



Alberts, Hatje & Hildebrandt-Stramann  
Schüler\*innen drehen einen Lernfilm im Turnen

## Schüler\*innen drehen einen Lernfilm im Turnen

Herke Alberts, Marli Hatje & Reiner Hildebrandt-Stramann

Eine zentrale Erkenntnis der DSB-Sprintstudie (2006) und des Zweiten Deutschen Kinder- und Jugend-sportberichts (2008, S. 315) ist der Befund, dass Kinder im Grundschulalter dem Fach Sport eine hohe Bedeutung beimessen und insgesamt eine hohe Lern- und Leistungsbereitschaft mitbringen. Allerdings ist diese generell positive Einschätzung zu differenzieren, weil sie nicht auf alle Bewegungsinhalte in gleicher Weise zutrifft. Turnen gehört eher zu den weniger beliebten Bewegungsfeldern (vgl. DSB-Sprintstudie, 2006, S. 116 ff.; WDR, 2017). Diese Bewertung trifft auch für die vierte Schulklasse zu, mit der das hier beschriebene Projekt durchgeführt wurde. Da der Lehrer aber auf das Turnen als Bewegungsfeld in seinem Unterricht nicht verzichten wollte und auch aus curricularen Gründen nicht verzichten kann,<sup>1</sup> stellte er sich die Frage, wie er die Schüler\*innen für das Bewegungsfeld Turnen motivieren könnte. Seine Idee war, den Schüler\*innen ein Projekt im Sportunterricht anzubieten, in dem sie in Arbeitsgruppen jeweils einen Lehr-Lernfilm zu bestimmten turnerischen Bewegungsthemen drehen sollten. Dieser Lehr-Lernfilm sollte in den folgenden Unterrichtsstunden das jeweilige turnerische Thema abbilden und die Grundlage für das Lernen der jeweiligen turnerischen Bewegungen darstellen. Über diesen mediengestützten Lernweg erhoffte sich der Lehrer den entsprechenden Motivationsschub für eine interessenbezogene Auseinandersetzung mit turnerischen Themen. Im Folgenden wird der Verlauf der Unterrichtseinheit kurz beschrieben, bevor er dann unter bewegungs- und medienpädagogischen Aspekten reflektiert wird.

### Die Unterrichtseinheit

Die Unterrichtseinheit wurde mit einer vierten Grundschulklasse mit insgesamt 24 Schüler\*innen durchgeführt. Die Unterrichtseinheit besteht aus sieben Doppelstunden und einer Einzelstunde. Ziel dieser gesamten Unterrichtseinheit war es, dass die Schüler\*innen in Arbeitsgruppen jeweils einen Lehr-Lernfilm zu einem vorher abgesprochenen und festgelegten Bewegungsthema aus dem Bewegungsfeld Turnen drehen. Die Verwirklichung dieses Ziels setzte voraus, dass die Schüler\*innen

- sich auf ein turnerisches Bewegungsthema festlegen können,
- die wesentlichen Bewegungsmerkmale des Themas bestimmen können,
- von diesen Bewegungsmerkmalen ausgehend einen Lernweg entwerfen können,

- diesen Lernweg erproben und evaluieren können (Bewegungen beobachten und die Bewegungsausführungen mit einem Sollwert vergleichen können),
- diesen Lernweg mit einer digitalen Videokamera filmen und
- die Filmaufnahmen zu einem kurzen Lernvideo zusammenstellen können.

Das erstellte Lernvideo, so eine weitere Zielsetzung, sollte allen Schüler\*innen als Lernvorlage für die bewegungsmäßige Auseinandersetzung mit den Themen dienen.

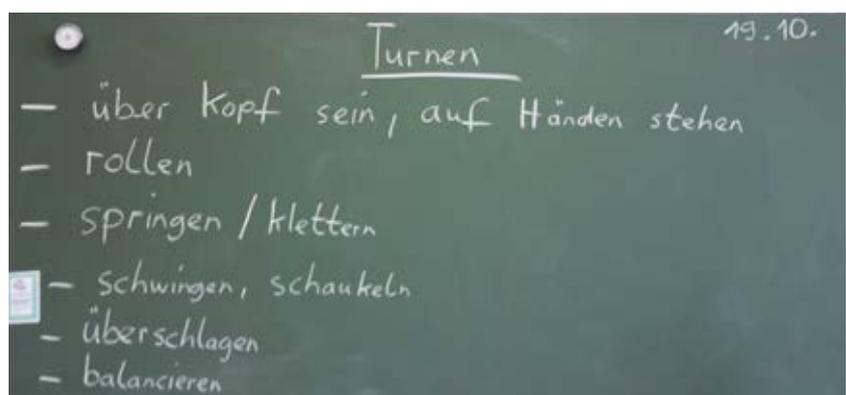


**Herke Alberts**

Mitarbeiter am Institut für Sportwissenschaft und Bewegungspädagogik der Technischen Universität Braunschweig und stellvertretender Schulleiter an der Grundschule Diesterwegstraße in Braunschweig.

herke.alberts@tu-bs.de

Abb. 1:  
Turnthemen



<sup>1</sup> Das Erfahrungs- und Lernfeld „Turnen und Bewegungskünste“ ist ein verpflichtender Unterrichtsinhalt im Niedersächsischen Kerncurriculum (Niedersächsisches Kultusministerium, 2006)



## Erste Stunde (Einzelstunde): Themengenerierung

In der ersten Einzelstunde, die im Klassenraum stattfand, erläuterte der Lehrer das Unterrichtsvorhaben und es wurden Arbeitsgruppenthemen festgelegt. Auf die Frage, welche Bewegungen im Turnen vorkommen, antworteten die Schüler\*innen in der Regel mit Bewegungsbegriffen, die sie aus vorangegangenen Sportstunden schon kannten. Der Lehrer notierte auf einer Tafel:

- Springen (z. B. über einen Bock)
- Rollen (z. B. auf einer Matte)
- Schaukeln und Schwingen (z. B. an den Ringen)
- Auf den Händen und/oder auf dem Kopf stehen
- Balancieren (z. B. auf einer Bank)

Die Schüler\*innen ordneten sich in der Folge interessen- und könnensgeleitet einem dieser Bewegungsthemen zu, so dass insgesamt fünf Arbeitsgruppen gebildet wurden.

## Zweite Stunde (Doppelstunde): Themenerprobung und Erarbeitung von Bewegungsabsichten

In der nächsten Stunde erhielten die Arbeitsgruppen den Auftrag, wichtige Bewegungsmerkmale herauszuarbeiten, die für das Gelingen der genannten Bewegungen notwendig sind. **„Was muss der Turnende tun, damit er die genannten Bewegungen gut ausführen kann?“** lautete die konkrete Frage an die Schüler\*innen. Alle Gruppen entschieden sich, zunächst einmal Bewegungssituationen zu erstellen, an denen sie themenorientiert der Frage nach dem „Was“ nachgehen wollten.

Die Gruppe „Springen“ baute einen Kasten und einen Bock auf, um auf die beiden Geräte bzw. von ihnen herunter zu springen. Eine Schülerin sprang sogar mit gegrätschten Beinen **über** den Bock (Abb. 2).



Abb. 2:  
Springen über den Bock



Abb. 3: Auf einem Trapez stehend hin und her schwingen

Die Gruppe „Rollen“ baute eine Mattenbahn auf, auf der sie die Rolle vorwärts turnen wollten, es aber nicht alle schafften.

Die Gruppe „Schaukeln“ und „Schwingen“ entschied sich zunächst einmal für das Schwingen. Sie richteten zwei Ringe ein, stellten einen Kasten so weit von den Ringen/dem Trapez entfernt auf, dass sie sich mit den Ringen/dem Trapez auf den Kasten stellen und von ihm abspringend an den Ringen hängend/auf dem Trapez stehend vor und zurück schwingen konnten (Abb. 3).

Die Gruppe „auf den Händen und/oder auf dem Kopf stehen“ legte sich Turnmatten aus und versuchte, mit Hilfe eines oder zweier Partner in den Handstand zu kommen. Weil alle Versuche misslangen, entschieden sie sich für den Kopfstand.

Die Gruppe Balancieren drehte eine Turnbank so, dass die schmale Seite nach oben zeigte, auf der alle Gruppenmitglieder mühelos von einer zur anderen Seite balancieren konnten (Abb. 4).



Abb. 4: Balancieren

Das diesen Aktivitäten folgende Gespräch über die **Bewegungsabsichten** fiel den Schüler\*innen sichtlich schwer, so dass der Lehrer das Gespräch durch entsprechende Fragen und wiederholende Bewegungsdemonstrationen lenken musste. In der Folge werden die wichtigsten Gesprächsergebnisse wiedergegeben, die der Lehrer noch auf einem Plakat notierte.

### Die Gruppe „Springen“

Die Absicht des Springenden ist, eine Distanz zu überwinden, um über oder auf oder von einem Gerät zu springen. Beim Über- oder Aufspringen werden oft die Hände zum Aufstützen eingesetzt, um damit das Fliegen zu verlängern. Um auf oder über das Gerät zu springen, muss sich der Turnende vom Boden lösen, er muss abspringen.

### Die Gruppe „Rollen“

Die Absicht des Rollenden ist die Drehung um sich selbst. Dabei muss man sich zu einer Kugel formen. Das gelingt, wenn man das Kinn auf die Brust drückt und sich rund macht. Das Rollen geht auf einer schiefen Ebene „leichter“.

### Die Gruppe „Schwingen“

Es geht darum, sich an oder mit einem Gerät hängend, stützend, sitzend oder stehend hin und her zu bewegen. Dabei muss man versuchen, durch eigene und/oder fremde Energie in Schwung zu kommen, in Schwung zu bleiben, den Schwung zu vergrößern und den Schwung zu beenden.

### Die Gruppe „Auf dem Kopf stehen“

Es müssen zwei Voraussetzungen gegeben sein, um auf dem Kopf stehen zu können: 1. Der Turnende benötigt eine Hilfestellung, um seine Beine in die Luft zu strecken, ohne dabei umzufallen; 2. Der Turnende muss Körperspannung aufbauen, damit er nicht aus dem Gleichgewicht kommt.

### Die Gruppe „Balancieren“

Es geht darum, das Gleichgewicht nicht zu verlieren bzw. es immer wieder neu herzustellen. Dies gelingt auf einem breiten, festen und niedrigen Untergrund leichter als auf einem schmalen, wackeligen, hohen Untergrund.

## Dritte Stunde (Doppelstunde): Üben in den Arbeitsgruppen, Gespräch über ein Drehbuch zur Aufnahme

Die dritte Doppelstunde beginnt mit einem intensiven Üben in den einzelnen Arbeitsgruppen. Danach schlossen sich ertragreiche Gespräche über das Drehbuch an. **Was muss gefilmt werden, damit die anderen Gruppen mit diesem Film als Grundlage üben können?** Die Gesprächsergebnisse wurden den anderen Gruppen vorgestellt und gemeinsam diskutiert. Folgende Drehbücher standen am Ende des Gesprächs fest (Tab. 1).



Abb. 5: Kopfstand mit Hilfestellung



Abb. 6: Rolle vorwärts auf einer schiefen Ebene

Tab. 1: Lernaufgabe und Drehbücher

Bewegungsthema	Lernaufgabe	Drehbuch
Springen	Springe mit beiden Beinen gleichzeitig vom Boden ab. Springe auf oder über den Kasten oder den Bock. Denke dabei daran, dich mit den Händen vom Kasten oder Bock abzustützen. Wenn du auf dem Kasten oder dem Bock landest, springe von dort auf den Boden.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mit beiden Beinen abspringen</li> <li>2. Beispiel: Über einen Bock springen</li> <li>3. Beispiel: Auf einen Kasten springen.</li> <li>4. Beispiel: Von einem Kasten auf den Boden springen</li> </ol>
Rollen	Wir schlagen zwei Übungssituationen vor: eine Ebene und eine schiefe Mattenbahn. Beim Rollen musst du das Kinn auf die Brust nehmen und wie eine Kugel rollen.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rolle vorwärts auf einer ebenen Mattenbahn</li> <li>2. Rolle vorwärts auf einer schiefen Mattenbahn (Abb. 6)</li> <li>3. Rolle vorwärts von einem Kastenteil auf eine Turnmatte</li> </ol>
Schwingen	Schwingen: Wir schlagen das Schwingen im Sitzen oder Stehen auf einem Trapez vor. Um in Schwung zu kommen, musst du dich von einem Kasten auf das Trapez abstoßen oder dir von einem Partner Schwung geben lassen. Wenn du alleine schwingst, musst du anlaufen. Um das Schwingen zu beenden, springst du auf der gegenüberliegenden Seite des Kastens in einen Weichboden.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Schwingen im Sitzen mit einem Impuls durch einen Partner</li> <li>2. Schwingen im Stehen mit einem Impuls durch einen Sprung vom Kasten auf das Trapez</li> </ol>
Auf dem Kopf stehen	Ihr könnt in Zweiergruppen arbeiten oder alleine an der Hallenwand. Bei der Partnerarbeit hilft ein Partner dem anderen, um die Beine gerade in die Luft zu strecken. An der Wand gibt die Wand eine Hilfestellung. Wichtig bei beiden Übungen ist es, den Körper zu strecken und steif zu machen (Abb. 5)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Partnerarbeit mit Hilfestellung</li> <li>2. Kopfstand an der Wand</li> </ol>
Balancieren	Balanciere über die umgedrehte Bank. Wenn du das schaffst ohne herunterzufallen, kannst du versuchen, die Strecke mit einem Sandsäckchen auf dem Kopf zu balancieren.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Balancieren auf der umgedrehten Turnbank</li> <li>2. Balancieren auf der umgedrehten Turnbank mit einem Sandsack auf dem Kopf</li> </ol>



Abb. 7: Einführung in den Gebrauch einer Videokamera



Abb. 8: Schülerin beim Filmen mit einer Videokamera

### Vierte Stunde (Doppelstunde): Probefilmaufnahmen

In dieser Stunde erfolgten die Filmaufnahmen. Zunächst wurden die Schüler\*innen in den Umgang mit den Videokameras eingeführt (Abb. 7). Es standen zwei Videokameras zur Verfügung, die die Gruppen untereinander austauschen mussten. Viele Schüler\*innen konnten mit einer Videokamera technisch versiert umgehen. Gleichwohl überlegten und erprobten sie, mit welcher Perspektive sie aufnehmen wollten (von der Seite, von vorne, von oben, vgl. Abb. 8) und wie sie mit dem Zoom bestimmte Bewegungsmerkmale akzentuieren wollten (z. B. den beidbeinigen Absprung beim Springen). Es filmten immer zwei Gruppen und die anderen drei Gruppen übten entsprechend des Drehbuchs, um möglichst perfekte Bewegungsausführungen dem Filmenden anzubieten.

Sporthalle durchgeführt wurde. Grundlage der Qualitätsevaluation waren die Kriterien „Aufbau und Ablauf eines Lernvideos“, „Sprache“ und „Lernumgebung“, die mit den Schüler\*innen während der ersten Demonstration der Videos erarbeitet wurden (vgl. Tab. 2) (Abb. 9).



Abb. 9: Qualitätsevaluation der Lernvideos

### Fünfte Stunde (Doppelstunde): Evaluation der Lernvideos/ Neue Filmaufnahmen

Eine Diskussion und Evaluation der Lehr-Lernfilme erfolgte in der fünften Doppelstunde der Unterrichtseinheit, die zunächst im Klassenraum und anschließend in der

In der zweiten Stundenhälfte wurden die Bewegungsthemen in der Sporthalle unter Berücksichtigung der kritischen, kriterienorientierten Einschätzung neu verfilmt. Die Schüler\*innen wurden explizit darauf hingewiesen, dass Fehler sowohl beim Sprechen als auch bei den Bewegungsdemonstrationen kein Problem darstellen, weil die Filmaufnahmen beliebig wiederholt werden können.

Tab. 2: Kriterien für die Evaluation der Probeaufnahmen

Aufbau und Ablauf eines Lernvideos (Abb. 10)	Sprache	Lernumgebung
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Szene: Die Lerngruppe stellt sich vor.</li> <li>2. Szene: Benennung des Themas.</li> <li>3. Szene: Demonstration der Bewegung mit Erklärung der Bewegungsmerkmale.</li> <li>4. Verbindung der Bewegungsmerkmale mit entsprechender Bewegungssituation (z. B. beim Rollen:                         <ul style="list-style-type: none"> <li>– Bewegungsmerkmal: Mit beiden Armen stützen.</li> <li>– Situation: Vom Kastenoberteil auf die Turnmatte rollen.)</li> </ul> </li> </ol>	<p>Laut, verständlich, langsam</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Geringe Lautstärke im Hintergrund</li> <li>• Kameraorientierung der Akteure (z. B. in Richtung der Kamera sprechen)</li> </ul>

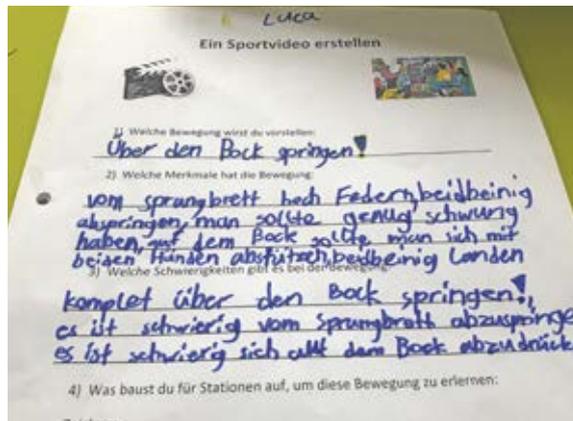


Abb. 10: Ein Lernvideo erstellen

## Sechste Doppelstunde: Lernen nach dem Lernvideo

In der sechsten Doppelstunde wurden zu jedem Bewegungsthema alle Stationen aufgebaut. An jeder Station wurde der zugehörige Videofilm auf einem Laptop gezeigt, so dass die Schüler\*innen selbstbestimmt an den jeweiligen Stationen üben können (Abb. 11). Zusätzlich stand an jeder Station ein(e) Expert\*in aus der Arbeitsgruppe für das bearbeitete Bewegungsthema, um Bewegungsvorschläge und Tipps zu geben und zu korrigieren.

## Siebte und achte Doppelstunde: Lernen nach dem Lernvideo

In der siebten und achten Stunde wurden die Lernvideos ebenfalls als Grundlage für die Lernsituationen und Lernsequenzen genommen. In der siebten Doppelstunde wurden die Themen „Springen“, „Rollen“ und „Schwingen“, in der achten Doppelstunde „Auf dem Kopf stehen“ und „Balancieren“ geübt. Die Schüler\*innen entschieden sich für folgenden Stundenablauf: Für jedes Thema standen ca. 25 Min. Übungszeit zur Verfügung. Zu Beginn jeder Einheit wurde der jeweilige „Lernfilm“ gezeigt, danach wurden die Übungsstationen aufgebaut und intensiv geübt. In der zweiten Hälfte der letzten Doppelstunde fand eine Lernzielüberprüfung statt.

## Bewegungstheoretische und medienpädagogische Reflexionen

Die Schüler\*innen strukturieren Turnen nach den Grundtätigkeiten, die sie mit „Springen“, „Rollen“, „Schaukeln“ und „Schwingen“, „Auf dem Kopf stehen“ und „Balancieren“ benennen. Ohne dies zu wissen systematisieren sie damit die grundlegenden Lern- und Erfahrungsmöglichkeiten des Turnens. Durch die Orientierung an Bewegungshandlungen oder auch Bewegungsgrundtätigkeiten werden keine Bewegungsfertigkeiten vorgegeben, sondern Bewegungsabsichten zur vielfältigen und individuell unterschiedlichen Deutung an Gerätewelten formuliert (vgl. Laging, 1990, S. 18). Mit der Frage nach dem „Was“ orientiert sich die Lehrkraft an einer grundlegend funktionalen Betrachtung von Bewegung. Alle Bewegungshandlungen „wurzeln in Funktionen des Sich Bewegens, die es als Urmedium menschlichen Handelns auszeichnen“ (Scherer & Bietz, 2013, S. 24; Scherer, 2008, S. 26).

Aus medienpädagogischer Sicht handelt es sich um einen Unterricht, der der Leitidee eines „erziehenden Unterrichts“ folgt. Funke-Wieneke (1999) beschreibt



Abb. 11:  
Präsentation  
des Videos

einen Erziehenden Unterricht anhand von fünf Prinzipien: Reflexion, Verständigung, Erfahrungs- und Handlungsorientierung, Mehrperspektivität und Werteorientierung. Diese Prinzipien findet man in der hier vorgestellten Unterrichtseinheit an folgenden Merkmalen: Die Schüler\*innen machen sich Gedanken über grundlegende Bewegungshandlungen im Turnen, über Bewegungsmerkmale, passende Übungssituationen, ein Drehbuch und geeignete Aufnahmeperspektiven und sprachliche Artikulationen (Reflexion). Der Unterricht basiert auf einer didaktisch begründeten Reihenfolge: Zuerst werden die Bewegungsthemen erprobt, um dann die damit verbundenen Bewegungsabsichten herauszuarbeiten (Erfahrungs- und Handlungsorientierung). Der Medieneinsatz wird überwiegend kommunikations- und kooperationsorientiert inszeniert (Verständigung). Über eine medienbezogene Annäherung an die Bewegungswelt der Kinder und Jugendlichen gelingt eine Erweiterung und Unterstützung vielseitiger Bewegungserfahrungen (Mehrperspektivität). Grundsätzlich kann der Einsatz von Medien im Sportunterricht zu einer kritischen Auseinandersetzung mit Medien als Unterrichtsthema führen (Werteorientierung).

### Literatur

- Deutscher Sportbund (DSB) (Hrsg.). (2006). *DSB-SPRINT-Studie. Eine Untersuchung zur Situation des Schulsports in Deutschland*. Aachen: Meyer & Meyer.
- Funke-Wieneke, J. (1999). Erziehen im Sportunterricht. *sportpädagogik*, 23 (4), 13-21.
- Laging, R. (1990). *Stundenblätter Turnen. Bewegungsgelegenheiten zum Erkunden, Lernen, Gestalten. 5.-7. Schuljahr*. Stuttgart: Klett.
- Niedersächsisches Kultusministerium (2006). *Kerncurriculum für die Grundschule Schuljahrgänge 1-4*. Hannover: Unidruck.
- Scherer, H.-G. (2008). Zum Gegenstand von Sportunterricht: Bewegung, Spiel und Sport. In H. Lange & S. Sinnig (Hrsg.), *Handbuch Sportdidaktik* (S. 24-39). Balingen: Spitta.
- Scherer, H.-G. & Bietz, J. (2013). *Lehren und Lernen von Bewegungen*. Baltmannsweiler: Schneider.
- Schmidt, W. (Hrsg.). (2008). *Zweiter Deutscher Kinder- und Jugendsportbericht. Schwerpunkt: Kindheit*. Schorndorf: Hofmann.
- WDR (2017). *Nachrichten für Kinder: Sportunterricht bekommt gute Noten*. <https://www1.wdr.de/kinder/radio/kiraka/hoeren/klicker/sportunterricht-100.html> Zugriff am 29.11.2017.