Vielfältig unterrichten: Die drei Kategorien

Gute und abwechslungsreiche Sportlektionen zeichnen sich durch die Auswahl passender und geschickter Methoden aus. Verfügt eine Lehrperson über ein breites Repertoire an Methoden, kann sie dieses flexibel und passend einsetzen.

Die verschiedenen Unterrichtsmethoden lassen sich drei übergeordneten Kategorien zuordnen. Nachfolgend werden diese Kategorien umschrieben.

Lehrerzentrierte Lehrmethoden

Sie dominieren viele Sportlektionen und Trainings. Die Lehrperson steuert den Lernprozess indem sie neue Sachverhalte erklärt, die Lernenden zum Handeln anregt und sie dabei beobachtet und kontrolliert. Den Fokus auf das definierte Lernziel gerichtet, koordiniert und adaptiert die Lehrperson die einzelnen Lernschritte mit Fingerspitzengefühl. Die Lernenden folgen ihren Anweisungen und Ermutigungen. Diese Methoden sind insofern effizient, da aus organisatorischer Sicht, auch grössere Gruppen von Lernenden unterrichtet werden können und für die Lektionsvorbereitung ein moderater Aufwand genügt. Die Ausgestaltung des Unterrichts und die Interaktion zwischen Lehrenden und Lernenden tragen massgebend zum Erfolg der Methode bei.

Beispiele **«Lehrerzentrierte Lehrmethoden»**

Kooperative Lehrmethode

Sie zeigen sich in mehr oder weniger strukturierten Partner- und Gruppenarbeiten. Indem sich die Lernenden gemeinsam mit einem Lerninhalt auseinandersetzen, teilen sie ihr Wissen und können sich aktiv in den Lernprozess einbringen. Das gemeinsame Lernen löst kognitive Prozesse und hilft, neue Lerninhalte zu vertiefen. Es fördert das Lernklima, stärkt die zwischenmenschlichen Beziehungen und fordert die Lernenden auch aus sozialer Hinsicht heraus. Die Aufgaben und Verantwortlichkeiten müssen deshalb vorgängig klar definiert sein. Die untenstehende Tabelle, angepasst nach Kunter und Trautwein, beschreibt bekannte Schwierigkeiten bei Partner- und Gruppenarbeiten und Wege, diese zu minimieren.

	Effekt	Beispiel	Möglichkeiten, dies zu verhindern
Koordinations-verluste	Koordinationsschwierigkeiten	«Wir konnten nicht arbeiten, weil Lisa die Musik für unsere Choreographie nicht dabei hatte.»	Klar strukturierte Aufgabenstellungen, organisatorischen Rahmen sicherstellen (z. B. Musik wird auf eine virtuelle Plattform abgelegt oder der Lehrperson abgegeben).
Motivations-verluste	Trittbrettfahrer-Effekt	«Ob ich jetzt noch mitmache oder nicht, spielt doch sowieso keine Rolle mehr.»	Echte Gruppenaufgaben verwenden, bei denen jeder Beitrag zählt, individuelle Verantwortlichkeit sicher stellen.
	Soziales Faulenzen	«Das merken die doch gar nicht, wenn ich mich nicht anstrenge.»	Positive Interdependenz herstellen, individuelle Verantwortlichkeit sicher stellen.
	Gimpel-Effekt	«Ich lass mich doch nicht von den anderen ausnutzen!»	Positive Interdependenz herstellen, individuelle Verantwortlichkeit sicher stellen.
	Status-Effekt	«Der Stefan weiss es eh am besten, der ist in allen Sportarten gut.»	Echte Gruppenaufgaben verwenden, bei denen jeder Beitrag zählt, individuelle Verantwortlichkeit sicher stellen.

Typische Probleme bei der Gruppenarbeit – und Wege, sie zu verhindern (nach Kunter & Trautwein, 2013, S. 123). Klicken zum Vergrössern.

Beispiel **«Kooperative Lehrmethoden»**

Individuelle Lernwege

Die Lehrperson rückt eine Aufgabe ins Zentrum des Lernprozesses und schafft eine passende Lernumgebung. Ziel ist, dass die Lehrperson möglichst wenig in das Unterrichtsgeschehen eingreift. Die individuellen Lernwege sollen Eigeninitiative und Selbständigkeit der Lernenden gezielt fördern. Pädagogische Imperative wie «Hilf mir, es selbst zu tun» oder «Learning by doing» sind passende Merksätze dieser Methoden. Aufgepasst: Offene Unterrichtsformen können Lernende aber auch überfordern. Demotiviertes oder passives Verhalten könnten mögliche Anzeichen dafür sein. Die Lehrperson muss folglich Lernvoraussetzungen und gegebene Rahmenbedingungen sorgfältig abklären, um die Methoden bedürfnisangepasst umsetzen zu können. Durch Struktur und Rückmeldung zu erbrachten

Lernfortschritten können vor allem Lernschwache oder Personen mit geringen Vorkenntnissen an Sicherheit und Zuversicht auf Erfolg gewinnen.

Beispiele **«Individuelle Lernwege»**

Quelle: Annette Notz, Fachspezialistin esa-Expertenbildung, Bundesamt für Sport BASPO

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO