

# Turnen in der Schule



# Bildungsplan 2004

- *in Eingangsklassen ab 2004/2005*
- *in Kursstufe ab 2002/2003*
- *Abitur ab 2004*

## ➤ Bildungsstandards

- Leitgedanken
- Kompetenzen und Inhalte

## ➤ Niveauekronketisierung

## ➤ Umsetzungsbeispiele



# Wahrscheinlichkeit, daß **Gerätturnen** im Gymnasium unterrichtet wird:

## Klasse 5 – 10:

*In Pflichtbereich und Profulfach Sport:*

mindestens **3** von 4:      **GT, GYM, LA, SW**

## Kurstufe:

*Pflichtbereich:*

2-stündig:       $\geq$  **1** von 4

4-stündig:       $\geq$  **2** von 4

*Profulfach:*       $\geq$  **3** von 4



6, 8, 10

# Bildungsstandards/ Gymnasium

Auszug bezüglich **Gerätturnen** im Sportunterricht

## Leitgedanken

- Motorische und konditionelle Leistungsfähigkeit verbessern
- Bewegungs- + Körpererfahrungen, Wahrnehmungsfähigkeit erweitern + verbessern
- Risiken abschätzen und etwas wagen
- Kooperieren, miteinander handeln
- Kreativ handeln

5/6

- Schwerpunkt **koord.Fähigkeiten**
- **Entdeckendes Lernen** und eigene Lernerfahrungen
- Einfache **organisatorische Aufgaben**
- **Koedukativ** und getrennt

7/8

- Vertiefen, erweitern, optimieren
- **Individualisierung und Differenzierung**
- Zunehmende Selbständigkeit und Organisation
- i.d.R. getrenntgeschlechtlich

9/10

- Vertiefen , variieren, optimieren
- Einsicht in **Üben und Trainieren**
- **individuelles Leistungsoptimum**
- i.d.R. getrenntgeschlechtlich



# Kompetenzen und Inhalte Pflichtbereich

6

- Koordinative Grundtätigkeiten
- Grundtätigkeiten
- Fundamentale Grundformen
- Sicher rollen + fallen

8

- Fertigkeiten an **3** Geräten
- Einfache Akrobatik
- Normfreie Bewegungen

10

- Übungsverbindungen an **2** Geräten
- Akrobatik
- Normfreie Bewegungen

## ***Fachkenntnisse:***

- **Bewegungsabläufe**  
beschreiben

{ - H + S beschreiben +  
anwenden  
- Geräterauf- + abbau

{ - Sachverhalte aus  
**Bewegungslehre**  
- **Hauptfunktionsphasen**  
- Regeln



# Kompetenzen und Inhalte

## Profilfach Sport EXTRA

6

- Technikmerkmale der Fertigkeiten
- Hauptfehler erkennen + nennen

8

- nix

10

- Übungsverbindungen an 4 Geräten

***Fachkenntnisse:***  
Bewegungsverwandtschaften beschreiben



# ➤ Umsetzungsbeispiel Klasse 5/6

Vorschlag von:

Badischer Turnerbund, Schwäbischer  
Turnerbund, Beirat Schule

Hinweis auf Broschüren des KuMi:  
*Ausb. + Verb. koordinativer Fähigkeiten*  
*Turnen in der Schule*



# Kurstufe

## Übergeordnete Lernziele/ Pädagogische Perspektiven:

- A Leistungsbereitschaft, Leistung verbessern
- B Bewegungserfahrungen sammeln,  
Wahrnehmungsfähigkeit verbessern
- C Gemeinsam handeln
- D Gesundheitsbewußtsein, Fitness
- E Bewegung gestalten
- F Etwas wagen und verantworten





# Bildungsstandards Kursstufe

## Leitgedanken

- Vertiefendes Verständnis
- Fächerübergreifendes Arbeiten
- Praxis und Theorie
- Trainingslehre, **Bewegungslehre**, Sportpsychologie, Sportsoziologie



# Kompetenzen und Inhalte

siehe handout: Bildungsplan für die

**Kursstufe**

2 stündig:

## **Fachkenntnisse**

- Sportartspez. Grundwissen

## **Können**

- an **mindestens 2 Geräten** sportartspez. Fertigkeiten demonstrieren

4-stündig:

## **Fachkenntnisse**

- Sportartspez. Grundwissen
- **Biomechanische Prinzipien**
- **Aktionen funktional belegen**
- **Fehler korrigieren**

## **Können**

- an **mindestens 2 Geräten** sportartspez. Fertigkeiten demonstrieren



# Kompetenzen und Inhalte

*siehe handout: Bildungsplan für die Kursstufe*

- Sprung
- Boden
- Reck
- Spannbarren
- Schwebebalken (Schülerinnen)
- Barren (Schüler)



# Abitur ab 2004

- Sport im Neigungsfach oder Profilmfach als 4. Prüfungsfach
- Sport im Profilmfach oder im Pflichtfach als 5. Prüfungsfach
- Sportbereich 2 oder 3

**Schriftliche Prüfung**  
**Praktische Prüfung:**

**2 Kuren nach Normtabellen**

(Sprung, Balken, Boden, Stufenreck)

**Ausdauerprüfung (Cooper-Test)**



# Grundlegende Inhalte des Schulturnens

- Grundtätigkeiten
- Grundfähigkeiten
- Grundfertigkeiten
- ...



Von den **Grundtätigkeiten**  
(Grundformen)  
zu den **Fundamentalbewegungen**  
(Fertigkeiten)





Von den **Grundtätigkeiten** der **Alltagsmotorik** (Knirsch)

Über die **Grundtätigkeiten** des **Turnens**

Zu den zentralen und aufbauenden  
**Fundamentalbewegungen** des Gerätturnens



Allgemeine **Bewegungsgrundformen** (Gerling)

Turnspezifische **Bewegungsgrundformen**

Turnerische **Basisfertigkeiten** und  
Turnerische **Fertigkeiten für Fortgeschrittene**



# Im Überblick:

Von den **Grundtätigkeiten** der **Alltagsmotorik** (Knirsch)  
allg. **Bewegungsgrundformen** (Gerling)



über die **Grundtätigkeiten** des **Turnens** (Knirsch)  
Turnspezifische **Bewegungsgrundformen** (Gerling)



Zu den **Fundamentalbewegungen** des Gerätturnens  
(Knirsch)

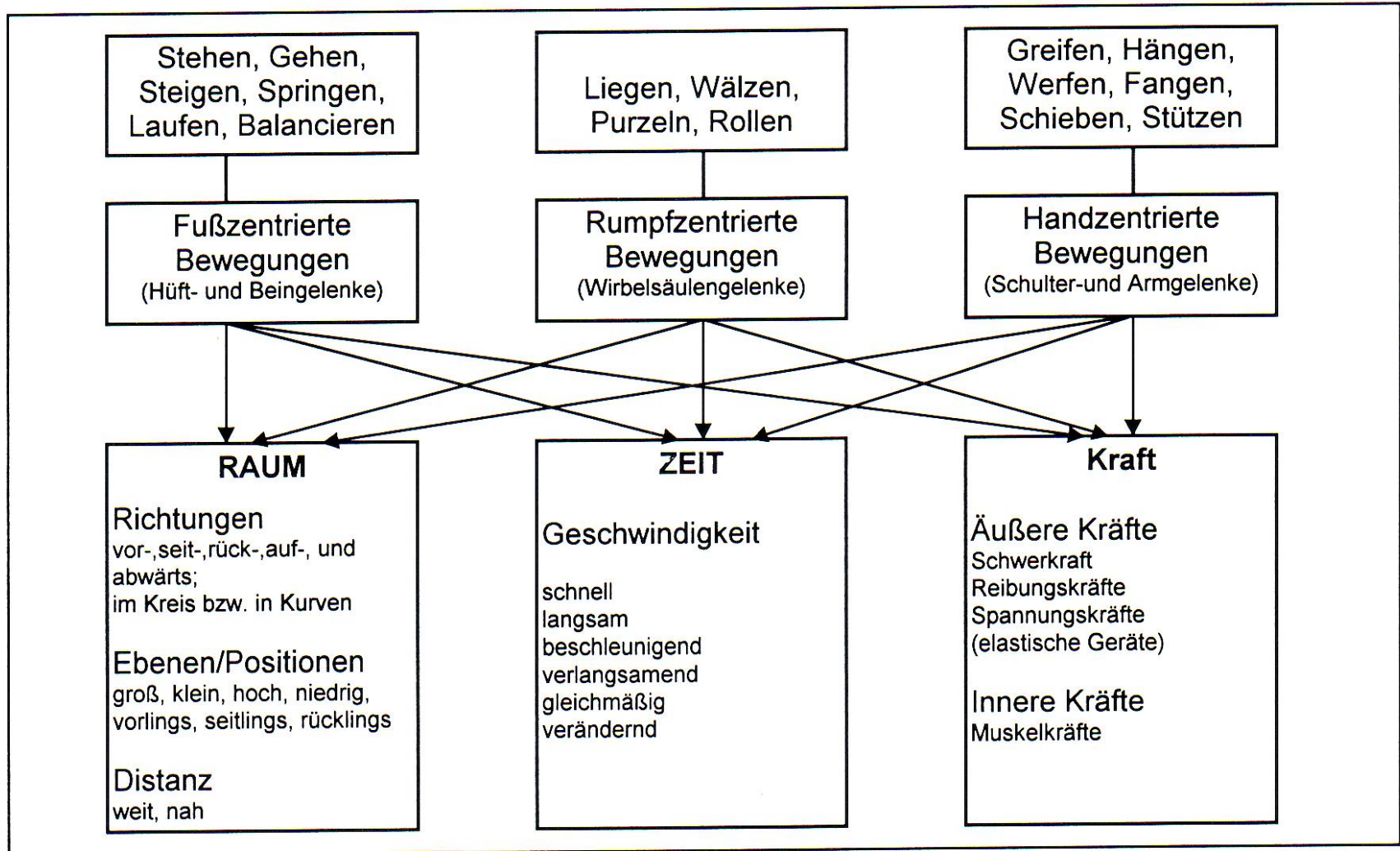
Turnerische **Basisfertigkeiten** und Turnerische Fertigkeiten für Fortg. (Gerling)





VON

# Grundtätigkeiten der Alltagsmotorik \*



# ÜBER Grundtätigkeiten des Gerätturnens

- *Tätigkeitsbereiche/ Laging*
- *Bedeutungsgebiete/ Trebels*
- **Grundformen/ Rieling + Gerling**

➤ Rollen, Drehen und Überschlagen

➤ Hangeln und Stützen

➤ Schwingen und Schaukeln

➤ Balancieren und Klettern

➤ Springen und Schweben/ Fliegen

➤ und weiteres



ZU

# Aufbauende und zentrale Fundamentalbewegungen (30)

unter strukturellen Gesichtspunkten

## SPRUNGBEWEGUNGEN (2)

- Absprungverhalten von Füßen, von Händen

## SCHWUNGBEWEGUNGEN (5)

- Vor- und Rückschwingen Querstütz, Langhang, Felghang
- Schwingen Seitstütz
- Kreisschwünge

## ÜBERSCHLAGBEWEGUNGEN (5)

- Handstütz-Überschlag sw, rw
- Handstütz-Sprungüberschlag vw
- Überschlag vw, rw

## STEMMBEWEGUNGEN (3)

- Stemmaufschwung rw Langhang, rw.oder vw Oberarmstütz

## ROLLBEWEGUNGEN (2)

Rolle vw, rw

## AB-, AUF-, UM-

## SCHWUNGBEWEGUNGEN (4)

- Kniehangaufschwung, Hüft-Aufschw.
- Hüft-Umschwung vlvw, vl rw

## FELGBEWEGUNGEN (4)

- Felgschleudern, Felgrolle
- Felgunterschwingung
- Spreiz-Pendel-Aufschwung

## KIPPBEWEGUNGEN (2)

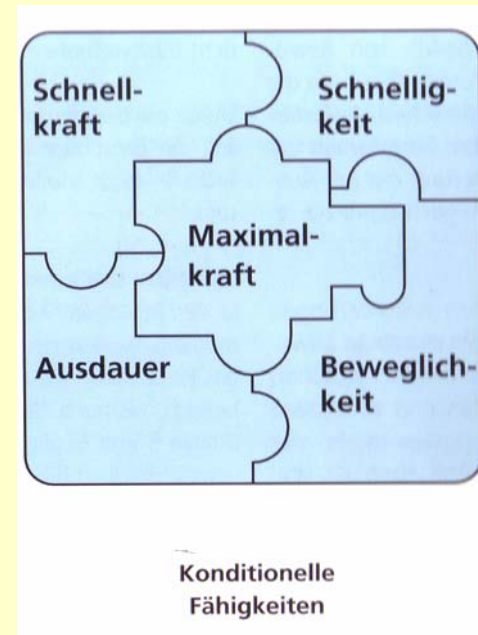
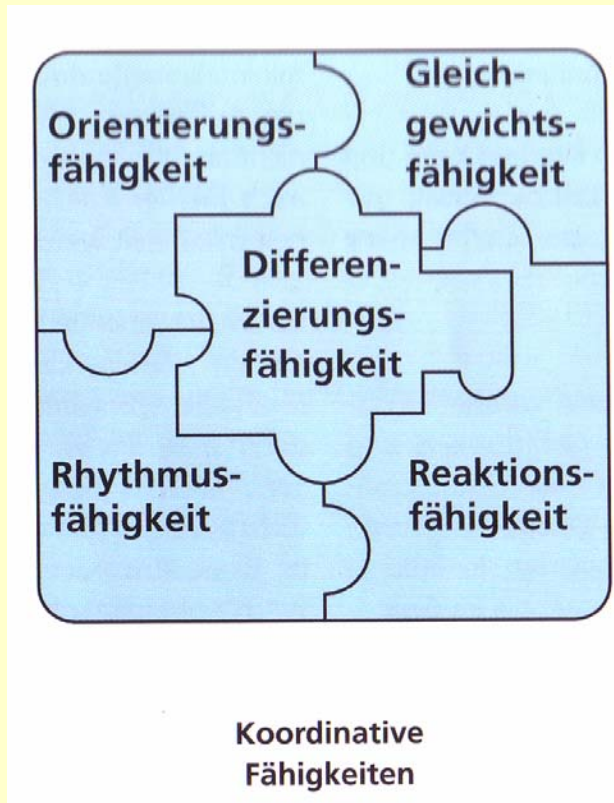
- Oberarm-Kippe
- Kippe aus dem Grätschsitz

## DREHBEWEGUNGEN UM LÄNGENACHSE (3)

- Aus Absprung; Stützschwung; Langhangschwung








# „Turnerische“ Grundfähigkeiten



Erweitert werden die koordinativen Fähigkeiten u.a. durch:

- Kopplungsfähigkeit
- Umstellungsfähigkeit
- Antizipationsfähigkeit

# Die Schulung und Verbesserung der koordinativen Fähigkeiten

Differenzierungsfähigkeit	 Seite 11
Rhythmusfähigkeit	 Seite 31
Gleichgewichtsfähigkeit	 Seite 51
Orientierungsfähigkeit	 Seite 67
Reaktionsfähigkeit	 Seite 89

Knirsch

*Bewegung, Spiel + Sport in der Schule*

