

Rahmenrichtlinien für

Sportförderunterricht

An der Überarbeitung der Rahmenrichtlinien für Sportförderunterricht waren die nachstehend genannten Damen und Herren beteiligt:

Dr. Peter Gaschler, Hildesheim

Christa Lauenstein, Braunschweig

Reinhard Liebisch, Wiesbaden

Björn Pokar, Osnabrück

Christoph Schieb, Bad Münder

Susanne Maack, Neuenkirchen

Prof. Dr. Renate Zimmer, Osnabrück

Die Ergebnisse des gesetzlich vorgeschriebenen Anhörungsverfahrens sind berücksichtigt worden.

Herausgegeben vom Niedersächsischen Kultusministerium (2003)

30159 Hannover, Schiffgraben 12

Druck und Vertrieb:
Niedersächsisches Landesinstitut für
Schulentwicklung und Bildung (NLI)
Keßlerstraße 52
31134 Hildesheim

Nachbestellungen richten Sie bitte an das NLI (05121 1695-276, bonin@nibis.de)

Preis: € 1,30 zuzüglich Versandkosten

Inhalt	Seite
1 Grundsätze zum Sportförderunterricht	5
1.1 Didaktische Grundlagen	5
1.2 Aufgaben und Ziele	7
1.3 Zielgruppe	9
1.4 Vermittlung	9
2 Inhaltsbereiche	11
2.1 Wahrnehmungsförderung	11
2.1.1 Auditive Wahrnehmung	11
2.1.2 Visuelle Wahrnehmung	12
2.1.3 Taktile Wahrnehmung	12
2.1.4 Kinästhetische Wahrnehmung	13
2.1.5 Vestibuläre Wahrnehmung	13
2.2 Motorische Förderung	14
2.2.1 Koordination	14
2.2.2 Haltung	14
2.2.3 Ausdauer	15
2.3 Soziale, emotionale, kognitive Förderung	16
2.3.1 Kontakt aufnehmen und kooperieren	16
2.3.2 Sich einfühlen	16
2.3.3 Konflikte lösen	17
2.3.4 Den Körper erfahren	17
2.3.5 Sich entspannen	18
2.3.6 Risiken eingehen, Abenteuer erleben	18
2.3.7 Selbstständig handeln	19
2.3.8 Material erfahren	19
2.4 Bewegungskultur	20
3 Unterrichtsorganisation	21
4 Auswahl von Schülerinnen und Schülern	22

1 Grundsätze zum Sportförderunterricht

Gesellschaftliche Veränderungen sowie pädagogische und bewegungserzieherische Neuorientierungen haben eine Überarbeitung der „Rahmenrichtlinien für Sportförderunterricht“ notwendig gemacht. Sie ersetzen die „Rahmenrichtlinien für Schulsonderturnen/Sportförderunterricht“ von 1985 und berücksichtigen die „Grundsätze und Bestimmungen für den Schulsport“¹, die Empfehlung der Kultusministerkonferenz „Grundsätze für die Durchführung von Sportförderunterricht sowie für die Ausbildung und Prüfung zum Erwerb der Befähigung für das Erteilen von Sportförderunterricht“² wie auch die Empfehlung der Kultusministerkonferenz zur Intensivierung des Sportförderunterrichts³.

Sportförderunterricht wird zusätzlich zum Sportunterricht erteilt. Auf Grund besonderer Entwicklungsbedingungen und -möglichkeiten von Kindern findet er vorwiegend im Primarbereich sowie in den Schuljahrgängen 5 und 6 statt⁴. Unter Beachtung der körperlichen, motorischen und psycho-sozialen Voraussetzungen Heranwachsender sind die vorliegenden Rahmenrichtlinien auch eine Orientierungshilfe bei bewegungs- und sportbezogenen Fördermaßnahmen für ältere Schülerinnen und Schüler.

1.1 Didaktische Grundlagen

Sportförderunterricht ist eine Fördermaßnahme der Schule auf der Grundlage von Bewegung und Sport. Er orientiert sich an wissenschaftlichen Erkenntnissen und davon abgeleiteten Konzepten.

Wahrnehmung und Bewegung sind in ihrer wechselseitigen Verschränkung von elementarer Bedeutung für die kindliche Persönlichkeitsentwicklung. Durch sie lernt das Kind unter anderem, seine Fähigkeiten und sein Verhalten einzuschätzen. Gleichfalls erwirbt es die Fähigkeit, sich den materiellen Gegebenheiten der Umwelt anzupassen und diese seinen Vorstellungen entsprechend zu verändern. Bewegung ist ebenso eine wesentliche Kommunikationsform, über die das Kind Kontakt zu seinen Mitmenschen aufnimmt und sich ihnen mitteilt. Die dabei mit der eigenen Person, mit anderen und mit der materiellen Umwelt gewonnenen Erfahrungen bilden die Grundlage jeder Identitätsentwicklung.

Positive Bewegungserfahrungen der Kinder tragen dazu bei, dass diese ein stabiles, realistisches und leistungszuversichtliches Selbstkonzept aufbauen.

**Bedeutung von
Wahrnehmung und
Bewegung für die
Persönlichkeitsentwicklung**

¹ Niedersächsisches Kultusministerium: Grundsätze und Bestimmungen für den Schulsport, Hannover 1998

² Beschluss der Kultusministerkonferenz vom 26.2.1982 i.d.F. vom 17.9.1999, SVBl. 2000, S. 244

³ „Empfehlung zur Intensivierung des Sportförderunterrichts“, Beschluss der Kultusministerkonferenz vom 3./4. Dezember 1992

⁴ Niedersächsisches Kultusministerium: Grundsätze und Bestimmungen..., a.a.O., S. 36

Psychomotorik	Der Persönlichkeitsentwicklung und deren Förderung kommen in der Psychomotorik zentrale Bedeutung zu. Dabei wird Bewegung in einem umfassenden Verständnis als wesentliches Medium der Anbahnung und Unterstützung von Entwicklungsprozessen betrachtet.
Grundbedürfnisse von Kindern	Für eine harmonische Persönlichkeitsentwicklung ist die Berücksichtigung von Grundbedürfnissen der Kinder Voraussetzung. Empathie, Wertschätzung, Anregung und Selbstverwirklichung bilden in diesem Sinne die Grundlage von schulischen Fördermaßnahmen, die das Kind in den Mittelpunkt stellen.
Kindsein heute	Die Entwicklung der Kinder und Jugendlichen wird von ihren Lebensbedingungen bestimmt. Bewegungsmangel, Verlust an Selbsttätigkeit und einseitige Sinneserfahrungen werden gegenwärtig aus motorischer Sicht als die auffälligsten Merkmale von heutiger Kindheit genannt. Kinder, die aus diesen Gründen in ihrer Entwicklung beeinträchtigt bzw. gefährdet sind, benötigen Fördermaßnahmen im Sinne einer „Entwicklungshilfe“.
Gesundheit	In einem ganzheitlichen Verständnis bestimmen in enger Wechselwirkung körperliche, psychische, soziale und ökologische Dimensionen die menschliche Gesundheit. Wurde bislang das Nachdenken über Gesundheit von der Frage geprägt, was Menschen krank werden lässt, rückt nun die Frage nach der Entstehung von Gesundheit in den Vordergrund. Im Salutogenese-Modell wird sie als ein ständiger Balanceprozess beschrieben. Gesundheitsförderung zielt demnach auf den Aufbau von Schutzfaktoren, die Gesundheit trotz vielfältiger Belastungen erhalten bzw. stärken (z. B. positives Selbstkonzept, soziale Unterstützung, Leistungsfähigkeit des Herz-Kreislauf-Systems).
Biologisch-medizinische Aspekte	Die Leistungsfähigkeit des Organismus ist unter anderem von Art und Umfang der Bewegung abhängig. Vielfältige und häufige Bewegungsreize fördern die Bewegungskoordination, den Aufbau des Haltungs- und Bewegungsapparates und regen das Herz-Kreislauf-System sowie den Stoffwechsel an.

1.2 Aufgaben und Ziele

Zentrales Anliegen des Sportförderunterrichts ist die Bewegungsförderung. Er übernimmt die Aufgabe der ganzheitlichen Förderung von Kindern mit motorischen und psycho-sozialen Auffälligkeiten mit dem Ziel, einen Beitrag zur Unterstützung, Stabilisierung und Harmonisierung ihrer Persönlichkeit zu leisten.

Darüber hinaus ist der Sportförderunterricht ein wichtiger Baustein der Gesundheitsförderung und der Freizeiterziehung. Durch Aufbau und Stärkung personaler, sozialer und körperlicher Gesundheitsressourcen strebt er an, ein dem Entwicklungsstand angemessenes Verständnis von Gesundheit herzustellen. Er kann dazu beitragen, dass Kinder Bewegung als ein bedeutsames Element der Freizeitgestaltung annehmen.

Grundlegend für den Sportförderunterricht ist, unter Berücksichtigung der Bedürfnisse sowie der psycho-sozialen und motorischen Voraussetzungen der Kinder gleichwertig motorische, soziale, emotionale und kognitive Ziele zu verwirklichen.

Aus motorischer Sicht ist es vordringliches Ziel des Sportförderunterrichts, das natürliche Bewegungsbedürfnis von Kindern zu erhalten bzw. wieder Freude an Bewegung zu wecken. Das Ermöglichen vielfältiger positiver Körper- und Bewegungserfahrungen ist hierfür Voraussetzung.

Weiterhin zielt er auf Entwicklung der Wahrnehmungsfähigkeit sowie auf Erhöhung der individuellen koordinativen und konditionellen Leistungsfähigkeit. Hierbei werden biologisch-medizinische Aspekte berücksichtigt.

Die Vermittlung sportmotorischer, freizeitorientierter und künstlerisch-ästhetischer Fertigkeiten eröffnet den Kindern Zugänge zur Bewegungskultur in ihrer Schule und Freizeit.

Die Schülerinnen und Schüler lernen im Sportförderunterricht, soziale Beziehungen einzugehen und verantwortlich zu gestalten. Ziele sind hierbei die Erhöhung der sozialen Sensibilität und Empathie, der Toleranz und Rücksichtnahme, der Kontakt- und Kooperationsfähigkeit, der Konfliktfähigkeit, der Frustrationstoleranz sowie der Kommunikationsfähigkeit.

Das Bewegungsverhalten eines Kindes und seine Fähigkeit zu sozialer Interaktion geben Aufschluss über seine psychische Befindlichkeit. Diese kann vielfach durch Sportförderunterricht positiv beeinflusst werden.

Die Schülerinnen und Schüler können im Sportförderunterricht die Fähigkeit erwerben, sich eigener Stimmungen, Gefühle, Bedürfnisse und Wünsche deutlicher bewusst zu werden und sie zum Ausdruck zu bringen. Sie lernen, negative Erlebnisse zu bewältigen, indem sie mit ihnen so umgehen, dass sie Erleichterung und Zufriedenheit erfahren. Sie entwickeln auch die Fähigkeit, auf Befindlichkeiten, Bedürfnisse und Wünsche anderer angemessen zu reagieren.

Für eine zunehmend selbstständige und verantwortungsvolle Gestaltung des Bewegungslebens sind Wissen und Reflexionsfähigkeit über Bewegung, Spiel und Sport ebenso notwendig wie über die Eigenheiten und Reaktionsweisen des Körpers. Unter kognitiver Zielsetzung werden im Sportförderunterricht darüber hinaus gesundheitsrelevante Kenntnisse und Verhaltensweisen sowie elementare Sicherheitsaspekte vermittelt. Weiterhin lernen die Schülerinnen und Schüler, ihr Leistungsvermögen einzuschätzen.

Sportförderunterricht eröffnet Schülerinnen und Schülern perspektivisch Möglichkeiten, ohne umfassende und dauerhafte Probleme am regulären Sportunterricht und am Schulleben teilnehmen zu können.

Sportförderunterricht und andere schulsportliche Angebote

Sportförderunterricht und Sportunterricht sind Teile eines pädagogischen Gesamtkonzepts einer Schule, das der Bedeutung von Bewegung und Sport im Entwicklungs- und Lernprozess der Kinder einen besonderen Stellenwert beimisst. Gemeinsam tragen sie dazu bei, die in den „Grundsätzen und Bestimmungen für den Schulsport“ aufgeführten Aufgaben und Ziele zu erfüllen. Beide ergänzen sich bei der Förderung von Kindern mit Entwicklungsauffälligkeiten. Die beteiligten Lehrkräfte tauschen sich über Ziele und Inhalte des Unterrichts sowie über Entwicklungsverläufe der Kinder aus, um die bewegungsbezogenen Konzepte individuell gestalten zu können.

Sportförderunterricht und Sportunterricht machen je eigene Schwerpunktsetzungen bei Zielen und Vermittlungsprinzipien sowie Unterschiede in den Inhalten und organisatorischen Strukturen notwendig. Während der Sportunterricht in erster Linie allen Kindern Zugänge zur Bewegungskultur erschließen will, konzentriert sich der Sportförderunterricht darauf, einen Beitrag zur ganzheitlichen Entwicklung von Kindern mit motorischen und psycho-sozialen Auffälligkeiten zu leisten. Aus dieser Schwerpunktsetzung in den Zielen ergibt sich eine unterschiedliche Sachstruktur der Inhalte.

Die Schulen verfügen grundsätzlich über weitere Förderangebote für Schülerinnen und Schüler mit Entwicklungsauffälligkeiten. Insbesondere die Konzepte zur „Bewegten Schule“ bieten vielfältige Möglichkeiten. Im Rahmen bewegungsorientierter Förderung sind unter anderem auch Arbeitsgemeinschaften geeignet, die in Kooperation mit Sportvereinen durchgeführt werden können. Darüber hinaus ist es erforderlich, Kinder mit Entwicklungsauffälligkeiten auch in anderen Unterrichtsfächern individuell zu fördern.

Grenzen des Sportförderunterrichts

Liegen schwerwiegende Probleme und Auffälligkeiten im psycho-sozialen Bereich vor, ist des Weiteren unbedingt eine zusätzliche außerschulische Förderung bzw. Therapie zu empfehlen wie z. B. Familien- und Erziehungsberatung oder Psychotherapie. Bei besonderen Problemen im sensorischen Bereich können z. B. Ergotherapie oder Krankengymnastik den Entwicklungsprozess dieser Kinder unterstützen.

1.3 Zielgruppe

Sportförderunterricht ist eine Fördermaßnahme für Schülerinnen und Schüler mit Entwicklungsauffälligkeiten, die zu umfassenden und dauerhaften Problemen mit sich selbst und ihrer Umwelt geführt haben bzw. führen können.

Insbesondere wird Sportförderunterricht für Kinder

- mit Wahrnehmungsschwächen,
- mit einer eingeschränkten motorischen Leistungsfähigkeit,
- die nur über ein geringes Bewegungsrepertoire verfügen,
- die misserfolgsorientiert bzw. frustriert in Bezug auf Bewegung sind,
- mit Verhaltensweisen wie Ängstlichkeit, Gehemmtheit, motorischer Unruhe und Aggressivität,
- die nicht in einer Gruppe integriert sind,
- mit Konzentrations- und Aufmerksamkeitsproblemen,
- mit einer geringen Leistungs- und Anstrengungsbereitschaft,
- mit Adipositas,
- die infolge von Erkrankungen in ihrer Entwicklung eingeschränkt sind und für die Sportförderunterricht empfohlen wird,

angeboten.

1.4 Vermittlung

Die Praxis des Sportförderunterrichts wird in besonderer Weise bestimmt durch die Persönlichkeit der Lehrkraft, ihre Wertschätzung für das einzelne Kind, die Unterrichts Atmosphäre sowie die Gestaltung des Unterrichts.

Die Lehrerinnen und Lehrer müssen über diagnostische, didaktisch-methodische, soziale und organisatorische Kompetenzen verfügen, um Entwicklungs- und Leistungsdefizite zu erkennen und zu beschreiben, differenzierte Förderkonzepte zu entwickeln und umzusetzen bzw. mit Kolleginnen und Kol-

legen sowie außerschulischen Partnern zu kooperieren. Sie benötigen Geduld und Verständnis sowie Einfühlungsvermögen in die Situation der Schülerinnen und Schüler.

Das Kind rückt in den Mittelpunkt des Unterrichts, wenn die Lehrkraft es in seiner Individualität akzeptiert, von seinen Stärken ausgeht, ihm intensive Zuwendung bietet und es an der Auswahl und Umsetzung von Inhalten beteiligt.

Eine freundliche und vertrauensvolle Atmosphäre des Unterrichts ist generell Voraussetzung dafür, um einen Zugang zu den Kindern zu finden.

Die nachfolgenden Hinweise sind grundsätzlich auch für den Sportunterricht gültig. Sie haben für den Sportförderunterricht einen besonders hohen Stellenwert:

- Erst nach einer Phase der Motivierung und Stabilisierung der beteiligten Kinder sollte auf deren spezifische Probleme eingegangen werden.
- Rituale und Regeln zu unterrichtlichen Verfahren und Inhalten sind sinnvoll nur in Absprache mit den Kindern einzuführen.
- Arrangements attraktiver und erlebnisorientierter Bewegungssituationen sind von entscheidender Bedeutung für den Sportförderunterricht.
- Die Kinder sollten im Unterricht wiederholt Entlastungssituationen erfahren.
- Ein hoher Leistungsdruck und individuelle Leistungsvergleiche sind zu vermeiden.
- Die Kinder erhalten individuelle Rückmeldungen über ihre Lernfortschritte.

2 Inhaltsbereiche

Die im Folgenden entfalteten Inhaltsbereiche bilden eine geeignete Grundlage, auf der die Aufgaben und Ziele des Sportförderunterrichts umgesetzt werden können. Der Aufteilung der Inhalte des Sportförderunterrichts in Bereiche liegt eine didaktische Entscheidung zu Grunde. Die unterrichtliche Behandlung aller Inhaltsbereiche ist nicht verbindlich. Vielmehr sind Inhalte und Methoden nach Ermessen der Lehrkraft mit Blick auf die Förderbedürfnisse der Kinder auszuwählen. Zwischen den Bereichen gibt es vielfältige Verbindungen, die in die konkrete Unterrichtsplanung und -durchführung einzubeziehen sind. Sie folgen dem in den Grundsätzen und Bestimmungen für den Schulsport formulierten zentralen Bezugspunkt der Bewegungsentwicklung in seiner Bedeutung für die Ausbildung der Persönlichkeit. Aufbauend darauf orientieren sie sich an der Bewegungskultur der Kinder und Jugendlichen.

Mit dem Bereich „Wahrnehmungsförderung“ wird der Erkenntnis Rechnung getragen, dass Wahrnehmung die Grundlage aller Bewegungshandlungen und Voraussetzung für Bewegungssicherheit und vielfältige Erfahrungen ist.

Der Bereich „Motorische Förderung“ umfasst traditionelle Inhalte, die jedoch in einem ganzheitlich ausgerichteten Sportförderunterricht eine Erweiterung erfahren.

Im Sinne der ganzheitlichen Entwicklungsförderung werden in beiden Bereichen neben sensorischen Zielen grundsätzlich auch soziale, emotionale und kognitive Ziele angestrebt.

Bei einem besonderen Förderbedarf von Lerngruppen mit sozial-emotionalen Auffälligkeiten sollte zeitlich begrenzt und themenorientiert ein entsprechender Förderschwerpunkt gesetzt werden. Mögliche Themen werden im Bereich „Soziale, emotionale und kognitive Förderung“ beschrieben. Mit ihnen wird in besonderer Weise ein Beitrag zur Gesundheitsförderung geleistet. Aus methodischer Sicht hat das Verbalisieren und Reflektieren einen hohen Stellenwert.

Der Bereich „Bewegungskultur“ berücksichtigt besonders das Interesse der Schülerinnen und Schüler an sportlichen, freizeitorientierten und künstlerisch-ästhetischen Aspekten des Sich-Bewegens.

2.1 Wahrnehmungsförderung

2.1.1 Auditive Wahrnehmung

Auditive Wahrnehmung beinhaltet, akustische Reize zu lokalisieren, zu differenzieren und in einen Bedeutungszusammenhang zu bringen.

Sie ist Voraussetzung für die Entwicklung der Sprache und eine Grundlage der menschlichen Kommunikation.

Die folgenden Aspekte können bei der Umsetzung berücksichtigt werden:

- Zeigen und sich Zubewegen auf Geräuschquellen,
- Unterscheiden und Benennen von Tönen, Klängen und Geräuschen,
- Bestimmen eines spezifischen Geräusches aus einer Vielzahl von Nebengeräuschen,
- Identifizieren von Geräuschen (z. B. Tierstimmen, Fahrzeugen) und Umsetzen in Bewegung.

Die Konzentration auf akustische Reize gelingt besser mit geschlossenen Augen.

2.1.2 Visuelle Wahrnehmung

Visuelle Wahrnehmung umfasst die Aufnahme, Verarbeitung und Bewertung optischer Reize.

Über die visuelle Wahrnehmung der eigenen Motorik kann ein Bewegungsablauf kontrolliert werden.

Die visuelle Wahrnehmung von Bewegungen anderer ist die Grundlage für das Lernen durch Nachahmung. Weiterhin ist sie eine Voraussetzung für die Orientierung im Raum.

Die folgenden Aspekte können bei der Umsetzung berücksichtigt werden:

- Unterscheiden und Zuordnen von Formen, Farben und Materialien,
- Bestimmen der Raum-Lage-Beziehungen von Gegenständen und Personen,
- Umsetzen von Zahlen, Buchstaben und Figuren in Bewegung,
- Wiedererkennen und Zuordnen von Zahlen, Buchstaben und Figuren.

2.1.3 Taktile Wahrnehmung

Taktile Wahrnehmung beinhaltet das passive Aufnehmen von Berührungsreizen sowie das aktive Berühren zum Erkunden von Gegenständen und ihren Möglichkeiten.

Über taktile Erfahrungen lernt das Kind, Berührungen die entsprechende Bedeutung zu geben. Aktives Berühren schafft die Voraussetzung, mit Gegenständen zielgerichtet umzugehen. Die taktile Wahrnehmung ist elementare Grundlage der personalen und sozialen Entwicklung.

Die folgenden Aspekte können bei der Umsetzung berücksichtigt werden:

- Spüren und Unterscheiden von Berührungen mit verschiedenen Gegenständen und Materialien,
- Erleben und Bewerten kindgemäßer Massage mit und ohne Material,
- Ertasten, Vergleichen und Zuordnen von Materialien unterschiedlicher Größe, Form, Anzahl, Oberflächen- und Stoffbeschaffenheit,
- Ertasten und Nachbilden von Formen.

Das Zulassen von Berührungen erfordert Vertrauen und Offenheit. Kinder mit taktiler Überempfindlichkeit lassen sich nicht bzw. nur schwer auf Körperkontakt ein. Kinder mit taktiler Unterempfindlichkeit reagieren dagegen erst auf sehr starke Reize. Visuelle Reize sollten nach Möglichkeit ausgeschlossen werden.

2.1.4 Kinästhetische Wahrnehmung

Unter kinästhetischer Wahrnehmung wird die Lage- und Bewegungsempfindung durch Rezeptoren in Muskeln, Sehnen, Bändern und Gelenken verstanden.

Aus dieser Eigenwahrnehmung baut sich das Körperschema auf. Die kinästhetische Wahrnehmung ist weiterhin eine wichtige Voraussetzung für die Bewegungskoordination und das motorische Lernen. Es besteht eine unmittelbare Beziehung zum taktilen und vestibulären Sinnessystem.

Die folgenden Aspekte können bei der Umsetzung berücksichtigt werden:

- Spüren und Verändern von Muskelspannungen,
- Einschätzen und Dosieren von Kraftimpulsen bei unterschiedlichen Bewegungen,
- Einnehmen bzw. Nachstellen bestimmter Körperhaltungen,
- Kontrollieren von Bewegungen unterschiedlicher Geschwindigkeit.

Visuelle Reize sollten nach Möglichkeit ausgeschlossen werden.

2.1.5 Vestibuläre Wahrnehmung

Die vestibuläre Wahrnehmung beruht auf der Verarbeitung von Reizen, die durch Drehbeschleunigungen sowie waagerechte und senkrechte Beschleunigungen des Kopfes ausgelöst werden.

Neben dem kinästhetischen ist der vestibuläre Wahrnehmungsbereich für die Orientierung im Raum von entscheidender Bedeutung. Das schnelle Erfassen von Raum-Lage-Veränderungen und die korrigierenden Ausgleichsbewegungen ermöglichen die Aufrechterhaltung des Gleichgewichts.

Die folgenden Aspekte können bei der Umsetzung berücksichtigt werden:

- Auf- und Abbewegen des Körpers in der Senkrechten,
- Beschleunigen und Abbremsen des Körpers in der Waagerechten,
- Schaukeln, Drehen, Rollen, Rutschen.

Kinder mit einem übersensiblen vestibulären System reagieren sehr empfindlich auf Bewegungsangebote mit einer hohen Reizsetzung und meiden sie daher. Sie bedürfen einer behutsamen Vorgehensweise im Unterricht. Kinder mit einer mangelnden Reizempfindlichkeit suchen Bewegungsangebote

mit hoher Reizsetzung bevorzugt auf. Sie sollten ihrem Bedürfnis nach vielfältigen und erlebnisreichen Bewegungssituationen kontrolliert nachkommen können.

2.2 Motorische Förderung

2.2.1 Koordination

Bewegungskoordination wird als die Organisation von Bewegungsvollzügen in Abhängigkeit von einem antizipierten Ziel beschrieben. Sie wird ermöglicht durch Zusammenwirken von Sinnesorganen, zentralem und peripherem Nervensystem sowie der Skelettmuskulatur. Es lassen sich fünf koordinative Fähigkeiten unterscheiden: räumliche Orientierungsfähigkeit, kinästhetische Differenzierungsfähigkeit, Reaktionsfähigkeit, Gleichgewichtsfähigkeit und Rhythmusfähigkeit.

Die Qualität der koordinativen Fähigkeiten bestimmt die Bewegungssicherheit sowie jede sportliche Tätigkeit. Weiterhin ist sie bedeutsam für die Teilnahme von Kindern an schulischen und freizeitorientierten Bewegungsaktivitäten.

Die folgenden Aspekte können bei der Umsetzung berücksichtigt werden:

- Ablaufen von Raumwegen oder Markierungen,
- Orientieren in verschiedenen oder unterschiedlich großen Bewegungsräumen,
- Werfen und Schießen auf verschieden große, unterschiedlich entfernte bzw. bewegliche Ziele,
- Zielspringen in unterschiedlich entfernte Zonen,
- schnelles Reagieren auf Signale aus verschiedenen Ausgangsstellungen,
- Ausweichen von Bällen bzw. Personen,
- Balancieren auf verschiedenen Unterstützungsflächen,
- Fahren auf Rädern und Rollen und das Gleichgewicht halten,
- Umsetzen eines vorgegebenen Rhythmus` in Bewegung,
- Gestalten eines eigenen Bewegungsrhythmus`.

Bei der Förderung der koordinativen Fähigkeiten ist als methodisches Prinzip insbesondere die Variation der Bewegungsausführung und der Übungsbedingungen zu berücksichtigen.

2.2.2 Haltung

Haltung bezeichnet die vom Organismus gegen die Schwerkraft eingenommene Stellung des Körpers im Raum. Als ganzheitliches Phänomen ist sie abhängig von anatomischen, physiologischen, psychischen und sozialen Faktoren. In ihr spiegelt sich die körperliche und psychische Befindlichkeit des Menschen wider.

Ihre Förderung beinhaltet folgende Bausteine: Ermöglichung von Körpererfahrungen, ausreichende und richtige Reizsetzung der Muskulatur, Vermeidung schädlicher Belastungen und Vermittlung themenbezogener Kenntnisse. Sie leistet einen wichtigen Beitrag zur Erhaltung und Stärkung personaler und körperlicher Gesundheitsressourcen.

Die folgenden Aspekte können bei der Umsetzung berücksichtigt werden:

- Ermöglichen vielfältiger Körpererfahrungen (vgl. Kapitel 2.3.4),
- Kriechen, Schlängeln, Hüpfen, Springen, Balancieren, Stützen, Ziehen, Hangeln, Schaukeln und Klettern,
- Dehnen tonischer bzw. verkürzter und Kräftigen phasischer bzw. schwacher Muskulatur,
- Aufbauen der Haltung und ggf. Verändern beim Rutschen und Rollen (z. B. mit Teppichfliesen und Rollbrettern).

Bevor gezielt die muskuläre Leistungsfähigkeit entwickelt wird, sind umfassende Sinnes- und Körpererfahrungen notwendig. Bei Kindern sollte die vielfältige Beanspruchung der Muskulatur im Vordergrund stehen.

2.2.3 Ausdauer

Ausdauer ist die Fähigkeit, eine bestimmte Leistung über einen möglichst langen Zeitraum aufrecht erhalten zu können.

Ausdauerbeanspruchungen sind ein wesentlicher Bestandteil der Gesundheitsförderung und der Freizeiterziehung. Sie entwickeln und stärken die körperlichen, personalen und sozialen Ressourcen.

Die folgenden Aspekte können bei der Umsetzung berücksichtigt werden:

- ausdauernd Bewegen (z. B. Laufen, Inline-Skaten, Schwimmen, Fahrrad fahren)
 - im Rahmen eines Spiels,
 - in Verbindung mit Aufgaben, die besondere kognitive Anforderungen beinhalten, den Bereich der Wahrnehmung betonen oder soziales Lernen provozieren,
 - und an verschiedenen Stationen Bewegungsaufgaben erfüllen,
 - und spezifische Reaktionen des Körpers beschreiben und bewerten,
- Wandern bzw. Laufen in Verbindung mit Orientieren,
- Wandern, Laufen, Fahrrad fahren in entspannter, geselliger Form.

Die spezifischen Zielsetzungen der Ausdauerförderung im Sportförderunterricht werden durch Belastungen im Sinne der allgemeinen dynamischen aeroben Ausdauer erreicht.

2.3 Soziale, emotionale, kognitive Förderung

2.3.1 Kontakt aufnehmen und kooperieren

Kontakt aufnehmen und kooperieren bedeutet, Beziehungen zu anderen aufzunehmen, gemeinsam Aufgaben zu lösen, miteinander zu spielen, Hilfe anzunehmen und anzufordern sowie anderen zu helfen.

Die Kontakt- und Kooperationsfähigkeit ist eine Voraussetzung, um soziale Interaktionen initiieren und gestalten zu können. Für den Sportförderunterricht bedeutet das, Unterrichtssituationen so zu arrangieren, dass Kinder Bereitschaft zur Zusammenarbeit entwickeln sowie Absprachen treffen und umsetzen.

Die folgenden Aspekte können bei der Umsetzung berücksichtigt werden:

- Aufnehmen von Kontakt durch Berührungen,
- Erproben und Präsentieren von synchronen Bewegungsfolgen,
- Erproben und ggf. Verändern von kooperativen Spielen,
- Entwickeln und Durchführen von Bewegungsaufgaben mit dem Partner unter Verwendung von Handgeräten und Materialien,
- Erlernen und selbstständiges Anwenden von kindgemäßen Formen der Sicherheits- und Hilfestellung.

Kindern mit größeren Kontakt- und Kooperationsschwierigkeiten ist eine Phase der Gewöhnung an Partner- oder Gruppenarbeitsformen einzuräumen. Um den Aufbau sozialer Beziehungen zu unterstützen, kann es sinnvoll sein, über einen bestimmten Zeitraum mit festen Partnerinnen oder Partnern zu arbeiten.

2.3.2 Sich einfühlen

Sich einfühlen bedeutet, die Gefühle, Bedürfnisse, Wünsche und Erwartungen eines anderen wahrzunehmen und damit dessen Perspektive zu verstehen.

Diese Fähigkeit ist eine weitere Voraussetzung, um soziale Prozesse zufriedenstellend gestalten zu können. Für den Sportförderunterricht bedeutet das, Unterrichtssituationen so zu arrangieren, dass Entgegenbringen von Vertrauen, Übernahme von Verantwortung und Abstimmung mit anderen thematisiert werden.

Die folgenden Aspekte können bei der Umsetzung berücksichtigt werden:

- Darstellen und Erkennen von Befindlichkeiten in Haltung und Bewegung,
- Übernehmen von Verantwortung in riskanten Bewegungssituationen,
- Beschreiben und ggf. Verändern von Spielsituationen, die einzelne als unbefriedigend erleben,

- Spielen in geschlechtshomogenen und -heterogenen Gruppen.

2.3.3 Konflikte lösen

Konflikte entstehen, wenn unterschiedliche Bedürfnisse, Interessen, Meinungen und Verhaltensweisen von Personen aufeinander treffen und zu Auseinandersetzungen führen, für die keine einvernehmlichen Lösungen gefunden werden.

Die Fähigkeit, Konflikte lösen zu können, ist eine wichtige Voraussetzung für eine zufriedenstellende Interaktion, für einen wertschätzenden Umgang miteinander und für das Erreichen von gemeinsamen Zielen. Für den Sportförderunterricht bedeutet das, Unterrichtssituationen zu arrangieren, in denen einschätzbare Konflikte auftreten und an denen Lösungsmöglichkeiten erarbeitet werden können.

Die folgenden Aspekte können bei der Umsetzung berücksichtigt werden:

- Kämpfen,
- gemeinsames Erproben von Rückschlagspielen,
- Planen und Erproben eines Geräteparcours´,
- Akrobatik.

Regeln und Konsequenzen bei Nichtbeachtung sind gemeinsam mit den Kindern zu erarbeiten.

2.3.4 Den Körper erfahren

Körpererfahrung beinhaltet die Gesamtheit aller im Verlauf der Entwicklung erworbenen Erfahrungen mit dem eigenen Körper. Diese sind perzeptiv-kognitiv (Körperschema) wie emotional-affektiv (Körperbild), bewusst wie unbewusst. Eine Vorbedingung für Körpererfahrungen ist eine gut funktionierende Wahrnehmung.

Körpererfahrungen sind Grundlage jeder Haltung und Bewegung. Der Aufbau des Selbstkonzeptes hängt unter anderem davon ab, wie sich das Kind über seinen Körper die Umwelt aneignet und sich mit ihr auseinandersetzt. Für den Sportförderunterricht bedeutet das, Unterrichtssituationen zu arrangieren, in denen vielfältige Körpererfahrungen z. B. bezüglich Körperkenntnis, -orientierung, -ausdehnung, -ausdruck, -bewusstsein, und -haltung ermöglicht werden.

Die folgenden Aspekte können bei der Umsetzung berücksichtigt werden:

- Erproben und Beschreiben der Bewegungsmöglichkeiten von Körperteilen,
- Darstellen von Körperformen und -proportionen mit Materialien und Geräten,
- Darstellen von Stimmungen bzw. Szenen in Bewegung,
- bewusstes Auf- bzw. Abbauen von Körperspannung,

- Erproben, Kontrollieren und Bewerten von Variationen der Körperhaltung und der Bewegungsausführung.

2.3.5 Sich entspannen

Entspannung kennzeichnet einen körperlich und seelisch als angenehm empfundenen Zustand von Ruhe und Gelassenheit.

Über Entspannungsformen lassen sich Spannungszustände wie z. B. hohe körperliche Belastung, Unruhe oder Angst abbauen. Für den Sportförderunterricht bedeutet das, den Unterricht so zu gestalten, dass die Kinder über den Erwerb einfacher und kindgemäßer Entspannungstechniken in die Lage versetzt werden, Belastungssituationen selbstständiger zu regulieren.

Die folgenden Aspekte können bei der Umsetzung berücksichtigt werden:

- Genießen des Körpers in Ruhe,
- Erleben und Bewerten des Wechsels von Belastungs- und Entspannungssituationen,
- Erlernen, Anwenden und Verändern einfacher Entspannungsformen,
- Erkennen und Beschreiben eigener Spannungszustände und adäquates selbstständiges Reagieren mit Entspannung.

Kinder sollen stets selbst entscheiden, ob sie an einer Entspannungsübung teilnehmen wollen.

2.3.6 Risiken eingehen, Abenteuer erleben

Das Eingehen von Risiken und das Erleben von Abenteuern sind Ereignisse, die oft aus dem Alltäglichen herausragen und als spannend und wagnisvoll empfunden werden. Sie stellen die psychische und physische Auseinandersetzung mit einer Herausforderung, mit Neuem und Unvorhergesehenem dar.

Diese Auseinandersetzung ist wichtig für den Aufbau eines positiven Selbstkonzeptes. Für den Sportförderunterricht bedeutet das, Unterrichtssituationen zu arrangieren, in denen das realistische Einschätzen der eigenen Fähigkeiten, das Herantasten an persönliche Grenzen und verantwortungsvolles Handeln in Risikobereichen ermöglicht werden.

Die folgenden Aspekte können bei der Umsetzung berücksichtigt werden:

- riskantes Bewegen (z. B. Springen, Balancieren, Klettern, Schwingen und Schaukeln) an und mit Geräten,
- riskantes Bewegen in natürlichen Bewegungsräumen,
- Erproben riskanter akrobatischer Bewegungsformen,

- Klettern an einer künstlichen Kletterwand.

Das Eingehen wagnisvoll empfundener Bewegungssituationen muss grundsätzlich auf Freiwilligkeit der Schülerinnen und Schüler basieren. Sofern Geräte abweichend von ihrer ursprünglichen Bestimmung genutzt werden, sind Sicherheitsaspekte wie Konstruktion, Aufhängung, Belastbarkeit zu überprüfen.

2.3.7 Selbstständig handeln

Kindliche Entwicklung ist geprägt durch Streben der Kinder nach Autonomie und Selbstständigkeit. Kinder zeigen schon früh ihr Bedürfnis, etwas eigenständig tun zu wollen und unabhängiger zu werden. Die Entwicklung selbstständigen Handelns hängt davon ab, inwieweit die personale und materielle Umwelt es dem Kind ermöglicht, etwas zu wählen oder zu entscheiden.

Entscheidungen selbstbestimmt treffen zu können sowie die Wirksamkeit eigenen Handelns zu erfahren sind wichtige Bausteine zum Aufbau eines positiven Selbstkonzeptes. Für den Sportförderunterricht bedeutet das, Unterrichtssituationen so zu strukturieren, dass selbstbestimmtes und eigenverantwortliches Handeln sowie experimentierendes Lernen des Kindes möglich sind.

Die folgenden Aspekte können bei der Umsetzung berücksichtigt werden:

- Planen, Durchführen und Verändern von Bewegungsformen mit Handgeräten und Materialien,
- Erproben von veränderten Spielregeln und -rollen,
- Bewegen (z. B. Balancieren, Klettern, Schaukeln) nach selbstgewähltem Schwierigkeitsgrad,
- Lösen von Bewegungsaufgaben, in denen Bewegungsumfang und/oder -intensität selbstständig gewählt werden.

2.3.8 Material erfahren

Materiale Erfahrung beschreibt die handelnde Auseinandersetzung des Kindes mit den Dingen und Gegenständen seiner Umwelt. Dabei sammelt es Erfahrungen über deren Beschaffenheit und Gesetzmäßigkeiten.

Handlungsgebundene materiale Erfahrungen sind Grundlage der kognitiven Entwicklung. Für den Sportförderunterricht bedeutet das, Unterrichtssituationen so zu arrangieren, dass Kinder verschiedene Materialien erproben und dabei Zusammenhänge und Unterschiede erkennen können.

Die folgenden Aspekte können bei der Umsetzung berücksichtigt werden:

- Erproben von bekannten Handgeräten und Materialien, die kombiniert neue Verwendungsmöglichkeiten ergeben,

- Erproben unbekannter Handgeräte und Materialien,
- Gestalten, Erproben und Verändern von Bewegungslandschaften mit unterschiedlichen Geräten und Materialien,
- Erproben bekannter und unbekannter Materialien bzw. Bewegungsformen in der Natur.

2.4 Bewegungskultur

Die Bewegungskultur wird bestimmt durch traditionelle und aktuelle bewegungsbezogene Bedürfnisse und Interessen vieler Menschen und ist durch eine große Vielfalt von Sinnorientierungen, Sportarten, Handlungsformen und Konzepten gekennzeichnet. Sie gilt neben der „Persönlichkeitsentwicklung über Bewegung“ als bedeutsamer Bezugspunkt des Schulsports in Niedersachsen⁵.

Im Sportförderunterricht ist die Bewegungskultur von Kindern und Jugendlichen insbesondere dann zu berücksichtigen, wenn diese Interesse an sportlichen, freizeitorientierten oder künstlerisch-ästhetischen Bewegungshandlungen äußern. Über den Erwerb eines umfassenden Handlungsrepertoires werden individuelle und gemeinschaftliche Könnenserlebnisse geschaffen, die eine Erhaltung und Stärkung insbesondere personaler und sozialer Gesundheitsressourcen bewirken.

Die folgenden Aspekte können bei der Umsetzung berücksichtigt werden:

- Erlernen und Üben sportmotorischer Fertigkeiten,
- Erlernen und Anwenden einfacher spieltaktischer Verhaltensweisen,
- Erproben und Verändern von Spielen und Wettbewerben,
- Erproben und Verändern von freizeitorientierten Bewegungsformen und -spielen auch in außerschulischen Bewegungsräumen,
- Gestalten und Präsentieren von Bewegungskunststücken.

Regional bedeutsame Bewegungsaktivitäten, schulnahe Bewegungsräume, schulsportliche Veranstaltungen, Projekte und Feiern bieten Möglichkeiten, Erfahrungs- und Lernprozesse in diesem Inhalt einzuleiten. Eine Zusammenarbeit mit Sportvereinen ist für diese Zielgruppe besonders wünschenswert.

⁵ Niedersächsisches Kultusministerium: Grundsätze und Bestimmungen für den Schulsport, Hannover 1998, S. 6-7

3 Unterrichtsorganisation

Sportförderunterricht soll für Schülerinnen und Schüler mit Entwicklungsauffälligkeiten so früh wie möglich nach Schuleintritt beginnen. Er wird nach Möglichkeit an den Tagen erteilt, an denen kein Sportunterricht stattfindet. Sportförderunterricht soll vormittags mit zwei Wochenstunden - möglichst als Einzelstunden - angesetzt werden.

Die Lerngruppen werden in der Regel klassen- bzw. jahrgangsübergreifend gebildet und bestehen aus 8 - 15 Schülerinnen und Schülern. In besonderen Fällen und bei spezieller pädagogischer Zielsetzung kann die Gruppengröße vorübergehend reduziert werden.

Vor Einrichtung einer Lerngruppe ist eine umfassende Information der Erziehungsberechtigten vorzunehmen. Die Teilnahme am Sportförderunterricht ist für die Schülerinnen und Schüler verbindlich, wenn die Zustimmung der Erziehungsberechtigten vorliegt⁶. Aus pädagogischen und organisatorischen Gründen sollte sich die Teilnahme mindestens über ein Schuljahr erstrecken.

Sportförderunterricht wird von hauptamtlichen oder hauptberuflichen Lehrkräften im Rahmen ihres Hauptamtes bzw. Hauptberufes erteilt. Diese müssen über die Qualifikation zur Erteilung von Sportförderunterricht verfügen.

Der Bedarf an Sportförderunterricht richtet sich nach der Anzahl der förderbedürftigen Kinder. Er ist der Schulleitung mitzuteilen. Für Sportförderunterricht werden Lehrerstunden außerhalb der Sollstundenberechnung bereitgestellt⁷.

⁶ Niedersächsisches Kultusministerium: Grundsätze und Bestimmungen für den Schulsport, Hannover 1998, S. 36

⁷ Erlass des MK „Klassenbildung und Lehrerstundenzuweisung an den allgemein bildenden Schulen“ vom 28.2.1995, SVBl. S. 69

4 Auswahl von Schülerinnen und Schülern

Die Auswahl der Schülerinnen und Schüler für den Sportförderunterricht wie auch die Beurteilung der Entwicklungsprozesse erfolgt nach motorischen, psycho-sozialen und pädagogischen Gesichtspunkten. Verantwortlich für die Auswahlentscheidung ist die Lehrkraft mit der Qualifikation zur Erteilung von Sportförderunterricht. Die Auswahl findet in enger Kooperation mit Klassen- und Sportlehrkräften statt. Schulärztliche Stellungnahmen sind einzubeziehen.

Durch Bewegungs- und Verhaltensbeobachtung in verschiedenen offenen und gebundenen Unterrichtssituationen gewinnen die am Auswahlverfahren beteiligten Lehrkräfte einen ersten Eindruck über den motorischen Entwicklungsstand der Kinder sowie über ihr psycho-soziales Verhalten. Um differenzierte Einschätzungen zu erlangen, können informelle sowie normierte Testverfahren herangezogen werden. Das Verhalten und die motorische Leistungsfähigkeit der Schülerinnen und Schüler sollen so erfasst werden, dass neben dem Förderbedarf auch Stärken zum Ausdruck kommen.

Bei förderbedürftigen Kindern mit (chronischen) Erkrankungen oder bei Verdacht auf Erkrankung ist ein ärztliches Attest vorzulegen, das Auskunft über die Belastungsfähigkeit des Kindes gibt.

Die Erziehungsberechtigten sind über die Gründe der Auswahl ihres Kindes für den Sportförderunterricht zu informieren.