

# Mehr als Gewinnen und Verlieren

Die Sportdozentin Sonja Lienert erläutert im Gespräch, wie sich Ausgrenzungen und Beschämungen im Bewegungsunterricht vermeiden lassen. Insbesondere bei Spielen, wo es ums Gewinnen und Verlieren geht. **Von Verena Eidenbenz.**

## **Profil: Wie kann die Unterstufenlehrperson im Sportunterricht auch weniger geschickten Kindern zu Erfolgserlebnissen verhelfen?**

Sonja Lienert: Gezieltes Beobachten ist wichtig. Schaut man genau hin, erkennt man die Stärken der einzelnen Kinder. Ein Kind kann beispielsweise gut tanzen oder viele Ideen einbringen. Steht nun ein ganz anderer Schwerpunkt im Zentrum, kann die Lehrperson diese Talente bewusst einbeziehen, indem sie tänzerisch in die Sportstunde einsteigt und das Kind so abholt. Extrem wichtig sind Wiederholungen. Es gibt immer Kinder, die schnell aufgeben und enttäuscht sind, wenn sie etwas nicht können. Am besten arbeitet die Lehrperson mit Unterrichtseinheiten, welche aus mehreren Lektionen zum selben Thema bestehen. Sie muss nicht jedes Mal neue Übungen erfinden, sondern soll Wiederholungen bewusst

zulassen. Wichtig ist natürlich die Ermutigung. Die Lehrperson muss nahe beim Kind sein und bei Überforderung Vereinfachungen anbieten. Hat ein Kind Angst beim Balancieren, kann sie die Höhe reduzieren oder darauf achten, dass es weniger wackelt, oder sie kann mit einem Seil dafür sorgen, dass sich das Kind selbst sichern kann. Die Idee dahinter ist, dass das Kind es selbst schafft und so Selbstvertrauen gewinnt. Nach dem Unterricht sollte die Lehrperson mit den Kindern Erfolgserlebnisse und neu Gelerntes bewusst benennen. In einem Bewegungstagebuch können sie ihre Fortschritte festhalten. Bewegungsübungen im Unterricht, Anregungen für die Pause oder Bewegungs-Hausaufgaben wie einfache Übungen mit einem Seil oder Ball tragen dazu bei, dass die Kinder auch zu Hause in Bewegung bleiben. Die drei Sportlektionen pro Woche sind immer schnell vorbei und bieten oft nicht genügend Zeit, um etwas einzuüben.

## **Ist der Sportunterricht ein idealer Nährboden für Beschämungen und Ausgrenzungen? Gibt es dazu Untersuchungen?**

Es gibt unterschiedliche Untersuchungen. Die einen zeigen, dass die soziale Partizipation gerade im Fach Bewegung und Sport grosses Potenzial hat. Andere zeigen, dass im Sport mehr Ausgrenzungen vorkommen. Dazu gibt es unterschiedliche Befunde. Es kommt sehr stark auf die Lehrperson an und wie sensibel sie mit diesem Thema umgeht. Auch spielt es eine Rolle, wie kompetitiv ihr Sportunterricht ist. Integrierte Kinder, die nebst einer kognitiven auch eine motorische Beeinträchtigung haben, erleben in Wettbewerbssituationen Ausgrenzungen besonders häufig. Für Kinder, die nur eine kognitive Beeinträchtigung haben, motorisch hingegen geschickt sind, bietet sich die Möglichkeit,



endlich mit dabei zu sein. Das gelingt im Sportunterricht meist besser als im Schulzimmer, wo sie oft Spezialfälle sind.

### Welche Settings führen tendenziell eher zu Ausgrenzung und Beschämung?

Als Erstes möchte ich das «Gruppen wählen» nennen, weil diese Art der Mannschaftsbildung noch immer weit verbreitet ist. Wenn Kinder erst am Schluss gewählt werden, weil keiner sie in der Gruppe haben will, zeigt sich schnell, welche als die Schwächsten gelten. Das ist unnötig und diskriminierend. Auch jene Situationen, in denen viele Kinder warten, bis sie endlich an der Reihe sind, wie beispielsweise beim Ringturnen, sind problematisch. Alle Augen sind auf die fünf Kinder gerichtet, die am Turnen sind. Hier gilt es, mit einem entsprechenden Angebot Wartezeiten zu vermeiden – alle Kinder sollten möglichst immer aktiv sein. Auch bei Stafetten kann Ausgrenzung vorkommen. Die ganze Gruppe ist am Anfeuern und Mitfeiern. Ein Kind ist beim Ballprellen koordinativ überfordert und kommt nicht voran. Das sind sehr stressige Situationen für Kinder mit motorischen Schwierigkeiten. Auch Spiele, bei denen das Kind aussetzen muss, führen zu ausgrenzenden Situationen. Schwächere Kinder trifft es meist als Erste. Sie sitzen dann am Spielrand und sind untätig. Das hat zur Folge, dass sie noch weniger Übungsmöglichkeiten haben. Bei Sportspielen sollte die Lehrperson mit Sonderregelungen behutsam umgehen. Wenn z. B. ein Torschuss eines Mädchens doppelte Anzahl Punkte ergibt, impliziert dies, dass Mädchen nicht gut Fussball spielen können. Sonderregelungen helfen, schwächere Kinder besser zu integrieren,

haben aber oft eine separierende Wirkung. Daher ist es wichtig, diese gut zu reflektieren.

Will man Ausgrenzung verhindern, muss man zu anderen Methoden der Gruppenbildung übergehen sowie wettbewerbsorientierte Elemente des Unterrichts zugunsten der pädagogischen Perspektive «Miteinander» reduzieren.

Zudem sind klare, verbindliche Regeln, wie z. B. «kein Auslachen», für ein kooperatives Klima im Sportunterricht förderlich.

Wichtig ist, dass die Lehrperson der Heterogenität gegenüber positiv eingestellt ist, diese als willkommene Gegebenheit betrachtet und ihre positive Haltung vorlebt. So entsteht auch bei den Kindern vermehrt gegenseitige Akzeptanz und Empathie. Es gibt dazu viele geeignete Bilderbücher, die man auf den Sportunterricht beziehen kann. Da man sich die Auswirkung einer Beeinträchtigung manchmal im Voraus nicht vorstellen kann, ist es zudem wichtig, dass die Lehrperson ihren Unterricht reflektiert und entsprechende Anpassungen vornimmt.

### Sollte es zu Ausgrenzung oder Beschämung kommen – wie reagieren Sie?

Wenn ein Kind ausgelacht wird, interveniere ich sofort, indem ich das handelnde Kind zur Seite nehme, um mit ihm das Gespräch zu suchen. Auch die im Sportunterricht wichtigen Regeln müssen oft wiederholt werden, anfangs sicher jedes Mal, bis ein fairer Umgang selbstverständlich geworden ist. Die Lehrperson muss ihre Erwartungen klar formulieren und durchsetzen. So kann sie ausgrenzenden Situationen vorbeugen.

### Was gilt es bei Spielen, bei denen es ums Gewinnen und Verlieren geht, zu beachten?

Das Wichtigste sind faire Bedingungen. Bei einer Stafette geht meist die Post ab. Die Lehrperson muss darauf achten, dass die Regeln eingehalten werden und man nicht vorher losrennen und früher abklatschen kann. Die abgemachten Regeln müssen durchgesetzt werden, sonst führt dies zu sehr schwierigen emotionalen Situationen. Es ist verständlich, dass Kinder sich gegen eine Niederlage wehren, wenn es nicht fair zu und her geht. Geht



**Sonja Lienert** ist ausgebildete Turn- und Sportlehrerin und Psychomotorik-Therapeutin. Sie ist seit vielen Jahren an der PHLU und PHZH als Dozentin in den Bereichen Bewegung und Sport und Grafomotorik tätig. Seit zwei Jahren forscht sie zudem an der PHBern zum Thema «inklusive Sportunterricht». Sie ist Co-autorin diverser Bücher u. a. des Lehrmittels «bewegt und selbstsicher».

es ums Gewinnen und Verlieren, ist es wichtig, dass die Lehrperson Zeit für eine nachträgliche Reflexion einplant. Die Kinder sollten nicht emotionsgeladen in die Garderobe gehen. Sie muss für einen beruhigenden Ausklang sorgen. Vielleicht kann sie das Thema im Klassenrat nochmals aufnehmen. Häufig werden Kinder, die opponieren, in die Garderobe geschickt, ohne dass sie die Möglichkeit hatten, sich zur Situation zu äussern. Wenn die Lehrperson das Thema abklemmt, ist es schwierig, mit den Kindern Fortschritte zu machen. Gerade auf der Unterstufe ist dies eine Herausforderung, denn viele Kinder in diesem Alter können noch nicht gut verlieren. Es ist jedoch wichtig, dem Thema nicht aus dem Weg zu gehen und einen guten Rahmen zu schaffen. Auch verlieren will gelernt sein. Ich versuche jeweils, viele kleinere, kurze Wettkämpfe zu organisieren, sodass jedes Kind gewinnen und verlieren kann. Die Kinder wissen, dass sie beim nächsten Mal mit anderen Gegnern wieder eine neue Chance erhalten und können dadurch einzelne Niederlagen besser verkraften. Bei Sportspielen lasse ich die Kinder gerne in kleinen leistungshomogenen Gruppen spielen, sodass starke gegen



starke spielen und weniger Geübte gegeneinander. Gerade beim Fussball sind die Unterschiede riesig. So kann ich einen guten Ausgleich schaffen, und alle Kinder kommen zu Ballkontakten.

### Wie kann die Gruppeneinteilung bei diesen Sportspielen organisiert werden, ohne dass diskriminierende Situationen entstehen?

Idealerweise überlegt sich die Lehrperson die Einteilung im Voraus, damit sie die Gruppen schnell und unkompliziert bilden kann. Passt es, können die Mannschaften über eine gewisse Zeit beibehalten werden.

”

## Sportunterricht soll Spass machen und lustvoll sein.

Für ein geplantes Spielturnier könnte es Sinn machen, in einer Klasse ausgeglichene, respektive leistungsheterogene Gruppen zu bilden. Die Kinder öffentlich wählen zu lassen, um dieses Ziel zu erreichen, sollte, wie schon erwähnt, unbedingt vermieden werden. Die Einteilung sollte ohne grosses Aufheben vonstatten gehen, sodass man keine Zeit verliert und Diskussionen vermeiden kann.

### Was muss die Lehrperson besonders beachten, wenn Kinder mit Beeinträchtigungen in eine Klasse integriert sind?

Es gibt einige Untersuchungen zu förderlichen Einflussfaktoren, um diese Kinder möglichst gleichberechtigt am Sportunterricht teilhaben zu lassen. Wichtig ist, dass man oft mit offenen Aufgabestellungen arbeitet und kooperative Lernformen einsetzt, unter anderem auch das Peer-Tutoring, wobei stärkere Kinder, idealerweise unter Anleitung, schwächere unterstützen. Wenn ausgegrenzte Kinder oft öffentlich positives Feedback von der Lehrperson erhalten, kann sich deren soziale Akzeptanz erhöhen. Um eine neu gebildete Schulklasse zusammenzuschweissen, ist es

sinnvoll, im Sportunterricht das «Miteinander» zu betonen und den kompetitiven Charakter des Sports zurückzustellen. Es geht vorerst darum, an der Sozialkompetenz zu arbeiten.

Weiter sollte die Lehrperson Rituale einführen. Für Kinder mit Beeinträchtigungen, insbesondere für Kinder mit Autismusspektrumsstörungen (ASS), sind diese sehr wichtig. Auch das Vorbereiten der Lektion kann diesen Kindern helfen, sich emotional vorzubereiten. Dies hilft, Ängste abzubauen.

Je nach Sinnesbeeinträchtigung muss sich die Lehrperson speziell vorbereiten. Die Aufgaben sollte sie in einfachen Sätzen erklären und auf Nebensätze sowie Fremdwörter

verzichten. Mit Vorzeigen und Bildern kann die Lehrperson ihre Erklärungen unterstützen. Verschiedene Sinneskanäle sollten berücksichtigt werden.

Wegen der Reizüberflutung muss sie auch an Rückzugsorte denken. Kinder sollten sich kurz zurückziehen können, wenn die vielen Reize in der Halle sie überfordern.

Vielfach haben Lehrpersonen das Gefühl, bei Spielformen wie Sitz- oder Völkerball die Kinder mit Beeinträchtigungen besonders gut integrieren zu können. Beobachtet man genauer, stellt man fest, dass motorisch schwächere Kinder kaum oder nie Ballberührung haben und sich häufig in eine Ecke der Halle zurückziehen. Sie fallen nicht auf, sind aber nicht wirklich beteiligt. Diese Spiele fördern eher die Angst vor dem Ball und lösen für Kinder mit Sinnesbeeinträchtigungen oft grossen Stress aus. Man darf wohl nicht den Anspruch haben, dass Kinder mit Beeinträchtigungen die ganze Sportstunde gleichberechtigt teilhaben können. Aber man sollte in jeder Lektion für möglichst viele Situationen sorgen, in denen eine gleichberechtigte Teilhabe für alle möglich ist.

Aus genannten Gründen sollten IF-Lektionen nicht nur für Leistungsfächer, sondern gerade auch im Sportunterricht eingesetzt werden. Vielfach findet in diesem Bereich kein Austausch zwischen Lehrpersonen und Heilpädagoginnen und -pädagogen statt. Das ist schade, denn gerade im Sport machen Kinder basale Grunderfahrungen, die auch fürs kognitive Lernen wichtig sind.

### Wann bezeichnen Sie den Sportunterricht bezogen auf Beschämung und Ausgrenzung als gelungen?

Das A und O ist ein lernförderliches Klima. Dieses ist abhängig von der Beziehung, die die Lehrperson zu den einzelnen Kindern hat, gerade auch zu jenen, die gefährdet sind, ausgegrenzt zu werden. Die Kinder sollten sich jederzeit bei ihrer Unterstützung holen können und sich nicht absondern und resignieren. So kann eine hohe Lernzeit erreicht werden. Sportunterricht soll Spass machen und lustvoll sein, und gleichzeitig sollen die Kinder ihre Kompetenzen erweitern und Erfolg erleben können. Die Erfolgserlebnisse muss ich den Kindern immer wieder vor Augen führen und bewusst machen. Sowohl bei den rasch Entmutigten und Zweifelnden als auch bei sehr erfolgsorientierten Kindern, die mit ihren Leistungen oft nicht zufrieden sind und sich viel abverlangen.

Kinder haben unterschiedliche Bewegungsbedürfnisse. Deshalb bedeutet für mich «gelungen» auch, wenn sich der Sportunterricht an diesen orientiert und die Kinder beispielsweise klettern, hüpfen, rennen, rollen, tanzen und schaukeln können. Dann sind Kinder in ihrem Element – auch weil sie einen Sinn in ihrem Tun sehen. ■

