



Iris Schüller

**Wettbewerb und Kooperation im Sportunterricht –
ein ungleiches Paar?**

Wettbewerb und Kooperation im Sportunterricht – ein ungleiches Paar?

Iris Schüller

Einleitung

Die Begriffe Kooperation und Wettbewerb sind aus dem Sport nicht wegzudenken. Die diametrale Beziehung der beiden Begriffe erscheint nur auf den ersten Blick als gegensätzlich. So definiert sich die Kooperation als die Erreichung individueller Ziele im Rahmen des großen Gemeinschaftsziels (Bittner, 1985), während der Wettbewerb den Anteil der Leistungsorientierung und des egoistischen Gewinnwillens in den Vordergrund stellt. Im Sportunterricht bestehen Übungen und Unterrichtskonzeptionen jedoch stets aus beiden Komponenten, da viele Spielformen ohne den Wettbewerb und die Zusammenarbeit von Teams nicht funktionieren. Die beiden Extreme dieses Beziehungskontinuums sind mit den Begriffen Kampf, Konkurrenz und Egoismus für den Bereich des Wettbewerbs und mit den Begriffen Zusammenarbeit, Team und Hilfe für den

Begriff Kooperation definiert (Weise, 1997). Es bleibt jedoch zu beachten, dass Kooperation stets aus der Interaktion zwischen zwei oder mehr Parteien besteht und die bloße Aktion nicht als kooperatives Verhalten zu verstehen ist.

In den aufgeführten Übungsbeispielen wird zunächst auf die Definitionen von Wettbewerbs- und Kooperationsfähigkeit eingegangen. Im weiteren Verlauf werden mittels zweier Beispiele für Mannschaftssportarten und Individualsportarten Vorschläge zur Schulung von Kooperations- und Wettbewerbsverhalten vorgestellt. Die Unterrichtsbeispiele beziehen sich auf Situationen, in denen direkte Wettkampf- oder Kooperationsmöglichkeiten (Mannschaftssportarten, Leichtathletik und Schwimmen) entstehen. Die Schulung derselben unterliegt für den ästhetisch-gestalterischen Bereich (Turnen und Gymnastik und Tanz) anderen Gegebenheiten.



Iris Schüller

Wissenschaftliche
Mitarbeiterin und Dozentin
an der Fakultät für Sport-
und Gesundheits-
wissenschaften der
Technischen Universität
München

Georg-Brauchle-Ring 60/62
80992 München

iris.schueller@tum.de

	Ich zeige ..., wenn ...	Ich zeige keine ..., wenn ...
Wettbewerbsfähigkeit	<ul style="list-style-type: none"> ... ich im Wettbewerb versuche immer mein Bestes zu geben. ... mir bewusst ist, dass ich nicht immer gewinnen kann. ... ich immer versuche fair zu bleiben, obwohl ich gewinnen möchte. ... ich die Entscheidungen der Schiedsrichter*innen akzeptiere. ... ich zwar enttäuscht bin, wenn ich verliere, mich aber auch schnell wieder beruhigen kann. 	<ul style="list-style-type: none"> ... es mein oberstes Ziel ist zu gewinnen, und ich dabei keine Rücksicht auf die Regeln meiner Mitspieler*innen und Gegener*innen nehme. ... es mir egal ist, ob ich gewinne oder verliere. ... ich versuche meine Gegner*innen mit allen Mitteln zu schlagen. ... es mir schwer fällt die Entscheidungen der Schiedsrichter*innen zu akzeptieren. ... ich schnell aggressiv werde, wenn ein Wettbewerb nicht so läuft, wie ich es mir vorgestellt habe.
Kooperationsfähigkeit	<ul style="list-style-type: none"> ... ich meinen Mitschüler*innen helfe, wenn ich sehe, dass es Probleme gibt. ... ich mit meinen Mitschüler*innen zusammenarbeite, um schwierige Aufgaben zu lösen. ... ich Verantwortung in meiner Gruppe übernehme und mir bewusst bin, dass jedes Teammitglied wichtig ist. ... ich versuche meine eigenen Interessen zu vertreten, aber auch auf die Interessen meiner Mitschüler*innen achte. ... ich denke, dass wir gemeinsam stärker als alleine sind. 	<ul style="list-style-type: none"> ... ich lieber mein eigenes Ding mache und es mir schwer fällt, mit anderen zusammenzuarbeiten. ... es für mich das Wichtigste ist, meine eigenen Ziele zu verfolgen. ... ich mich ablehnend gegenüber meinen Mitschüler*innen verhalte. ... ich versuche jeden in meiner Gruppe von meinen Interessen und Ansichten zu überzeugen. ... ich die Anderen dafür verantwortlich mache, wenn unser Team einen Fehler macht.

Tab. 1: Positive oder negative Beispiele, die im Sportunterricht eingesetzt werden können



Was sind Wettbewerbs- und Kooperationsfähigkeit?

Spielidee

Um das eigene Verhalten in sportspezifischen Situationen richtig einschätzen zu können, können klare Beispiele positiver und negativer Verhaltensformen (in Anlehnung an Kanning, 2009) dabei helfen, dass Schüler*innen sich selbst besser einordnen können. Tabelle 1 bietet eine Auswahl an positiven oder negativen Beispielen, die im Sportunterricht eingesetzt werden können.

Zum Einsatz der Beispiele besteht die Möglichkeit diese als expliziten Unterrichtsgegenstand einzusetzen oder eher leitend-organisatorisch als Leitwerk für alle Unterrichtsstunden festzulegen.

Einsatz als Unterrichtsgegenstand

Die Zitate werden als Kärtchen ausgeschnitten und für Bewegungsspiele verwendet. Die Schüler*innen werden in Teams eingeteilt. Jedes Team erhält eine Farbe zugeteilt (für jedes Team muss dabei ein vollständiger Kartensatz in der entsprechenden Farbe z. B. Schriftfarbe oder Hintergrund zur Verfügung stehen). Die Schüler*innen erlaufen die Kärtchen, die in einer bestimmten Entfernung verteilt sind (z. B. unter Hütchen versteckt) im Rahmen eines Staffettenspiels. Sie dürfen diese nur zurücktransportieren, wenn sie die eigene Farbe aufgedeckt haben. Alle Kärtchen müssen innerhalb des Teams den verschiedenen Kategorien (Wettbewerbs- oder Kooperationsfähigkeit und positives oder negatives Beispiel) zugeordnet werden. Das Ergebnis kann als Ausgangspunkt für Diskussionen genutzt werden. Und die Kärtchen können ab dann immer wieder zum Einsatz gebracht werden, wenn eine Spielform besondere Aufmerksamkeit auf die beiden Fähigkeiten erfordert.

Einsatz im Rahmen eines Regelvertrags: Die Schüler*innen nehmen die Beispiele zum Anlass einen Regelvertrag für die Sportstunden auszuarbeiten. Dabei ist es wichtig, dass konkrete Ziele benannt werden:

- Bis zum Ende des Halbjahres wird jede/jeder von uns mit jeder/jedem aus der Klasse mindestens einmal in einer Gruppe oder einem Team zusammengearbeitet haben.
- Bis zum Ende des Halbjahres wird jede/jeder in der Klasse einmal die Aufgabe übernehmen die Einhaltung unserer Regeln zu überwachen.
- Bis zum Ende des Halbjahres werden wir drei Teamaufgaben, die uns durch die Lehrkraft gestellt werden, alle zusammen erfolgreich lösen (z. B. alle Schüler*innen passen zusammen auf einen kleinen Kasten).

Ziel des Spiels

Die Schüler*innen erwerben das Wissen um positive und negative Verhaltensweisen von Wettbewerbs- und Kooperationsfähigkeit. Zudem erarbeiten sie selbst aus den vorliegenden Beispielen Regeln. Die Einhaltung dieser Vorgaben kann durch die Klasse selbst gesteuert werden.

In Teamspielen Wettbewerbe spannend gestalten

(in Anlehnung an Thaler, 2011)

Spielidee

Die Schüler*innen spielen in Teams gegeneinander. Das sportliche Handlungsfeld kann dabei frei gewählt werden. Besonders gut eignen sich jedoch die Mannschaftssportarten. Die Teams erhalten jeweils verschiedene Regelsätze zur Auswahl und können diese nach internen Absprachen selbsttätig zum Einsatz bringen.

Spielregeln

- Jedes Team hat verschiedene Regelsätze zur Auswahl (Anzahl kann variieren):
 - Spiel mit x Ballkontakten (jede/r Spieler*in muss im Fußball den Ball mindestens 2-mal spielen bevor er/sie weiterpasst; jede/r Spieler*in muss im Handball/Basketball den Ball mindestens 3-mal dribbeln bevor er/sie weiterpasst; mindestens 2 Ballberührungen von unterschiedlichen Spieler*innen müssen im Volleyball erfolgen, bevor der Ball über das Netz gespielt werden darf).
 - Freies Spiel (keine Regelvorgabe).
 - Tore/Körbe können nur nach einem Pass direkt erzielt werden (es darf kein Dribbling erfolgen) bzw. Punkte (im Volleyball) können nur nach mindestens einem innerhalb der eigenen Mannschaft gepitschten Ball erzielt werden.
 - Spiel mit Handicap. Zwei der Spieler*innen erhalten ein für die Sportart angemessenes Handicap (z. B. Spiel nur mit dem schwachen Fuß oder der schwachen Hand, Spiel mit Gehörschutz bzw. Ohrstöpseln)
- Es werden einige Durchgänge (z. B.: à 4 Minuten) gespielt und die Teams dürfen jeden Regelsatz nur einmal und in nur einem der Durchgänge verwenden. Es ist also notwendig im Team strategisch zu entscheiden, gegen welchen Gegner und/oder in welchem Durchgang diese eingesetzt werden sollen.
- Jedes Team darf jeden Regelsatz nur einmal einsetzen und muss entscheiden, welchen es in welchem Durchgang einsetzen möchte. Diese Entscheidung wird nur dem/der Schiedsrichter*in mitgeteilt.

- Je nach Anzahl der Spieler*innen können auch mehr Mannschaften gebildet werden und es muss so auch darauf geachtet werden, welcher Regelsatz gegen welche/n Gegner*innen zum Einsatz kommt.

Ziel des Spiels

Die Spieler*innen müssen sich untereinander absprechen und interagieren, um zum einen einen Regelsatz gemeinsam auszuwählen, und zum anderen, um sich während des Spiels auf den Regelsatz der gegnerischen Mannschaft einzuspielen. Dies erfordert taktische Interaktion vor Beginn des Spiels und während der Spiels zwischen allen Teammitgliedern.

Stafetten als Teamspiel gestalten

Spielidee

Schüler*innen erarbeiten Strategien zur Kooperation in Stafettenspielen. Die direkte Konkurrenzsituation (Laufen auf Bahnen) wird so in eine Teamübung umgestaltet. Es liegt in der Verantwortung der Lehrkraft sicherzustellen, dass stets ein kooperatives Klima gewahrt bleibt und Schüler*innen auch die Möglichkeit gegeben wird mit eigenen Schwächen offen umzugehen, ohne dass sie bloßgestellt werden.

Spielregeln

- Innerhalb derselben Kleingruppen wird die beim Stafettenlauf zu bewältigende Strecke (Hallenrunden, Schwimmbahnen) untereinander aufgeteilt (Möglichkeit eines Arbeitsblattes zur Unterteilung). Die Schüler*innen sollen dabei die eigenen Stärken und Schwächen und die der Gegner*innen berücksichtigen (z. B. Wer hat besondere Start-/Zieleinlaufqualitäten, oder wer kann bei der Schwimmstafette in welcher Schwimmart besonders unterstützen? Wer kann welche Strecke bewältigen, wenn im Team zusammen 800 m verlangt sind?)
- Die Schüler*innen erproben ihr soeben ausgearbeitetes Konzept im Rahmen eines ersten Durchlaufs. Passive Schüler*innen übernehmen die Kontrollfunktion beim Zählen der zurückgelegten Strecke und coachen die Teams.
- Eindrücke und Erfahrungen aus dem Probedurchgang werden besprochen und mögliche Änderungen vorgenommen.
- Durch Zusatzaufgaben können die schwachen Handlungsbereiche der Schüler*innen geschult werden und diese im Wettbewerb gegen die zuvor selbst im

Team erreichte Zeit zum Training genutzt werden (z. B. setzt jedes Teammitglied in seiner schwächsten Disziplin ein und coacht ihn in Probedurchgängen soweit, dass er hier unterstützen kann).

- Je länger die zu bewältigenden Strecken werden, umso eher zählt die kooperative Leistung. Insbesondere bei der Selbstbestimmung der Streckenlänge für jedes Teammitglied sind Kooperation und Interaktion notwendig.

Ziel des Spiels

Durch die Aufteilung der Strecke in Teilabschnitte können die Schüler*innen die eigenen Stärken aufzeigen und damit dem Team nutzen. Diese Form des Trainings

Abb. 1:
Schwimmen
(Manning, 2011)



kann jedoch auch Unterstützungsmöglichkeiten für die eigenen Schwachpunkte bieten, indem jedes Teammitglied seine schwächste Disziplin einbringt, mittels Coaching durch die Teammitglieder verbessert und damit die eigene Leistung steigert.

Mehrkämpfe kooperativ gestalten

Spielidee

Die Weiterführung der oben beschriebenen Modifikation von Stafetten, ist die Anpassung der Mehrkämpfe im Sinne kooperativer Unterrichtsgestaltung. Auch Mehrkämpfe können so gestaltet werden, dass sie als Teamdisziplinen zu bewältigen sind. Dies kann zum einen dadurch gelingen, dass für die gesamte Klasse ein Gemeinschaftsziel ausgegeben wird. Zum anderen besteht die Möglichkeit, dass Teammitglieder sich die zu bewältigenden Aufgaben aufteilen oder Mittelwerte aus den erreichten Leistungen gebildet werden.

Spielregeln

- Auf einer festgelegten Strecke werden verschiedene Disziplinen (Lauf, Wurf und Sprung oder Delphin-, Kraul- und Brustschwimmen) in Form eines Mehrkampfes spielerisch miteinander verbunden (Beispiele: Es wird auf die auf einer Bank stehenden Hütchen geworfen. Die Spieler*innen haben 8 Würfe und dürfen pro herabgeworfenem Hütchen einen Punkt zählen).
- Die Schüler*innen laufen über verschieden hoch gestapelte Schaumstoffblöcke als Hürden und dürfen alle nicht beschädigten oder umgeworfenen Hürden mit einem Punkt werten.
- Die Schüler*innen springen über eine schräg gespannte Sprungleine. Diese ist in Punktabschnitte unterteilt und es darf je nach Höhenabschnitt mit Punkten gewertet werden.
- Es besteht außerdem die Möglichkeit Weiten, Höhen oder Zeiten zuvor festzulegen. Die Teams erhalten in diesem Fall nur dann den Punkt, wenn die Weite, Zeit oder Höhe erfolgreich durch eines der beiden Teammitglieder bewältigt wurde.

- *Variante 1:* Eines der beiden Teammitglieder wird jeweils an jeder Station gewertet. Die Schüler*innen sprechen sich ab und legen fest, wer welche Station bestreitet. Jede/r Schüler*in muss jedoch an jeder Station antreten – es wird die Leistung des zuvor festgelegten Teammitglieds gewertet.
- *Variante 2:* Es gelten die Regeln von Variante 1, es wird jedoch in zwei/drei/vier Großteams gegeneinander gespielt. Jedes Paar, das die Staffel beendet, sammelt für das Team Punkte entsprechend der Leistungen. Innerhalb der vorgegebenen Zeit dürfen die Teams immer wieder neu starten. Die Paarzusammensetzung sollte hierbei variiert werden.
- *Variante 3:* Die Klasse legt zuvor gemeinsame Mittelwerte (Wir werfen alle im Durchschnitt xy Meter weit) für die verschiedenen Disziplinen fest und versucht diese zusammen zu erreichen. Alternativ kann jede/r Schüler*in einzeln einen Mittelwert schätzen, um am Ende festzustellen, welche Einschätzung am nächsten an der Gemeinschaftsleistung liegt.

Ziel des Spiels

Da insbesondere die Individualsportarten häufig eine große Technikorientierung erfordern und den Einzelwettbewerb in den Vordergrund stellen, ermöglicht es die oben benannte Spielform eine kooperativere Herangehensweise. Die Schüler*innen sind besonders in der Variante 3 gefordert eine gemeinschaftliche Leistung zu erbringen, da jede Weite, jede Zeit und jede Höhe zählt und am Ende nur gemeinsam das Ziel erreicht werden kann.

Literatur

- Bittner, G. & Ertle, C. (1985). *Pädagogik und Psychoanalyse. Beiträge zur Geschichte, Theorie und Praxis einer interdisziplinären Kooperation*. Würzburg: Königshausen und Neumann.
- Kanning, U. P. (2009). *ISK – Inventar sozialer Kompetenzen*. Göttingen: Hogrefe.
- Manning, L. M. (2011). Zugriff am 10.11.2019 unter https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Summer_aquathlon_brings_friendly_competition_DVIDS447660.jpg
- Thaler, E. (2011). Hilfreiche Kopiervorlagen zum Teambuilding. *Fußballtraining*, 6 + 7, 84-85.
- Weise, P. (1997). Konkurrenz und Kooperation. In M. Held (Hrsg.), *Normative Grundfragen der Ökonomik* (S. 58-80). Frankfurt, New York: Campus.