

Ideensammlung der Bezirksregierungen Arnsberg und Detmold zum Sportunterricht – hier Theorie

Sporttheorie im Klassenraum

Stundenthema: Turmspringerinnen – Coming of Age zwischen Angst und Adrenalin (von Klaus Schirmer)

Klasse/Jahrgangsstufe: ab Klasse 5 (bis Oberstufe)

Themen: Leistung im Sport, Motive des Sporttreibens, Gesundheit

Verlaufsplanung

Podcast hören (Länge: 54:20 Min.)

Hinweis: Je nach Alter der Schüler*innen den Podcast aufteilen.

z.B. nach 18:10 Min (anschließend startet Kapitel 2)

z.B. nach 23:20 Min (Anna hört auf)

z.B. nach 28:55 Min

z.B. nach 36:45 Min (anschließend startet Kapitel 3)

Arbeitsauftrag (für jüngere Schüler*innen):

Jede/r bekommt von der Lehrkraft eine Turmspringerin zugewiesen, bei der sie besonders genau hinhört. Notiert euch wichtige Ereignisse und Aussagen von

- My
- Kieu
- Talisa (studiert in den USA)
- Anna (hört als erste der vier auf).

Mögliche Aufgabe anschließend: Lebenslauf der Springerin schreiben, Kurzvortrag über den Werdegang der Turmspringerin vorbereiten.

Für jüngere Schüler*innen könnte anschließend über die Motive des Sporttreibens und/oder Mut und Wagnis (siehe nächste und übernächste Seite) gesprochen werden.

Mit älteren Schüler*innen ist das folgende Vorgehen möglich:

Unterrichtsgespräch, Gruppenarbeit oder Einzelarbeit

zu folgenden Themen möglich (je nach Altersstufe und Erfahrung), die Lehrkraft entscheidet, welcher Schwerpunkt gesetzt wird. Wenn alle Themenbereiche angesprochen werden, sind sicherlich zwei Doppelstunden nötig.

Eine weitere Möglichkeit wäre, die Klasse in vier „Themengruppen“ aufzuteilen. Jede Kleingruppe bearbeitet die aufgeführten Fragen zu den Themen und bereitet eine Kurzpräsentation von 5 Minuten für den Rest der Klasse vor (Arbeitszeit: 30-45 Minuten).

Anschließend könnten die Präsentationen im Plenum vorgestellt werden oder ein Gruppenpuzzle gemacht werden (vier neue Gruppe mit je einem Gruppenmitglied aus jeder der Themengruppe; so hält jede/r Schüler*in einen Kurzvortrag und „hört“ drei weitere), (Arbeitszeit: 25 Minuten)

- **Motive des Sporttreibens**

bezogen auf das Sporttreiben selbst (z.B. Bewegung, Ästhetik, Selbsterfahrung, Gemeinschaft, Abenteuer, Risiko) oder auf das Ergebnis des Sporttreibens oder...

Welche Motive leiten die Turmspringerinnen, welches ist eure leitende Motivation beim Sporttreiben?

Welche Motive gibt es noch? Haben Erwachsene, z.B. eure Eltern, andere Motive?

evtl. Einführung intrinsische/extrinsische Motivation

- **Entbehrungen, Verlauf der Kindheit und Jugend bei diesen Sportlerinnen**

Wie sieht ein Tag oder eine Woche bei Leistungssportler*innen aus? Worauf verzichten diese?

Wie sieht eine Sportwoche bei dir aus? Gibt es Dinge, auf die du verzichtest?

Wärst du bereit, wenn du die körperlichen Fähigkeiten hättest, für eine Leistungssportkarriere?

Welche Hoffnungen hättest du? Was würde dir am meisten fehlen, worauf du verzichten müsstest?

- **Mut und Wagnis**

Welche weiteren Sportarten kennst du, in denen Mut und Wagnis gefordert sind?

In welchen Situationen hast du schon einmal großen Mut bewiesen und etwas gewagt? Beschreibe deine Gefühle in dieser Situation. Wie hast du dich überwunden, diese Bewegung auszuführen?

Welche Tipps kannst du deinen Mitschülerinnen und Mitschülern für solche herausfordernden Situationen geben?

- **Gesundheit**

Sport ist Mord?

Leistungssport und Gesundheit – Nutzen oder Schaden?

Diskutiere diese Sätze und gib Beispiele für deine Meinung.

Welche gesundheitlichen Risiken sind mit dem Leistungssport verbunden?

- **Emotionen und Enttäuschungen im Sport**

Welchen Eindruck machen die Turmspringerinnen auf dich?

Wie sehen sie ihr Leben, sind sie zufrieden und glücklich?

Wie geht man mit Siegen, wie aber auch mit Niederlagen im Sport um? Berichte von deinen eigenen Erfahrungen.

Abschluss: Turmsprünge ansehen

(z.B. über Youtube), max. 10 Minuten oder jeder für sich oder in Kleingruppen (wenn Ipads vorhanden sind); diese Unterrichtsphase könnte auch an das Hören der Produktion anschließen.

Anhang:



Bild: picture alliance / Actionplus [📄 DOWNLOAD \(MP3, 49 MB\)](#)

So 21.06.2020 | 14:04 | Feature
Coming of Age zwischen Angst und Adrenalin

TURMSPRINGERINNEN

My, Kieu, Talisa und Anna sind Turmspringerinnen. Ihr Traum die Olympischen Spiele. Das Feature zeichnet die Erfahrungswelt von Leistungssportlerinnen über 8 Jahre nach.



My, Kieu, Talisa und Anna sind Turmspringerinnen. Im Alter von fünf Jahren werden sie bei einer Probestunde "gescoutet". Ihre Kindheit und Jugend verbringen sie fast ausschließlich in der Sprunghalle. Trotz aller Entbehrungen lieben die Mädchen ihren Sport, lieben den Kick beim Sprung vom Zehnterturm, das Fluggefühl, die Körpererfahrung und Ästhetik. Sie erringen nationale und internationale Meistertitel. Aber es ist der eine große Traum, der alles überstrahlt: die Teilnahme an den Olympischen Spielen, der Höhepunkt einer auf 20 Jahre angelegten Karriereplanung. Aber was, wenn der Plan nicht aufgeht? Was bleibt nach all den Jahren des „Abtauchens“ in eine Parallelwelt und des Verzichts auf Partys, auf eine normale Kindheit und Jugend? Das Feature zeichnet die Gefühls- und Erfahrungswelt der Leistungssportlerinnen über acht Jahre nach.

“ Ich habe mir bei dem Sprung schon so oft wehgetan und das liegt nicht an der Geschwindigkeit oder wie schnell ich drehe, sondern einfach, ich strecke blind. Ich weiß nicht, wo ich bin und das ist von 10 Metern wirklich sehr schmerzhaft. Wenn man auf den Rücken fliegt, dann kann man nicht mehr atmen und sich nicht mehr bewegen.

Von Klaus Schirmer
Regie: Thomas Wolfertz
Produktion: rbb/NDR 2018

Hier abzurufen:

https://www.rbb-online.de/rbbkultur/radio/programm/schema/sendungen/feature/archiv/20200621_1404.html