

# **Lernen durch Erleben** - Kommunikations- und Teamentwicklungstraining

Miteinander statt gegeneinander. Gemeinsam Grenzen überwinden, Lösungen finden, Herausforderungen bewältigen.

Mesut Göre - Buchenallee 12 - 14621 Schönwalde - Tel.: (03322) 838381 - Handy: 0176 20060180 - Email: mesutgoere@yahoo.de

---

## **Handout**

### **(Unterrichts-)Beispiele zur Förderung des sozialen Handelns im Bewegungsfeld Kämpfen mit/gegen den Partner**

Das Themenfeld „Mit/gegen Partner kämpfen“ ist Bestandteil des Rahmenlehrplans für das Fach Sport des Landes Berlin.

Miteinander Ringen und Zweikämpfen ist ein wichtiger Aspekt in der Sozialisation von Kindern und Jugendlichen.

Angeleitet von Lehrkräften können Chancen, die im sportlichen Kämpfen für die Entwicklung und Stärkung von Selbstwahrnehmung und Selbstwertgefühl besser genutzt werden.

Das Kräftemessen bei diesen Kämpfen erhält einen Rahmen durch Regeln, die von allen Beteiligten verstanden und eingehalten werden müssen. Die Kinder werden dabei unterstützt, eigene soziale Verhaltensweisen – insbesondere gegenseitige Rücksichtnahme - zu entwickeln.

### **Kompetenzbereich „Soziales Handeln“ im Sportunterricht**

Im Kompetenzbereich „Soziales Handeln“ im Sportunterricht sollen u. a. folgende Kompetenzen entwickelt und gefestigt werden:

- Rücksicht nehmen
- Die Stärken anderer anerkennen
- Schwächeren helfen und sie integrieren
- kooperativ in der Gruppe/Mannschaft handeln
- Konfliktsituationen in der Gruppe/Mannschaft wahrnehmen und lösen
- mit Sieg oder Niederlage umzugehen lernen
- faire Verhaltensweisen erkennen und anwenden
- Regeln und Vereinbarungen einhalten
- Helfen und Sichern im Lern- und Übungsprozess anwenden

## **„Trainingsplan“ zur Entwicklung und Festigung von Kompetenzen**

Zur Unterstützung beim der Entwicklung und Festigung der im Lehrplan geforderten Kompetenzen könnte den Schülerinnen und Schülern ein Trainingsplan zur Verfügung gestellt werden.

### **Aufbau des Praxisteils**

- 1. Vorbereitung auf das Kämpfen** (Sicherheit, Rituale, Regeln)
- 2. Gegeneinander setzt Miteinander voraus** (Körperkontakt anbahnen, Kooperationsbereitschaft und Vertrauen entwickeln)
- 3. Auf dem Weg zum Kämpfen** (Schulung des Gleichgewichts und der Körperspannung)
- 4. Das Spiel mit der Kraft**
- 5. Kämpfen am Boden**