



Ideen und Anregungen zum
Computereinsatz
beim Lehren und Lernen im Sport

Neue Medien im Sportunterricht

1. [Unterrichtsvorbereitung mit dem Computer](#)
2. [Mit dem Notebook in die Sporthalle – Lernen und Unterrichten mit neuen Medien](#)
3. [Anschauliches und selbständiges Lernen: Bildreihen, Animationen, Videos, Interaktion](#)
4. [Sportunterricht am Computer – ein \(planbarer\) Sonderfall](#)
5. [Spielerische und interaktive Aneignung von Sportwissen](#)
6. [Projektwochen – Fächerübergreifender Unterricht](#)
7. [Theorie im Sportunterricht der Sek. II / Leistungskurs Sport](#)
8. [Weitere Einsatzmöglichkeiten](#)

[Ausblick](#)

Die neuen Informationstechnologien sind in den meisten Unterrichtsfächern längst zum Bestandteil schulischen Lernens und Lehrens geworden. Computer, Internet, CD-Roms und DVDs werden gewinnbringend bei der Planung, Durchführung und Auswertung von Lernprozessen eingesetzt.

Das Bewegungsfach Sport steht allerdings nicht an erster Stelle, wenn man an den Einsatz neuer Medien im Unterricht denkt. Im Gegenteil: Die zentrale Forderung "Mehr Bewegung in die Schule!" scheint erst einmal gegen die Ausweitung des computergestützten Unterrichts zu sprechen. Ist es nicht die Aufgabe unseres Unterrichtsfaches ein Gegengewicht zu anderen Fächern zu bilden und die „Computerkids“ vom Bildschirm wegzulocken ?

Der folgende Beitrag zeigt von mir entwickelte und erprobte Möglichkeiten auf, wie die neuen Medien auch im Sportunterricht sinnvoll eingesetzt werden und zu einem interessanten und zeitgemäßen Angebot von Bewegung, Spiel und Sport an unseren Schulen beitragen können.

Dabei gehe ich von der **These** aus, **dass Computer die Schüler/innen beim Lernen unterstützen und Lehrer/innen im komplexen Unterrichtsgeschehen entlasten** können.

Das bedeutet auch, dass der Einsatz neuer Medien im Sportunterricht „alltagstauglich“ geplant werden sollte und Aufwand und Ertrag in einem sinnvollen Verhältnis stehen. Lehr-Lern-Modelle, die den Computer nutzen, können traditionelle Lehr-/Lehrformen natürlich nicht ersetzen, aber manchmal erfolgreich ergänzen und begleiten.

In **8 Punkten** möchte ich dies genauer erläutern.

1. Unterrichtsvorbereitung mit dem Computer



Die Zahl der Unterrichtsmaterialien, die auf mittels Computer genutzt werden können, hat in den letzten Jahren deutlich zugenommen. Sowohl im Internet als auch auf digitalen Speichermedien (CD-Rom/DVD) lässt sich inzwischen ein großer Fundus an Fachmaterialien finden. Eine Übersicht findet sich bei [Lehrer-Online/Sport](#).

Wer Anregungen für den Unterricht sucht, weiß auch die Möglichkeiten von animierten Bewegungsabläufen oder Unterrichtssequenzen zu schätzen. Unterrichts- und Bewegungsideen werden durch die animierte oder filmische Darstellung interessanter und motivierender. Verfügbare

Arbeitsmaterialien sind schnell ausgedruckt und die Möglichkeit, einen komplizierten Geräteaufbau am Computer zu planen trägt ebenso zur besseren Bewältigung des Unterrichtsalltags bei wie der Zugriff auf bewährte Unterrichtsvorhaben, die im Internet publiziert wurden.

Einen guten Überblick über den gegenwärtigen Stand sowohl der digitalen Fachmedien als auch der online zur Verfügung stehenden Unterrichtsressourcen liefern folgende Internetadressen:

- Mitmachprojekt für Sportlehrer/innen – www.sportpaedagogik-online.de
- Neue Medien im Sportunterricht - www.lehrer-online.de/sport
- Materialien für Lehrer und Schüler - www.sportunterricht.de
- Schulsport /Unterrichtsvorhaben in NRW - www.schulsport-nrw.de

Übersehen werden darf dabei aber nicht, dass die Entwicklung multimedialer Unterrichtsmaterialien erst am Anfang steht. Ihre grundsätzliche Bedeutung lässt sich aber schon jetzt deutlich erkennen.

2. Mit dem Notebook in die Sporthalle – Lernen und Unterrichten mit neuen Medien



Obwohl die meisten Sportlehrer/innen inzwischen einen Computer zu Hause haben, bestehen Vorbehalte die neuen Medien im Sportunterricht zu nutzen. Nun gehe auch ich davon aus, dass die Qualität einer Unterrichtsstunde nicht entscheidend vom Computereinsatz abhängt.

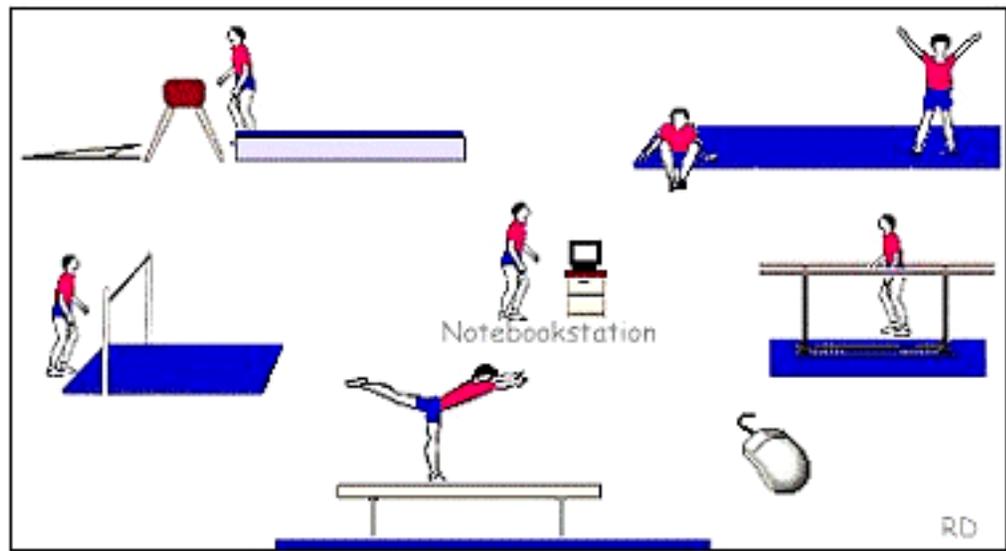
Wenn man aber der Ansicht ist, dass Medieneinsatz im Unterricht eine wichtige Funktion hat, warum sollte man nicht ab und zu auch ein Notebook mit in die Sporthalle nehmen. Im Gegensatz zu einer herkömmlichen Videoanlage ist es leicht zu transportieren und flexibel einzusetzen.

Ein großer Vorteil besteht darin, dass sich Schüler selbständig Informationen zu Bewegungsaufgaben beschaffen können. Als Ergänzung zu Lernkarten und Arbeitsblättern kann die Bewegung über den Computer auch in den zeitlichen und dynamischen Aspekten (evtl. auch verlangsamt) dargestellt und erfasst werden kann (siehe auch [Abschnitt 3](#)). Materialien dazu habe ich exemplarisch für zwei Unterrichtseinheiten (Turnen, Tischtennis) entwickelt. Sie können über „Lehrer-online“ und „Sportunterricht.de“ kostenlos abgerufen werden.

- Zum Einsatz neuer Medien im Sportunterricht - www.lehrer-online.de/sport
- Unterrichtsmaterialien Tischtennis - www.sportunterricht.de/tischtennis
- Unterrichtseinheit Turnen (Bundesjugendspiele) www.sportunterricht.de/turnen/bjspiele

Inzwischen wächst auch das Angebot von Materialien auf DVD und CD-Rom, die im Sportunterricht gewinnbringend eingesetzt werden können, z. B. für Badminton, Tischtennis, Klettern, Abenteuerspiele etc. (Überblick und Besprechungen bei Lehrer-online).

Schließlich bietet der Computer/das Notebook gegenüber der Tafel den Vorteil, dass Geräteaufbau, Organisationsformen oder taktische Übungen schnell und anschaulich verdeutlicht werden können. Mit beweglichen Symbolen oder Bildern und durch einfaches Hin- und Herschieben mit der Maus auf dem Computerbildschirm können jederzeit anschauliche Informationen gegeben werden.



Beispiel – Mit der Computermaus können alle Teile und Personen auf dem Bildschirm bewegt werden

Ein solcher Aufbau-, Organisations- und Taktikplaner kann auf meiner Internetseite www.dober.de/aufbauplaner online ausprobiert und kostenlos herunter geladen werden.

3. Anschauliches und selbständiges Lernen: Bildreihen, Animationen, Videos, Interaktive Aufgaben

Bilder sind für jeden Lehr-/Lernprozess von besonderer Bedeutung. Das trifft besonders für den Sport zu, bei der eine Bewegungsbeschreibung von Schülern oft nur unzulänglich verstanden werden kann. Die Demonstration von Bewegungsabläufen durch Lehrer oder Schüler sowie der Einsatz von Bildtafeln und Bildreihen hat deshalb im Unterricht auch einen hohen Stellenwert.



Der Computer schafft nun weitere hilfreiche Möglichkeiten:

Mit animierten Bildfolgen (oder Kurzvideos) lassen sich auch die räumlichen, zeitlichen und dynamischen Aspekte einer Bewegung anschaulich darstellen.

Unterschiedliche Perspektiven und Geschwindigkeiten in Verbindung mit Text oder sprachlichen Hinweisen unterstützen den Aufbau einer Bewegungsvorstellung.

Entscheidend ist aber m. E., dass (bei entsprechender Vorbereitung) sich die Schüler im Unterricht auch selbständig Informationen beschaffen können, wenn zum Beispiel in Gruppen oder leistungsdifferenziert geübt wird. Als ideale Ergänzung zu Arbeitskarten können Bewegungsvorstellungen, Hilfestellungen oder ganze Übungsreihen selbständig abgerufen werden (z. B. beim Turnen, siehe oben). Für viele, nicht für alle Schüler, ist dies eine durchaus motivierende Art, ihren Lernprozess selbst in die Hand zu nehmen.

Sie werden durch Lernangebote am Computer experimentierfreudiger und lernen selbstständiger.

Über entsprechende Menüs/Hyperlinks gelangen die Schüler zu der von ihnen speziell gesuchten Aufgabenstellung oder Übungsinformation. Meine Unterrichtsmaterialien zum Turnen und Tischtennis zeigen, wie dies praktisch aussehen kann.



Auf diese Weise wird auch der Lehrer im Unterricht entlastet bzw. kann sich zeitweise gezielt um einzelne Schüler kümmern. Das Computerwissen der Schüler reicht in der Regel aus, um die gewünschten Informationen zu finden. Gegebenenfalls kann ein(e) nicht am Unterricht teilnehmender Schüler/in als Berater eingesetzt werden, gegebenenfalls auch zur Verhinderung unsachgemäßer Behandlung des Computers.



Neben den von mir entwickelten Unterrichtseinheiten bieten folgende Internetadressen weitere

- Animierte Lehrbildreihen – www.sportpaedagogik-online.de/animation.html
- [E-learning Tischtennis - Grundschnitte](#) - Videos aus verschiedenen Perspektiven
- Ebut - e-learning im Schulsport - entwicklung.swi.uni-saarland.de/Schulsport/

4. Sportunterricht am Computer – ein (planbarer) Sonderfall

Im Mittelpunkt der Sportstunde steht natürlich die Bewegung und es kann nicht Ziel des Unterrichts sein, den Schulsport in den Computerraum zu verlagern. Sind Sporthalle oder Sportplatz aber einmal nicht nutzbar oder bekomme ich eine Vertretungsstunde in einer Klasse, in der ich selbst Sportunterricht habe, bieten sich zusätzliche Einsatzmöglichkeiten.

Mit Hilfe von Internetseiten kann ich mit den Schülern im Computerraum die nächste Sportstunde vorbereiten: Materialien über Sportarten, Bewegungsabläufe, Spielvariationen, Aufwärmübungen oder Regeln können gesichtet und eigene Aufgabenstellungen bearbeitet werden.



Beispiele :

- Sucht euch 3 neue Aufwärmspiele!
- Stellt Übungen für ein Circuittraining zusammen!
- Informiert euch über die Übungen der Bundesjugendspiele!

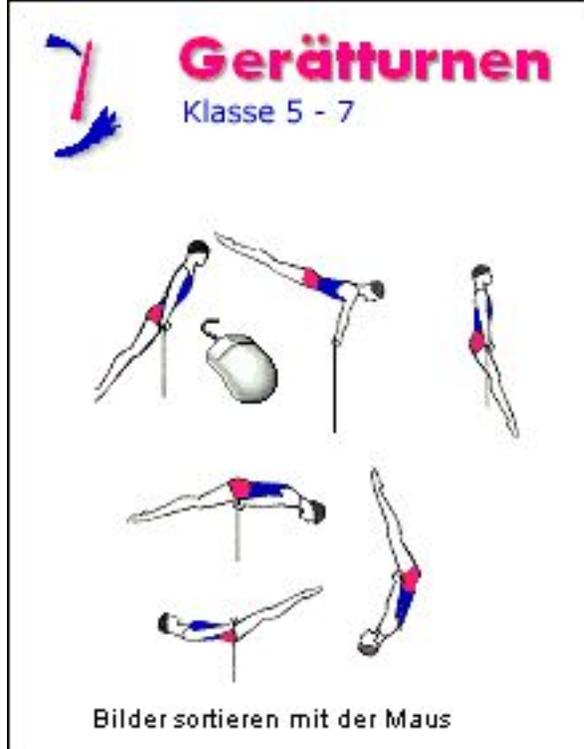
Dabei ist es sinnvoll, von vornherein Vorgaben über die anzusteuernden Webseiten zu machen, z. B.

- www.die-schnelle-sportstunde.de
- www.sportunterricht.de/sportarten.html
- www.bundesjugendspiele.de
- www.richtigfit.de

Eine Internetrecherche kann auch als Hausaufgabe gestellt werden. Das ist besonders dann hilfreich, wenn an der Schule keine Fachbücher zur Verfügung stehen oder Schüler/innen einen Stundenteil selbst gestalten sollen. Auch hier muss vorher geklärt werden, ob entsprechende Materialien überhaupt auffindbar und brauchbar sind.

5. Spielerische und interaktive Aneignung von Sportwissen

Für viele Kinder und Jugendliche ist der Computer ein Spielgerät. Lernsoftware nutzt diese Spielmotivation, um Wissen zu vermitteln. Auch für den Sportunterricht bietet sich eine solche Vorgehensweise an. Eine einfache Möglichkeit sind die von mir entwickelte Bewegungspuzzles. Dabei geht es z.B. darum, Einzelbilder von Bildfolgen durch das Hin- und Herschieben auf dem Bildschirm in die richtige Reihenfolge zu bringen. Aber auch richtige Puzzles von Bewegungsabläufen können zusammen gesetzt werden.



Beispiel: Bildreihen sortieren

Um eigenes Wissen am Computer zu überprüfen bzw. zu testen, können die interaktiven Möglichkeiten der neuen Medien genutzt werden. Schülerinnen und Schüler erhalten zum Beispiel bei Fragestellungen direkt die Rückmeldung darüber, ob eine Antwort richtig oder falsch ist. So kann im Unterricht oder auch zu Hause das eigene Wissen getestet werden.

Verschiedene Beispiele finden sich unter www.sportunterricht.de/sportlehrertag2003/interaktiv.html

Natürlich können auch Sportregeln auf diese Art getestet werden. Ein „Regelquiz Fußball“ findet man z. B. unter www.nfv.de/

Besonders interessant wird es, wenn man seine Kenntnisse bei einer sogenannten Internetralley unter Beweis stellen muss. Nur durch die richtige Antwort kommt man zu den nächsten Webseiten bzw. Aufgabenstellungen und schließlich ins Ziel. Ein Beispiel ist die „Fair-Play-Rallye“ – www.sportunterricht.de/fairplay/rallyefair.html , die als Element einer Fair-Play-Unterrichtseinheit genutzt werden kann.

6. Projektwochen – Fächerübergreifender Unterricht

Fächerübergreifender Unterricht sowie die Verbindung von Theorie und Praxis gelingt selten so gut wie bei einer Projektwoche mit einem sportbezogenen Thema. Mit Hilfe des Internets und dem Computer kann recherchiert, sportliche Übungen vorbereitet, eine Präsentation oder eine Internetseite zum Projektthema gestaltet werden.

Aufführungen, Choreografien, Bewegungsanalysen oder das Thema „Fair Play im Sport“ können mit den neuen Medien vorbereitet werden. Die Dokumentation eines Projekts im Internet kann ein motivierender Einstieg sein, sich mit der Bedeutung des Sports auseinander zu setzen. Auch die Herstellung eigener Lehrmaterialien und die Publikation im Internet hat sich als Projektthema bewährt.

Beispiele:

- Choreografien, Aufführungen, Projekte... - s-lohneiss.bnv-bamberg.de/
- Projekt Fair Play – www.sportunterricht.de/fairplay
- Projekte im Leistungskurs Sport – www.sportunterricht.de/lksport/projekte.html
- Olympischer Sport in der Informationsgesellschaft - www.nok.de/projekt/

7. Theorie im Sportunterricht der Sek. II / Leistungskurs Sport



Zumindest in der Sekundarstufe II hat die Sporttheorie einen wichtigen Anteil bekommen.

In Lehrplänen taucht zunehmend die Nutzung des Internets. Als Zielvorstellung ist das selbständige Lernen der Schüler mit dem Internet ins Auge gefasst.

Besonders im Bereich der Bewegungslehre und Bewegungsanalyse bietet der Computer vielfältige Einsatzmöglichkeiten: Digitalisierung und Auswertung von Videoaufnahmen, einfache biomechanische Analysen oder Phasenanalysen anhand von animierten Bildreihen können das Bewegungsverständnis deutlich verbessern. Allerdings ist dazu auch ein entsprechend ausgestatteter Computerraum erforderlich.

Zusätzlich kann es in Oberstufenkursen vorteilhaft sein, wenn man über das Internet auch Material- oder Aufgabenpools anlegt, die von den einzelnen Kursteilnehmern abgerufen werden können. Entweder auf einer Kurs-Homepage (Beispiel: www.sportunterricht.de/sek2/kursdober) oder auf einer eigens eingerichteten Arbeitsumgebung wie sie von Lehrer-online/L.O.-net angeboten wird. Dort können z. B. eigene passwortgeschützte „Klassenräume“ für einen Kurs eingerichtet werden. Lehrer und Schüler können Materialien einstellen und abrufen oder auch direkt kommunizieren.

Umfangreiche Materialien zur Sporttheorie, die sowohl in Leistungs- als auch Grundkursen der Sekundarstufe II eingesetzt werden können (Bewegungslehre, Trainingslehre, Sportsoziologie, Sportpsychologie etc.) sind unter www.sportunterricht.de/lksport zu finden.

Leider fehlt das Moment der Qualitätssicherung im Internet nahezu vollständig.

Vor allem dann, wenn Schüler selbständig nach Informationen suchen, kann es problematisch werden.

Aufgabe der Lehrenden muss es deshalb sein, zu einem kritischen Umgang mit dem Medium anzuleiten.

8. Weitere Einsatzmöglichkeiten

Der Computer hat noch viele weitere Einsatzmöglichkeiten im Sportunterricht und Schulsport:

Die Auswertung der Bundesjugendspiele mit entsprechender Software, die Erstellung von Urkunden und Arbeitsblättern, schnelle Sortierung und Auswertung von Mannschafts- bzw. Ergebnislisten, Verwaltung von Turniersystemen, Erfassung und Auswertung von Trainings- und Belastungsdaten (z.B. von Pulsuhren) seien hier nur als sinnvolle Anwendungsmöglichkeiten genannt.

Viele weitere Einsatzmöglichkeiten sind denkbar.

Ausblick

Auch wenn die Neuen Medien verstärkt ihren Stellenwert im Sportunterricht haben werden, es muss ausgewiesen werden, dass sie Bestandteil eines Unterrichts sind, der die Freude an der Bewegung fördert, Bewegungskönnen vermittelt und so die Teilnahme an der Sport-, Spiel-, Körper- und Bewegungskultur ermöglicht.

Vielfältiges Bewegen, Entdecken, Probieren, Erfinden und Gestalten sollte immer im Mittelpunkt stehen.

Der Computereinsatz kann dies teilweise unterstützen.

Entscheidend wird aber sein, inwieweit es uns gelingt, Kinder und Jugendlichen für nichtvirtuelle Bewegungswelten zu gewinnen.



Diese Internetseite ist eine überarbeitete Fassung eines Beitrags, den ich für die Zeitschrift "[Sportpraxis](#)" geschrieben habe.

Dober, R.: Neue Medien im Sportunterricht

In: "[Sportpraxis](#)" (Fachzeitschrift für Sportlehrer und Übungsleiter) 3/2004

▶ [Sportunterricht und Internet / Neue Medien im Sportunterricht](#)

Workshop (Hilfen für die Vorbereitung und Durchführung von Sportunterricht; Plattform für den Informationsaustausch im Fach Sport; interaktive Lernumgebungen – Computereinsatz im Sportunterricht)

▶ [Rolf Dober im Internet](#)

Übersicht über eigene Unterrichtsprojekte

Weitere Literatur

Zeitschrift "[Sportunterricht](#)"1/2005

Gerd Thienes, Ulrich Fischer, Franz Josef Bredel:

Digitale Medien im und für den Sportunterricht

Ein Medieneinsatz im Unterricht weckt vielfältige Erwartungen. Die Integration verschiedener Medientypen verspricht Qualitätsverbesserungen von Lehr-Lernprozessen. Trotz zahlreicher Angebote stellen Wirksamkeitsstudien Ausnahmen dar. Es werden Beispiele zur Unterstützung des Sportunterrichts durch Medien aufgeführt, aber zugleich wird, aufgrund der wenigen empirisch geprüften Wirkungen, die Notwendigkeit systematischer Evaluation unterstrichen.

Ulrich Fischer, Gerd Thienes, Franz Josef Bredel:

CD-ROMs für den Sportunterricht und die Sportlehrerausbildung - ausgewählte Evaluationsergebnisse

Für drei CD-ROMs (Volleyball, Badminton und Schwimmen) werden Ergebnisse der Kontext-/Inputevaluation, der formativen und summativen Evaluation aufgezeigt. Hohe Nutzerfreundlichkeit und Bedarfsorientierung führen bei Lehrern und Studierenden zu einer sehr guten Akzeptanz. Dem konkreten Einsatz im Sportunterricht stehen Lehrkräfte etwas skeptischer gegenüber als Studierende. Beide Gruppen sehen einen hohen Nutzen der CD-ROMs in der Förderung selbstorganisierten Lernens. Die Bewertung durch Schüler fällt vor allem unter motivationalen Aspekten zurückhaltender aus.

Franz Josef Bredel, Ulrich Fischer, Gerd Thienes:

Beispiele zum Einsatz digitaler Medien in der fachpraktischen Universitätsausbildung und im Sportunterricht

Anhand ausgewählter Beispiele werden praktisch erprobte Möglichkeiten für den Einsatz digitaler Medien in der fachpraktischen Ausbildung und dem Sportunterricht erläutert. Die Erfahrungen in den universitären Ausbildungsveranstaltungen sind durchweg positiv und unterstützen sehr stark die Selbstorganisation von Lernprozessen. Im Sportunterricht sind die Erfahrungen unterschiedlich. Positiven Effekten bei der direkten Anwendung im Sportunterricht stehen z. T. negative Erfahrungen mit dem Einsatz der CD-ROMs zur häuslichen Vor- und Nachbereitung des Sportunterrichts gegenüber.

 [zurück](#)