsport und zudem das einzige Autorengespann, das neben einem Grundlagenbeitrag zusätzlich auch mit einem Praxisbeispiel zum gleichen Thema im Band vertreten ist. Der Grundlagenbeitrag räumt auf mit der angeblichen Zurückhaltung von Sportlehrkräften, was das Thema Ausdauer im Sportunterricht angeht, und ermutigt uns allein

aufgrund der energetisch-physiologischen Leistungsvoraussetzungen und Anpassungen dazu, „verstärkt die dringend notwendige Ausdauer-schulung im Kindes- und Jugendalter in den Schulsportunterricht zu integrieren“ (S. 97) – immer vielseitig und kompetenzorientiert. Im Kern werden im Beitrag verschiedene Ausdauer-tests (inklusive des Cooper-Tests) mit Möglichkeiten der Leistungsbewertung vorgestellt, bevor der Beitrag mit Hinweisen zur Methodik des Ausdauertrainings einschließlich der Belastungsnormative schließt.

Koordination in Theorie und Praxis

Aus dem vierten Kapitel sei der Aufsatz von Gabriel Duttler (Uni Würzburg) und Thomas Leffler ausgewählt, der gemäß Überschrift Beispiele enthält, Koordination zu trainieren, und zwar als „Theorie-Praxis-Verbindung am Beispiel Fußball“. Dabei stellt sich sogleich die Frage, ob das, was hier für das Fußballspiel ausgewiesen wird, nicht auch leicht modifiziert genauso für andere Ballspiele hinsichtlich der koordinativen Anforderungen übertragen werden kann. Insofern hat der Beitrag unter Umständen eine mehrwertige Funktion, die sogar noch in eine ganz andere Richtung ausgelegt werden kann. Im Kern folgen die Beispiele den Schulstufen: Zunächst geht es um das allgemeine Koordinationstraining in der Primarstufe im Stundenverlauf, wozu sieben Übungen einschließlich mehrerer Variationsmöglichkeiten und jeweils mit Nennung der bevorzugten koordinativen Fähigkeit aufgeführt werden – ein Beispiel ist das „Liniendribbeln“, bei dem insbesondere die Orientierungsfähigkeit angesprochen wird, oder später das simultane „Wandpassen“ zur Rhythmisierungsfähigkeit. Das folgende spezifische Koordinationstraining wird auf die Sekundarstufe fokussiert und enthält Übungen wie „Hahnenkampf“ zur Verbesserung der Gleichgewichtsfähigkeit, wobei der (Fuß-)Ball erst als eine von mehreren angegebenen Variationsmöglichkeiten hinzukommt.

Diese spezifische Koordinationsschulung geht über in die situationsbezogene Koordinationsschulung, die ebenfalls der Sekundarstufe (I oder II?) vorbehalten ist. Hier geht es vor allem um (vielen bekannte?) Spiele wie „Bewegliches Tor“ (für das Orientieren), „Mehrball“ (für das Differenzieren), „Fußball mit Football“ (für das Reagieren) oder „Nummernball“ (für das Rhythmisieren). Eine Fußnote: Inwieweit ein Praxisbeitrag mit dem vorhergehenden Grundlagenbeitrag korrespondiert bzw. mit ihm verknüpft sein kann, bleibt mehr oder weniger offen. Jedenfalls nehmen die beiden Autoren z. B. nicht explizit Bezug auf die Ausführungen zum Koordinationstraining von Prof. Dr. Stefan König (Pädagogische Hochschule Weingarten), der sich ebenso auf das sogenannte fähigkeitsorientierte Modell der Koordination (u. a. nach Hirtz) bezieht, das auch im Praxisbeitrag zugrunde gelegt bzw. zitiert wird. So steht jeder Beitrag für sich – Vorteil: Man kann mit der Lektüre überall einsteigen.

Die Beiträge sind im Wesentlichen von Kolleginnen und Kollegen aus Instituten für Sportwissenschaft der Universitäten geschrieben, sieht man einmal von Martin Baschta selbst ab, der jetzt als Fachmoderator für Sport und Freizeit an Gesamtschulen in Niedersachsen tätig ist. Mit Thomas Leffler ist sogar ein „Lehrer an einer Oberschule in Niedersachsen“ dabei. Ob er auch das Fach Sport unterrichtet, erfahren wir im Autorenverzeichnis nicht – aber sportpädagogische Fragen zum Bewegungsfeld Kämpfen zählen auf jeden Fall zu seinen Arbeitsschwerpunkten. Martin Baschta und Gerd Thienes, der eine Professur für Trainings- und Bewegungswissenschaft an der Georg-August-Universität in Göttingen innehat, haben sechs Beiträge im Band selbst geschrieben bzw. an ihnen mitgewirkt. Dass sie auch als Herausgeber fungieren, erfährt man allerdings nur, wenn man den hinteren Klappentext zum Buch aufmerksam studiert. Dank dafür gebührt ihnen jedoch allemal!

PROF. DR. DETLEF KUHLMANN