

3. TVM-Sportlehrertag: „Turnen bewegt den Sportunterricht!“ am 27. September 2013 in Montabaur

AK 13: Risiko als Lerninhalt?

Ralf Schall (schallralf@gmx.de)

Zielgruppe:	ab 3. Klasse, Voraussetzungen: Die Schülerinnen und Schüler können von einer erhöhten Absprung- in eine niedrigere Landeposition springen.
Lernziele:	Steigerung von Selbstwertgefühl und Selbsteinschätzung, Kennen- und Umgehenlernen von Erfolg und Misserfolg sowohl bei Gruppen- als auch bei Individualaufgaben
Material:	Es werden mindestens 2 <i>Weichbodenmatten</i> (nicht zu weich), 1 <i>Barren</i> , 2-3 <i>Turnbänke</i> , 2-3 <i>große Kästen</i> sowie <i>Würfelmatten</i> benötigt. Sinnvoll ist der Einsatz einer <i>Sprossen- oder Gitterwand</i> .

Schon lange hat die Abenteuer- und Erlebnispädagogik Einzug in den Schulalltag gehalten. In erster Linie sah man in diesem Bereich den sozialen Aspekt, der zur Verbesserung des Klassen- oder Schulklimas beitragen konnte.

Auch jetzt noch besitzt der soziale Gedanke den höchsten Stellenwert, gerade deshalb, weil die Entwicklung jedes Einzelnen bezüglich Selbstwertgefühl und Selbsteinschätzung mit Hilfe von Mitmenschen sehr erfolgreich vorangetrieben werden kann.

Dafür ist es notwendig, dass Schüler und Schülerinnen bewusst mit Risiken konfrontiert werden, die oftmals in einer Teamaufgabe offengelegt, eingedämmt oder sogar beseitigt werden können. Das Erfolgserlebnis kann dabei genauso positiv prägen, wie der Misserfolg der Teamaufgabe.

Beim Unterricht im Rahmen der Erlebnis – und Abenteuerpädagogik sollte man sich aber stets bewusst sein, dass die Sicherheit an erster Stelle steht, trotz eingeplanter Risiken. Deshalb wird auch hier, wie überall in Lernprozessen unter pädagogischer Anleitung, methodisch gearbeitet.

Es ist nicht unsere Aufgabe Schwächen bloßzustellen, sondern unsere Schülerinnen und Schüler an ihre Grenzen zu führen.

Der **Sprung über die Gletscherspalte** ist ein aufwendiger Aufbau, der als Einzelstation oder als Baustein einer Gerätelandschaft zum Einsatz kommen kann.

Der Aufbau:

Ein großer Kasten dient als Absprungpunkt. Dieser sollte längs- oder quergestellt an der Sprossenwand (Gitterwand) stehen. Die Sprossenwand dient als Aufstieghilfe aber auch zum Stabilisieren des Kastenaufbaus über Seile oder Gepäckbänder.

In einem Abstand von ca. einem Meter zum Kasten wird die Landefläche aufgebaut. Ist man im Besitz mehrerer Weichboden und Niedersprungmatten, ist ein Mattenberg schnell aufgebaut. Ansonsten wird ein Parallelbarren parallel zur Sprossenwand gestellt.

Ein großer Kasten befindet sich parallel zum Barren in einem Abstand, dass die Turnbänke zwischen Barren und Kasten eingehängt werden können. Eine Weichbodenmatte wird auf diesen Aufbau gelegt.

Eine zweite Weichbodenmatte wird zwischen dem Absprungkasten (mit der Längsseite auf dem Boden an den Kasten anstoßend) und der Landefläche platziert, sodass eine schiefe Ebene entsteht.

Die **Aufgabe**:

Überwinden der Gletscherspalte (schiefe Ebene) durch Springen vom Absprungpunkt (großer Kasten) auf das Gletscherplateau (Mattenberg).

Die Kolleginnen und Kollegen werden mir zustimmen, dass ein Sprung über einen Meter Breite an sich keine große körperliche Leistung darstellt. In unserem Fall misst der Springer aber den Abstand zum Boden, der bei Kindern und 5-teiligem Kasten zwischen 2,50 und 3,00 m beträgt. Dass sich die Landefläche auf gleicher Höhe des Absprungpunktes befindet, findet bei den inneren Messungen zunächst keine Bedeutung.

Die Höhe des Aufbaus ist abhängig von dem Leistungsvermögen der Schülerinnen und Schüler.

Methodisch kann man jetzt in mehrere Richtungen verändern, um den Schwierigkeitsgrad zu erhöhen:

1. Erhöhung der Absprungfläche
2. Vergrößerung der Gletscherbreite
3. Verringern der Höhe der Landefläche
4. Kombination aus 1 und/oder 2 und/oder 3

Der Sprung über die Gletscherspalte ist nicht als methodische Einheit einer Unterrichtsstunde sondern mehrerer Unterrichtsstunden zu verstehen. Ich empfehle, den Aufbau in einer Unterrichtsstunde nur so zu verändern, wie es auch organisatorisch sinnvoll erscheint.

Die Erhöhung der Absprungfläche über die üblichen 5 Kastenteile hinaus, ist nur dann zulässig, wenn der Kasten in sich mit Gepäckbändern o.ä. stabilisiert und an der Sprossenwand befestigt wird.

Tipps:

1. Bei ängstlichen Kindern können 1-2 andere Kinder - auf dem Gletscherplateau stehend – die Hände reichen.
2. Zwei Kinder können Hand in Hand gleichzeitig über die Gletscherspalte springen.
3. Die Lehrerin/der Lehrer steht mit einem Bein auf dem Absprungpunkt, mit dem anderen auf der Landefläche oder der schiefen Ebene und begleitet so die Schülerin oder den Schüler.

Literaturhinweis:

Fries/Schall; Die Geräte lernen uns kennen; Buchverlag Axel Fries