

Sportunterricht im Freien – Nicht nur in Corona-Zeiten eine Herausforderung für jede Lehrkraft



Das Unterrichten auf Außensportanlagen, dem Schulhof oder im naturnahen Umfeld der Schule stellt aktuell oftmals die einzige Chance dar, den Corona bedingten Anforderungen gerecht zu werden. Aber auch ansonsten ist es im Frühjahr, Sommer und Herbst sinnvoll, so oft wie möglich den Unterricht im Freien durchzuführen. Das Bewegen unter freiem Himmel bietet besondere Chancen; insbesondere, wenn ein Naturerleben damit verbunden ist. Aber auch mit herkömmlichen Inhalten lassen sich auf dem Sportplatz oder Pausenhof Sportangebote erfahrungsreich und lernwirksam gestalten. Allerdings nur, wenn der Unterricht mehr bewirkt, als ein bloßes Beschäftigen der Schülerinnen und Schüler. Dabei kommt es entscheidend auf die Lehrkraft, ihr Engagement sowie ihre fachdidaktischen Kompetenzen an. Nicht immer verfügen Sportlehrkräfte (insbesondere Referendare) über die nötigen Erfahrungen, um dem Outdoor-Sportunterricht die erwünschte Qualität zu verleihen. Vieles ist eben draußen anders, teils auch widriger als in der Sporthalle. Die folgende Checkliste versteht sich als eine kleine fachdidaktische Orientierungshilfe sowie als Impuls, um zu eigenen, klugen und kreativen Lösungen zu gelangen.

Fachdidaktische Fragen	Gedanken, Antworten, Beispiele
Welche Inhalte kommen in Frage?	- Alle Inhalte, die klassischer Weise (und vorwiegend) im Freien ausgeübt werden. Z. B. leichtathletische Teildisziplinen und verwandte bzw. leicht abgewandelte Bewegungsformen (z. B. Orientierungslauf), Fahrradfahren, Nordic Walking, Inlinern, Frisbee, Beachvolleyball, Schulgemäße Formen von Baseball/Softball, Flag-Football, Fußball, Hockey, Tennis, Slackline, Parkour, Kanufahren, Surfen, Rudern usw.). Selbstverständlich entscheiden hier die jeweils vor Ort bestehenden Möglichkeiten. - Alle Indoor-Inhalte, die in leicht angepasster Form auch im Außenbereich umsetzbar sind (z.B. Feldhandball, Basketball-Variationen, Faustball, Prellball, Gymnastik/Fitness-Training, Tai Chi usw.) - Alle kleinen und großen Spiele sowie kooperativ angelegten Bewegungsformen, sofern sie durch entsprechende Regel-, Raum- und Materialanpassungen möglichst kontaktarm ausgeübt werden können. Ähnliches gilt für erlebnispädagogisch ausgerichtete Inhalte und Aufgabenstellungen.
Was ist im Wechselspiel von inhaltlichen Überlegungen und möglicher	- Sportarten und Bewegungsformen haben im schulischen Kontext keinen Selbstzweck; sie sind lehrreich und erzieherisch aufzubereiten (vgl. die Anregungen und Unterrichtsvorhaben bei Klingen, 2012). Grundsätzlich sind auch im Outdoor-Unterricht die in den Bildungsplänen vorgesehenen Kompetenzbereiche leitend. - Zu fragen ist aber immer, ob der in der Folge intentional aufbereitete Inhaltsbereich noch passt oder doch zu Widersprüchen im Sachgegenstand selbst oder zu den Besonderheiten des Unterrichts im Freien steht. Dazu zwei

Sportunterricht im Freien – Nicht nur in Corona-Zeiten eine Herausforderung für jede Lehrkraft

Das Unterrichten auf Außensportanlagen, dem Schulhof oder im naturnahen Umfeld der Schule stellt aktuell oftmals die einzige Chance dar, den Corona bedingten Anforderungen gerecht zu werden. Aber auch ansonsten ist es im Frühjahr, Sommer und Herbst sinnvoll, so oft wie möglich den Unterricht im Freien durchzuführen. Das Bewegen unter freiem Himmel bietet besondere Chancen; insbesondere, wenn ein Naturerleben damit verbunden ist. Aber auch mit herkömmlichen Inhalten lassen sich auf dem Sportplatz oder Pausenhof Sportangebote erfahrungsreich und lernwirksam gestalten. Allerdings nur, wenn der Unterricht mehr bewirkt, als ein bloßes Beschäftigen der Schülerinnen und Schüler. Dabei kommt es entscheidend auf die Lehrkraft, ihr Engagement sowie ihre fachdidaktischen Kompetenzen an. Nicht immer verfügen Sportlehrkräfte (insbesondere Referendare) über die nötigen Erfahrungen, um dem Outdoor-Sportunterricht die erwünschte Qualität zu verleihen. Vieles ist eben draußen anders, teils auch widriger als in der Sporthalle. Die folgende Checkliste versteht sich als eine kleine fachdidaktische Orientierungshilfe sowie als Impuls, um zu eigenen, klugen und kreativen Lösungen zu gelangen.

Fachdidaktische Fragen	Gedanken, Antworten, Beispiele
Welche Inhalte kommen in Frage?	- Alle Inhalte, die klassischer Weise (und vorwiegend) im Freien ausgeübt werden. Z. B. leichtathletische Teildisziplinen und verwandte bzw. leicht abgewandelte Bewegungsformen (z. B. Orientierungslauf), Fahrradfahren, Nordic Walking, Inlinern, Frisbee, Beachvolleyball, Schulgemäße Formen von Baseball/Softball, Flag-Football, Fußball, Hockey, Tennis, Slackline, Parkour, Kanufahren, Surfen, Rudern usw.). Selbstverständlich entscheiden hier die jeweils vor Ort bestehenden Möglichkeiten. - Alle Indoor-Inhalte, die in leicht angepasster Form auch im Außenbereich umsetzbar sind (z.B. Feldhandball, Basketball-Variationen, Faustball, Prellball, Gymnastik/Fitness-Training, Tai Chi usw.) - Alle kleinen und großen Spiele sowie kooperativ angelegten Bewegungsformen, sofern sie durch entsprechende Regel-, Raum- und Materialanpassungen möglichst kontaktarm ausgeübt werden können. Ähnliches gilt für erlebnispädagogisch ausgerichtete Inhalte und Aufgabenstellungen.
Was ist im Wechselspiel von inhaltlichen Überlegungen und möglicher	- Sportarten und Bewegungsformen haben im schulischen Kontext keinen Selbstzweck; sie sind lehrreich und erzieherisch aufzubereiten (vgl. die Anregungen und Unterrichtsvorhaben bei Klingen, 2012). Grundsätzlich sind auch im Outdoor-Unterricht die in den Bildungsplänen vorgesehenen Kompetenzbereiche leitend. - Zu fragen ist aber immer, ob der in der Folge intentional aufbereitete Inhaltsbereich noch passt oder doch zu Widersprüchen im Sachgegenstand selbst oder zu den Besonderheiten des Unterrichts im Freien steht. Dazu zwei



Kompetenzorientierung zu bedenken?	Beispiele: Step-Aerobic könnte als Fitness-Angebot durchaus im Freien stattfinden, sofern die Rahmenbedingungen dies ermöglichen. M.E. ist aber ein halbwegs geschützter Raum nötig, damit sich möglichst alle Schülerinnen und Schüler angstfrei darauf einlassen. Auf dem einsehbaren Pausenhof kann das in der Regel nicht gewährleistet werden. / Um im Badminton im Bereich des Lernens und Leistens Fortschritte zu erzielen, braucht es optimale Spielbedingungen: Wind und starke Lichtbeeinträchtigung lassen ein feinkoordinatives Weiterlernen kaum zu. Allerdings kann ein freizeitorientiertes Federball-Spiel durchaus Teil eines Stationen-Betriebes mit anderen Inhalten und Zielbezügen sein, z. B. mit der Zielrichtung des Miteinander-Spielens und Kooperierens.
Was ist bezüglich der Sicherheit und der Sicherheitserziehung zu bedenken?	- „Der Schulsport hat die pädagogische Aufgabe, die Bewegungsfreude und die Bewegungssicherheit der Schülerinnen und Schüler zu fördern“ (MSB NRW, 2015, S. 5). Gerade der Sport im Freien bietet mit seinen besonderen Notwendigkeiten und Herausforderungen hierzu viele Chancen. Dies gilt insbesondere mit Blick auf jene Inhalte, die entweder ein größeres Verletzungsrisiko durch äußere Umstände (Licht, Nässe, Bodenbeschaffung, Hindernisse, Stolperfallen, Raumbegrenzungen usw.) mit sich bringen, oder bei denen die Spiel- und Sportgeräte für die Schüler*innen „neu“ sind oder jetzt andere Eigenschaften entwickeln (z. B. bei Wurf- und Fluggeräten). Eine Frisbeescheibe kann jetzt durchaus einmal zu einem „Wurfgeschoss“ werden. Ähnliches gilt beispielsweise auch für einen verunglückten langen Pass oder Torschuss im Fußball. - Präventives Handeln und aufmerksames Steuern seitens der Lehrkraft sind nötig, damit ein Stolpern, Ausrutschen oder gar Stürze möglichst verhindert, zumindest aber abgemildert werden. Selbst einfache Laufspiele oder Brennball-Spielformen können auf Kunstrasen oder feuchtem Rasen riskant sein. - Nicht nur in dem vorgenannten Zusammenhang sind die Antizipationsfähigkeit, Achtsamkeit und Konzentrationsfähigkeit der Schülerinnen und Schüler anzusprechen und zu fördern, zumal die Ablenkungsmöglichkeiten draußen groß sind. Ein vorbeilaufendes Kleinkind, ein auffällig erscheinendes Fahrzeug im Sichtbereich, ein lärmendes Flugzeug etc. können bereits ausreichen, die nötige Selbststeuerung aufzugeben.
Was ist bezüglich der Organisation zu bedenken?	- Die Erwartungen an das besondere Verhalten der Schülerinnen und Schüler beim Outdoor-Unterricht sind vor Beginn eines Unterrichtsvorhabens deutlich zu kommunizieren. - Ein kleiner Merkzettel (im Klassenraum platziert) kann dafür sorgen, dass bestimmte Verhaltensmaßnahmen nicht vergessen werden. Zudem kann er dem Anliegen der Lehrkraft Nachdruck verleihen. - Insbesondere sollten die Schülerinnen und Schüler wissen, dass je nach Beschaffenheit der Außenanlage, Inhalt und Wetter entsprechende Sportausrüstung (Kleidung, Schuhe) nötig ist. Ggf. müssen sie sich Sportschuhe oder Trainingsjacke kaufen (oder ausleihen). Bei stärkerer Sonneneinstrahlung sind eventuell Kopfbedeckung und



auf den nächsten Seiten
finden Sie alternative
Bilder zur Auswahl

	Sonnenschutz erforderlich. - Auf die Besonderheiten bei der Umkleidesituation und dem möglichen Weg zur Außenanlage ist einzugehen. - Ggf. kann der Weg vom Umkleidebereich bis zur Sportstätte bereits als Aufwärmersituation und Einstimmung auf den Unterricht gestaltet werden. Z. B. können kleinste Aufgabenstellungen eine kognitive Auseinandersetzung mit dem anstehenden Inhalt bewirken (Bsp. / Lehrer: „<i>Bis zum Waldrand denkt ihr bitte darüber nach, was man tun kann, damit das Laufen auf den Waldwegen auch zu einem besonderen Erlebnis wird</i>“). - Die Effektivität der einzelnen Unterrichtseinheit sollte nicht über Gebühr durch „Anlauf- und Organisationsprobleme“ belastet werden. Daher sind mikromethodische Maßnahmen einzuplanen, z. B. welche Schüler-Gruppen für den nötigen Materialtransport zuständig und verantwortlich sind. Ob das Material vorher bereitgelegt werden kann? Ob im nachfolgenden Unterricht in einer anderen Klasse der gleiche oder ein ähnlicher Lerngegenstand unterrichtet werden können? u. v. a. m.
Welche Besonderheiten gibt es bei den Aufgabenstellungen und beim Medieneinsatz?	- Aufgabenstellungen sind sowohl in der Sporthalle als auch außen stets so zu stellen, dass sie leistbar sind und der Zielerreichung dienen. - Im Außenbereich sollten Aufgabenstellungen besonders motivierend und plausibel sein. Sofern Inhalt und Außengelände es zulassen, sollten daher die spezifischen Herausforderungen und Chancen aufgegriffen werden. Hierzu einige Beispiele: Bei Ultimate-Frisbee etwa der Einfluss von Wind und Sonne oder der längeren Distanzen für das Werfen, Fangen oder das Zusammenspiel. Beim Joggen auf Waldwegen kann die Achtsamkeit geschult werden. Beim Beachvolleyball können etwa die Besonderheiten des sandigen Bodens und der spezifischen Techniken und Regeln thematisiert werden. Bei Parkour im schulnahen Raum die motorischen Veränderungen bei der Überwindung von vorgefundenen Hindernissen. - Medien können das Lernen sehr gut unterstützen. Alles was im Außensport nicht vorgemacht oder lebendig veranschaulicht werden kann, sollte als Info-Material in einer laminierten Printversion vorliegen. Der Einsatz des Smartphones (vgl. Dober, 2019) bietet sich ebenfalls an, sofern eine Wirksamkeit für das Lernen erwartet werden kann und zudem die rechtlichen Vorgaben eingelöst werden.
Worauf ist bei der Lernbegleitung und Kommunikation zu achten?	- Zu bedenken ist, dass im Außengelände Sprache und Kommunikation an Prägnanz verlieren. Auch ein <i>zügiges</i> Zusammenkommen der Schüler – auch ad hoc – ist nur bei höchster Disziplin der Klasse zu erwarten. Handzeichen oder der Einsatz der Trillerpfeife können hierbei allerdings hilfreich sein. Positionierungen der Schülerinnen und Schüler im Raum, Entfernung und die zumeist vorherrschende Unruhe machen es grundsätzlich nötig, die kommunikativen Abläufe klug zu gestalten. Zu empfehlen sind folgende Umgangsweisen: - Zu Beginn des Unterrichts sollten alle wesentlichen Informationen komprimiert und klar vermittelt werden. In

Sportunterricht im Freien – Nicht nur in Corona-Zeiten eine Herausforderung für jede Lehrkraft



dieser **Initiierungsphase** (vgl. Klingen, 2011) sollten kurz das Lernziel angesprochen, die erste Aufgabenstellung verdeutlicht sowie die Erwartungen an das Lernen und Verhalten hervorgehoben werden. Organisationshinweise schließen sich an. Zu bedenken ist, dass das Lernen und Arbeiten gerade draußen zügig in Gang kommen sollte. Eine Nachsteuerung von **Detailinformationen** kann dann immer noch vor Ort vorgenommen werden. Erfahrungsgemäß schafft der **Sitzkreis** an einem ruhigen (schattigen) Platz im Außengelände die beste Voraussetzung für eine ernsthafte und motivierende Kommunikation.

- Bei der **Organisationssteuerung** sind klare Ansagen und Vorgaben seitens der Lehrkraft erforderlich. Räumliche Grenzen und erwartete Verhaltensweisen sind dabei zu veranschaulichen. Andererseits sollten die Schülerinnen und Schüler selbst immer wieder Verantwortung für die Anpassung und Gestaltung der Regeln, Formate, Abläufe usw. übernehmen.
- Die **allgemeine und individuelle Lernsteuerung** (z. B. mittels Feedback, Beratungs- und Korrektorgesprächen) lässt sich vor Ort in den Lern- und Übungsgruppen durchführen. Deshalb wird die Lehrkraft gerade im Outdoor-Unterricht viel umhergehen, beobachten, ggf. intervenieren und Veränderungen herbeiführen müssen.
- Speziell beim Unterricht im Freien kommt es auf die personelle und fachliche Unterstützung der Lehrkraft an. Geeignete Personen sollten als **Lernhelferinnen und Lernhelfer** eingesetzt werden. Diese sind mit der anspruchsvollen Aufgabe vertraut zu machen; ebenso wie die Klasse selbst.
- Ob die **Auswertung des Unterrichts** noch im Außengelände durchgeführt wird oder doch besser im Schulgebäude bzw. in der Sporthalle, will gut überlegt sein. Sicher ist der schattige und ruhige Platz auf dem Sportgelände dafür gut geeignet. Gibt es in der Sporthalle ein Foyer oder eine andere Sitzgelegenheit, kann man evtl. auch hier den Stundenabschluss vornehmen. In Anbetracht der besonderen Umstände wird man hier und da die Auswertung bereits deutlich vor Stundenende vornehmen müssen, da nur so die Aufmerksamkeit gesichert werden kann. Eventuell sind alternative Umgangsweisen für einen gelingenden Stundenabschluss zu wählen (vgl. Klingen, 2013)

Paul Klingen

Ehemaliger Fachleiter für Sport im ZfsL Köln, Seminar für das Lehramt an Berufskollegs.

Verfasser zahlreicher Fachartikel und Bücher zum Thema Schule und Unterricht, wie z. B. "Sportunterricht in der beruflichen Schule", „So gelingt guter Unterricht“, „Lernerziehung in der Schule“ (alle im Schneider-Verlag Hohengehren)

Sportunterricht im Freien – Nicht nur in Corona-Zeiten eine Herausforderung für jede Lehrkraft



Verwendete Quellen

- Dober, R. (2019). Digitale Medien im Sportunterricht. Lernen, Üben und Trainieren mit Tablet, Notebook und Smartphone. In: Sportpädagogik online. Stand Februar 2019. Abgerufen am 16.08.2020 unter <http://sportpaedagogik-online.de/digitalemedienimsport.html>.
- Klingen, P. (2011). So gelingt guter Unterricht. Empfehlungen und Tipps für Lehrerinnen und Lehrer aller Schulformen. Baltmannsweiler. Schneider Verlag Hohengehren.
- Klingen, P. (2012). Sportunterricht in der beruflichen Schule. Sportarten und Bewegungsformen aufgreifen – Kompetenzorientiert unterrichten. Baltmannsweiler. Schneider Verlag Hohengehren.
- Klingen, P. (2013). Zumeist vernachlässigt: der Stundenausstieg. In Wirtschaft & Erziehung, Ausgabe 5 | 65. Jahrgang, S. 172 ff.
- Ministerium für Schule und Weiterbildung des Landes Nordrhein-Westfalen (2015). Sicherheitsförderung im Schulsport. Sportunterricht, außerunterrichtlicher Schulsport, Angebote von Bewegung, Spiel und Sport im Ganzttag und in weiteren schulischen Veranstaltungen. Heft 1033, 1. Auflage.

Im Vorgriff auf die Ausgabe bbw 10 erscheint dieser Artikel vorab als Einzelartikel.