



Turnen bewegt den Sportunterricht!

### 3. TVM-Sportlehrertag

für Sportlehrkräfte der  
rheinland-pfälzischen Schulen  
(PL-Az: 13ST15503)

**Meldeschluss  
30.08.2013!**

am Freitag, 27. September 2013,  
in Montabaur

**Unser Bildungsangebot:**

- die Teilnahme an vier Arbeitskreisen à 75 Minuten
- qualifizierte Referentinnen und Referenten
- alle Arbeitskreisinhalte in digitaler Form als Nachschlagewerk
- das Sportlehrertag-T-Shirt
- gemeinsames Mittagessen

**Also ein All-Inclusive-Paket zum Preis von 68,50 EUR für Sie!**



TVM-Hotline: 0261/135-153 oder -158 · e-mail: referent-ausbildung@tvm.org / ausbildung@tvm.org

Im Jahr 2013 sind die Turnverbände in Rheinland-Pfalz in vielfältiger Weise präsent: Der Deutsche Turner-Bund lädt zum Internationalen Deutschen Turnfest (IDTF) im Mai 2013 in die Metropolregion Rhein-Neckar ein. Dabei werden die Standorte in Ludwigshafen und weiteren Städten der Pfalz die zahlreichen Facetten der Sportarten präsentieren, die neben dem traditionellen Kern „Gerätturnen“ im Deutschen Turner-Bund vertreten sind.

Ist das IDTF ein einzigartiges Ereignis, so steht der Turnverband Mittelrhein in einer besonderen Tradition. Zum dritten Mal führt er den Sportlehrertag durch, der sich in diesem Jahr mit der Rolle des Turnens im Sportunterricht auseinandersetzt. Unter dem Motto „Turnen bewegt den Sportunterricht!“ werden in 24 Arbeitskreisen die Aspekte eines zeitgemäßen Sportunterrichts in Theorie und Praxis vorgestellt und angewandt.

Von Bedeutung sind dabei kindgerechte Planungskonzepte, die auch die Vielfalt der Lernwege in den Blick nehmen. Heterogene Leistungsdispositionen und Handlungskompetenzen von Kindern werden im Fach Sport besonders schnell deutlich. Dieser Umstand erfordert die verstärkte Entwicklung differenzierter Lernwege. Induktive, ganzheitliche und prozessorientierte Unterrichtsweisen spielen eine zunehmende Rolle. Dabei sollten auch die Anforderungen an die Schülerinnen und Schüler individuell gestaltet werden. Selbstverständlich gehört die Verbesserung der eigenen Fähigkeiten und Fertigkeiten als fester Bestandteil zum Sportunterricht, der persönliche Leistungsfortschritt sollte mehr Beachtung erfahren.

Innerhalb dieser pädagogischen Leitplanken leistet das Turnen einen wichtigen Beitrag zur Persönlichkeitsentwicklung von Kindern und Jugendlichen. Es ermöglicht wirksame Bewegungsangebote zur motorischen Grundlagenausbildung. Auf der Basis von Fähigkeits- und Fertigkeitenvermittlung legt gerade das Kinderturnen den Grundstein für die Ausübung aller Sportarten, fördert die Motivation für ein lebenslanges Sporttreiben und die Freude am Sport allgemein.

Ich danke dem ausrichtenden Turnverband Mittelrhein sehr herzlich für sein großes Engagement im Bereich der Lehrerfortbildung. Mein Dank gilt auch dem Forschungszentrum für den Schulsport und den Sport von Kindern und Jugendlichen am Karlsruher Institut für Technologie für die großartige Unterstützung der Veranstaltung.

Rund 350 Lehrkräfte erhalten mit dem 3. Sportlehrertag die Möglichkeit, Anregungen und Ideen aufzugreifen, um die eigene Unterrichtstätigkeit zu erweitern und damit die Qualitätsarbeit in den Schulen voranzubringen. Ich hoffe, dass in der Veranstaltung die sechs Botschaften des Kinderturnens auch für die teilnehmenden Lehrkräfte erlebbar werden: Bewegen, Üben, Spielen, Mitmachen, Erleben und Können! In diesem Sinne wünsche ich dem dritten Sportlehrertag des Turnverbandes Mittelrhein einen ertragreichen Verlauf.

Doris Ahnen  
Ministerin für Bildung, Wissenschaft, Weiterbildung und Kultur des Landes Rheinland-Pfalz

Der Turnverband Mittelrhein –  
ein wichtiger Partner für Sportlehrkräfte in  
Rheinland-Pfalz präsentiert den

### 3. TVM-Sportlehrertag

unter dem Motto:  
Turnen bewegt den Sportunterricht!

Wissenschaftliche  
Begleitung:

apl. Prof. Dr. Swantje Scharenberg, Sportwissenschaftlerin, Dozentin und Geschäftsführerin des Forschungszentrums für den Schulsport und Sport von Kindern und Jugendlichen in Karlsruhe, Disziplinchefin Gerätturnen im Allgemeinen Deutschen Hochschulsportverband, Trainerin, Kampfrichterin und Buchautorin

Organisationsteam:

apl. Prof. Dr. Swantje Scharenberg, Geschäftsführerin FoSS  
Stefan Kölsch, Aufsichts- und Dienstleistungsdirektion Koblenz  
Claudia Debüser, Vizepräsidentin Bildung im TVM  
Stefan Lenz, Turnverband Mittelrhein  
Rolf Mäckler, Turnverband Mittelrhein  
Hans-Peter Kress, Turnverband Mittelrhein  
Andrea Frank, Turnverband Mittelrhein  
Michael Kayser, Turnverband Mittelrhein  
Christine Brodmann, Turnverband Mittelrhein

Turnverband Mittelrhein, Rheinau 10, 56075 Koblenz  
Telefon 0261/135-153 oder -158, Telefax 0261/135-159  
e-mail: referent-ausbildung@tvm.org / ausbildung@tvm.org  
Internet: www.sportlehrertag-rlp.de

**Grußwort des Turnverbandes Mittelrhein**

Im Namen des Turnverbandes Mittelrhein (TVM) möchten wir die Teilnehmerinnen und Teilnehmer am 3. TVM-Sportlehrertag in Montabaur begrüßen.

Der 3. TVM-Sportlehrertag steht unter dem Motto  
„Turnen bewegt den Sportunterricht!“.

„Nicht schon wieder Turnen“, eine immer wiederkehrende Äußerung von Schülerinnen und Schülern bei Bekanntgabe des Themas der nächsten Sportstunde. Ist Turnen für Schülerinnen und Schüler etwa nicht attraktiv? Wie bewegt oder gar belebt Turnen den Sportunterricht? Um sich über Turnen zu verständigen, ist es notwendig, eine gemeinsame Vorstellung von dem Gegenstand zu haben, von dem die Rede ist.

Turnen ist mehr als die Wettkampfsportart, bei der sechs bzw. vier Turngeräte vorgeschrieben sind. Wenn wir von Turnen und Bewegen reden, reden wir auch über die Vielfalt des Turnens. Wir reden natürlich über Gerätturnen an den sechs bzw. vier Turngeräten aber auch über Trampolinturnen, Turnspiele, Akrobatik, Rope Skipping, Aerobic und vieles mehr und wir reden über sportliche Trends wie Slackline oder Frisbee und nicht zuletzt reden wir über Gesundheitssport.

Und genau diese Vielzahl an Themen greifen wir bei unserem 3. TVM-Sportlehrertag auf. Wir sind der Meinung, „Turnen bewegt den Sportunterricht!“, und freuen uns, Sie und damit auch alle Ihre Schülerinnen und Schüler überzeugen zu dürfen!

Wir bieten Ihnen in Montabaur die Möglichkeit, sich Ihr individuelles Programm aus 24 Arbeitskreisen zusammenzustellen. Wir haben wieder bewusst Arbeitskreise zu den Bereichen aller rheinland-pfälzischen Schularten ausgewählt, so dass Sie – egal an welcher Schule Sie arbeiten – zahlreiche Anregungen, Erkenntnisse und Impulse für die tägliche Arbeit in Ihrer Schule mitnehmen können. Die Zuordnungen zu den Alters- bzw. Klassenstufen sind als Empfehlungen zu verstehen. Die inhaltliche Ausrichtung des/der Referenten/in erfolgt auf dieses Alter. Natürlich ist ihre Teilnahme an jedem Arbeitskreis möglich und frei wählbar.

Wir danken an dieser Stelle der wissenschaftlichen Begleitung des 3. TVM-Sportlehrertages, apl. Prof. Dr. Swantje Scharenberg, Geschäftsführerin des Forschungszentrums für den Schulsport und den Sport von Kindern und Jugendlichen am Institut für Sport und Sportwissenschaft Karlsruhe und den Schulsportreferenten der Aufsichts- und Dienstleistungsdirektionen im Bereich der rheinland-pfälzischen Schulaufsichtsbezirke.

Michael Mahlert  
Präsident  
Turnverband Mittelrhein



## Die Referentinnen und Referenten (in alphabetischer Reihenfolge)



**Katrin Bähr**  
(seit Januar 2013 Referendarin am Gymnasium, 26 Jahre alt) studierte bis Ende 2012 am Karlsruher Institut für Technologie (KIT) Sport und Deutsch (Thema der Zulassungsarbeit: „Slackline in der Schule.“) Die ehemalige Spielerin und Jugendtrainerin im Handballverein ist aktuell in den Sportarten Laufen, Mountainbiken und in der Trendsportart Slackline aktiv.



**Dr. Michael Bieligg**  
(Dipl. Sportlehrer und Gymnasiallehrer für Sport, Erdkunde und evangelische Religion) hat seine Promotion im Bereich Erlebnispädagogik verfasst. Der Buch- und Zeitschriftenautor ist langjähriger Referent in der Aus- und Fortbildung u.a. der Turn- und Sportverbände, der Universitäten und in der Lehrer- und Referendarsausbildung.



**Claudia Debüser**  
(Dipl. Personaltrainerin) ist die aktuelle Vizepräsidentin Bildung im Turnverband Mittelrhein. Wie wichtig ihr Bildung und Qualifikation sind, ist an der beeindruckenden Aufzählung ihrer eigenen Lizenzen ablesbar: Yogalehrerin (American Yoga Alliance), Pilates-Trainerin, Trainerin für Rehabilitation und Präventionssport, Trainerin für Physio-Fitness, Koordinations- u. Ausdauertraining, Ernährungsberaterin, Fitness- und Gesundheitstrainerin, Mentalcoaching.



**Axel Fries**  
(Realschullehrer für Sport, Physik und Mathematik, Jg. 1965, verheiratet, zwei Kinder) ist Autor und Verleger „Buchverlag Axel Fries – Literatur über Kinderturnen und Gerätturnen“. Der ehemalige Kunstturner und Trainer im Kunstturnen männlich und weiblich war Vizepräsident für Allgemeines Turnen des Turnverbandes Mittelrhein und ist langjähriger Referent in der Aus- und Fortbildung u.a. des Deutschen Turner-Bundes, des österreichischen Fachverbandes für Turnen, des Österreichischen Turnerbundes, der österreichischen Sportunionen, des Schweizer Turnverbandes, der Landesturnverbände (Mittelrhein, Rheinhessen, Pfalz, Hessen, Saarland), des Sportbundes und der Sportjugend Rheinland, der Bezirksregierungen Koblenz und Trier, und des Kultusministeriums in Luxemburg. Als Mitglied der Expertenkommission für die Erstellung des neuen österreichischen Turnprogramms TURN10® ist er gemeinsam mit Ralf Schall Autor des Methodikbuches zum österreichischen Turnprogramm TURN10® und der Lernmaterialien.



**Christina Grüneberg**  
(Sportwissenschaftlerin, M.A., 26 Jahre alt) ist seit August 2010 wissenschaftliche Mitarbeiterin am FoSS und im Rahmen des Projekts „Motorischer Test 2 für die NRW-Sportschulen“ aktiv. Besonderer sportlicher Hintergrund besteht im Bereich Faustball, wo die junge Spielerin auf Vereins-, Landes- und Bundesebene zusätzlich verschiedene Trainer- und Organisationsarbeiten übernommen hat. Am Karlsruher Institut für Technologie (KIT) ist sie u.a. in der Ausbildung „AquaFit“ und im Wahlfach „Faustball“ als Dozentin eingesetzt sowie im Oberseminar zum Thema Talentauswahl.



**Matthias Jaklen**  
(Rektor Grundschule Mendig) gehört seit Jahren zu den Referententeams im Turnverband Mittelrhein und beim Volleyballverband Rheinland. Das Mitglied im LSB-Rheinland-Pfalz-Landesausschuss „Bildung“ engagiert sich u.a. auch als Referent bei PL-Lehrerfortbildungen.



**Christian Lamred**  
(Sport- und Bewegungstherapeut in der Kinder- und Jugendpsychiatrie Karlsruhe) studierte bis 2012 am Karlsruher Institut für Technologie (KIT). Noch immer ist er dort als freier Mitarbeiter im FoSS-Projekt „School goes Biomotom“ sowie in der Leistungsdiagnostik tätig. Der Allroundsportler ist leidenschaftlicher Frisbee Spieler im Bereich Freestyle Frisbee und weltweit erfolgreich.



**Marcus Müller**  
(Diplom-Pädagoge sowie Grund-/Hauptschullehrer) ist zurzeit wiss. Mitarbeiter und Promovend am Institut für Bewegungsverziehung und Sport der Pädagogischen Hochschule Karlsruhe. Außerdem ist er Mitarbeiter des „ket“ (Karlsruher Entspannungstraining), das 2010 von Prof. Dr. Norbert Fessler gegründet wurde. Als Experte für psychophysiologische Messungen, frühkindliche Bildung, Gesundheit, Stress und körperbasiertes Entspannungstraining mit Kindern ist er gern geladener Referent bei Aus- und Fortbildungsveranstaltungen.



**Ralf Schall**  
(Dipl. Sportlehrer, Jg. 1962) unterrichtet an einer Realschule in Boppard. Der Trainer des Turnverbandes Mittelrhein im Turnforum Koblenz und der Trainer der 2. Bundesliga KTV Koblenz ist langjähriger Referent für Aus- und Fortbildungen in Schulen und Sportverbänden im In- und Ausland, u.a. dem Turnverband Mittelrhein. Gemeinsam mit Axel Fries hat er das Methodikbuch zum österreichischen Turnprogramm TURN10® verfasst.



**apl. Prof. Dr. Swantje Scharenberg**  
(Sportwissenschaftlerin, Jg. 1965) leitet das Forschungszentrum für den Schulsport und den Sport von Kindern und Jugendlichen (FoSS) am Karlsruher Institut für Technologie (KIT). Ihre Schwerpunkte in Forschung und Lehre liegen in der Theorie und Praxis der Sportart Gerätturnen, im Bereich Sport und Gesellschaft (hier besonders Sportgeschichte, Sportmedien, Sportorganisation). Sie hat die Anforderungen im Turnen im neuen Deutschen Sportabzeichen kreiert, ist Autorin zahlreicher Fachbücher (auch für Kinder), Buch- und Zeitschriftenbeiträge. Die DTB-Referentin und Disziplinchefin für Gerätturnen im Allgemeinen Deutschen Hochschulsport ist in der Aus- und Fortbildung sowie in der Organisation von Sportveranstaltungen im In- und Ausland tätig.



**Maren Vormberger**  
(Masterstudentin Sportwissenschaft am Karlsruher Institut für Sportwissenschaften/ Profil: Bewegung und Sport im Kindes- und Jugendalter). Neben ihrer aktiven Zeit als Hip-Hop Tänzerin und Teilnehmerin an den Norddeutschen Hip-Hop Meisterschaften und am Deutschland-Cup sowie zahlreichen Auftritten hat sie mehrjährige Erfahrung als Übungsleiterin für Kinder im Bereich Hip-Hop. Im vergangenen Jahr hat sie den Hip-Hop Workshop beim FoSS-SportsCamp geleitet. Zudem ist sie auch im Bereich Rhönradturnen als Turnerin, in erster Linie aber als Trainerin aktiv.



**Stephan Weinig**  
(Dipl. Sportlehrer) unterrichtet Sport, Physik und Werken an einer Realschule in Koblenz. Er ist langjähriger Referent des Deutschen Turner-Bundes und ist in der Lehrerfortbildung und Übungsleiterausbildung bei verschiedenen Turnverbänden u.a. dem Turnverband Mittelrhein tätig.

## Organisatorisches

**Anmeldung** Für die Anmeldung bitte pro Person ein Anmeldeformular verwenden. Das Formular finden Sie in dieser Ausschreibung und kann entsprechend kopiert werden. Bitte unbedingt mindestens 2 Alternativ-Arbeitskreise angeben.

**Meldeschluss** Meldeschluss ist der 30. August 2013. Anmeldungen, die nach diesem Termin eingehen, können nicht mehr berücksichtigt werden.

**Lizenzverlängerung** Die Teilnahme am 3. TVM-Sportlehrertag wird zur Verlängerung von Übungsleiter-C-, Fach-Übungsleiter-C- und Trainer-C-Breitensport-Lizenzen anerkannt. Pro Arbeitskreis werden 2 Lerneinheiten anerkannt. Arbeitskreisthemen müssen dem Profil der Lizenz angepasst sein.

**Arbeitskreiswahl** Aus der Vielzahl der Angebote können je nach Wunsch bis zu 4 Arbeitskreise belegt werden. Bitte pro Durchgang neben dem Hauptwunsch auch Alternativ-Arbeitskreise angeben, da wir uns bei Über- oder Unterbelegung von Arbeitskreisen eine Programmänderung und/oder Umbuchung vorbehalten müssen. Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass die Referentinnen und Referenten die Möglichkeit haben, eine Höchstzahl von aktiven Teilnehmern festzulegen. Wir setzen eine praktische Teilnahme voraus. Die Zuordnungen zu den Alters- bzw. Klassenstufen sind als Empfehlungen zu verstehen. Die inhaltliche Ausrichtung des/der Referenten/in erfolgt auf dieses Alter. Natürlich ist ihre Teilnahme an jedem Arbeitskreis möglich und frei wählbar.

**Mitzubringen** Jede/r Teilnehmer/in muss für die Teilnahme am 3. TVM-Sportlehrertag folgende Materialien mitbringen: Sportbekleidung, Sportschuhe mit heller Sohle

**Zeitplanung der Arbeitskreise** Um einen möglichst reibungsfreien Ablauf zu gewährleisten, sind alle Referentinnen und Referenten angehalten, ihre Arbeitskreise sehr pünktlich anzufangen und zu beenden.

**Verpflegung** In der Zeit von 12.30 - 13.45 Uhr wird ein gemeinsames Mittagessen (Buffet) im Haus Mons Tabor Restaurant Bistro, Koblenzer Str. 2, 56410 Montabaur, angeboten. Das Mittagessen ist in der Teilnehmergebühr enthalten. Getränke zum Mittagessen müssen selbst bezahlt werden. Zusätzliche Verpflegung und Getränke sind vom Teilnehmer/in mitzubringen. Wir bitten zu beachten, dass keine Auszahlung bzw. Reduzierung der Teilnehmergebühr für nicht in Anspruch genommenes Mittagessen erfolgen kann.

**Wichtige Hinweise** Der 3. TVM-Sportlehrertag stellt eine Ergänzung des Lehrangebotes der staatlichen Lehrerfortbildung dar und ist als Fortbildungsmaßnahme vom IFB als dienstlichen Interessen (PL-Az: 13ST15503) dienend anerkannt.

**Steuerliche Absetzung** Aufwendungen im Zusammenhang mit dem 3. TVM-Sportlehrertag (Teilnehmergebühren u.ä.) sind steuerlich absetzbar.

**Zielgruppen** Sportlehrer/innen an Grund- und Hauptschulen, Regionalen Schulen, Sonderschulen, Realschulen, Gymnasien, Gesamtschulen.

**Versicherung / Haftung** Lehrer/innen sind über Ihre Dienststelle versichert, wenn ihre Teilnahme dienstlich genehmigt wurde. Ansonsten findet die Teilnahme auf eigene Verantwortung statt. Für Unfallschäden sowie das Abhandenkommen persönlicher Gegenstände übernimmt der Veranstalter generell keine Haftung.

**Rücktrittsbestimmungen** Jeder Rücktritt muss grundsätzlich schriftlich erfolgen. Dafür wird eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von 10,00 EUR erhoben. Ein Rücktritt ist nur bis zum 06. September 2013 möglich. Für Rücktritte nach diesem Datum ist die volle Teilnehmergebühr zu zahlen. Nach Anmeldeschluss erhalten Sie eine Anmeldebestätigung.

**Meldeschluss  
30.08.2013!**

## Anmeldung zum 3. TVM-Sportlehrertag am 27. September 2013 in Montabaur

(Bitte bis zum 30.08.2013 an den TVM, Rheinau 10, 56075 Koblenz senden oder faxen 0261/135-159  
Für jede/n Teilnehmer/in bitte ein gesondertes Formular ausfüllen)

Name, Vorname		Geb.datum	
Straße			Hausnr.
PLZ	Ort		
Telefon		Mobil	
E-Mail			
Schule			

**ARBEITSKREISE** Hiermit melde ich mich verbindlich zu folgenden Arbeitskreisen an (bitte Arbeitskreisnummer eintragen):

Uhrzeit	Mein gewünschter Arbeitskreis Nr.		Alternativ-Arbeitskreis Nr. (bitte mind. zwei Alternativen angeben)			
08:30 – 09:15 Uhr	Begrüßung und Kurzpräsentation					
09:30 – 10:45 Uhr	AK-Nr.:		AK-Nr.:			
11:00 – 12:15 Uhr	AK-Nr.:		AK-Nr.:			
12:30 – 13:45 Uhr	Mittagspause					
14:00 – 15:15 Uhr	AK-Nr.:		AK-Nr.:			
15:30 – 16:45 Uhr	AK-Nr.:		AK-Nr.:			

Meine T-Shirt-Größe ist:  S  M  L  XL  XXL (bitte ankreuzen)

Gebühr	pro Person
Teilnahmegebühr incl. Mittagessen (Buffet) in der Zeit von 12.30 - 13.45 Uhr im Haus Mons Tabor	<b>68,50 EUR</b>

**Ich überweise die Teilnahmegebühr in Höhe von 68,50 EUR incl. Mittagessen in den nächsten Tagen auf das Konto Nr. 56044 bei der Sparkasse Koblenz, BLZ 570 501 20.**

Die unten abgedruckten Rücktrittsbestimmungen erkenne ich hiermit an.

\_\_\_\_\_  
Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift Teilnehmer/in

\_\_\_\_\_  
Stempel und Unterschrift Schule

**Rücktrittsbestimmungen**

Jeder Rücktritt muss grundsätzlich schriftlich erfolgen. Dafür wird eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von 10,00 EUR erhoben. Ein Rücktritt ist nur bis zum 06.09.2013 möglich. Für Rücktritte nach diesem Datum ist die volle Teilnehmergebühr zu zahlen. Nach Anmeldeschluss erhalten Sie eine Anmeldebestätigung.

## DAS PROGRAMM – DIE ARBEITSKREISINHALTE

Nachfolgend eine kurze Erläuterung zu den einzelnen Arbeitskreisen

### AK 1: Ausdauer, Kraft und Geschicklichkeit – aber alles nur miteinander: Der Gefängnisausbruch

Was wäre, wenn man mit Kindern trainieren könnte, ohne dass sie überhaupt merken, dass sie zielgerichtet und effektiv ihre Fähigkeiten trainieren?! Wenn die Aufgabe lautet, so schnell wie möglich aus einem Hochsicherheitsgefängnis auszubrechen, entwickeln die Kinder einerseits ungeahnte Mobilität und Aktivität, andererseits finden sich plötzlich auch bei den Kindern, bei denen man es nicht vermutet, ganz starke soziale Fähigkeiten und Verantwortungsbewusstsein für andere. Die Aufgaben, die gestellt werden, zielen immer und ausnahmslos darauf ab, dass die gesamte Gruppe eine Aufgabe erfüllt, und nur die ganze Gruppe kann gewinnen – oder auch schon mal verlieren. Kinder, die eine solche Stunde erleben durften, werden von Goldstücken, Kokosnüssen, Bergschluchten, Lianen, einer unglaublich hohen Gefängnismauer des berühmten Gefängnisses der Welt (welches wird das wohl sein?) erzählen.

### AK 2: Vorbereitung und Durchführung einer Modellstunde zum Thema „Bewegen an Geräten“

Kinder in der Primarstufe zeigen sich offen und motiviert gegenüber den verschiedenen unterrichtlichen Bewegungsfeldern des Lernbereichs Sport – dieses gilt auch und gerade für das „Bewegen an Geräten“. Die Klassenzusammensetzung umfasst häufig ein breites Spektrum: talentierte, unbewegliche, mutige, ängstliche, müde und aufgedrehte ... Jungen und Mädchen, Kinder mit Migrationshintergrund, mit großen sozialen Unterschieden.

In den beiden Arbeitskreisen (AK 2 und AK 7) wird eine erprobte und praxistaugliche Unterrichtskonzeption vorgestellt und diskutiert, die auch Lehrkräfte ohne Geräturpräferenz in die Lage versetzt, einen kompetenzorientierten Unterricht zu gewährleisten. Besondere Schwerpunkte liegen dabei auf der Einbindung sowie der Gesundheits- und Selbstständigkeitsförderung von allen Kindern (leistungsstarke und -schwache). Im vorbereitenden Arbeitskreis (AK 2) wird die Grundkonzeption der anschließenden Unterrichtsstunde dem Teilnehmerkreis in praxisorientierter Form näher gebracht.

Im folgenden Arbeitskreis (AK 7) wird anschließend unmittelbar versucht, ausgewählte inhaltliche Schwerpunkte mit einer Grundschulklasse konkret unterrichtlich umzusetzen.

### AK 3: Faustball

Faustball ist ein Mannschafts-Rückschlagspiel, bei dem sich zwei Mannschaften zu je fünf Spielern gegenüberstehen. Gespielt wird auf einem 50 x 20 m großem Spielfeld (Halle: 40 x 20 m), das durch ein gespanntes Netz in 1,90 m Höhe bei den Frauen und 2,00 m Höhe bei den Männern in zwei gleichgroße Hälften geteilt wird.

Im AK „Faustball“ werden zunächst die spielerischen Grundlagen der Sportart aufgegriffen. Da allen SportlehrerInnen zumindest das Volleyballspiel bestens vertraut ist, soll das Faustballspiel in Anlehnung an Volleyball beschrieben werden, indem Unterschiede und Gemeinsamkeiten aufgezeigt werden. Faustball hat gegenüber dem Volleyballspiel sicherlich vor allem im Anfängerbereich entscheidende Vorteile (z.B. ist die Grundtechnik leichter zu erlernen) und kann daher neben den vier traditionellen Sportspielen sehr gut in den Sportunterricht integriert werden. Nach einer ersten Vermittlung der Grundtechniken (Abwehr, Zuspiel, Angriff) wird auf verschiedene Spielformen zurückgegriffen (1:1, 2:2, 3:3), die nach und nach zur Zielform 5:5 hinführen sollen.

### AK 4: Erlebnispädagogische Spiele in der Halle

Die Erlebnispädagogik betrachtet die Erziehung im Entwicklungsfeld eines offenen, sozialen und natürlichen Erfahrungslernens. In diesem Arbeitskreis sollen vielfältige praktische Spiel- und Übungsformen aus der Erlebnispädagogik vorgestellt werden, die zeigen, wie mit einfachen Mitteln und wenigen Geräten das soziale Lernen in der Sporthalle gefördert werden kann. Mitmachen ist hochgradig erwünscht!

### AK 5: Slackline

Die Trendsportart Slackline stellt eine neue koordinativ hoch anspruchsvolle Bewegungsform dar und eignet sich daher sehr gut als zusätzliches Training für diverse Sportarten. Auch im Schulsport – beispielsweise im außerunterrichtlichen Bewegungs- und Sportangebot einer (Ganztags-)Schule – kann die Slackline sehr gut für eine koordinative Schulung eingesetzt werden. Beim Aufbau der Slackline ist es wichtig, die notwendigen Sicherheitsvorkehrungen zu treffen und Vorschriften einzuhalten, denn es entstehen große Kräfte im System, die schnell übersehen werden können. Slacklinien kann sowohl im Freien zwischen Bäumen als auch in der Halle stattfinden. Dort „indoor“ gibt es zwar viele Möglichkeiten zur Fixierung der Slackline, doch nur wenige sind tatsächlich geeignet. Erleben Sie Slackline – aber sicher!

### AK 6: Flick-Flack

Der Handstützüberschlag rückwärts – Flick-Flack – ist ein Element des Turnens mit hohem Aufforderungscharakter. Wenn die Voraussetzungen – Stützkraft, Schulter- und Hüftbeweglichkeit sowie Mut – gegeben sind, dann ist der Flick-Flack für jeden von uns (u.U. unter erleichterten Bedingungen) zu springen. Wir werden uns erst an die Rückwärtsbewegung langsam herantasten und kalkultiertes Risiko wälten lassen, um danach alle die Bewegung zu erleben. Mitmachen ist hochgradig erwünscht.

### AK 7: Vorbereitung und Durchführung einer Modellstunde zum Thema „Bewegen an Geräten“

Inhalt siehe AK 2. **Hinweis: AK 7 kann nur gemeinsam mit AK 2 gebucht werden!!!**

### AK 8: Pausenideen

Aufpassen, still dasitzen, mitdenken ... da kann einem der Kopf ganz schön rauchen. Umso wichtiger werden für die SchülerInnen die Zeitstücke zwischen den Unterrichtsstunden, die Schulpausen. Pausen sind selbst gestaltete (Bewegungs-)Zeiten der Schüler und grundsätzlich als Unterbrechung pädagogischer Maßnahmen aufzufassen. Ob kleine (5-10 min) oder große Pause (20-30 min), Erholung, Bewegung und soziales Lernen durch „Spielen“ sind hier von großer Bedeutung.

Im AK „Pausenideen“ soll zunächst das Modell der aktiven Pause vermittelt werden (bewegungsfreundlicher Schulhof mit Sandkästen, Spielgeräten, Klettergerüsten usw.). Anschließend werden diverse Spiele für die Schulpause vorgestellt. Auch die LehrerInnen sind hier gefragt, sich einzubringen und einen Beitrag für eine bewegungsorientierte Pause zu leisten.

### AK 9: Handstand und Rad

Rad und Handstand – Handstand und Rad? – Welche Reihenfolge ist die richtige? Wie vermittele ich Kindern die nötige Stützkraft? Wie erhalten Kinder die nötige Körperspannung? Wie erreiche ich es, dass die Kinder beim Hochheben in den Handstand nicht mit den Händen nach vorn laufen? Welche Methodik wende ich an? Wie bekommen die Kinder beim Rad die Beine in die Senkrechte? Wie lernen sie die richtige Körperdrehung in die Bewegungsrichtung nach dem Rad? Wie werden Hüfte, Knie und Fußspitzen beim Rad gestreckt? Was hat Klopapier mit Rad zu tun? Viele Fragen? In diesem Arbeitskreis gibt es die Antworten. Alle? Alle!

### AK 10: Slackline

Die Trendsportart Slackline stellt eine neue koordinativ hoch anspruchsvolle Bewegungsform dar und eignet sich daher sehr gut als zusätzliches Training für diverse Sportarten. Auch im Schulsport – beispielsweise im außerunterrichtlichen Bewegungs- und Sportangebot einer (Ganztags-)Schule – kann die Slackline sehr gut für eine koordinative Schulung eingesetzt werden. Beim Aufbau der Slackline ist es wichtig, die notwendigen Sicherheitsvorkehrungen zu treffen und Vorschriften einzuhalten, denn es entstehen große Kräfte im System, die schnell übersehen werden können. Slacklinien kann sowohl im Freien zwischen Bäumen als auch in der Halle stattfinden. Dort „indoor“ gibt es zwar viele Möglichkeiten zur Fixierung der Slackline, doch nur wenige sind tatsächlich geeignet. Erleben Sie Slackline – aber sicher!

### AK 11: Rope Skipping

Rope Skipping ist einfach mehr als Seilspringen. Gezeigt und natürlich von den ArbeitskreisteilnehmerInnen auch selber realisiert werden verschiedene Grundtechniken des Rope Skipplings mit dem Speed Rope (Einzelseil), dem Beaded Rope (Gliederseil) und dem Double-Dutch (Seilpaar). Mitmachen ist hochgradig erwünscht!

### AK 12: HipHop

Der in den 70er Jahren in der Bronx von New York entstandene HipHop ist Element einer Jugendkultur, die neben (Break-) Dance auch Rap, DJing und Graffiti-Writing umfasst. Als Tanzrichtung hat sich HipHop vom Freestyle-Tanz auf der Straße hin zum Erlernen festgelegter Choreografien in Vereinen und Tanzschulen verändert. Neben kurzen theoretischen Anteilen über Musikkunde, die Merkmale des HipHops und den Aufbau einer HipHop-Schulstunde, stehen in diesem Workshop vor allem das praktische Erlernen der wichtigsten Elemente und auch die Zusammenstellung einer Choreografie im Vordergrund. Eine abwechslungsreiche Choreografie in Abstimmung zu aktueller Musik ist das wichtigste für die Motivation, den Spaß. Da beim HipHop nicht nur die Beine, sondern vom Kopf über die Arme bis zu den Füßen sämtliche Körperteile bewegt werden, trainiert HipHop neben dem Rhythmusgefühl vor allem auch die Gesamtkörperkoordination der Schüler und Schülerinnen.

# 3. TVM-Sportlehrertag: Turnen bewegt den Sportunterricht!

am 27. September 2013 in Montabaur

08.30 Uhr Begrüßung  
Honorationen  
Vorstellung der Konzeption

Farblegende für Bewegungsfelder und AKs

Fitness fördern, Fitness testen

Bewegen an und mit Geräten – Turnen

Gymnastik, Tanz, Rhythmus

Miteinander und gegeneinander spielen

Bewegung, Spiel und Sport im Schulalltag

08.40 Uhr Kurzpräsentation:  
„100 Jahre Deutsches Sportabzeichen –  
eine Chance für den Schulsport“  
apl. Prof. Dr. Swantje Scharenberg

	Primarstufe	Primarstufe	Klasse 5/6	Klasse 5/6	Klasse 7/8	Klasse 9/10
Zeit	Halle 1	Halle 2	Halle 3	Halle 4	Halle 5	Halle 6
<b>09:30 bis 10:45 Uhr</b>	<b>AK 1</b> Ausdauer, Kraft und Geschicklichkeit – aber alles nur miteinander Axel Fries	<b>AK 2</b> Vorbereitung der Modellstunde „Bewegen an Geräten“ Matthias Jaklen	<b>AK 3</b> Faustball Christina Grüneberg / FoSS	<b>AK 4</b> Erlebnispädagogische Spiele in der Halle Dr. Michael Bieligg	<b>AK 5</b> Slackline Katrin Bähr / FoSS	<b>AK 6</b> Flick-Flack apl. Prof. Dr. Swantje Scharenberg / FoSS
<b>11:00 bis 12:15 Uhr</b>	<b>AK 7</b> Modellstunde „Bewegen an Geräten“ nur in Kombi mit AK 2 buchbar Matthias Jaklen	<b>AK 8</b> Pausenideen Christina Grüneberg / FoSS	<b>AK 9</b> Handstand & Rad Axel Fries	<b>AK 10</b> Slackline Katrin Bähr / FoSS	<b>AK 11</b> Rope Skipping Dr. Michael Bieligg	<b>AK 12</b> HipHop Maren Vornberger / FoSS
<b>12:30 bis 13:45 Uhr</b> Mittagspause im Haus Mons Tabor						
<b>14:00 bis 15:15 Uhr</b>	<b>AK 13</b> Risiko als Lerninhalt? Ralf Schall	<b>AK 14</b> Entspannung im Schulalltag Marcus Müller / FoSS	<b>AK 15</b> Minitrampolin Stephan Weinig	<b>AK 16</b> LehrerInnen-Gesundheit Claudia Debüser	<b>AK 17</b> Fit am/durch Reck apl. Prof. Dr. Swantje Scharenberg / FoSS	<b>AK 18</b> Frisbee Probieren es doch mal mit den fliegenden Tellern Christian Lamred / FoSS
<b>15:30 bis 16:45 Uhr</b>	<b>AK 19</b> Sprungkraftförderung Ralf Schall	<b>AK 20</b> Lehrer/innen-Gesundheit Claudia Debüser	<b>AK 21</b> HipHop Maren Vornberger / FoSS	<b>AK 22</b> Entspannung im Schulalltag Marcus Müller / FoSS	<b>AK 23</b> Frisbee Probieren es doch mal mit den fliegenden Tellern Christian Lamred / FoSS	<b>AK 24</b> Handstützsprung-überschlag Stephan Weinig

### AK 13: Risiko als Lernerhalt?

Klingt abenteuerlich... ist es auch. Aber wie immer in der Erlebnis- und Abenteuerpädagogik, steht die Sicherheit an erster Stelle. Im Schulalltag ist es wichtig, Schülerinnen und Schüler mit (kontrollierten) Gefahrensituationen zu konfrontieren, in denen sie Entscheidungsmöglichkeiten haben und auch lernen müssen, einmal nein zu sagen. Wir werden beispielhaft Abenteuerstationen mit Möglichkeiten der Differenzierung kennen lernen.

### AK 14: Entspannung im Schulalltag

Beobachtungen im Setting Schule weisen darauf hin, dass Kinder unter verschiedenen gesundheitlichen Beeinträchtigungen leiden. Vor diesem Hintergrund erhalten Schulen, z.B. auch festgeschrieben in den Bildungsplänen, die Aufgabe, ein ganzheitlich ausgerichtetes biopsychosoziales Gesundheitsverständnis mit Schutz- und Resilienzfaktoren in ihre alltägliche Arbeit zu integrieren. Im Workshop werden unterschiedliche Kurz-Entspannungsprogramme vorgestellt, die beispielsweise in Form von Bewegungspausen in den Unterricht integriert werden können, um biopsychosozial positiv Anreize zu setzen. Zudem werden schulalltagserprobte Methoden vorgestellt, mit denen die Entspannungseinheiten evaluiert werden können.

### AK 15: Minitrampolin

Das Minitrampolin ist ein Gerät mit hohem Aufforderungscharakter – falsch benutzt, kann es aber auch ein risikoreiches Gerät sein. Worauf bereits bei der Anschaffung und beim Aufbau des Minitrampolins geachtet werden soll bzw. wie die Mattenlage bei den AnfängerInnen gestaltet ist, wird in diesem Arbeitskreis Thema sein. Neben den Grundsprüngen werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie Minitrampoline untereinander oder auch mit anderen Geräten sinnvoll kombiniert werden können und was der Mehrwert für die Aktiven bei diesen „Kombis“ ist, bei denen manchmal das Minitrampolin auch nur noch eine Geräthilfe darstellt.

### AK 16: LehrerInnen-Gesundheit

Gerade das 5. und 6. Schuljahr bringt große Veränderungen mit sich, dass nicht nur für die Kinder und Jugendliche eine große Herausforderung ist, sondern auch die Lehrer an ihre Grenzen stoßen lässt. Wichtig hier ist es, die Stressoren zu erkennen und gegenzusteuern bzw. schon im Vorfeld Stressoren auszuschalten. Gleichmaßen wird durch eine angespannte Haltung die Schulter-Nackermuskulatur ebenso wie die Wirbelsäule überbeansprucht. Schlechte und verkrampte Körperhaltung durch Anspannung und unzureichende Bewegung erschweren noch den Zustand für Lehrer und Schüler. Es werden Ihnen hier Möglichkeiten der Bewegungspause während des Unterrichts aufgezeigt, die Sie als Lehrer ebenso wie die Schüler gleichermaßen zur Lockerung und Entspannung für Körper und Geist und zum gemeinsamen „Luft holen“ nutzen können. Auch die Konzentration wird durch kleine Bewegungseinheiten gefördert. Kinesiologische Übungen fördern das Gleichgewicht von Körper und Geist. Durch solche Einheiten, die beide Gehirnhälften ansprechen, wird die Mitte gefunden. Bewegungs- und Entspannungspausen sind keine verlorene Zeit – sie tragen zu einem entspannten, konzentrierten und effektiven Arbeiten bei.

### AK 17: Fit am/durch Reck

Hängen, Hangeln, Stützen, Schwingen – alles das verbinden wir mit Kinderturnen. Wie aber sollen wir SchülerInnen der Klassen 7 und 8 damit hinter dem Computer (früher: Ofen) vorlocken? Das ist über Kraft, Risiko und Bewegungsweite sowie Erfolgserlebnisse möglich. Wir werden Klimmzüge in unterschiedlichen Formen ausprobieren, Hüftumschwünge anders erleben, Kippe als Stembewegung meistern und um die Reckstange angstfrei schwingen. Allein durch regelmäßiges Reckturnen können wir unsere Fitness verbessern: also, fangen wir beim Lehrertag damit an, es zu probieren!

### AK 18: Frisbee – Probiere es doch mal mit den fliegenden Tellern

Beginnend bei der Entstehungsgeschichte des Sports sowie die Vorstellung einiger Disziplinen und dessen verwendete Wurf- und Trickscheiben werden die TeilnehmerInnen recht schnell mit dem Wurfgegenstand in Berührung gebracht. Nach dem Lernen der Basiswürfe und Fangarten durch verschiedene Anregungen wird sehr stark auf das eigentliche Sportspiel eingegangen. Bekannte Spiele (bzw. Spielideen) aus dem „normalen“ Sportalltag werden auf Frisbee übertragen. Spiele mit- und gegeneinander werden in Klein- und Großgruppen erprobt. Die Erinnerung an den Fairplay-Gedanken wird in uns (wieder?) belebt. Die für den Schulsport geeignete Disziplinen werden vorgestellt und praktisch durchgeführt.

### AK 19: Sprungkraftförderung

Wir alle kennen das Problem der fehlenden körperlichen Voraussetzungen, wenn wir Fertigkeiten im Gerätturnen erlernen wollen. Eine dieser fehlenden Voraussetzungen ist die Sprungkraft. Bei der kurzen Gerätturnzeit in der Schule muss das Sprungkrafttraining in der Phase vor dem Gerätturnen erfolgen. Dabei ist es hilfreich, auf Methoden aus dem Leistungssport – dem Schulsport angepasst – zuzugreifen. Wie das aussehen kann, das werden Sie hier erleben!

### AK 20: Lehrerinnen-Gesundheit

Kann eine Stundenvorbereitung auch entspannt sein? Ja, beispielsweise durch Atemtechnik – dem Weg zu Ruhe und Gelassenheit oder durch Kleine Tai-Chi-/Qi Gong-Übungen für zwischendurch, um durch Achtsamkeitsübungen den Geist wieder zur Ruhe zu bringen. Durch diese Übungen wird die Konzentration erhöht und die Hyperaktivität gebremst. Ebenfalls kann durch kleine Yoga-Einheiten die Konzentration wieder auf das Wesentliche gelenkt werden. Die Übungen sind für ein paar Minuten ebenso wie für längere Einheiten außerhalb des Klassenraums gedacht.

Um die Aktivität und Beweglichkeit des Körpers wieder herzustellen, werden Möglichkeiten der Mobilisation und Aktivierung von Herz-Kreislauf aufgezeigt. Wie lässt sich mein Körper durch Bewegungen von 2 bis 5 Minuten aktivieren und so meine Konzentration wieder herstellen? Alle Übungseinheiten sind für Schüler und Lehrer gleichermaßen ein gutes Werkzeug für entspanntes und gesundes – stressreduziertes – Lernen.

### AK 21: HipHop

Der in den 70er Jahren in der Bronx von New York entstandene HipHop ist Element einer Jugendkultur, die neben (Break-)Dance auch Rap, DJing und Graffiti-Writing umfasst. Als Tanzrichtung hat sich HipHop vom Freestyle-Tanz auf der Straße hin zum Erlernen festgelegter Choreografien in Vereinen und Tanzschulen verändert. Neben kurzen theoretischen Anteilen über Musikkunde, die Merkmale des HipHops und den Aufbau einer HipHop-Schulstunde, stehen in diesem Workshop vor allem das praktische Erlernen der wichtigsten Elemente und auch die Zusammenstellung einer Choreografie im Vordergrund. Eine abwechslungsreiche Choreografie in Abstimmung zu aktueller Musik ist das wichtigste für die Motivation, den Spaß. Da beim HipHop nicht nur die Beine, sondern vom Kopf über die Arme bis zu den Füßen sämtliche Körperteile bewegt werden, trainiert HipHop neben dem Rhythmusgefühl vor allem auch die Gesamtkörperkoordination der Schüler und Schülerinnen.

### AK 22: Entspannung im Schulalltag

Beobachtungen im Setting Schule weisen darauf hin, dass Kinder unter verschiedenen gesundheitlichen Beeinträchtigungen leiden. Vor diesem Hintergrund erhalten Schulen, z.B. auch festgeschrieben in den Bildungsplänen, die Aufgabe, ein ganzheitlich ausgerichtetes biopsychosoziales Gesundheitsverständnis mit Schutz- und Resilienzfaktoren in ihre alltägliche Arbeit zu integrieren. Im Workshop werden unterschiedliche Kurz-Entspannungsprogramme vorgestellt, die beispielsweise in Form von Bewegungspausen in den Unterricht integriert werden können, um biopsychosozial positiv Anreize zu setzen. Zudem werden schulalltagserprobte Methoden vorgestellt, mit denen die Entspannungseinheiten evaluiert werden können.

### AK 23: Frisbee – Probiere es doch mal mit den fliegenden Tellern

Beginnend bei der Entstehungsgeschichte des Sports sowie die Vorstellung einiger Disziplinen und dessen verwendete Wurf- und Trickscheiben werden die TeilnehmerInnen recht schnell mit dem Wurfgegenstand in Berührung gebracht. Nach dem Lernen der Basiswürfe und Fangarten durch verschiedene Anregungen wird sehr stark auf das eigentliche Sportspiel eingegangen. Bekannte Spiele (bzw. Spielideen) aus dem „normalen“ Sportalltag werden auf Frisbee übertragen. Spiele mit- und gegeneinander werden in Klein- und Großgruppen erprobt. Die Erinnerung an den Fairplay-Gedanken wird in uns (wieder?) belebt. Die für den Schulsport geeignete Disziplinen werden vorgestellt und praktisch durchgeführt.

### AK 24: Handstützsprungüberschlag

Beim neuen Deutschen Sportabzeichen, das bei diesem Lehrertag mehrfach Thema ist, wird unter anderem auch ein Handstützsprungüberschlag gefordert. Zu schwierig? Nein, nicht bei dem Aufbau des „weichen Sprungeräts“, nicht bei der methodischen Hinführung über die Flugrolle und weitere Schritte, die Sie hier erleben und selber ausprobieren werden. Was es mit dem Hacken-Ziehen auf sich hat, warum das Sprungbrett möglichst dicht an das weiche Sprungerät gestellt wird und was eine Matte vor dem Sprungbrett für eine Funktion hat, alles das werden Sie sich nach dem Workshop beantworten können.