



Sportförderunterricht

in der Grundschule



Sportförderunterricht ist eine ergänzende Maßnahme zum regulären Sportunterricht. Dieses zusätzlich fördernde Unterrichtsangebot soll insgesamt zu einer Verbesserung der motorischen Leistungsfähigkeit beitragen, dabei individuelle Schwächen ausgleichen und Möglichkeiten zur Lösung psycho-sozialer und emotionaler Probleme anbieten.

In diesen Stunden geht es um ein ganzheitliches, lebendiges Bewegen und nicht mehr ausschließlich um Übungen zur Dehnung und Kräftigung der Muskulatur und zur Verbesserung ihrer Funktionsfähigkeit.

Folgende Inhalte könnten z. B. in einem Sportförderunterricht thematisiert werden:

- Spielen (Kleine Spiele als Grundlage der Entwicklung der motorischen Fähigkeiten und Fertigkeiten sowie der Wahrnehmungsschulung)
- Klettern (Allgemeine Muskelkräftigung)
- Sich-orientieren-können (Koordinations-/Ausdauerschulung) - Gehen (Ausdauerschulung)
- Balancieren, Jonglieren (Koordinationsschulung) - Tanzen
- Formen zur Verbesserung der Ausdauer-, Muskelleistungs- und
- Koordinationsfähigkeit



Am Sportförderunterricht können Schülerinnen und Schüler mit Entwicklungs-auffälligkeiten teilnehmen, die zu dauerhaften Problemen des Kindes mit sich selbst und seiner Umwelt führen. Gefördert werden Kinder:

- mit Wahrnehmungsschwächen
- mit Koordinationsschwächen
- mit einer eingeschränkten motorischen Leistungsfähigkeit
- mit psycho-sozialen Auffälligkeiten (Ängstlichkeit, Gehemmtheit, motorischer Unruhe oder Aggressivität)



Aber natürlich auch Kinder, die:

- nicht in einer Gruppe integriert sind
- misserfolgsorientiert bzw. frustriert in Bezug auf Sportunterricht sind
- mit Konzentrations- und Aufmerksamkeitsproblemen
- mit einer geringen Leistungs- und Anstrengungsbereitschaft
- mit Adipositas
- die infolge von langen Erkrankungen in ihrer Entwicklung eingeschränkt sind

Neben motorischen Zielsetzungen verfolgt der Sportförderunterricht auch soziale, emotionale und kognitive Ziele:

Motorische Ziele:

- Fördern der elementaren und komplexen Wahrnehmung
- Entwickeln eines vielfältigen Bewegungsrepertoires
- Entwickeln der Bewegungs- und Haltungskoordination
- Erhöhen der körperlichen Belastbarkeit (Ausdauer)
- Erwerben spezifischer Fertigkeiten für das Erlernen von Sportarten



Soziale Ziele:

- Fördern von Verhaltensweisen wie Rücksichtnahme, Fairness, Kooperation
- Fördern der Fähigkeit, Aufgaben und Rollen zu übernehmen
- Fördern der Fähigkeit, eigene Interessen aufzuschieben
- Fördern der Fähigkeit, Konflikte zu ertragen und zu bewältigen
- Fördern der sozialen Integration

Emotionale Ziele:



- Ermöglichen von physischer Befreiung und Entlastung
- Ermutigen, eigene Gefühle zum Ausdruck zu bringen
- Sensibilisieren, Gefühle anderer zu erfahren

Kognitive Ziele:

- Fördern der Fähigkeit, Handlungen zu reflektieren und vorausschauend zu planen
- Fördern der Fähigkeit mehrere Problemlösungsversuche vergleichend zu beurteilen
- Fördern der Kritikfähigkeit
- Fördern der Fähigkeit, eigenes Leistungsvermögen real einzuschätzen