

SPORT

Bewegung in der Schule



Marion Teichert
Sommer 2009

SPORT - BEWEGUNGSKULTUR

„Durch das Turnen, die Gymnastik, den Sport fügt sich der Mensch in den äußeren Raum hinein, passt sich der Welt an, probiert, ob er so in die Welt hineinpasst. ...“

Rudolf Steiner: Aus dem Erfassen der Menschheit, 6. Vortrag

Unser Anliegen

Unser Anliegen ist es, im Sportunterricht eine ganzheitliche Bewegungskultur, die den Menschen in seiner Entwicklung fördert, zu vermitteln. Wir sehen es als unsere Aufgabe an, die Kinder und Jugendlichen nicht einseitig körperlich zu ertüchtigen, sondern zu helfen, sie mit ihrem Körper in Einklang zu bringen. Wir verstehen den Sportunterricht als Teil einer umfassenden Bewegungskultur. Freude an der Bewegung beginnt nicht erst in der Schule. Wenn sie in der Familie gepflegt wird, so kommt dies Eltern und Kindern zugute. Das Wandern oder Radfahren in der nahen Umgebung ist in jeder Hinsicht gesünder als der funktionalisierte und hochtechnische Sport - nicht zuletzt auch für die Umwelt.



Bilder aus dem Unterricht.

So gibt es an unserer Schule eine aktive Eltern-Schüler-Lehrersportgruppe, Familiensporttage in den Klassen, Radtouren und Crossläufe. Dazu kommen verschiedene sportliche Aktivitäten der offenen Ganztagschule.

Unter- und Mittelstufe

In den Klassen 1 bis 3 stehen altersgemäße Formen des Spiels und vielfältige Bewegungserfahrungen im Mittelpunkt. Grundfertigkeiten wie Werfen, Laufen, Springen, Hüpfen, Klettern und Rollen werden in Form von bildhaften oder rhythmischen Spielen geübt. Wir nennen diesen Unterricht „Spielturnen“.

Mit Beginn der 4. Klasse beginnen die Kinder sich mehr zu individualisieren. Übungen mit dem Ball, Seil, Reifen, das Spiel und Turnübungen werden gepflegt.

In der Mittelstufe werden verschiedenen Bewegungsmöglichkeiten vertieft. Der spielerische Unterricht geht nun in ein kontinuierliches Üben der Fähigkeiten über.

Die Olympischen Spiele sind ein Höhepunkt des Sportunterrichtes. Die fünften Klassen von mehreren Schleswig-Holsteiner Waldorfschulen treffen sich zu einem sportlichen Wettkampf der besonderen Art. Passend zu der in diesem Schuljahr unterrichteten Griechenland-Epoche findet im äußeren Stil und Sinne des antiken Vorbilds ein friedlicher Wettkampf in sechs klassischen Disziplinen statt. Verlierer gibt es dabei nicht, denn alle Teilnehmer erhalten am Ende eine Medaille mit individueller Leistungs-Beurteilung.

Ziel und Anliegen

Ziel und Anliegen des Sportunterrichtes und aller außerunterrichtlichen Bewegungsaktivitäten sollten sein, dass der Jugendliche am Ende seiner Schulzeit fühlen kann:

Der Sportunterricht hat mir Selbstbewusstsein gegeben, mir geholfen, mich im sozialen Miteinander zu finden und mich gestärkt.

Marion Teichert, Klassen- und Sportlehrerin