


# Alternativen zu Gymnastik im Sportunterricht

Beitrag von „Dejana“ vom 7. März 2014 20:36

Hi zusammen,

meine 5. Klasse macht derzeit Gymnastik in Sport (mit zwei Trainern und mir). Ich hab bisher jedes Jahr Gymnastik alleine unterrichtet und auch nicht grossartig Probleme damit gehabt. Meine derzeitige Schule ist allerdings recht klein, weshalb wir auch nicht besonders gut ausgestattet sind. Letztes Jahr hab ich meine vorige Planung abgeändert und es ging, wenn's auch nicht gerade sehr aufregend war. Dieses Jahr haben wir ein aehnliches Problem, da die beiden Trainer ihrer eigenen Planung folgen,...obwohl ich ihnen inzwischen auch meine gegeben hab. Die Mehrheit meiner Klasse macht allerdings mit und vor allem meine Maedels freuen sich ueber die Einheit.

Nun hab ich aber zwei Jungs - A und B -, die wirklich nicht wollen. Natuerlich kann ich sie zwingen (und die letzten zwei Stunden hab ich das auch recht gnadenlos durchgezogen,...denn normalerweise machen sie nach anfaenglichen Problemchen sehr gerne mit). Bei dieser Einheit bringt es aber wirklich nichts und ich will nicht die gesamte Stunde damit verbringen sie zum mitmachen zu bewegen, denn ich hab andere Kinder, die so schon schwierig genug sind und mehr Aufmerksamkeit brauchen. 

Mit Eltern hab ich schon gesprochen, da beide ihre Sportsachen verstecken und so tun, als ob sie krank waeren, und A's Vater sagte gleich: "Ja, ich hab damals auch immer so getan, als waer ich krank, wenn wir Tanz hatten."

Ich hab jetzt vor sie in den naechsten Stunden raus zu nehmen und was anderes mit ihnen zu machen, damit sich die Trainer auf den Rest meiner Klasse konzentrieren koennen und wir nicht staendig daemliches Benehmen aussortieren muessen. Hat vielleicht jemand ne Idee, was ich mit ihnen in der Zeit machen koennte?

Bisher haben wir folgende Einheiten durchgenommen:

- Rugby und "Capture the flag" (mag A sehr gerne und ist auch voll dabei, B nicht unbedingt)
- Schwimmen (liebt B, A macht ebenfalls gut mit)
- Tanz (B war mehrheitlich abwesend, A hat nach anfaenglichen Hemmungen sehr gut mit gemacht)
- Hockey (moegen beide sehr gerne)
- Ringen und Kaempfen (moegen ebenfalls beide sehr)
- Handball (machen wir derzeit und machen auch beide sehr gerne mit)

A spielt fuer unser Schulteam Fussball; beide repraesentieren unsere Schule in Hockey.

A spielt zusaetzlich fuer ein Fussballteam ausserhalb der Schule und macht Judo. B vertritt unsere Stadt in seiner Altersklasse im Schwimmen und hat 5 Tage die Woche Training. Es ist

also nicht so, als ob die beiden nicht genug Bewegung bekommen oder generell keine Lust auf Sport haben.

Hab ueberlegt, ob ich die beiden Hockeyuebungen machen lasse,...denn wir haben eh ein paar Spiele in den naechsten paar Monaten,...allerdings wuerden beide jedes Fach lieber machen als Gymnastik. Bei ner Wahl zwischen Mathe und Gymnastik, kam die Antwort "Mathe" in unter einer Sekunde. :grins: Wuerde aber lieber Sportunterricht mit ihnen machen.

---

### **Beitrag von „lissy“ vom 8. März 2014 09:46**

Verstehe ich nicht. Die 2 Schüler bocken rum und werden dafür auch noch mit einer schönen Sportart belohnt? Dann würde ich als Schüler auch das bocken anfangen. Kündige ihnen eine schlechte Note an und lasse sie etwas total ätzendes machen. Zum Beispiel Stundenprotokoll schreiben.

Ich sag den Schülern in so nem Fall, dass wir nicht bei "Wünsch dir was" sind, sondern bei "So ist es!".

---

### **Beitrag von „\*Eichhoernchen\*“ vom 8. März 2014 09:57**

Ich denke wie lissy.

Zur Not nach jeder Stunde Noten machen und wenn sie merken, dass sie sich ihre gute Sportnote damit versauen, machen sie bestimmt ganz schnell mit 😊

Vielleicht gibt es ja einen Bereich bei der Gymnastik, der ihnen Freude bereitet?

Wie gehst Du mit anderen Schülern um, die bei anderen Sportarten bocken? Bietest Du ihnen auch Alternativen an?

---

### **Beitrag von „Pausenbrot“ vom 8. März 2014 10:24**

 [Zitat von lissy](#)

Verstehe ich nicht. Die 2 Schüler bocken rum und werden dafür auch noch mit einer schönen Sportart belohnt? Dann würde ich als Schüler auch das bocken anfangen. Kündige ihnen eine schlechte Note an und lasse sie etwas total ätzendes machen. Zum Beispiel Stundenprotokoll schreiben.

Sehe ich auch so.

Kann es sein, dass du mit den beiden Trainern nicht klarkommst und dich über die nicht funktionierende Kooperation ärgerst? Das nutzen die Kinder m.E. aus.

---

### **Beitrag von „Dejana“ vom 8. März 2014 12:03**

Zum einen gibt es bei uns keine Noten, sie koennen sich also keine Sportnote vermasseln. Sport wird vor der 7. Klasse nicht geprueft oder bewertet.

Wenn ich sie waehrend der Stunde Protokoll fuehren lasse stoert sie das auch nicht grossartig. Das ist fuer meine Kids keine Strafe sondern eher ein Spass. Sie wuerden lieber 100 mal den gleichen Satz schreiben, statt bei Gymnastik mitzumachen.

Sie spielen mich auch nicht gegen die Trainer aus. Ich hab kein Problem mit den Trainern, sondern hab sie Gebeten mit meiner Klasse die Gymnastikeinheit zu machen, gerade weil meine Jungs sehr gerne mit ihnen arbeiten. Ansonsten haette ich die Einheit halt wieder alleine gemacht. Sie haben aber nunmal das gleiche Problem wie ich letztes Jahr, da wir wirklich nicht viel mehr als ein paar Matten haben. Sie unterrichten das an mehreren Schulen bei uns in der Stadt, haben solch eine negative Einstellung zu Gymnastik aber vorher auch noch nicht gehabt. Das ist ein Problem bei den meisten unserer Klassen, merheitlich bedingt durch unser Einzugsgebiet.

Letztes Jahr waren meine Problemchenschueler mehrheitlich in extra Mathe oder Englischunterricht und nicht in Sport.

Und ja, ich erlaube auch anderen Schuelern bei bestimmten Dingen in Sport nicht mitzumachen insofern mir dies moeglich ist. Sie machen dann eben was anderes. Ich hab eine hohe Zahl an Schuelern mit Gesundheitsproblemen (und ich red hier nicht von ner kleinen Erkaeltung, sondern von Kindern die es nicht bis in ihre 30er schaffen werden). Das ist bei den beiden nicht der Fall. Ich denke aber, vorrangig sollte Sportunterricht Freude am Bewegen und nicht Zwang vermitteln. Sport ist eins der Faecher, das mehrheitlich von Schuelern nach der 9. abgewaehlt wird. Beide Jungs haben mitgemacht wenn ich sie dazu gezwungen habe (denn ich bin alles andere als leicht beeinflussbar und normalerweise sehr streng mit ihnen) aber von 'Freude am Bewegen' kann da wirklich keine Rede gewesen sein.

Ich wuerde gerne die Gymnastik einheit unterrichten, die ich an meiner alten Schule hatte, wo

wir auch Geraete benutzen und Bewegungslandschaften aufbauen konnten. Das geht bei uns aber nicht. Da haben wir nun drei Erwachsene, die ich meiner Meinung nach auch nutzen sollte...denn dann bekommen zumindest meine Schueler die wollen eine anstaendige Stunde und koennen sich verbessern. Den Rest kann ich zu was anderem mit raus nehmen. Und ja, das haben wir sogar an meiner vorigen Schule gemacht, wo sich die Maedels aussuchen konnten ob sie lieber Gymnastik oder Rugby machen wollten.

---


### **Beitrag von „Dejana“ vom 28. März 2014 22:16**

So, ich hab meine beiden Jungs nun die letzten paar Wochen mit raus genommen und mit ihnen Hockey geuebt, waehrend der Rest meiner Klasse Gymnastik gemacht hat. Bedingung war allerdings, dass sie an den Aufwaermuebungen ordentlich teilnehmen und sich anhoeren/anschauen, was in der Stunde dran kommt...was sie auch gemacht haben. Nach dem Aufwaermen hatten sie bisher immer die Wahl in der Stunde zu bleiben oder mit mir raus zu gehen (und wir haben die letzten beiden Wochen ordentlich Schussuebungen auf dem Schulhof machen koennen). So haben wir die Stunde heute auch wieder angefangen...und sie haben sich diesmal freiwillig fuer's Bleiben entschieden. 🙌 (Naja, mit einem kleinen Stupps meinerseits.) Sie haben ohne dumm rumzualbern oder zu stoeren mitgemacht und die beiden Trainer haben auch kommentiert, was das denn fuer ein Unterschied ist. Am Ende Vorfuehren war ihnen immernoch etwas zu viel,...und das mussten sie auch nicht. 😬😬 Also, mit ein bissl weniger Druck geht's manchmal auch. (Ich musste damals zwei Jahre lang "bocken" bis meine Sportlehrerin endlich verstanden hat, dass ich Volleyball zum Tod nicht ausstehen kann...)

---

### **Beitrag von „Midnatsol“ vom 29. März 2014 18:28**

vielleicht etwas OT weil keine Antwort auf deine (nun ohnehin nicht mehr akute) Frage, aber ich muss folgendes gerade mal loswerden: Deine Einstellung als Sportlehrerin finde ich fantastisch! Nach deinem ersten Beitrag habe ich genau das gedacht was Lizzy geschrieben hat, aber nach deiner Entgegnung habe ich festgestellt, dass du (und das System, keine Noten zu geben) genau das bist, was ich als Schuelerin gebraucht haette. Ich habe den Sportunterricht immer abgrundtief gehasst, obwohl ich nicht unbedingt unsportlich war. Aber diese Pflicht, die bei uns immergleichen und verhassten Sportarten zu betreiben und dabei staendig mit dem Notenstift in der Hand beobachtet zu werden haben in mir eine absolute "Sport ist Mord"-



Einstellung hervorgerufen, die sich erst jetzt, Jahre nach meiner Schulzeit, zu legen beginnt. Inzwischen würde ich wahnsinnig gerne mal wieder in eine Turnhalle und mit einer Freundin ein paar Bälle werfen, Kopfstände üben und etwas hin- und herpritschen. Also all das, was mir der Sportunterricht so verleidet hat einfach mal zum Spaß an der Freude und Bewegung machen, und noch viel mehr Sportarten ausprobieren. Wenn ich schon lese, was du alles für Themen mit deinen Kids hattest - Wahnsinn! Ich bin über Fußball, Volleyball, Basketball, Gymnastik, Leichtathletik und Schwimmen nur 2x in meinen 13 Jahren Schulzeit hinausgekommen. Gerade wünsche ich mir ich wäre deine Schülerin! Sportunterricht, der es darauf anlegt Freude an Bewegung zu vermitteln - ein Traum 

---

### Beitrag von „Dejana“ vom 29. März 2014 22:12

Aehm,...danke. 

Mag vielleicht daran liegen, dass ich keine "Sportlehrerin" per se bin. Bei uns unterrichtet man an der Grundschule alles. Ich hab in den letzten Jahren Trainerzertifikate fuer die meisten Sportarten gemacht, damit ich wenigstens ein bissl mehr Ahnung habe.

Ich bin aber selbst in Deutschland in die Schule gegangen und muss gestehen, ich hab Sportunterricht gehasst...und ab der 5. komplett aufgegeben. Noten waren meinen Eltern schon immer ziemlich schnuppe. Sportunterricht in der 1. Klasse in meiner damaligen DDR Schule mochte ich noch und sollte eigentlich auf ne Sportschule,...danach sind wir aber in den Westen umgezogen und ich fand Sport nur noch furchtbar. Wir haben in der Grundschule staendig Tanz gemacht, weil unsere Lehrerin das so gerne mochte,...dann noch Gymnastik (ich kann heute noch keinen Hand- oder Kopfstand)...und im Sekundarbereich erinner ich mich nur an Volleyball. Jahrelang nix anderes als Volleyball.  Zwischenzeitlich hatten wir auch mal Basketball mit einer Dame mit Zahnsperre. Ich bin heute noch klein...damals hatte ich ja nun gar keine Chance. Fussball durfte ich als Maedchen nicht machen, wir hatten stattdessen rhythmische Gymnastik.  (Ich bin auch nicht unsportlich...ich geh schwimmen und spiele einmal pro Woche Tennis,...Rugby setz ich derzeit aus...will aber bald wieder anfangen.)

Die Sportarten, die wir bisher gemacht haben, sind eigentlich nichts besonderes. Wir haben allerdings keine Vorgaben fuer bestimmte Sportarten und ich kann mehr oder weniger machen, was ich will. Hockey und Handball hab ich an meiner Schule eingefuehrt (Handball, weil meine Jungs nicht Netball spielen wollen und es fuer ein Maedchenspiel halten), Schwimmen machen alle Schueler ab der 3. Klasse fuer 12 Wochen pro Jahr, Ringen und Kaempfen war ein Versuch fuer dieses Jahr, Gymnastik und Tanz machen wir jedes Jahr, Rugby mach ich statt Fussball. In den Sommermonaten machen wir noch Leichtathletik, Rounders, Cricket und Tennis. Ich nehm meine aber in den naechsten paar Wochen fuer einen Nachmittag pro Woche mit in den Wald und wir bauen dann Huetten, machen Feuer, klettern auf Baeume, spielen Fangen, bauen

Seilschaukeln und dergleichen...meine Alternative zu Volleyball.



---

## Beitrag von „Pausenbrot“ vom 31. März 2014 21:00

### Zitat von Dejana

Bei dieser Einheit bringt es aber wirklich nichts und ich will nicht die gesamte Stunde damit verbringen sie zum mitmachen zu bewegen, denn ich hab andere Kinder, die so schon schwierig genug sind und mehr Aufmerksamkeit brauchen.



Toll, dann find ichs erstaunlich, wie du mit Zweien was anderes spielen gehst, während die Schwierigen drinnen bleiben. Bin gerade ein bisschen neidisch, dass du keine Noten geben musst und dann noch die Sachen mit einzelnen Kindern machst, auf die ihr mehr Lust habt. Letztlich gilt natürlich das, was du für Sport sagst, für alle Fächer. Nur: realistisch wäre das bei uns nie und nimmer.

Viel Spaß beim Hockey



---

## Beitrag von „Dejana“ vom 31. März 2014 21:39

### Zitat von Pausenbrot

Toll, dann find ichs erstaunlich, wie du mit Zweien was anderes spielen gehst, während die Schwierigen drinnen bleiben.

A und B gehören schon zu meinen "Schwierigen". C ist nur die Hälfte der Stunde da, weil er dann zum Förderunterricht geht (und meist eh damit zu tun hat vor A und B rumzubloedeln, wenn die draussen sind, sind die restlichen Zuschauer weniger interessiert). D war in den zwei darauffolgenden Wochen bei Sportveranstaltungen an anderen Schulen, macht allerdings problemlos Gymnastik und ist generell sehr gut in allen Bereichen wenn's um Sport geht. So konnten sich die Trainer eher auf C und D konzentrieren. Der Rest meiner Klasse ist eigentlich sehr pflegeleicht.



Meine vier Chaoten etwas aufteilen ist nie schlecht. A und D dürfen schon das gesamte Jahr über nicht zusammen arbeiten und sind im Klassenraum so weit voneinander entfernt, wie nur

moeglich. 😈 Einzelne sind meine Jungs kein Problem und in kleinen Gruppen sind sie relativ leicht lenkbar. Nur zusammen stellen sie totalen Schwachsinn an...was sie erst letzte Woche wieder bei unserer stellv. Direktorin gelandet hat (und das auch nur, weil unser Direktor an dem Tag nicht da war)...und letztendlich in Elterngesprächen und vielen Tränen geendet hat (und meine Jungs heulen eigentlich nicht vor mir).

Ich bewerte nur Englisch, Mathe und Naturwissenschaften. Alles andere ist relativ nebensächlich. (Mein Kollege in der 6. Klasse hat das ganze Jahr noch kein Französisch, Kunst, Design oder Religion unterrichtet.)