

SOZIALKOMPETENZTRAINING IM SPORTUNTERRICHT- PLANUNGSBEISPIEL



UNIVERSITÄT
KOBLENZ · LANDAU



Creative-Commons-Lizenz Namensnennung, Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International (CC BY-SA 4.0)

Autoren: Eike Höfer, Johann Tyrichter



Übersicht

- **Einleitung**
- **Sachanalyse**
 - Sozialkompetenz
 - Kommunikationsfähigkeit
 - Kooperationsfähigkeit
 - Sozialkompetenztraining
- **Didaktische Überlegungen**
 - Legitimation des Stundenthemas
 - Lehrplanbezug
- **Methodisch-didaktische Unterrichtsgestaltung**
- **Stundenverlaufsplan**
- **Quellenverzeichnis**

Einleitung

Soziale Kompetenzen schaffen die Basis für ein gelingendes gesellschaftliches Miteinander. Das tägliche Leben in der Gesellschaft erfordert von den handelnden Individuen eine hohe Bereitschaft zur Interaktion und Kooperation, um ein funktionierendes soziales System zu gestalten. Die Fähigkeiten, die ein soziales System ermöglichen, werden unter dem Begriff der Sozialkompetenz zusammengefasst.

Besonders im Kindesalter und somit in den frühen Jahren der Grundschulbildung ist es wichtig, die Kinder im sozialen Umgang miteinander und somit im Bereich der Sozialkompetenz zu schulen. Wichtige Teilbereiche wie Kommunikationsfähigkeit, Kooperationsfähigkeit oder auch Konfliktfähigkeit spielen eine wichtige Rolle im sozialen Miteinander.

In dem folgenden Planungsbeispiel beschäftigen wir uns mit dem Training der Teilbereiche Kommunikations- und Kooperationsfähigkeit, die mit Hilfe von Spielformen geschult werden sollen. In der ersten Phase des spielerischen Trainings wollen wir anhand der Spielform "Kettenfangen" die kommunikative Fähigkeit auf verbaler, visueller und körperlicher Ebene fördern.

In der zweiten Phase des Trainings soll die Schulung der kooperativen Fähigkeit mittels der Spielform "Flussüberquerung" erfolgen. Der Schwerpunkt wird hierbei auf Zusammenarbeit und gegenseitige Hilfestellungen der SuS gelegt.

Sachanalyse

Sozialkompetenz

Im Allgemeinen versteht man unter Sozialkompetenz die verschiedenen Fähigkeiten und Fertigkeiten, das Wissen sowie die grundsätzliche Bereitschaft, in sozialen Situationen, persönliche sowie gemeinschaftliche Ziele zu erreichen und dabei gleichzeitig positive, soziale Beziehungen zu pflegen.

Die Sozialkompetenz spielt nicht nur im täglichen gesellschaftlichen Leben eine entscheidende Rolle, sondern ist auch für den Sport im Allgemeinen sowie für den Sportunterricht im Besonderen von enormer Bedeutung.

Sport bedeutet Teamarbeit, Verständigung und soziales Miteinander. An dieser Stelle gelingt der Brückenschlag zwischen Schulsport und Gesellschaft. Sport hat einen hohen Stellenwert in der Gesellschaft und somit spielen auch hier die Fähigkeiten Kommunikation, Kooperation und die Regelung von Konflikten eine große Rolle. Sportliches Miteinander oder Wettfeiern kann nur gelingen, wenn grundlegende soziale Kompetenzen vorhanden sind.

Sozialkompetenz umfasst somit einige entscheidende Schlüsselkompetenzen wie Teamfähigkeit, Kommunikationsfähigkeit, Kooperationsfähigkeit sowie Konfliktfähigkeit.

Im folgenden Planungsbeispiel werden wir die Schlüsselkompetenz der Konfliktfähigkeit vernachlässigen und nur auf die Bereiche Kommunikation und Kooperation eingehen.

Kommunikationsfähigkeit

Die Fähigkeit miteinander zu kommunizieren stellt die Grundlage jeder gelingenden Interaktion zwischen zwei oder mehr Personen dar. Die kommunikative Kompetenz beinhaltet die klare und verständliche verbale Ausdrucksweise, die erforderliche und angemessene nonverbale Kommunikation durch Mimik und Gestik sowie die Fähigkeit zuhören und verstehen zu können. Kommunikation soll in der Praxis auf verbaler (miteinander sprechen), visueller Ebene (Blickkontakt halten) und körperlicher Ebene (Körperkontakt) erfolgen. Findet Kommunikation nicht statt, ist das Erreichen eines gemeinsamen Zieles in Gefahr.

Kooperationsfähigkeit

Da die SuS im Rahmen des Schulsports i.d.R. nicht unabhängig voneinander auftreten, sondern gemeinsam bei der Vorbereitung von Spielen, beim Abbau sowie in temporären Spielteams agieren, spielt auch die Kooperationsfähigkeit im Rahmen der Sozialkompetenz eine große Rolle. Die Fähigkeit zur Kooperation äußert sich darin, dass SuS in Gruppen zusammenarbeiten, sich gegenseitig helfen und unterstützen.

Sozialkompetenztraining

Der Begriff des Sozialkompetenztrainings beschreibt das praktische Erlernen und Trainieren der sozialen Kompetenz mithilfe von Spielformen sowie Gruppenaufgaben. Um einen sportlichen Bezug herzustellen, haben wir bewusst den Begriff "Training" gewählt.

Didaktische Überlegungen

Bei der Einhaltung der Spielregeln wird die Kooperations- und Kommunikationsfähigkeit der Teilnehmer gefördert und damit die gruppenspezifische Interaktion gestärkt. Die SuS lernen zu erkennen, dass Konflikte und unsportliches Verhalten den Spielverlauf verzögern und somit wertvolle Spielzeit verloren geht. Gegenseitige Unterstützung und Absprachen im Team verbessern nicht nur die kommunikativen Fähigkeiten des Einzelnen, sondern auch die Kooperationsfähigkeit und damit die soziale Kompetenz.

In einer Reflexionsrunde sollen die SuS über ihre Eindrücke während der Spiele berichten. Um eine produktive Reflexionsrunde zu ermöglichen, sollte der Lehrer gezielte Fragen stellen und positives Verhalten loben. Die Versammlung im Kreis verstärkt das „Wir-Gefühl“ innerhalb der Klasse und kann zu einem wichtigen Ritual für den Teamgeist werden.

Legitimation des Stundenthemas

Betrachtet man aktuelle sportpädagogische Diskussionen, aber auch die neue Generation der Bildungspläne, dann soll der Schulsport in zweifacher Weise zur Bildung und Erziehung der SuS beitragen:

1. Auf der Ebene der Sachgebietserschließung soll Schulsport einerseits für die Bewegungskultur unserer Gesellschaft qualifizieren, also die notwendigen konditionellen, koordinativen, technischen und taktischen Kompetenzen vermitteln.
2. Auf der Ebene der Persönlichkeitsentwicklung sollen andererseits personale und soziale Kompetenzen vermittelt werden, die über den Sport hinausgehen.

Somit hat der Schulsport einen Doppelauftrag, den Auftrag zur Bildung und Erziehung. Erziehender Sportunterricht ist demnach die Zielsetzung.

In der Grundschule stehen im Rahmen der Unterrichtsentwicklung das kooperative Lernen und die Persönlichkeitsbildung durch sportspielübergreifendes Lernen im Mittelpunkt.

Das Erlernen der Kompetenzen Kommunikations- und Kooperationsfähigkeit zeichnet sich dadurch aus, dass SuS in Gruppen arbeiten, um sich gegenseitig zu helfen. Das kooperative Lernen trägt zur Verbesserung der Sozial- und Methodenkompetenz bei und führt auch in Bezug auf das fachliche Lernen zu nachhaltigeren und besser transferierbaren Lernergebnissen.

Die konstituierenden Merkmale unseres Planungsbeispiels sind somit ein gemeinsames Gruppenziel, Spielraum für Entscheidungen, individuelle Verantwortung für das Gruppenziel und positive Wechselbeziehungen im Lernprozess.

Das bedeutet, dass auch ein vorläufiges Scheitern im Verlauf unserer Gruppenaufgaben zu einem positiven Lerneffekt führen kann.

Lehrplanbezug

Im Lehrplan der Grundschule in Rheinland-Pfalz für das Fach Sport ist das Bewegungsfeld "Miteinander und gegeneinander spielen" zu finden. In einem Ausschnitt heißt es dort: "Spielen (lassen) begünstigt die soziale, emotionale und psychomotorische Entwicklung des Kindes. Es fördert die Phantasie, entwickelt die koordinativen Fähigkeiten und leistet einen elementaren Beitrag zur Kommunikations- und Kooperationsfähigkeit."

Ein weiteres Lernfeld ist unter dem Begriff "Soziales Lernen" umschrieben. In diesem Bereich werden Gruppen- und Mannschaftsspiele, das Helfen und Sichern sowie das Einbeziehen aller Schülerinnen und Schüler in Handlungsabläufe als geeignet angesehen, um soziales Lernen zu entwickeln und zu erweitern.¹

Die Förderung der angesprochenen Teilbereiche Kommunikationsfähigkeit und Kooperationsfähigkeit nimmt neben vielen weiteren Schwerpunkten einen hohen Stellenwert im Lehrplan der Grundschule ein und ist somit ein wichtiger Bestandteil der sozial-emotionalen Entwicklungsförderung.

Methodisch-didaktische Unterrichtsgestaltung

Die SuS sollen sich zunächst an den Händen fassen, Blickkontakt halten und sich in der Gruppe begrüßen, nachdem sie sich im Rahmen der Einstiegsphase in einem Stehkreis in der Hallenmitte versammelt haben. Die Lehrperson erläutert, dass diese Art der Begrüßung gewählt wurde, um über Sprache, Blick- und Körperkontakt positive Energie innerhalb der Gruppe auszutauschen. Der Lehrer erklärt, dass es sich bei der gewählten Begrüßung um eine Form des sozialen Miteinanders handelt. Inhalt der Unterrichtsstunde soll das Erlernen sozialer Fähigkeiten sein, da diese durch ein gezieltes Training nachhaltig gefördert werden können.

Ziel dieses Einstiegs ist die erste Auseinandersetzung der SuS mit dem Thema Sozialkompetenz.

Nach der Einstiegsphase erfolgt die Hinführung zur Spielform "Kettenfangen". In der ersten Vorübung finden sich die SuS in Zweiergruppen zusammen und bewegen sich, an den Händen haltend und mit geschlossenen Augen, frei in der Halle. Zunächst soll nur durch Körperkontakt kommuniziert werden, wobei einer der Partner nach vorheriger Absprache durch Drucksignale der Hand (kein Händedruck = geradeaus laufen; einmal drücken = links laufen; zweimal drücken = rechts laufen) die Laufrichtung vorgibt.

Ziel der Übung ist es, dass die SuS üben, ausschließlich mittels Körperkontakt zu kommunizieren.

In einer weiteren Vorübung finden sich die SuS nun in Dreiergruppen zusammen. Sie fassen sich wieder an den Händen und bewegen sich als Dreierkette frei in der Halle. Der Schüler, der sich in der Mitte der Kette befindet, gibt durch Drehen seines

¹ vgl. <http://grundschule.bildung-rp.de/rahmenplan/teilrahmenplan-sport.html>

Kopfes bzw. durch seine Blickrichtung (Blick geradeaus = geradeaus laufen; links = links laufen; rechts = rechts laufen) die Laufrichtung vor. Die anderen SuS in der Kette sollen bewusst den Blickkontakt zum Mittellmann halten.

Ziel der Übung ist es, dass die SuS üben, ausschließlich mittels Blickkontakt zu kommunizieren.

In der dritten und letzten Vorübung zur Spielform "Kettenfangen" finden sich die SuS in Vierergruppen zusammen. Einer der SuS gibt durch Äußerungen der Begriffe "geradeaus", "rechts" und "links" die gewünschte Laufrichtung vor.

Ziel der Übung ist es, dass die SuS üben, ausschließlich verbal zu kommunizieren.

Nach den Vorübungen kommt es zur finalen Spielform "Kettenfangen". Zunächst wird ein Schüler als Auftaktfänger bestimmt. Die anderen SuS bewegen sich frei in der Halle und versuchen, vor dem Fänger zu fliehen. Berührt der Fänger einen anderen Schüler, bildet der gefangene Schüler mit dem Fänger eine Fängerkette, indem sie sich an den Händen fassen. Das Spiel endet, sobald alle SuS gefangen sind bzw. sich eine große Fängerkette gebildet hat.

Ziel der Spielform ist es, die in den Vorübungen erlernten Kommunikationsmöglichkeiten anzuwenden.

In einer abschließenden Reflexionsrunde sollen die SuS über ihre Erfahrungen während der Übung berichten. Wie habt ihr euch verständigt? Welche Form der Kommunikation war am effektivsten oder einfachsten? Welche Form der Kommunikation eignet sich am besten für das Spiel "Kettenfangen"?



Abb. 1: Gruppenspiel "Kettenfangen"

Die zweite Unterrichtsphase wird mit der Gruppenaufgabe "Flussüberquerung" eingeleitet. Bei dieser Übung werden mehrere Bänke aneinander gereiht, sodass sie einen Steg bilden. Die Klasse wird nun in zwei Gruppen geteilt. Die eine Hälfte positioniert sich am linken, die andere am rechten Ende auf der Bank. Die zwei Gruppen gehen nun aufeinander zu und versuchen auf der Bank aneinander vorbei zu balancieren, ohne dabei den Boden zu berühren. Die Aufgabe ist gelöst, wenn alle SuS der einen Gruppe an allen SuS der anderen Gruppe vorbei balanciert sind.

Um die Aufgabe erfolgreich zu lösen, müssen die SuS sich helfen, indem sie sich gegenseitig stützen und festhalten, also keine Angst vor Körperkontakt haben.

Ziel der Übung ist es, dass die SuS bei dieser Übung kooperieren und sich gegenseitig Hilfestellung geben.



Abb. 2: Gruppenspiel "Flussüberquerung"

Als Variation könnte das Spiel "Flussüberquerung" als Wettkampfform durchgeführt werden. Entsprechend der Klassengröße werden mehrere Teams gebildet. Jedes Team bekommt eine Bank zugewiesen und verteilt sich wiederum an beiden Enden der Bank (s. Vorübung). Auf ein akustisches Signal startet der Wettkampf.

Gewonnen hat die Gruppe, die innerhalb der kürzesten Zeit die Seiten gewechselt hat, ohne dabei den Boden zu berühren.

Ziel der Übung ist es, die in der Vorübung gemachten Erfahrungen im Rahmen der Kooperation im Wettkampf anzuwenden und umzusetzen.

In dem letzten Teil der Unterrichtsstunde werden die SuS zu einer abschließenden gemeinsamen Reflexionsrunde versammelt, in der sie Eindrücke und Erlebnisse des Spielgeschehens zusammentragen sollen. Hier kann auf Probleme und Schwierigkeiten während der Gruppenaufgaben eingegangen werden, die durch das gezielte Anwenden der Schlüsselfähigkeiten und -kompetenzen gelöst werden können.

Stundenverlaufsplan

Phase/ Zeit	Motorik im Unterrichtsgeschehen	Feinstziele	Methodisch-didaktische Unterrichtsgestaltung	Organisation /Material
Einstieg 7 Minuten		Die SuS haben sich erstmals mit dem Thema Sozialkompetenz auseinandergesetzt.	Gegenseitige Begrüßung der SuS, Hinführung zum Stundenthema durch die Lehrperson.	Stehkreis
Hinführung I 10 Minuten	Vorübung I zum "Kettenfangen"	Die SuS haben gelernt ausschließlich mittels Körperkontakt zu kommunizieren.	Bewegungsanweisung <i>"Findet euch in Zweiergruppen zusammen, fasst euch an den Händen, schließt die Augen und bewegt euch frei in den Halle. Bestimmt einen in eurem Team, der nur durch festes Drücken der Hände die Laufrichtung vorgibt. Kein Händedruck bedeutet geradeaus laufen, einmal drücken links laufen und zweimal drücken rechts laufen. Ihr dürft nur über Körperkontakt kommunizieren."</i>	Zweiergruppen
Hinführung II 10 Minuten	Vorübung II zum "Kettenfangen"	Die SuS haben gelernt ausschließlich mittels Blickkontakt zu kommunizieren.	Bewegungsanweisung <i>"Findet euch in Dreiergruppen zusammen, fasst euch an den Händen, haltet Blickkontakt zum Mittelmann, der nur durch seine Blickrichtung die Laufrichtung vorgibt. Blick geradeaus bedeutet geradeaus laufen, nach links bedeutet nach links laufen und nach rechts bedeutet nach rechts laufen."</i>	Dreiergruppen
Hinführung III 10 Minuten	Vorübung III zum "Kettenfangen"	Die SuS haben gelernt ausschließlich verbal zu kommunizieren.	Bewegungsanweisung <i>"Findet euch in Vierergruppen zusammen und fasst euch an den Händen. Bestimmt einen in der Gruppe, der durch die Kommandos "rechts", "links" und "geradeaus" die Laufrichtung vorgibt."</i>	Vierergruppen
Hauptphase I 10 Minuten	Spielform "Kettenfangen"	Die SuS haben die in den Vorübungen erlernten Kommunikationsmöglichkeiten angewendet.	Bewegungsanweisung <i>"Einer von euch ist der Fänger und der Rest bewegt sich frei in der Halle, ohne sich fangen zu lassen. Hat der Fänger einen von euch berührt, werdet ihr auch zum Fänger und bildet zusammen mit eurem Fänger eine Kette. Versucht dabei, über die erlernten Kommunikationswege zu kommunizieren, die für euch am einfachsten sind."</i>	Ein Fänger

Phase / Zeit	Motorik im Unterrichtsgeschehen	Feinstziele	Methodisch-didaktische Unterrichtsgestaltung	Organisation / Material
Hauptphase II 15 Minuten	Gruppenaufgabe „Flussüberquerung“	Die SuS haben gelernt zu kooperieren und sich gegenseitig Hilfestellung zu geben.	Bewegungsanweisung „Teilt euch in zwei Gruppen auf. Die eine Gruppe stellt sich am linken, die andere am rechten Ende auf die Bank. Versucht nun die Seiten zu wechseln, indem ihr aneinander vorbei balanciert, ohne den Boden zu berühren. Die Aufgabe ist gelöst, wenn jeder von euch an jedem der anderen Gruppe vorbei balanciert ist. Achtet, darauf, euch gegenseitig zu helfen und zu stützen. Habt keine Angst vor Körperkontakt.“	Aneinander gereichte Turnbänke
Hauptphase II (Variation) 10 Minuten	Gruppenaufgabe „Flussüberquerung“ als Wettkampfform	Die SuS haben die in der Vorübung gemachten Erfahrungen im Rahmen der Kooperation im Wettkampf umgesetzt.	Bewegungsanweisung „Bildet mehrere Teams. Jedes Team stellt sich auf eine Bank und verteilt sich gleichmäßig an beiden Enden. Auf ein Startsignal versucht ihr innerhalb eures Teams schnellstmöglich die Seiten zu wechseln, indem ihr aneinander vorbei bei balanciert, ohne dabei den Boden zu berühren (s. Vorübung).“	Mehrere Turnbänke, Gruppen
Reflexion 7 Minuten		Die SuS haben sich bewusst mit dem Stundenthema "Sozialkompetenz" auseinandergesetzt.	Abschlussbesprechung "Was hat euch besonders gut gefallen? Wobei hattet ihr Schwierigkeiten?" "Wie habt ihr die Probleme gelöst?"	Sitzkreis

Quellenverzeichnis

Literatur

Autor	Literaturname	Erscheinungsort	Erscheinungsjahr	Verlag
Ziepl, A.	Förderung der Sozialkompetenz durch Spiele im Bereich Bewegung und Sport	Köln	2008	VDM
Mosley, J.	Spiele zur Förderung von Sozialkompetenz und Lernverhalten in der Grundschule, 5. Auflage	Hamburg	2013	Persen
Weber-Hagedorn, B.	55 x Sozialkompetenz in der Grundschule. Spiele und praktische Übungen für emotionales und soziales Lernen	Donauwörth	2013	Auer
Rouse, P.	Fitness, Motorik und soziale Kompetenz in all. Inklusion im Sportunterricht	Mülheim an der Ruhr	2012	Verlag an der Ruhe

Internet

URL	Zugriffszeitpunkt
http://grundschule.bildung-rlp.de/rahmenplan/teilrahmenplan-sport.html	12.06.2014

Abbildung / Foto

Nummer	Urheber
1-2	Johann Tyrichter, Eike Höfer, Studenten der Universität Koblenz-Landau, Institut für Sportwissenschaft

Urheber des Beitrages

Autor	Berater	Institution
Johann Tyrichter, Eike Höfer / Lehramtsstudenten	Minnich, Marlis	Institut für Sportwissenschaft, Universität Koblenz- Landau, Campus Koblenz