

## Lektionsthema: Handlungsempfehlungen erleben und vertiefen > Lernförderliches Klima ermöglichen (JUSPO)

Autor: Isidor Fuchser

### Rahmenbedingungen:

Lektionsdauer: 60 Minuten  
Teilnehmende: Experten LA  
Gruppengrösse: ca. 20  
Kursumgebung: Turnhalle  
Sicherheitsaspekte:  
Zielgruppe: J+S-Leitende an  
an den MF-Leiter

**Lernförderliches Klima ermöglichen**

**Lernförderliches Klima**  
Jedem Lernprozess soll ein angenehmes, wertschätzendes und angstfreies Lernklima zugrunde liegen. Die Leiterin beeinflusst dieses mit ihrer Motivation und Haltung, was sich auf die Kinder und Jugendlichen überträgt.

*«Die Qualität der Beziehung zwischen Lehrenden und Lernenden sowie zwischen den Lernenden selbst bestimmt den Lernerfolg.»<sup>1</sup>*

Wer sich wohlfühlt, kann leichter und besser lernen.

1) J+S-Broschüre, Lernklima

**Begeisterung wecken und Freude auslösen**

**Bewährtes Erfolgsrezept**  
*Lachen, Lernen, Leisten!* So lauten die Zutaten eines Erfolgsrezepts, dessen sich schon Generationen von Sportlehrkräften und -Leiterinnen bedient haben. Wie bei jedem Rezept kommt es auf die richtige Mischung an. Beim Kindertraining spielt das erste «L» eine wichtige Rolle. Bewegungserlebnisse mit hohem Gelingens- und Spassfaktor machen Lust auf mehr.

**Die Bewegungsfreude im Zentrum**  
Bei älteren Teilnehmerinnen geniessen Können und Anerkennung einen hohen Stellenwert. Dennoch sollte der Spass im Training nicht zu kurz kommen. Vor allem für Jugendliche ohne Wettkampfbambitionen ist die Freude an Bewegung mit dem Wunsch nach Gruppenzugehörigkeit das zentrale Motiv des Sporttreibens.

Teilnehmende wertschätzen, respektieren und gerecht behandeln Teilnehmende einbeziehen und Zugehörigkeit fördern Fehler nutzen

**Fehler nutzen**

**Die Niederlage als Chance**  
*«Den grössten Fehler, den man im Leben machen kann, ist, immer Angst zu haben, einen Fehler zu machen»*, war der Theologe Dietrich Bonhoeffer überzeugt. Das Zitat lässt sich auf den Sport übertragen und legt nahe, wie wichtig eine fehlertolerante Unterrichtskultur ist. Diese erlaubt es Sportlern, ihre Niederlagen und Fehler zu analysieren, daraus zu lernen und sich zu verbessern.

**Wer wagt, gewinnt**  
Leiter, die bei jedem Fehler den Mahnfinger heben, erhöhen die Angst vor Misserfolg bei Sportlern. Diese meiden herausfordernde Ziele und trainieren so häufig in einem Bereich, der kaum Fortschritte zulässt. Anders verhält es sich bei erfolgreichen Sportlern. Sie suchen die Herausforderung und wachsen an der zu bewältigenden Aufgabe.

Begeisterung wecken und Freude auslösen Teilnehmende wertschätzen, respektieren und gerecht behandeln Teilnehmende einbeziehen und Zugehörigkeit fördern

### Zielsetzungen MF Experten:

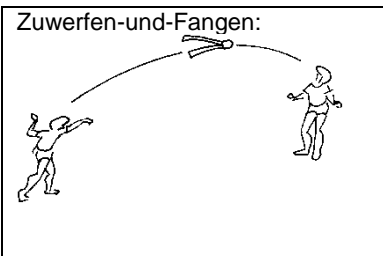
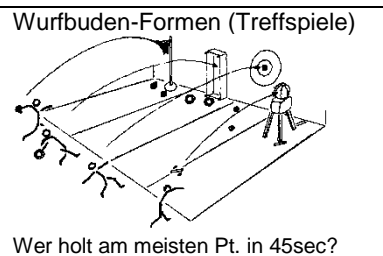
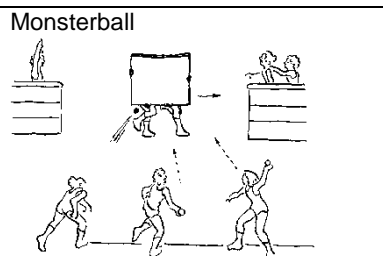

Diskussion und Erarbeiten von Methodenkompetenz zur Handlungsempfehlung „Lernförderliches Klima“ in der Disziplingruppe Wurf. Als Zielsetzungen wurden „Fehler nutzen“ sowie „Begeisterung wecken und Freude auslösen“ ausgewählt.

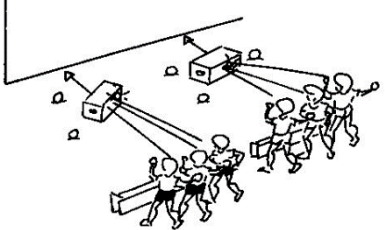

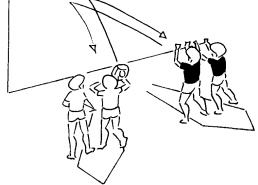
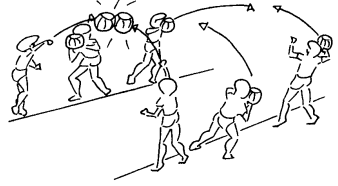
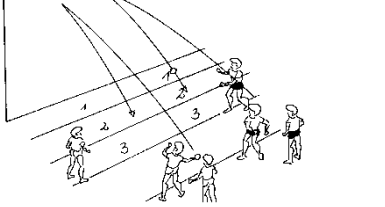
### Zielsetzungen für J+S-Leiter an den MF-Leiter:

Vertiefen und erleben der ausgewählten Handlungsempfehlungen und Verknüpfung mit praktischen Umsetzungsmöglichkeiten in den Wurfdisziplinen.

### Einleitung, Einstieg

Zeit	Thema / Aufgaben / Ablauf	Organisationsform / Skizze	Ziel	Material
2'	Ausblick auf die Lektion, Ziele bekannt geben	Flip-Chart	Ziele und Absicht transparent darlegen	Jeder Experte hat ein Kartenset

Hauptteil					
Zeit	Thema / Aufgaben / Ablauf	Organisationsform / Skizze	Ziel	Material	
4'	Einordnung der beiden Themen Verknüpfung mit L-L-L als Herausforderung	Flip-Chart	Allen ist klar, in welche Stossrichtung die Überlegungen gehen.	Flip-Chart, Stifte	
14'	<b>Gruppen-Auftrag:</b> Konkrete Methoden zusammentragen wie die Zielsetzungen „Begeisterung wecken und Freude auslösen“ im Fall der Würfe gelingen könnte. Nach der Halbzeit (Signal durch Chef) wechseln die Gruppen zur Zielsetzung „Fehler nutzen“.	3-4 Personen pro Gruppe, jeweils 1 Notizblatt	Zusammentragen von vielen Ideen im Experten-Plenum, das die Ideen des Referenten ergänzt	Notizpapier	
10'	Zusammentragen der Ideen: Eine/r pro Gruppe notiert die besten Methoden/Faktoren auf das Flipchart	Flip-Chart	Zügiges Zusammenfassen der besten Ideen	Flip-Chart, Stifte	
25'	<b>Überlegungen und Praktische Beispiele FUC</b>		<b>Umsetzungsideen praktisch „anteasern“</b>		
10'	<p><b>Ziel 1: Freude/Begeisterung wecken</b> Gelingensfaktoren und Methodik-Tipps:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Generell: Schaffen von Erlebnissen mittels Spannung</li> <li>▪ Effekte nutzen (Flugweite/umfallende Gegenstände/Geräusche/ bewegende Ziele)</li> <li>▪ Neugier: Reiz des Neuen mit unkonventionellen Wurftools wecken, z.B. Foam-Rokets, Schleuder-Tools: Plastikreifen, Schubkarren-Pneus, Gummistiefel, Bälle in Einkaufstüten</li> <li>▪ Erfolgserlebnisse: Hoher Gelingensfaktor kann durch Wahl der Wurfdistanz gesteuert werden</li> <li>▪ Eigener Fortschritt aufzeigen anstatt 1:1 Leistungsvergleiche</li> <li>▪ Team: Ziel ist, etwas im Team zu schaffen (Bsp. Rollmops: Ball soll über Linie)</li> <li>▪ Teamdynamik: alle zum Anfeuern motivieren, Ritual bei Treffer einführen, etc</li> <li>▪ Vielfalt und Kreativität ermöglichen (offene Lernwege)</li> <li>▪ Spiele mit Risiko/Zufallsfaktor einbauen</li> </ul> <p><b>Vermeiden:</b> Monotonie / Langeweile / Vorhersehbarkeit / knallharte Leistungsvergleiche / Drill</p> <p>Praktische Beispiele:</p>		<p>Von Teilnehmern gefundene mit den nebenstehenden (und eigenen) Kriterien ergänzen.</p> <p>Spiele kurz praktisch präsentieren und bei jedem Spiel kurz die Verknüpfung mit den Gelingensfaktoren und Methodik-Tipps bei den Teilnehmern erfragen: welche Aspekte sind in den Spielen erkennbar? Varianten und weitere Beispiele von den Teilnehmern erfragen.</p>		
	 <p>Zuwerfen-und-Fangen:</p>	 <p>Wurfbuden-Formen (Treffspiele)</p> <p>Wer holt am meisten Pt. in 45sec?</p>	 <p>Monsterball</p>	 <p>Rollmops-Varianten</p>	<p>Material: Je nach Spiel.</p> <p>Stets für genügend Wurf-Nachschub besorgt sein! Bei Tennisball-Spielen</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tennisball/Flutterball zuwerfen, fangen mit Verkehrshüetli</li> <li>Plastikreif zuwerfen, Fänger hält Arme wie eine Kerze nach oben und fängt den Ring so</li> </ul>	<p>Kids-Cup Biathlon-Wurfbude: welches Team hat zuerst alle Hüchchen runter? Tools mit viel Effekt (auch Lärm) nutzen, z.B. Konservendosen</p>	<p>Welches Team trifft das Monster am meisten?</p>	 <p>Welches Team schafft es zuerst, die Schachtel bis zur Wand zu treiben? Schachtel, Abfalleimer, etc...etwas nehmen, was Lärm/Effekt macht!</p>	<p>mindestens 10 Bälle pro Person.</p>
<p>Spiel: Haltet-die-Seiten-frei</p>  <p>Auf welcher Seite hat es auf Pfiff (10-20sec) die wenigsten Bälle?</p>	<p>Diverse Wand-Abprall-Spiele:</p>  <p>Bild: Balltreiben in 2er-Teams</p>	<p>Medizinbälle in der Luft zusammenprallen lassen</p> 	<p>Risiko-Varianten: Zonenwürfe</p> 	<p>Abbildungen: aus MEDLER Mike: Spieleleichtathletik 1: Laufen und Werfen</p>	
<p>15'</p>	<p><b>Ziel 2: Fehler nutzen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Den Lernprozess als „Ausprobieren inklusive Fehlerbewegungs-Erfahrungen“ verstehen.</li> <li>Als Leiter den Mut haben, dem Lernprozess auch mal etwas „Luft zu geben“ und dem Athleten Zeit lassen verschiedene Bewegungsvarianten (inkl. dem was wir als Fehler erkennen) zu erproben.</li> <li>Der Bewegungs-Entdeckertrieb ist besser, desto weniger wir ihn mit Vorgaben und Rahmenbedingungen einschränken. So lernt es sich lockerer, natürlicher, unverkrampfter.</li> <li>Persönliche Meinung von Isidor Fuchser: je technisch einfacher eine Bewegungsstruktur ist, desto eher kann nach dieser Anweisung unterrichtet werden. Je komplexer sie ist, desto zielorientierter sind Zwingende Übungen und Aufbaureihen.</li> </ul> <p>Gelingens-Faktoren und Methodik-Tipps: Offene/halboffene Lernwege / Varianten-Vergleiche machen lassen / Gegensatzerfahrungen ermöglichen / Entdeckertrieb nutzen (Grenzen bewusst suchen und überschreiten) // Lösungsvielfalt ermöglichen / Korrekturgrundsätze anwenden (nicht gleich nach dem ersten Versuch eingreifen) Don'ts: Geschlossene Aufbaureihen / „eine“ Lösung, / Vermeidungs-Anweisungen: Fehler vorgängig nennen und dessen Vermeidung schon vor dem ersten Üben ins Zentrum stellen</p>			<p>Von Teilnehmern gefundene mit den nebenstehenden (und eigenen) Kriterien ergänzen.</p> <p>Spiele kurz praktisch präsentieren und bei jedem Spiel kurz die Verknüpfung mit den Gelingensfaktoren und Methodik-Tipps bei den Teilnehmern erfragen: welche Aspekte sind in den Spielen erkennbar? Varianten und weitere Beispiele von den Teilnehmern erfragen.</p> <p><i>Berechtigtes Feedback aus der Experten-Runde: Wäre anstelle von „Fehler nutzen“ die Formulierung „Fehler-Toleranz steigern“ die präzisere Handlungsempfehlung?</i></p>	

	<p>Praktische Beispiele</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Stossen, Gegensatzerfahrungs-Prinzip: Medizinball aus verschiedenen Positionen stossen lassen: sitzend / stehend mit gestreckten Beinen / stehend mit Ausholbewegung und Beinstreckung</li> <li>- Schleudern, 2-Varianten-Ausprobieren: „probiert mal aus: schleudert ihr weiter mit Ellbogen am Körper, oder mit einem lang gestreckten Arm“</li> <li>- Kugelstossen, offener Lernweg: Athleten sollen einen Weg finden, die Kugel auf jeden Fall mit Nutzung der ganzen Kugelstoss-Ringdurchmessers auszuführen</li> </ul>	<p>Wurfmaterial je nach Übung:</p> <p>Medizinbälle, Schleuder-Tools wie Velopneus, Kugelstosskugeln</p>		
<b>Ausklang, Abschluss, Auswertung</b>				
Zeit	Thema / Aufgaben / Ablauf	Organisationsform / Skizze	Ziel	Material
5'	<p>Reflexion, Diskussion</p> <p>anschl. Aufräumen</p>	Flip-Chart		Flip-Chart, Stifte, Karten