



universität
wien

MAGISTERARBEIT

Titel der Magisterarbeit

Trendsport im Unterrichtsfach Bewegung und Sport

Analyse von geeigneten Trendsportarten für die Schule
und ihre mögliche Umsetzung im Unterricht

Verfasser

Peter Piniel, Bakk.rer.nat.

angestrebter akademischer Grad

Magister der Naturwissenschaften

Mag.rer.nat.

Wien, April 2013

Studienkennzahl lt. Studienblatt:

A 066 826

Studienrichtung lt. Studienblatt:

Magisterstudium Sportwissenschaft

Betreuer:

Ao. Univ.-Prof. MMag. Dr. Konrad Kleiner

Kurzzusammenfassung

In der heutigen Zeit wird die Sport- und Bewegungskultur zunehmend von neuen Formen des Bewegungshandelns beeinflusst, wodurch das Bild des Sports eine Wandlung erfährt. Trendsportarten spielen in dieser Entwicklung eine große Rolle, da sie Einzug in das Freizeitverhalten Kinder und Jugendlicher genommen haben und sie tagtäglich mit derartigen neuen Bewegungspraktiken konfrontiert werden. Als Folge dessen entsteht eine Diskrepanz zwischen dem Unterrichtsfach Bewegung und Sport und dem Freizeitsport, die es zu schließen gilt. Aufgrund der Beliebtheit von Trendsportarten steht der Schulsport vor der Frage, wie mit den neuen Sportangeboten umzugehen ist und ob alternative, trendige Sportarten in die Schule Einzug finden dürfen oder nicht. Diese theoretischen Überlegungen sollen anhand von drei Beispielen (Le Parkour/Freerunning, Slacklinen, Ultimate Frisbee) analysiert und für den praktischen Unterricht ausgearbeitet werden. In einer abschließenden Übungssammlung werden ausgearbeitete, praktische Beispiele zur Vermittlung der ausgewählten Trendsportarten aufgezeigt. Somit soll die Arbeit neben einer theoretischen Auseinandersetzung mit dem Thema Trendsport sowie einer Diskussion über dessen Eignung als Schulsport auch eine für die Praxis verwendbare Sammlung an Stundenvorschlägen hervorbringen, die im Unterrichtsfach Bewegung und Sport adäquat umgesetzt werden können.

Abstract

Nowadays the culture of sport is influenced more and more by new forms of movements and that's why the image of sport is currently experiencing a transformation. Trendsports play an important role in this process because they influence the teenagers' free time. As a result, a discrepancy grows between physical education at school and leisure sport which should be overcome. Because of the trendsports' popularity schools have to decide if and how trendy and alternative sports should be allowed to be taught in physical education or not. That difficulty should be analyzed and questioned in this thesis. These theoretical considerations should be deconstructed on the basis of three examples (Le Parkour/Freerunning, Slacklining, Ultimate Frisbee) and elaborated for the regular sport lessons in school. A collection of teaching units at the end of the thesis will give appropriate examples how to teach the chosen trendsports in physical education. Consequently, the thesis describes a theoretical discussion on the subject "trendsports in physical education" and furthermore presents suggestions that can be implemented practicably in physical education.

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	7
1 Einleitung.....	9
1.1 Herleitung des Themas.....	9
1.2 Hinführung zur Fragestellung.....	10
1.3 Methodische Vorgangsweise	14
1.4 Gliederung der Arbeit.....	15
2 Theoretische Grundlagen und Begriffsbestimmungen	18
2.1 Begriffsdefinitionen	18
2.1.1 Zum Begriff „Trend“	18
2.1.2 Zum Begriff „Sport“	21
2.1.3 Versuch einer Trendsport-Definition	23
2.2 Entstehung einer Trendsportart – Zur Genese von Trendsport	28
2.3 Kriterien einer Trendsportart	30
2.4 Trendsportarten – ein Überblick.....	35
2.5 Zusammenfassung	39
3 Trendsport in der Institution Schule.....	41
3.1 Eignung von Trendsport als Schulsport	41
3.2 Argumente für und gegen eine Integration von Trendsportarten	44
3.3 Probleme bei der Einführung von Trendsport in den Schulsport	50
3.4 Analyse von geeigneten Trendsportarten für den Schulsport.....	52
3.5 Zusammenfassung	53
4 Sportpädagogische und didaktische Anknüpfungspunkte an Trendsportarten	56
4.1 Lehrplanbezug.....	56
4.2 Pädagogische und didaktische Aspekte von Trendsport.....	59
4.3 Prinzipien der Sportdidaktik	62
4.4 Fachdidaktik der Trendsportarten	67
4.5 Vermittlung von Trendsport.....	71
4.6 Basiskompetenzen und Aufgaben von Lehrenden in Bezug auf Trendsport	79
4.7 Zusammenfassung	80
5 Trendsportarten für die Schule.....	82
5.1 Le Parkour und Freerunning	82

5.1.1	Philosophie	82
5.1.2	Entwicklungsgeschichte	83
5.1.3	Charakteristik	84
5.1.4	Trendsportkriterien	85
5.1.5	Eignung als Schulsport.....	88
5.1.6	Image	91
5.1.7	Sicherheit	91
5.1.8	Grundtechniken (Auszug).....	93
5.2	Slackline.....	96
5.2.1	Philosophie	96
5.2.2	Entwicklungsgeschichte	97
5.2.3	Material	98
5.2.4	Mentale Aspekte	99
5.2.5	Trendsportkriterien	99
5.2.6	Eignung als Schulsport.....	101
5.2.7	Sicherheit	103
5.2.8	Bewegungsbasics	104
5.2.9	Spielerisches und Tricks	106
5.3	Ultimate Frisbee	108
5.3.1	Philosophie	108
5.3.2	Entwicklungsgeschichte	109
5.3.3	Material	110
5.3.4	Trendsportkriterien	111
5.3.5	Eignung als Schulsport.....	112
5.3.6	Technik	115
5.3.7	Taktik	119
5.3.8	Regeln von Ultimate Frisbee	119
5.4	Zusammenfassung.....	121
6	Umsetzungsmöglichkeiten im Unterrichtsfach Bewegung und Sport	123
6.1	Le Parkour/Freerunning	124
6.1.1	Betrachtung von relevanten Literaturstellen	124
6.1.2	Stundenbild 1 – Einstieg, methodische Hinführung	127
6.1.3	Stundenbild 2 – Balancierende und springende Überwindungen.....	129
6.1.4	Stundenbild 3 – Hindernisüberwindung und Wandlauf	132
6.1.5	Stundenbild 4 – Wandsalto rückwärts (Wall Flip).....	137

6.2	Slackline	140
6.2.1	Betrachtung von relevanten Literaturstellen	140
6.2.2	Stundenbild 1 – Methodische Hinführung und erster Kontakt.....	142
6.2.3	Stundenbild 2 – Exploration, Bewegungslernen, Wagnisaufgaben	145
6.2.4	Stundenbild 3 – Spielerisches und Tricks	148
6.3	Ultimate Frisbee	151
6.3.1	Betrachtung von relevanten Literaturstellen	151
6.3.2	Stundenbild 1 – Methodische Hinführung	153
6.3.3	Stundenbild 2 – Wurf- und Fangschulung	156
6.3.4	Stundenbild 3 – Ausfallschritt und Täuschungsmanöver	157
6.4	Zusammenfassung	160
7	Resümee	162
8	Schlussbetrachtung und Ausblick	164
	Literaturverzeichnis.....	167
	Abbildungsverzeichnis	172
	Tabellenverzeichnis	174
	Anhang	175

Vorwort

Als Lehrer im Unterrichtsfach Bewegung und Sport an einer AHS stellt für mich das Thema „Trendsport in der Schule“ eine besondere Relevanz dar. Man möchte als Sportlehrer natürlich immer auf dem aktuellen Stand sein, was neue und trendige Sportarten betrifft und somit den Schülerinnen und Schülern einen vielfältigen und reizvollen Unterricht bieten. Insbesondere die Frage nach der Legitimation von Trendsportarten in der Schule sowie deren Vermittlung im Unterricht ist meines Erachtens eine Analyse und genauere Betrachtung wert. Überdies scheint mir das Thema interessant, da eine kritisch-konstruktive Auseinandersetzung mit Trendsportarten auch im Lehrplan verankert ist, die Thematisierung solcher Bewegungsformen in der Schule aber oftmals zu kurz kommt.

Zum Thema „Trendsport“ stellt sich außerdem ein persönlicher Bezug ein, da ich mich mit neuen Phänomenen in der Bewegungskultur interessiert beschäftige und diese auch gerne selbst ausübe. Aus diesem Grund hat sich für mich die Frage gestellt, ob man trendige Sportformen auch in der Schule umsetzen und den Schülerinnen und Schülern in geeigneter, didaktischer Weise näher bringen kann. Dies herauszufinden sollte das Ziel der vorliegenden Arbeit darstellen. Zusätzlich wollte ich ebenso einen praktischen Zugang einbringen und den Leserinnen und Lesern geeignete Möglichkeiten aufzeigen, wie die hier beschriebenen Trendsportarten im Unterrichtsfach Bewegung und Sport umgesetzt werden können.

Ich möchte mich an dieser Stelle bei all jenen bedanken, die mich während meines Studiums und bei der Erstellung dieser Magisterarbeit unterstützt haben. Besonderer Dank gilt meiner Familie, die mir immer Rückhalt gab und mich auch finanziell während meiner Studienzeit unterstützte. Darüber hinaus möchte ich meiner Freundin danken, die mir jederzeit mit Rat und Tat zur Seite stand und mich mit aufmunternden Worten zur Fertigstellung der Arbeit ermutigte. Auf diesem Weg möchte ich mich ebenfalls bei Ao. Univ.-Prof. MMag. Dr. Konrad Kleiner für die engagierte Betreuung und problemlose Zusammenarbeit bedanken.

1 Einleitung

In diesem Kapitel soll ein erster Einstieg in die Thematik der Magisterarbeit ermöglicht werden. Zudem wird das Thema „Trendsport im Unterrichtsfach Bewegung und Sport“ hergeleitet und die Aktualität trendsportlicher Bewegungsformen erläutert. Danach erfolgt eine Beschreibung aktueller Thesen, die der Hinführung zur Fragestellung dienen sollen. In weiterer Folge werden die Fragestellung konkretisiert und zusätzliche wichtige Aspekte in Subfragen erläutert. Abschließend beschreibt eine detaillierte Gliederung den inhaltlichen Aufbau der Arbeit.

1.1 Herleitung des Themas

Trendsport ist spätestens seit den 1990er Jahren der breiten Öffentlichkeit bekannt und aus dem Sportbereich nicht mehr wegzudenken. Egal ob in Parks, auf Wiesen, auf dem Wasser, im Schnee oder auch im urbanen Bereich, überall wird man auf Trendsportarten aufmerksam. Doch was ist heutzutage das charakteristische an Trendsportarten, wie unterscheiden sie sich von bloßen sportlichen Trends oder reinen Spielereien und vor allem, kann man diesen Bereich auch in die Schule und das Unterrichtsfach Bewegung und Sport integrieren? In der Gesellschaft ist Trendsport bereits sehr stark etabliert und scheint eine massenwirksame Erscheinung zu sein. Erst vor kurzem, im Jänner 2013, wurde ein eigener Trendsporttag für Schülerinnen und Schüler ins Leben gerufen, bei dem die Sportarten Skate- und Longboarden, Breakdance, Freerunning/Parkour, Airtrack, Slackline, Klettern, Ultimate Frisbee, Cheerleading, Beachvolleyball und Stiefelspringen vertreten waren. Doch auch schon beim Stadtfest Wien 2012 standen Trendsportarten wie Stiefelspringen, Breakdance, Freerunning, Slacklinen oder Ultimate Frisbee am Programm. Außerdem finden sich im Kursprogramm des Universitätssportinstituts Wien Sportarten wie Breakdance, Bouldern, Freestyle-Moves, Frisbee-Disc-Sportarten, Kitesurfen, Slackline, Unterwasserrugby oder Zumba, die dem Trendsport zugewiesen werden können. Augenscheinlich sprechen sogenannte Trendsportarten also eine breite Masse an Kindern und Jugendlichen an. Wieso sollte dann nicht auch der Schulalltag durch ihre Eingliederung in den Unterricht für die Schülerinnen und Schüler interessanter und motivierender gestaltet sowie an den derzeitigen Trendsportarten orientiert werden? Dieser Frage wird in der vorliegenden Arbeit auf den Grund gegangen, wobei die immer wieder anzutreffenden Trendsportarten Le Parkour/Freerunning, Slacklinen sowie Ultimate Frisbee näher beschrieben und auf ihre Tauglichkeit für den schulischen Sportunterricht hin analysiert werden.

1.2 Hinführung zur Fragestellung

Trendsport erfreut sich bei Kindern und Jugendlichen großer Beliebtheit und wird immer populärer. Das Unterrichtsfach Bewegung und Sport hingegen wird von den Schülerinnen und Schülern oft als nicht zeitgemäß, langweilig oder zu unspektakulär angesehen. Deshalb soll in dieser Arbeit analysiert werden, wie man auch Trendsportarten durch alternative Nutzung der Geräte und Einbringen von neuartigen Materialien in den Unterricht einbinden kann. Dabei stehen Wagnis, Abenteuer, Risiko, Körpererfahrung und Spaß im Vordergrund, wobei diese Attribute didaktisch umgesetzt werden müssen. Die Inhalte der Lehrpläne wie konditionelle und koordinative Fähigkeiten, Entwicklung von Spielfähigkeit, leistungs- und gesundheitsorientierte Bewegungshandlungen sowie Erlebniserziehung können mit Hilfe von Trendsportarten ideal vermittelt werden. Somit erleben die Schülerinnen und Schüler im schulischen Unterricht diejenigen Sportarten, die sie auch in ihrer Freizeit aus diversen Medien kennen oder mit denen sie schon persönliche Erfahrung in Parks oder auf Spielplätzen gemacht haben.

Durchforstet man das Internet nach dem Suchbegriff „Trendsportarten 2012“ stößt man bei über 1 Million Treffern¹ unter anderem auf Streetsurfen, Speedminton, Le Parkour, Slacklinen, Bikepolo, Zumba, Ultimate Frisbee, Bobby Car, Bürogolf und viele mehr. Dies zeigt schon die typischen Merkmale von modernen Sportformen, nämlich die große Vielfalt und Unübersichtlichkeit. Bei welchen Sportarten es sich nun nur um Trends, kurzweilige Erscheinungen oder einfach um Adrenalinkicks handelt und welche als Trendsportarten bezeichnet werden können, ist schwierig herauszufinden. Dieser Gegensatz wird in Abschnitt 2.1.3 näher erläutert und ein Definitionsversuch von Trendsport vorgenommen. Es lässt sich aber deutlich erkennen, dass die Sportarten Le Parkour/Freerunning, Slacklinen und Ultimate Frisbee sehr häufig genannt werden. Diese lassen sich auch, wie in weiterer Folge gezeigt wird, als Trendsportarten einstufen sowie in den Unterricht miteinbeziehen und werden deshalb als Beispiele von alternativen Konzepten für das Unterrichtsfach Bewegung und Sport im praktischen Teil dieser Arbeit behandelt.

Als wichtige Werke zu Entwicklungen im Bereich des Trendsports sind unter anderem Schildmacher (1998), Breuer und Michels (2003), Breuer und Sander (2003) sowie Schwier (2003) zu nennen. Bezogen auf die schulische Auseinandersetzung mit dem Thema Trendsport leisten Lange (2007), Laßleben (2009) und Lange und Sinning (2012)

¹ Google-Suche am 26.11.2012

einen großen Beitrag und führen Konzepte und Überlegungen zur Vermittlung von Trendsport im schulischen Unterricht auf.

Lange (2007, S. 7) betont in seinem Band gleich zu Beginn, dass Trendsportarten ebenso wie andere innovative Bewegungspraktiken ausgezeichnet in das aktuelle Bild der Sportpädagogik und des Sportunterrichts passen. Die von Offenheit, Innovation, Verspieltheit und Zukunftsorientierung geprägten Bewegungspraktiken lassen sich hervorragend in die offenen Möglichkeitsräume eingliedern, die den Lehrpersonen von den aktuellen Bildungs- und Lehrplänen zugestanden werden. Zwei Fragen sind dabei aber zu berücksichtigen: Wird die jugendkulturelle Bewegungspraxis durch eine Institutionalisierung in die Schule nicht verfälscht und wie kann man als Lehrperson mit dieser Gefahr der Verschulung umgehen? Auf diese und weitere Fragestellungen soll in der vorliegenden Arbeit Bezug genommen werden.

Nachdem auch der außerschulische Sport ein pädagogisch wichtiger Bezugspunkt für den Schulsport sein sollte, muss laut Laßleben (2009, S. 6f) darüber nachgedacht werden, wie diese laufenden Entwicklungsprozesse in der Schule Berücksichtigung finden können. Der Autor stellt in diesem Zusammenhang weiters die Frage, ob die schulsportliche Betrachtung des Trendsports nicht auch als pädagogische Brücke zum außerschulischen Bewegungsleben der Kinder und Jugendlichen dienen könnte, weist aber darüber hinaus darauf hin, dass Trendsport möglicherweise nicht in die Bestimmungen des Schulsports passen könnte. Dieser Problemstellung wird ebenfalls in der vorliegenden Arbeit nachgegangen. Laßleben betont außerdem, dass in der heutigen Sportdidaktik ein systematischer Blick auf das Phänomen Trendsport fehlt und die Lehrkräfte oft mit einer didaktischen Auswahl an einer unüberschaubaren Fülle an Möglichkeiten alleine gelassen werden.

Veränderungen in der Bewegungskultur wirken sich auch auf das Freizeitverhalten von Kindern und Jugendlichen aus und sollten deshalb in der Schule thematisiert werden. Es ist also sinnvoll, den zukünftigen Stellenwert von Trendsportarten im Unterrichtsfach Bewegung und Sport zu erörtern und seine Integration zu diskutieren. Aus diesen Überlegungen heraus werden folgende Thesen in Bezug auf Trendsport im schulischen Unterricht erstellt:

- Schülerinnen und Schüler wollen neuartige Sportarten, die sie aus Film, Fernsehen, Magazinen und Parks kennen auch im Unterrichtsfach Bewegung und Sport erfahren und erleben lernen.

Durch die weite mediale Verbreitung von Trendsportarten werden immer mehr Kinder und Jugendliche mit diesem Phänomen konfrontiert und wollen neuartige Bewegungspraktiken

ausüben. Gibt man ihnen im Unterricht die Möglichkeit sich zu entfalten, kann dies ein Sporttreiben auch außerhalb der Schule bewirken. Außerdem werden durch die Integration alternativer Sportarten auch Kinder und Jugendliche erreicht, die mit herkömmlichen Sportarten negative Erfahrungen gemacht haben.

Zu dieser Behauptung lässt sich allerdings auch eine gegensätzliche These formulieren:

- Die jugendkulturell gefärbte Bewegungspraxis wird bei einem Import in die Schule verändert und verfälscht.

Dieser Aspekt ist einer der Hauptgründe, warum Trendsport nicht im schulischen Unterricht Einzug findet. Kinder und Jugendliche treffen sich gerne mit Gleichaltrigen, um ihren Hobbys (wozu oftmals Trendsportarten gehören) nachzugehen. Allerdings besuchen sie meist nicht gerne die Schule, da diese als Institution verpönt ist und „uncool“ erscheint. Somit können Bewegungsformen, die im schulischen Umfeld mit Hilfe von Regeln, Organisation und Disziplin umgesetzt werden, leicht ihren Reiz verlieren. Dies bewirkt allerdings das Gegenteil der erstgenannten These und neuartige Trendsportarten erfahren aufgrund der Institutionalisierung vermehrt Ablehnung.

- Trendsportarten beinhalten die Anforderungen der Lehrpläne, können diese sehr gut vermitteln und erhöhen den Erlebnisfaktor im Unterrichtsfach Bewegung und Sport.

Die Inhalte der meisten Trendsportarten finden sich im österreichischen Lehrplan wieder. Sei es Laufen und Springen (Le Parkour/Freerunning), Werfen und taktisches Verhalten (Ultimate Frisbee), die Schulung koordinativer (Slacklinen) oder konditioneller (Rope Skipping) Fähigkeiten, die Integration von Natur und Umwelt (Stand Up Paddeling) oder die Einbindung des Gesundheitsaspekts (Pilardio). Auch im Bereich der erlebnisorientierten Bewegungshandlungen lassen sich Trendsportarten ideal umsetzen und Erfahrung mit neuartigen Geräten gewinnen oder Bewegungen in unterschiedlichen Situationen und Umgebungen erschließen. Kindern und Jugendlichen kann beispielsweise das klassische Turnen mit einigen Umbauten und einer alternativen Nutzung der Sportgeräte wieder reizvoll gemacht werden. Baut man Stationen wie Reck, Kästen, Barren oder Boden auf, weckt man bei Schülerinnen und Schülern meist wenig Interesse. Wird die Einheit aber unter das Thema Le Parkour gestellt, kann man die Neugier der Lernenden wecken und sie für die Geräte begeistern. Nun gilt es, die Kästen zu überwinden, am Reck zu schwingen, am Barren zu balancieren oder sich am Boden abzurollen. Diese Übungen stehen zwar in Verbindung mit dem unbeliebten Boden- und Gerätturnen, werden von den Schülerinnen und Schülern aber als neuartig und interessant gesehen und somit auch positiv bewertet.

- Lehrerinnen und Lehrer wollen sich ein Bild vom derzeitigen Stand der Möglichkeiten der Umsetzung von Trendsportarten in der Schule machen.

Viele Lehrpersonen befürworten zwar die Thematisierung von Trendsportarten in ihrem Unterricht, haben aber oft nicht das nötige Wissen, um den Gegenstand passend zu vermitteln. Sieland (2003) fand in ihrer Arbeit zur Einstellung von Lehrenden zu Trendsport heraus, dass nur vier Prozent der Befragten eine negative Haltung angeben und demgegenüber 63,5 Prozent liegen, die sich mit ihrer Einschätzung im positiven oder sehr positiven Bereich befinden. Dennoch wird der Thematisierung von Trendsportarten im Unterricht oft weniger Beachtung geschenkt als „klassischen“ Sportarten.

- Trendsportarten passen ebenso wie andere innovative Bewegungspraktiken ausgezeichnet in das aktuelle Bild der Sportpädagogik.

Schülerinnen und Schüler möchten ihren Freizeitsport auch in der Schule betreiben und Lehrerinnen und Lehrer wollen ihnen solche Inhalte ebenso vermitteln (Lange & Sinning, 2012, S. 39). Außerdem passen diese von Offenheit, Innovation, Verspieltheit und Zukunftsorientierung geprägten Bewegungspraktiken der Kinder und Jugendlichen ideal in die offenen Möglichkeitsräume, die den Lehrenden auch zugestanden werden.

Aus diesen Thesen abgeleitet lässt sich nun die zentrale Fragestellung der vorliegenden Arbeit formulieren:

Welche Trendsportarten können in das Unterrichtsfach Bewegung und Sport aufgenommen werden und wie lauten dabei die Kriterien für eine Eignung als Schulsport?

Weitere bedeutende Fragestellungen für die Bearbeitung des Themas lauten:

- Wie kann man Trendsport im Unterrichtsfach Bewegung und Sport integrieren, ohne ihn dabei zu verfälschen oder seinen Reiz zu schmälern?
- Wie sollen neue Sportarten im Unterricht inszeniert und vermittelt werden?
- Was können Kinder und Jugendliche aus erzieherisch-pädagogischer Sicht im Feld der Trendsportarten lernen?
- Was sind hierbei die didaktischen und pädagogischen Chancen und Möglichkeiten?
- Welche Probleme können bei einer Institutionalisierung von Trendsportarten auftreten?
- Wie kann man Lehrende des Unterrichtsfachs Bewegung und Sport unterstützen, Trendsportarten im Unterricht zu thematisieren?

Ziel dieser Arbeit wird es somit sein herauszufinden, welche der heutzutage als Trendsportarten eingestuftten Bewegungshandlungen für die Schule geeignet sind, wie man sie am besten didaktisch umsetzen kann und was für pädagogische Perspektiven im

Unterrichtsfach Bewegung und Sport dadurch möglich werden. Zuvor muss natürlich geklärt werden, was eigentlich eine Trendsportart ausmacht und wie sie sich zu bloßen Trends abgrenzt. Darüber hinaus soll die Institution Schule zur Thematik in Bezug gesetzt und in weiterer Folge didaktisch-methodische Anknüpfungspunkte dargestellt werden. Außerdem soll durch eine Analyse der ausgesuchten Trendsportarten deutlich gemacht werden, dass Trendsport in der Schule seine Legitimation erfährt. Abschließend wird eine Sammlung von Stundenbildern aufgezeigt, die eine praktische Umsetzung der ausgewählten Trendsportarten im Unterrichtsfach Bewegung und Sport erleichtern soll.

1.3 Methodische Vorgangsweise

Die Bearbeitung des Themas erfolgte auf hermeneutischem Weg, wobei die Grundlage der Arbeit die Darstellung und Diskussion der Definitionen von Trendsportarten, der Legitimation für den Schulsport sowie der passenden didaktisch-methodischen Vermittlung bildet. Die vorliegende Arbeit basiert auf ausgewählter wissenschaftlicher Literatur, welche dazu beitragen soll, die Thematik zu erschließen und die Fragestellungen zu beantworten. Die Erarbeitung des Themas stützt sich somit auf eine systematische Literaturrecherche. Dazu wurden der Bestand der Universitätsbibliothek und der Büchereien Wien durchsucht sowie die Datenbank BISp (SPOLIT, SPOFPR, SPOMEDIA) verwendet. Zusätzlich trug eine begleitende Internetrecherche dazu bei, der Schnelllebigkeit des Themas gerecht zu werden und auf dem neuesten Stand zu bleiben.

Vor diesem Hintergrund sollen die unterschiedlichen Auffassungen der zitierten Autorinnen und Autoren bezüglich Trendsportarten, der Integration in den Schulsport sowie der Vermittlung im Unterrichtsfach Bewegung und Sport analysiert, verglichen und kritisch reflektiert werden. Die Methode der Hermeneutik ist die passende wissenschaftliche Vorgehensweise für die Bearbeitung dieser Thematik und soll im Folgenden kurz erläutert werden.

Im „Metzler Lexikon Philosophie“ (Precht & Burkard, 2008, S. 236) wird Hermeneutik als die „Kunst der Interpretation von Texten, im weiteren Sinn des Verstehens von Sinngebilden aller Art, sowie die theoretische Reflexion auf die Methoden und Bedingungen des Verstehens“ definiert. Sie gilt als eine universale Theorie des Verstehens, welches zur Grundlage der Geisteswissenschaft zählt. Dabei befasst man sich mit den Produkten, die der menschliche Geist selbst hervorgebracht hat und Verstehen wird durch nachvollziehendes Erleben möglich. Jedoch liegt jedem Verstehen ein inhärentes Vorverständnis (Vorurteil) zugrunde und der Interpret befindet sich in einem von Überlieferung, Sprache und Situation geprägten lebensweltlichen

Zusammenhang. In diesem „Verstehensprozess muss das jeweilige Vorverständnis gegenwärtig [...] und einer kritischen Korrektur zugänglich“ sein (ebd., S. 237).

Das vom Interpreten mitgebrachte Vorverständnis wird im Vorgang des Verstehens einer kritischen Klärung ausgesetzt. Somit kann nach einer Korrektur oder Erweiterung des eigenen Verständnisses mit neuen Fragen an den Text herantreten werden und man gelangt in eine Art hermeneutischen Zirkel, in dem sich das Verständnis fortentwickelt (Mittelstraß, 2008, S. 367).

Für Rittelmeyer und Parmentier (2007, S. 1f) beschreibt Hermeneutik „ursprünglich die Sinnauslegung von Texten“. Die Autoren führen dazu Fragen nach dem Sinn von Abfassungen auf, die es zu beantworten gilt:

- Was meinen die Autorinnen und Autoren mit dem, was sie sagen oder schreiben?
- Was bedeuten die Texte?
- Welchen Zweck verfolgen ihre Urheber in einem bestimmten sozialen und historischen Zusammenhang?
- Was motiviert die Verfasserinnen und Verfasser zu bestimmten Äußerungen, Formulierungen und Konstruktionsregeln der Textgestalt?

Hermeneutik ist demnach das Bemühen, Texte beziehungsweise deren Urheber und ihr historisches Umfeld zu verstehen und soll als eine wissenschaftliche Methode oben genannte Fragen in einer methodisch reflektierten Weise beantworten. Mit Hilfe der Hermeneutik werden somit Inhalte und Bedeutungen eines Textes oder Dokumentes interpretiert und offen gelegt, die bei einer normalen, oberflächlichen Lektüre nicht unmittelbar sichtbar sind (ebd., S. 1f).

1.4 Gliederung der Arbeit

Zu Beginn der Arbeit werden nach dem einleitenden Teil die theoretischen Grundlagen erläutert und es erfolgt eine Begriffsbestimmung (Kapitel 2). Hierfür wird die Bezeichnung Trendsport in die Begriffe „Trend“ und „Sport“ zerlegt, um diese anschließend getrennt voneinander zu untersuchen. Zu beiden Begriffen werden unterschiedliche Meinungen von diversen Autorinnen und Autoren vorgestellt. Dann wird eine Definition für den Terminus „Trendsport“ erarbeitet, wobei die vorherrschenden Begriffsbestimmungen aus der Literatur dargelegt werden. Anschließend wird der Versuch unternommen, in eigenen Worten den Begriff Trendsport für die vorliegende Arbeit zu definieren. Weiters widmet sich dieses Kapitel der Entstehung einer Trendsportart und zeigt die Phasen der Entwicklung auf, die sich auf unterschiedliche gesellschaftliche Bereiche beziehen. Danach werden die Kriterien einer Trendsportart genauer analysiert, um einen Trendsport

auch mit Hilfe von eigenen Merkmalen festzulegen. Es folgt eine Auflistung von Bewegungshandlungen, die heute als Trendsportart gelten, sowie ein Vergleich mit früheren Trendsportarten. Dadurch lässt sich erkennen, dass einige Trendsportarten schon wieder verschwunden sind beziehungsweise nicht mehr als solche tituliert werden und andere noch immer über einen längeren Zeitraum hinweg als Trendsportart gelten.

Kapitel 3 beschäftigt sich mit dem vermeintlichen Gegensatz „Trendsport – Schulsport“ und sucht nach einer Begründung, warum Trendsportarten in den schulischen Kanon des Unterrichts aufgenommen werden sollen. Dabei werden neben Argumenten für Trendsport in der Schule auch Stellungnahmen gegen eine solche Eingliederung erörtert und beschrieben. Befürworter treten für eine Öffnung des Schulsports ein und sehen im außerschulischen Sport wichtige Entwicklungsprozesse als Bezugspunkt zum Unterrichtsfach Bewegung und Sport. Gegner wiederum erkennen in der Eingliederung von Trendsport ein Spannungsfeld zwischen Verschulung und einschlägigen Lernmöglichkeiten und betrachten Trendsportarten als Phänomen jugendkultureller Praxis außerhalb der Schule. Weiters sollen die Probleme bei einer Integration von Trendsportarten diskutiert werden, wobei im Vordergrund steht, dass die Institutionalisierung eigentlich der Charakteristik solcher Bewegungshandlungen widerspricht. Der Verlust des Reizes von Trendsport und die Gefahr einer unreflektierten Übernahme in den Unterricht werden in diesem Abschnitt ebenso behandelt. Schließlich befasst sich das Kapitel mit der Analyse geeigneter Trendsportarten für den Schulsport, wobei das Hauptaugenmerk auf der Auswahl der Lehr-/Lerninhalte, der Themen und der Zielsetzungen des Unterrichts liegt. Außerdem wird aufgezeigt, warum einige Trendsportarten für die Schule geeignet scheinen und andere keinen Einzug in das Unterrichtsfach Bewegung und Sport finden sollten.

In Kapitel 4 wird ein Bezug zum österreichischen Lehrplan hergestellt und es werden Anknüpfungspunkte zu Trendsportarten erläutert, was als Legitimation für die Eingliederung in den schulischen Sportunterricht dienen kann. Danach werden pädagogische sowie didaktische Gründe für eine Integration von Trendsportarten dargelegt und pädagogische Perspektiven in Bezug auf die Thematik analysiert. Weiters wird eine Verbindung zu didaktischen Prinzipien entwickelt und es erfolgt eine fachdidaktische Positionierung der Trendsportarten. Ebenso gilt es, allgemeine Vermittlungsstrategien für Trendsportarten im Unterrichtsfach Bewegung und Sport zu finden und sportpädagogische Herausforderungen aufzuzeigen. Darüber hinaus sollen bewährte Unterrichtsverfahren auf Trendsportarten angewendet und passend adaptiert werden. Somit lässt sich zeigen, dass Trendsportarten sowohl mit eigenen

Vermittlungsstrategien, als auch mit etablierten Unterrichtskonzepten gelehrt werden können. Welche Methode angewendet werden sollte, hängt allerdings unter anderem von der Sportart, dem zu erlernenden Element, der Zielgruppe und der Umgebungsbedingungen ab.

Anschließend folgt in Kapitel 5 eine Vorstellung der ausgewählten Trendsportarten Le Parkour/Freerunning, Slacklinen und Ultimate Frisbee. Dabei werden Philosophie, Entwicklungsgeschichte, Trendsportkriterien und Eignung als Schulsport näher erläutert. Die Kriterien für eine Trendsportart sollen anhand der ausgearbeiteten Merkmale nach Laßleben (2009) überprüft werden. Auch die Motive der Sportart, ihre Charakteristik und die Sicherheit werden betont und analysiert. Dieser Abschnitt soll einen Einblick in die jeweilige Sportart geben und aufzeigen, warum die Trendsportarten für die vorliegende Arbeit ausgewählt wurden.

Kapitel 6 stellt eine Übersicht über mögliche Umsetzungsmöglichkeiten der jeweiligen Trendsportarten im Unterrichtsfach Bewegung und Sport dar. In dieser abschließenden Veranschaulichung diverser Beispiele soll die Anwendung im schulischen Unterricht verdeutlicht werden und als Orientierungshilfe für Lehrende dienen. Dazu erfolgt vorab eine Beschreibung und Analyse der verwendeten Literaturstellen, die sich der Vermittlung der ausgewählten Trendsportarten im Unterricht widmen. Es werden dabei Aufbau, Gliederung und Gestaltung der Übungen aufgezeigt, wodurch man sich ein Bild des jeweiligen Bandes machen kann. Die Beschreibung der Werke versteht sich somit als Zusammenschau möglicher Literaturstellen bezogen auf die ausgewählten Trendsportarten. In weiterer Folge werden ausgesuchte Übungen und Methoden zur schulischen Umsetzung der Trendsportarten in einzelnen Stundenbildern veranschaulicht und auf didaktisch-methodische Besonderheiten hingewiesen. Somit soll diese Arbeit auch teilweise ein praktisches Handbuch darstellen, das im Unterricht Anwendung finden und bei Bedarf modifiziert sowie auf verschiedene Gegebenheiten angepasst werden kann.

2 Theoretische Grundlagen und Begriffsbestimmungen

Nachdem in der Einleitung Zielsetzung, Fragestellungen und Aufbau der Arbeit erläutert wurden folgt nun der theoretische Teil. In diesem Kapitel soll sich einer begrifflichen Definition angenähert werden, um eine Grundlage für die weitere Untersuchung zu schaffen. Dabei werden verschiedene Definitionsansätze unterschiedlicher Autorinnen und Autoren aufgezeigt, um sich die Vielfalt der Ansätze auf diesem Gebiet bewusst zu machen. Dazu werden zuerst die Begriffe Trend (Abschnitt 2.1.1) und Sport (Abschnitt 2.1.2) getrennt analysiert, um dann den zusammengesetzten Begriff Trendsport im Abschnitt 2.1.3 genauer zu diskutieren. Des Weiteren sollen die Genese einer Trendsportart beleuchtet und die Phasen ihrer Entwicklung charakterisiert werden (Abschnitt 2.2). In Abschnitt 2.3 werden verschiedene Kriterien und Merkmale diverser Autorinnen und Autoren aufgezeigt, mit denen eine Trendsportart klassifiziert werden kann. Zum Abschluss erfolgt ein Überblick über die Entwicklung der seit 1998 ausgewiesenen Trendsportarten und die aktuellen Trendsportarten werden in Tabellenform veranschaulicht (Abschnitt 2.4).

2.1 Begriffsdefinitionen

Begrifflich stellt Trendsport eine Besonderheit dar und taucht im deutschen Sprachgebrauch verstärkt seit den 1990 Jahren auf (Laßleben, 2009, S. 36). Dennoch gibt es bis heute keine allgemein gültige Definition, die alle Seiten zufriedenstellt. Ein Mitgrund dafür besteht darin, dass schon sowohl der Begriff „Sport“ als auch der Begriff „Trend“ nicht eindeutig definiert werden kann und somit eine Analyse der zusammenhängenden Bezeichnung erschwert. Trotzdem soll in diesem Kapitel der Versuch einer Trendsport-Definition erfolgen, dem die Erschließung der Begriffe Trend und Sport vorangeht.

2.1.1 Zum Begriff „Trend“

Dem Duden (2002, S. 898) zufolge beschreibt das Wort Trend eine „erkennbare Richtung einer Entwicklung“ und eine „starke Tendenz“. Das Duden-Fremdwörterbuch (2001, S. 1009) übersetzt den Begriff aus dem Englischen und sieht ihn als „Grundrichtung einer (statistisch erfassbaren) Entwicklung“ und stellt das Wort vereinfacht als „Entwicklungstendenz“ dar.

Trend bezeichnet demnach etwas, das in eine bestimmte Richtung verläuft. Bei dem Versuch einer Definition zum Begriff Trend darf auf keinen Fall das Werk von Christian

Wopp (2006) unberücksichtigt bleiben, da in einem einführenden Kapitel das Wort von allen Richtungen beleuchtet und verschiedene Zugänge aufgezeigt werden. Als allgemeine Definition beschreibt der Autor Trends als „von Menschen bewirkte Grundrichtungen von Entwicklungen in der Gesellschaft, durch die Handlungen großer Bevölkerungsgruppen nachhaltig beeinflusst werden.“ (Wopp, 2006, S. 14). Diese Definition enthält außerdem die zwei wichtigen Faktoren „Wirkungsbreite“, also die Auswirkungen auf eine große Anzahl von Personen, sowie „Wirkungsdauer“, was die Nachhaltigkeit des Begriffs anspricht. Vor allem in der Wirkungsbreite lässt sich schon ein gewisser Zusammenhang mit Sport erkennen, da es sich bei Trends häufig um Phänomene handelt, in denen Motive, Einstellungen und Werte zum Ausdruck gebracht werden. Auch im Sport sind diese Eigenschaften von zentraler Bedeutung. Die Nachhaltigkeit ist deshalb wichtig, da ein Trend eine gewisse Dauer vorweisen muss, in der er auftritt, es in der Trendforschung aber eine Fünfjahresgrenze gibt, ab der eine Entwicklung eine gewisse Stabilität aufweist. Überdauert ein Trend sogar zehn Jahre, wird er als sehr stabil bezeichnet (ebd., S. 15).

Schildmacher (1998, S. 63f) nähert sich dem Trendbegriff einerseits von statistischer, andererseits von soziologischer Seite an. Unter statistischen Gesichtspunkten versteht man unter dem Wort Trend die Daten einer Zeitreihe, die eine Entwicklungstendenz anzeigen, wobei Trends nur einen Ausschnitt darstellen und ihr Wirkungsbereich somit begrenzt ist. Soziologisch gesehen sind Trends eine Art kulturelle Anpassungsübungen an veränderte Gegebenheiten, etwas Substantielles verändert sich und die Parameter der Gesellschaft verschieben sich. Weiters sind Trends temporäre Entwicklungen, die auf der Basis bestimmter Gegebenheiten in der Gesellschaft entstehen und sich durch Verdichtung bestimmter Themen zu neuen Entwicklungslinien formen. Außerdem verlaufen gesellschaftliche Trends niemals nur in eine Richtung, sondern es ergeben sich Überlappungen, Parallelitäten und Paradoxien.

Aus diesem Zusammenhang ergeben sich unterschiedliche Trendformen, die in der folgenden Abbildung anschaulich dargestellt sind.

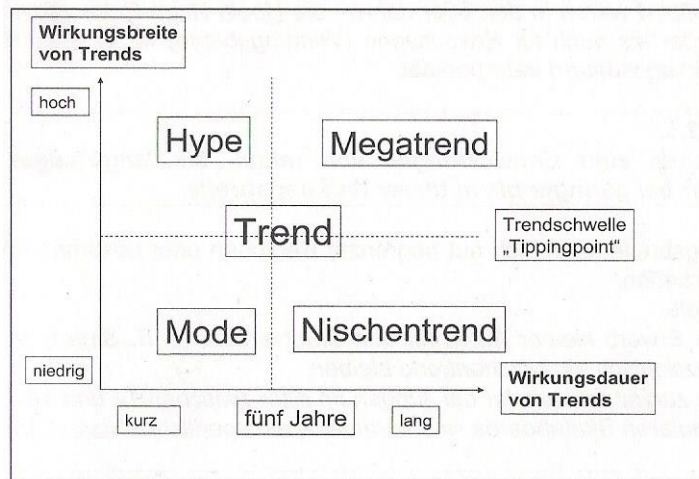


Abbildung 1: Trendportfolio (Wopp, 2006, S. 15)

Moden stellen demnach Entwicklungen sowohl mit kurzer Wirkungsdauer, als auch mit niedriger Wirkungsbreite dar. Hypes hingegen haben zwar ebenfalls eine kurze Wirkungsdauer, erfahren allerdings eine hohe Wirkungsbreite. Nischentrends sind von mittel- bis langfristiger Wirkungsdauer bei geringer bis mittlerer Wirkungsbreite, während Megatrends Entwicklungen darstellen, die sowohl eine lange Wirkungsdauer, als auch eine große Wirkungsbreite besitzen. In der Trendforschung wird ab einer Wirkungsdauer von fünf Jahren und einer mindestens mittleren Wirkungsbreite von einem „echten Trend“ gesprochen (vgl. Wopp, 2006, S. 15ff; Horx, 1995, S. 11), andernfalls sind es Moden. Auch in pädagogischer Hinsicht scheint die Kontinuität echter Trendverläufe interessant, da die Kurzlebigkeit von Moden und Hypes eher auf Oberflächlichkeit hinweist und nicht zu den Attributen in Bildungs- und Erziehungsprozessen passt (Lange & Sinning, 2012, S. 48).

Laut Horx (1995, S. 7) erzählen Trends etwas von der neuen und komplexen Dynamik unserer gesellschaftlichen Welt. Sie entstehen dem Autor nach scheinbar aus dem Nichts beziehungsweise aus dem Inneren unserer Kultur heraus und suggerieren Kontrollverlust. Außerdem benennen Trends wichtige und nachhaltige Evolutionen in unserer Gesellschaft, die sich auf verschiedenste Bereiche beziehen können. Derselbe Begriff kann außerdem auf zwei Ebenen verwendet werden (ebd., S. 13): Die eine Bedeutung zielt auf den Kontext der Mode ab, die andere auf gesellschaftliche Wertewandel-Prozesse. Im Kern handelt es sich bei beiden um dieselbe Veränderung, nämlich dem Verlust der gesellschaftlichen Steuereinheiten. Schließlich kommt Horx (1996, S. 21) zu

der Begriffsbestimmung, das Trends „hochkomplexe, selbststeuernde (autopoietische) dynamische Prozesse in der modernen Individualgesellschaft“ sind.

Lange und Sinning (2012, S. 49f) beschreiben drei zentrale Trends nach Schildmacher (1998), die eine besondere Relevanz für Sport bzw. für die Entwicklung von Trendsportarten zu haben scheinen. Unter der „Suche nach Authentizität“ wird das Bedürfnis nach Halt, Sicherheit, Verbindlichkeit und Dauerhaftigkeit verstanden. Dies soll eine Gegenbewegung zur gesellschaftlich bedingten Schnelllebigkeit darstellen und in Sportarten im Fitness-, Thai-Chi- oder Tanzbereich verwirklicht werden. Ein gesunder und trainierter Körper soll für Gesundheit, Erfolg und verlässliche Leistungsfähigkeit stehen. Der Trend zum „Konsumismus“ zeigt sich in hochwertigen und teuren Markenprodukten, Wellnessbranchen und Ernährungsberatungen, worin in der heutigen konsumorientierten Modernität viele Ressourcen investiert werden. Markenkleidung und technologisch hochwertiges Equipment ist dabei im Sport von großer Bedeutung. Schließlich werden Sportveranstaltungen nach den Regeln der modernen Werbestrategien und des Erlebnishandels treffend inszeniert, was der Trend zur „Eventorientierung“ zeigt.

2.1.2 Zum Begriff „Sport“

Sport ist kein einheitliches Phänomen, daher gibt es in der Sportwissenschaft verschiedene Sportmodelle, wie zum Beispiel Gesundheitssport, Spitzensport, Erlebnissport, Leistungssport, Schulsport oder eben Trendsport. Die Unterscheidung der verschiedenen Bereiche ergibt sich durch die Hervorhebung eindeutiger Merkmale, die für das jeweilige Modell prägend sind (Wopp, 2006, S. 23). Um in der vorliegenden Arbeit Trendsport eingrenzen zu können, muss also ebenso der Sportbegriff geklärt werden.

Das Bedeutungswörterbuch der Duden-Reihe (2002, S. 839) definiert den Begriff Sport wie folgt: „Nach bestimmten festen Regeln (im Wettkampf mit anderen) ausgeübte körperliche Betätigung (aus Freude an Bewegung und Spiel und/oder zur körperlichen Ertüchtigung)“.

Eine der ersten Definition führt Risse im Jahr 1921 in seinem Band „Soziologie des Sports“ an: „Der Begriff Sport wird im Folgenden die Leibesübungen mit Ausschluß [sic] von Turnen und Gymnastik bezeichnen. Er umfasst also das gesamte Gebiet des Rasensports [...], den Wassersport [...] und Radfahren, Boxen, Ringen, die heute zumeist nur von Berufssportlern ausgeübten Sportarten“ (Risse, 1921, S. 9). Der Autor rechtfertigt das Ausscheiden des Turnens insoweit, da es als künstliche und nicht natürliche Schönheit angesehen wird, Zwangsregeln besitzt und nur in der geschlossenen Halle ausgeübt werden kann.

Wopp (2006, S. 23) sieht sportliches Handeln als eine Lösung von Bewegungsaufgaben, jedoch ist nicht jede Bewegungshandlung zwangsläufig auch dem Sport zuzuordnen. Wenn Bewegungshandlungen im Rahmen traditioneller Sportarten durchgeführt werden, die unter anderem messbare Ziele haben, ein internationales Reglement besitzen oder in Wettkämpfen organisiert sind, spricht man von einem engen Sportverständnis. Dieses ist unstrittig und es gibt meist keine Diskussion darüber, ob man Bewegungshandlungen unter diesen Aspekten als Sport bezeichnet. Das weite Sportverständnis schließt das enge mit ein, wobei hier auch Angebote wie Gesundheit, Fitness, Tanz oder Entspannungsübungen einfließen und sehr verschiedene Ziele angestrebt werden. In diesen Fällen wird die Verwendung des Sportbegriffs schon schwieriger, da eine Person zum Beispiel den Weg zur Arbeit mit dem Fahrrad als Sport ansieht, eine andere diese Handlung lediglich als Mittel zum Zweck beschreibt, die mit Sport in keiner Verbindung steht. Somit geht die Definition auf den handelnden Menschen über. Im weiten Sportverständnis findet also eine Entgrenzung des Sports statt, da hier nicht mehr eindeutige Ziele, Handlungs- und Organisationsformen erkennbar sind (vgl. Wopp, 2006, S. 23f).

Weiters muss man den Spitzensport vom Freizeitsport trennen, um in der Folge auch den Terminus Trendsport näher beleuchten zu können. Spitzensport ist einerseits als Sport für eine geringe Anzahl an Menschen schon eher schlecht in Einklang mit Trendsport zu bringen, andererseits handelt es sich dabei um normierte und wettkampfmäßig betriebene Sportarten, die ebenfalls meist nicht im Trendsport vorkommen. Freizeitsport erlaubt hingegen einen weiteren Sportbegriff, grenzt allerdings auch solche normierten Sportarten nicht aus, wenn sie auf unterem bis mittlerem Leistungsniveau ausgeübt werden. Freizeitsport, und in weiterer Folge dann auch Trendsport, ist also „ein entgrenzter Sport, bei dem viele Menschen die Möglichkeit haben, Bewegungsaufgaben zu lösen“ (Wopp, 2006, S. 26). Wie man diesen Freizeitsport, der auch die Kriterien des Trendsports erfüllt, im Schulsport unterbringen kann, wird den Hauptbestandteil dieser Arbeit darstellen. Zuvor muss allerdings noch geklärt werden, was für Aktivitäten auch wirklich als Trendsportarten bezeichnet werden dürfen und welche davon in der Schule ihre Berechtigung erhalten. Diese sollen dann in Kapitel 5 näher beleuchtet und analysiert werden.

Volkamer (2003, S. 17) wählt für seine Sport-Definition einen sehr normativen und eigentlich negativen Ansatz. Für ihn ist Sport „die willkürliche Schaffung von Problemen und Konflikten, die vorwiegend mit körperlichen Mitteln gelöst werden“. Er setzt fort, dass die Lösungen „beliebig wiederholbar, verbesserbar und übbar“ sind. Zum Schluss seiner

Definition fügt er hinzu, dass „mit den Problemlösungen [...] keine bleibenden Veränderungen intendiert [werden]“. Volkamer betont außerdem, dass man irgendwie alles zum Sport erklären könnte, was mit Bewegung zu tun hat.

Stumm (2004, S. 61) sieht die Schwierigkeit in der Kategorisierung verschiedener Bewegungspraktiken als eine Sportart aufgrund des offenen Begriffsverständnisses. Die Grenzen zwischen den Bewegungshandlungen sind fließend und somit von den Akteuren selbst abhängig, da neben soziokulturellen und strukturellen Bedingungen auch die Sportnachfrage selbst für die Konstruktion einer eigenständigen Sportart eine Rolle spielt. Aufgrund dieses offenen Sportverständnisses und der Problematik, Aktivitäten zu Sportarten zusammenzufassen, werden Wortzusammensetzungen zur Beschreibung geschaffen (Freizeitsport, Wettkampfsport oder eben Trendsport).

Zum Abschluss dieses Unterkapitels soll noch die allgemein gehaltene Definition von Weiß (1999, S. 10) angeführt werden, die sich auf die kommunikative Qualität des Sports bezieht: „Sport ist eine soziale Institution, in der Kommunikation körperlicher Leistungen stattfindet.“ Sport beschreibt demnach ein wichtiges Kommunikationsmedium und soziales Phänomen, was auch in Trendsportarten sehr stark zutrifft. Außerdem kann die Rolle des Sports in weiten Kreisen der Bevölkerung sehr unterschiedliche Bedeutungen für bestimmte Gruppen annehmen, was sich in einem jeweils eigenen Sportverständnis und eigenen Sportideologien zeigt. An anderer Stelle schreibt der Autor, dass viele sportliche Aktivitäten im kleinen Kreis begannen, um mit wachsender Differenzierung der Gesellschaft zunehmend formalisiert und institutionalisiert zu werden. Dies trifft bei Trendsportarten nur bedingt zu, wie man in den nachfolgenden Abschnitten sehen wird.

2.1.3 Versuch einer Trendsport-Definition

Obwohl sich die Wissenschaft viel mit dem Thema Trendsport auseinandersetzt und sich schon eine große Anzahl an Autorinnen und Autoren dazu geäußert haben, gibt es noch immer keine einheitliche Auslegung dieses Begriffs. Auch in der Duden-Reihe lässt sich keine festgelegte Definition zum Terminus Trendsport finden. Er scheint deshalb so schwierig zu erfassen zu sein, da sich ständig neue Sportarten herausbilden, andere wieder von der Bildfläche verschwinden oder vermeintlich vergessene Sportarten wieder neu definiert und vermarktet werden. Die Schwierigkeit einer Definition bringen Breuer und Michels (2003, S. 12) auf den Punkt: „Fragt man 10 Wissenschaftler nach einer Definition von Trendsport, so erhält man sicherlich 11 Antworten.“ Zusätzlich sei zu ermitteln, wer diesen Definitionsprozess vornimmt, wobei neben sozialen Gruppen und Szenen auch besonders die Medien zusammen mit der Freizeitindustrie das Trendsportverständnis prägen.

Zur Entwicklung der heutigen Sport- und Bewegungskultur haben Prozesse wie Pluralität, Individualisierung, Globalisierung und Differenzierung beigetragen. Als Folge dieser gesellschaftlichen Veränderungen gilt die Verbreitung von Trendsportarten, die als Kennzeichen einer modernen Sportkultur angesehen werden können. Weiters ist diese neue Sportkultur durch Vielschichtigkeit, verschiedene Entwicklungsrichtungen und Individualität gekennzeichnet. Gerade wegen dieser Unübersichtlichkeit und Widersprüchlichkeit wird eine vollständige Beschreibung des Begriffs Trendsport erschwert (Küßner, 2002, S. 21). Die Autorin sucht deshalb einen neuen Ansatzpunkt (neben den traditionellen Aspekten wie zum Beispiel Wettkampf, Leistung oder Regeln) zur Beschreibung von Trendsportarten und findet diesen in ihrer Entstehungsgeschichte. Unter deren Berücksichtigung erweisen sich Trendsportarten als „diejenigen Formen des Sporttreibens, die im Verlauf der gegenwärtigen gesellschaftlichen Veränderungen entstanden sind und den aktuellen Bedürfnissen der Individuen entsprechen“ (ebd., 2002, S. 22). Aus diesen Veränderungen der Gesellschaft und den daraus entstehenden Bedürfnissen lassen sich in weiterer Folge Merkmale ableiten, die für Küßner den Begriff noch genauer umreißen (vgl. Abschnitt 2.3).

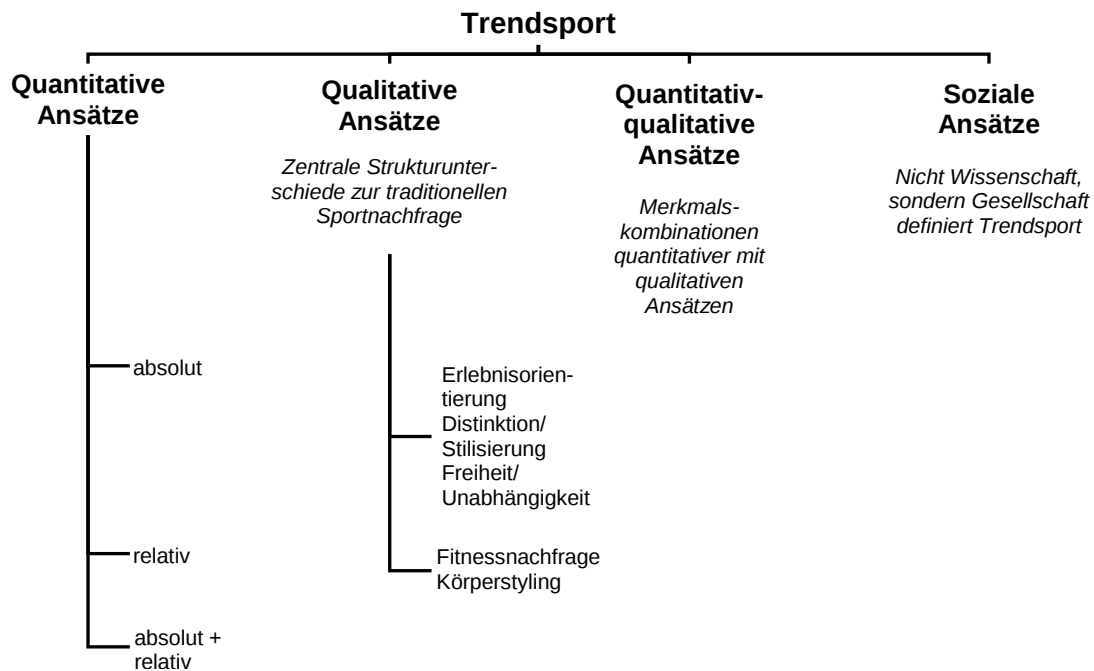
Laut Weiß (1999, S. 63) ist im Sport schon seit längerem ein Werte- und Strukturwandel erkennbar, durch den neue Erlebnis- und Abenteuerwelten produziert werden, die sich in Risiko-, Extrem- und Natursportarten ausdrücken. Daneben spricht er von telegenen Trendsportarten, die das Erscheinungsbild des Sports verändern und führt folgende Definition an: „Als Trendsportarten bezeichnet man jene Sportarten, die kontinuierliche Zuwachsraten an Ausübenden über einen mehrjährigen Zeitraum aufweisen.“ (Weiß, 1999, S. 63). Es werden also auch hier die Wirkungsbreite und Wirkungsdauer angesprochen, die Wopp (2006) und Horx (1995) bezüglich Trends formulieren.

Auch Schwier (2003, S. 18-20) ist der Ansicht, dass die Frage „Was ist Trendsport?“ kaum hinreichend beantwortet werden kann, da sich jede Aussage über die zukünftige Ausprägung von angeblichen Trendsportarten schon in kurzer Zeit als überholt herauszustellen vermag. Er behielt damit aus heutiger Sicht Recht, da die von ihm im Jahr 2003 genannten Praktiken wie Snowbiking und Sandboarding heute eigentlich von der sportlichen Bildfläche so gut wie verschwunden sind. Er erwähnte im selben Band aber auch die Sportart Tae Bo, die 2003 als Trendsport angesehen wurde und auch heute noch populär ist und von vielen Menschen praktiziert wird. In weiterer Folge verwendet Schwier den Begriff Trendsport zur Kennzeichnung jener Veränderungstendenzen im Sport, die mit Erneuerung und Innovation einhergehen. Dadurch lassen sich auch Spielräume für alternative Auslegungen des Sich-Bewegens eröffnen und die Tendenz

zur Anerkennung des Differenten wird verstärkt. Einen weiteren Grund für die vermehrte Entwicklung von Trendsportarten sieht der Autor im offensichtlich gesteigerten Bedarf nach Formen der Selbstinszenierung sowie die damit verbundene Chance zur Stilisierung des eigenen Lebens.

Im Gegensatz zu diesen heutigen Trendsportarten stehen zum Beispiel die von Weiß (1999, S. 63) vor über zehn Jahren angeführten Trendsportarten. Dazu gehören unter anderem Beachvolleyball, Curling, Mountainbiking, Snowboard oder Inlineskaten. Bis auf die letztgenannte sind heute alle aufgezählten Sportarten olympisch und somit nicht mehr als Trendsportart zu titulieren. Fest steht, dass trotzdem noch viele Personen zum Beispiel Beachvolleyball oder Snowboarden als Trendsport sehen, obwohl sich diese Aktivitäten längst etabliert haben. Somit lässt sich festhalten, dass, wie schon weiter oben erwähnt, die Definition im Auge des Betrachters liegt.

Stumm (2004) setzt Trendsport auch in Beziehung zu Globalisierung und betont den Zusammenhang zwischen Sport und insbesondere Trendsportarten mit der Globalisierung. Für den Autor gelten Trendsportarten „als ein markantes gesellschaftliches Beispiel globaler Veränderungsprozesse“ (Stumm, 2004, S. 11). Weiters ist seiner Ansicht nach in den letzten Jahren eine Steigerung des selbst organisierten und informellen Sporttreibens feststellbar, wobei in diesem Zusammenhang vor allem Trendsportarten praktiziert werden. Die strukturellen Veränderungen im Sport und die Zunahme der Bedeutung im Freizeitsektor spielen dabei eine wichtige Rolle. Somit entstehen auch neue Bezeichnungen für unterschiedliches Sporttreiben, wodurch neben Trendsportarten unter anderem auch Gesundheits-, Rehabilitations-, Fun- oder Abenteuersportarten genannt werden. Stumm (2004, S. 14) beschreibt Trendsport auch im soziologischen Zusammenhang und sieht ihn als Absetz- beziehungsweise Gegenbewegung zum organisierten globalen Sport, dem ein neues Freizeitverständnis zugrunde liegt. Die innovativen Bewegungsformen interpretiert er als „trendige“, jugendliche Sportarten die ein neues Lebensgefühl in der westlichen Gesellschaft ausdrücken. Der Verfasser kommt in seinem Band in der Folge zu folgender Trendsportdefinition: „Trendsportarten stellen innovative Bewegungspraktiken dar, die sich von dem klassischen etablierten Sport (zunächst) abgrenzen und sich in einem mittel- bzw. langfristigen mindestens relativen Wachstum der Nachfragesteigerung über lokale Grenzen hinweg entfalten.“ (2004, S. 65). Somit werden abermals die Komponenten Wirkungsdauer und Wirkungsbreite angesprochen sowie Trendsport in der Kombination eines quantitativen und qualitativen Ansatzes her betrachtet. Diesen Ansatz verdeutlichen Breuer und Michels (2003, S. 13) in einer anschaulichen Grafik (Abbildung 2).



**Abbildung 2: Definitionsansätze von Trendsport
(modifiziert nach Breuer & Michels, 2003, S. 13)**

Laßleben (2009, S. 38) betont einen wichtigen, aber schwer zu differenzierenden Gesichtspunkt von Trendsport. Seiner Meinung nach sollte insbesondere der Aspekt der körperlichen Aktivität von Bedeutung sein, um zu vermeiden, Aktivitäten als Trendsport zu bezeichnen, für die kein motorisches Können und keine Anstrengung notwendig sind. Als Beispiele sind Bungeejumping, Houserunning und ähnliche kommerziell angebotene Aktionen angeführt. Ebenfalls entscheidend ist hierbei das Maß an aktiver Beeinflussbarkeit der Bewegungshandlung. Für Laßleben (2009, S. 39) handelt es sich bei Trendsport um „kulturelle Tätigkeitsfelder, die sich über mehrere Jahre hinweg zunehmender Beliebtheit erfreuen und in denen Menschen unter individuell unterschiedlichen [...] Motiven versuchen, willkürlich geschaffene Bewegungsaufgaben nach vereinbarten Regeln [...] zu lösen“. Der Autor erläutert außerdem sieben Kriterien einer Trendsportart, die in Abschnitt 2.3 näher betrachtet werden.

Die angeführten Definitionen des Begriffs Trendsport sollen nun in einer übersichtlichen Tabelle zusammengefasst werden, wobei die Autorinnen und Autoren nach dem Erscheinungsjahr ihrer Werke gereiht sind.

Tabelle 1: Zusammengefasste Trendsportdefinitionen

AutorIn	Jahr	Inhalte
Lamprecht & Stamm	1998	Trendsportarten kreieren nicht nur neue Bewegungsformen mit neuen Sportgeräten, sondern propagieren auch ein Sportverständnis, das teilweise quer zum traditionellen Sportbegriff steht.
Weiß	1999	Als Trendsportarten bezeichnet man jene Sportarten, die kontinuierliche Zuwachsraten an Ausübenden über einen mehrjährigen Zeitraum aufweisen.
Küßner	2002	Trendsportarten beschreiben diejenigen Formen des Sporttreibens, die im Verlauf der gegenwärtigen gesellschaftlichen Veränderungen entstanden sind und den aktuellen Bedürfnissen der Individuen entsprechen.
Breuer & Michels	2003	Der Begriff Trendsport teilt die Definitionsproblematik mit anderen Spezialbegriffen des Sports (z.B. Gesundheitssport, Freizeit- und Breitensport) sowie mit dem Sportbegriff generell.
Schwier	2003	Trendsport versteht sich als Begriff zur Kennzeichnung jener Veränderungstendenzen des Sports, die (explizit oder implizit) mit bewegungskultureller Erneuerung und Innovation einhergehen.
Stumm	2004	Trendsportarten stellen innovative Bewegungspraktiken dar, die sich von dem klassischen etablierten Sport (zunächst) abgrenzen und sich in einem mittel- bzw. langfristigen mindestens relativen Wachstum der Nachfragesteigerung über lokale Grenzen hinweg entfalten.
Laßleben	2009	Bei Trendsport handelt es sich um kulturelle Tätigkeitsfelder, die sich über mehrere Jahre hinweg zunehmender Beliebtheit erfreuen und in denen Menschen unter individuell unterschiedlichen Motiven versuchen, willkürlich geschaffene Bewegungsaufgaben nach vereinbarten Regeln zu lösen

Aus dieser Analyse verschiedener Definitionsansätze zum Terminus Trendsport wird deutlich, dass keine allgemein gültige Definition besteht und der Begriff durch die große Dynamik und den vielen beeinflussenden Faktoren sehr unscharf gehandhabt wird. Im Nachfolgenden wird Trendsport als eine Mischung der beschriebenen Erklärungen angesehen, wobei den neuesten Untersuchungen von Laßleben (2009) am meisten Aufmerksamkeit geschenkt wird. Somit lässt sich aus den oben angeführten Begriffsbestimmungen eine für diese Arbeit gültige Definition anführen:

Unter Trendsport werden innovative, unnormierte und informelle Bewegungspraktiken verstanden, die sich zum etablierten Sport abgrenzen und ein neuartiges Sportverständnis aufweisen. Die Bewegungshandlungen erfreuen sich bei einem breiten Feld an Aktiven über einen längeren Zeitraum hinweg zunehmender Beliebtheit, sind erlebnisorientiert und werden häufig nach stilistischen Kriterien bewertet, wobei auch ein sportmotorischer Anspruch gegeben sein muss.

2.2 Entstehung einer Trendsportart – Zur Genese von Trendsport

Nachdem im vorangegangenen Abschnitt der Versuch einer Begriffsdefinition erfolgte, wird nun die Frage nach dem Erscheinen und weiteren Verlauf einer Trendsportart gestellt. Dieser Zyklus – Entstehung, Wachstum und Ende einer Trendsportart – wird als Genese bezeichnet.

Die Gesellschaft unterliegt Veränderungen, Globalisierung, Differenzierung, Pluralisierung und Individualisierung, in deren Zusammenhang sich auch die Bewegungskultur weiterentwickelt und Trendsportarten entstehen. Somit kann formuliert werden, dass jede Sportart zu Beginn als Trendsportart gegolten hat. Doch im Unterschied zu kurzweiligeren Moden gilt für Trendsportarten, wie in dieser Arbeit schon an anderer Stelle beschrieben, dass sie sich über mehrere Jahre hinweg profilieren und etablieren müssen. Erst wenn der Sprung zur Trendsportart absehbar ist, wird der Trend von Sportmarketingunternehmen aufgenommen und professionell vermarktet (Küßner, 2002, S. 25f).

Lamprecht und Stamm (1998, S. 375-384) zeigen die Phasen der Entwicklung einer Trendsportart detailliert auf (vgl. Tabelle 2) und charakterisieren Trendsportarten dadurch, dass „sie nicht nur neue Bewegungsformen mit neuen Sportgeräten kreieren, sondern auch ein Sportverständnis propagieren, das teilweise quer zum traditionellen Sportbegriff steht“ (Lamprecht & Stamm, 1998, S. 370).

Tabelle 2: Phasen der Entwicklung von Trendsportarten

	Phase 1 Invention	Phase 2 Innovation	Phase 3 Entfaltung und Wachstum	Phase 4 Reife und Diffusion	Phase 5 Sättigung
Kennzeichen	Geburtsstunde; Erfindung	Entwicklung; Verbesserungen am Sport- gerät	Aufbruch, Durch- bruch; Trend als Absetz- und Gegenbewegung; Exklusivität	Trend wird Allge- meingut; Institutionalisierung und Differenzierung	Von der Trend- sportart zur etab- lierten „Normal- sportart“; interne Differenzierung und Spezialisie- rung
Träger	Einzelpersonen; „Pioniere“, „Freaks“	Kleingruppen, Tüftler; „Bewe- gungsfreaks“	(jugendliche) Subkulturen, Lebensstilgruppen	Regelmäßige Sportlerinnen und Sportler	Alle (spezifische Adaptation für verschiedene Benutzergruppen)
Beachtungs- grad	Äußerst gering; auf Geburts- stätte begrenzt	Auf lokale Zentren be- grenzt; Ge- ringschätzung durch etablierte Sportwelt	Konfrontation mit etablierter Sportwelt; spez. Kom- munikationsmittel (Szenemagazine); erstmalige Auf- merksamkeit der Massenmedien	Starke Verbreitung; hohes Medieninteresse (auch außerhalb der Sport- berichter- stattung)	Interesse im Rah- men der „norma- len“ Sportbericht- erstattung

Kommer- zialisierung	Unikate, Einzel- anfertigungen	Kleine, lokal begrenzte Serienproduk- tion; Marktni- schen	Entstehung spezifi- scher Märkte	Produktion von Massenartikeln; Spezialisierung, breite Palette von Anbietern	Hoch, fester Bestandteil des Sportmarkts; Konzentration der Marktkräfte
Organisa- tionsgrad	Unorganisiert	Gering; lokal begrenzte Kleingruppen	informelle Gruppen, erste wenig formelle Organisationen	Entstehung for- meller Organisationen; Integration in Lehrpläne und Dachorganisatio- nen	Vollwertiger Be- standteil der etab- lierten Sportorgani- sationen
Bedingungen für den Übertritt in die nächste Phase	Gute Idee, Herausforde- rung	Einpassung in bestehende Infrastruktur; Kultpotential; interessante Bewegungsform	Verwertungsinteresse; Markchancen; relativ einfaches Erlernen der Bewegungsform	Potential zur internen Diffe- renzierung und Spezialisierung	

Quelle: vgl. Lamprecht & Stamm, 1998, S. 374

Breuer und Sander (2003, S. 47-53) entwarfen ein „kybernetisches“ Modell der Genese von Trendsportarten, mit dem der Ablauf des Entwicklungsprozesses idealtypisch dargestellt wird. Phase 1 beschreibt die „Entdeckung von Neuem – Erfindung und/oder Anpassung“, bei der eine neue Bewegungsform oder Bewegungsgelegenheit von einer Einzelperson oder Gruppe entdeckt wird. Vor allem Jugendliche gelten aufgrund ihrer Experimentierfreudigkeit und dem Bedürfnis, sich abzugrenzen, als Begründer solcher Bewegungshandlungen. Phase 2 „Akzeptanz – Erprobung und Nutzung“ beschreibt die Präsentation und Erprobung innerhalb von Szenen, wobei sich über konstruktive und spielerische Handlungsprozesse eine eigenständige Ausdrucksform einer neuen Sportaktivität herausbildet. Der neue Trendsport erfährt entweder Akzeptanz und behält seinen „In-Charakter“ oder flaut wieder ab und fällt gegebenenfalls aus dem Geneseprozess heraus („Drop Out“). In Phase 3, bezeichnet als „Abstrahlung – Ausweitung der Akzeptanz auf diverse Szenen und Milieus“, erfolgt nahezu zeitgleich mit der Verbreitung eines innovativen Bewegungs- und Zeichencodes die Wahrnehmung und Verbreitung durch Trendagenturen. Die neue Bewegungsform wird auf ihre Vermarktungstauglichkeit geprüft, die Medien greifen das Thema auf und Werbung sowie Eventmarketing heben den Trend ins öffentliche Bewusstsein. Weiters ist die Akzeptanz durch die in Frage kommenden gesellschaftlichen Zielgruppen von größter Bedeutung, damit sich die Trendsportart innerhalb einer größeren Gruppe etablieren kann. Es folgt Phase 4 „Etablierung – Abgeschlossene Diffusion“, in der sich der Trendsport durchsetzt. Die ursprüngliche Basis behält zwar noch einige Zeit ihren subkulturellen Reiz, jedoch setzt mit der Zeit die Verfestigung der Zeichenprozesse ein. Institutionen werden gegründet, die Aktivität findet Berücksichtigung in Vereinen oder bei kommerziellen Anbietern, wodurch die Bewegungsform als Sportart angenommen wird und somit den

Status als Trendsport verliert. Dieses Modell beleuchtet folglich den Prozess der Entwicklung einer Trendsportart hin zu einer traditionellen Sportart und erwähnt daneben auch die Option des Scheiterns.

Die beiden dargestellten Modelle versuchen, die Entwicklung von Trendsportarten zu systematisieren und nachvollziehbar zu beschreiben. Laut Laßleben (2009, S. 55) eignen sich solche Modelle allerdings nur bedingt als zuverlässiges Prognoseinstrument, da die zeitliche Komponente des Übergangs zwischen den Phasen stark variiert und deshalb nicht vorhergesagt werden kann. Außerdem ist die zunehmende Kommerzialisierung zu berücksichtigen, die dazu führt, dass die Industrie mit Hilfe der Trendforschung immer früher in derartige Entwicklungen eingreift. Durch diese Vorgehensweise verkürzt sich jedoch in der Regel der Trend, weil er seine Ursprünglichkeit und subkulturellen Eigenschaften verliert und somit auch seine Lebensdauer.

Dennoch sieht Laßleben (2009, S. 56) trotz der angesprochenen Schwierigkeiten eine pädagogische Relevanz in Modellen zur Trendsportentwicklung, da sie Sportlehrerinnen und Sportlehrern das nötige Hintergrundwissen zur Verfügung stellen, wenn sie Trendsport im Unterricht thematisieren wollen. Anhand der Modelle lässt sich nämlich beispielsweise das Entwicklungsstadium einer Trendsportart bestimmen oder die Entwicklung allgemeiner Sportformen reflektieren.

2.3 Kriterien einer Trendsportart

In der vorliegenden Arbeit werden Sportarten als Trendsportarten titulierte, die die Erwartungen an „echte Trends“ erfüllen und somit eine Wirkungskdauer von über fünf Jahren aufweisen und sich nicht nur auf begrenzte Regionen oder bestimmte Altersgruppen beziehen. In diesem Abschnitt sollen außerdem weitere Kriterien und Merkmale aufgezeigt werden, die eine Trendsportart auszeichnen.

Küßner (2002, S. 23-25) formuliert dazu sechs Merkmale, die den Begriff der Trendsportart genauer umreißen. Diese sollen nun kurz erläutert werden.

- Meiden der sozialen Organisation des Sports

Trendsportarten sind gar nicht oder nur in geringem Maße in soziale Organisationen des Sports eingebettet, da diese Institutionen die Wahlmöglichkeiten einschränken und soziales Handeln sowie menschliche Beziehungen nach vorgegebenen Regeln, Verhaltensanforderungen, Rechten und Pflichten ablaufen. Die Ausübung von Trendsportarten ist geprägt durch eine individuelle Wahl der zeitlichen, räumlichen und sozialen Bedingungen, wobei sich Konstellationsformen bezogen auf die aktiven

Teilnehmerinnen und Teilnehmer im Laufe der Zeit und von Situation zu Situation ändern können.

- Freiheit von Verpflichtungen

Ein weiteres Kennzeichen der Trendsportarten ist die Freiheit von Verpflichtungen, da das Sporttreiben meist nicht an ehrenamtliche Tätigkeiten, regelmäßige Trainingszeiten, Wettkampfteilnahme oder das Festlegen auf eine Sportart gebunden ist.

- Erweitertes Sportverständnis

Die Abkehr vom traditionellen Sportverständnis und der damit verbundenen Vorstellung von Leistung, Wettkampf und Sieg ist ebenso ein typisches Merkmal einer Trendsportart.

- Reintegrierende Funktion

Trendsportarten besitzen eine reintegrierende Funktion, womit der mit der Individualisierung einhergehende Verlust sozialer Bindungen kompensiert wird. Es können über den Trendsport soziale Kontakte geknüpft und Bindungen hergestellt werden, die sowohl auf den gemeinsamen Interessen des Sporttreibens beruhen als auch in anderen Bereichen des Lebens ihre Berechtigung haben.

- Lebensstilprägung

Die modernen Bewegungsangebote sind lebensstilprägend und gehen über die reine sportliche Aktivität hinaus. Trendsportarten haben Einfluss auf andere Lebensbereiche wie Kleidung, Musik, Lebenseinstellung oder Wertvorstellungen. Diese dienen der Selbstrepräsentation der Individuen und demonstrieren die Zugehörigkeit zu einer bestimmten Szene. Die Verkörperung des Lebensstils wird dabei nach außen hin repräsentiert.

- Angestiegene Bedeutung des Körpers

In fast allen Trendsportarten ist die zunehmende Bedeutung des Körpers als verlässliches Element erkennbar. Ästhetik, die Inszenierung des Körpers und Arbeit am Körper sowie seine Gesunderhaltung spielen dabei eine wesentliche Rolle.

Auch Schwier (2003, S. 22-31) beschäftigt sich mit dieser Thematik und geht auf sechs wesentliche Merkmale von Trendsportarten ein, die zum Teil auch in wechselnden Kombinationen auftreten können. Es handelt sich dabei um den Trend zur Stilisierung, zur Beschleunigung, zur Virtuosität, zur Extremisierung, zum Event und zum Sampling. Diese Auflistung erhebt dem Autor nach aber keinen Anspruch auf Vollständigkeit und es lassen sich außerdem Gegentrends (wie zum Beispiel den Trend zur Entschleunigung) feststellen. Am besten lässt sich dieser Sachverhalt in Anlehnung an Schwier in der nachfolgenden Grafik von Lange und Sinning (2012) aufzeigen.

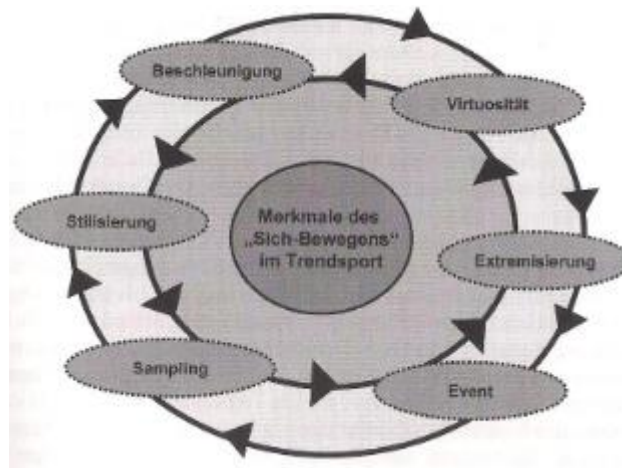


Abbildung 3: Sechs Trends im Feld des Trendsports (Lange & Sinning, 2012, S. 55)

Diesen sechs Merkmalen von Trendsportarten schenken Reinschmidt und Reinschmidt (2012) vermehrt Aufmerksamkeit. Beim ersten Merkmal, der Trend zu Stilisierung, geht die Ausübung der Trendsportart weit über das reine Sporttreiben hinaus. Gesten, Rituale, Sprache, Kleidung und die Formen des Sichbewegens bilden eine symbolische Einheit und die Szenenbildung tritt an die Stelle der Vereinsbindung. Als Beispiel nennen die Autoren Streetsurfer, Footbager oder Sportlerinnen und Sportler, die Parkour ausüben. Den Trend zur Beschleunigung, also hohe Geschwindigkeiten, extreme Dynamik und eine hohe Aktionsdichte, erkennt man laut Reinschmidt und Reinschmidt in Sportarten wie Speedminton, Streetsurfing oder Kin-Ball. Der Trend zur Virtuosität ist in jugendkulturellen Szenen am häufigsten. Bei Sportarten wie Le Parkour, Slacklinen oder Footbag ist dieser Zusammenhang sehr deutlich zu sehen. Mit großer Leidenschaft werden Tricks und neue Bewegungsformen einstudiert und anschließend auch präsentiert, wobei Ästhetik und Risikobereitschaft eine zentrale Rolle spielen. Bei zahlreichen Sportarten steht die Suche nach dem Extremen oder dem ultimativen Limit im Vordergrund, was den Trend zur Extremisierung bewahrheitet. Dies stellt einen dynamischen und fortschreitenden Prozess dar, da immer wieder ein neues Ziel gefunden werden muss, um die Herausforderung mit gleicher Intensität wie zuvor erleben zu können. Als Beispiele werden von den Verfassern wieder Le Parkour oder Splashdiving genannt. Die Tendenz bei Sportveranstaltungen geht weg vom Wettkampf hin zum Event (Trend zum Event) und bewegt sich Richtung Parks und Marktplätze. Innovative Trendsportarten gelten deshalb als besonders geeignete Instrumente des Event-Marketings. Der Trend zum Sampling löst Bewegungspraktiken aus ihrem angestammten Kontext heraus und vermischt sie miteinander. Beispiele hierfür sind Discgolf, das eine Mischung aus Frisbeespielen und

Golfen darstellt, oder BallKoRobics, wo koordinative Bewegungsformen mit dem Ball im Mittelpunkt stehen (vgl. Reinschmidt & Reinschmidt, 2012, S. 6f).

Nach Schildmacher (1998, S. 71-75) bilden sich innerhalb der Trendsportkultur charakteristische Dynamiken heraus, die in Form von fünf kennzeichnenden Bewegungen formuliert werden können:

- vom Indoor-Sport zur Outdoor-Variante
- vom normierten zum unnormierten Sport
- vom großen Mannschafts- zum kleinen Gruppensport
- vom geschützten zum risikoreichen Sport
- vom verbindlichen zum unverbindlichen Sport.

Laßleben (2009, S. 39-44) führt sieben Kriterien des Trendsports auf, die für ihn die Grundvoraussetzung für Trendsportarten darstellen. Diese sollen auch in der vorliegenden Arbeit als Hauptkriterien für die später beschriebenen Sportarten herangezogen werden (vgl. Kapitel 5), um für die Schule ausgewählte Trendsportarten als solche zu definieren. Der Autor betont allerdings ebenfalls, dass es keine allgemeinen Merkmale gibt, die für alle Trendsportarten gelten, sondern es lassen sich nur Überschneidungen und qualitative Ähnlichkeiten herausstellen. Die folgenden sieben Merkmale können dabei als maßgebend erachtet werden.

- Zunehmende Verbreitung

Sowohl in personeller als auch in globaler Hinsicht stellt ein zunehmender Verbreitungsgrad eines der zentralen Merkmale von Trendsportarten dar. Es ist dabei nicht nur die Zahl der aktiv Sporttreibenden, sondern auch eine forcierte Medienpräsenz ausschlaggebend. Auch das Erscheinen von Szenemagazinen oder die Verbreitung in Internetforen weisen auf einen Zuwachs hin und verstärken die Präsenz des Trends.

- Zeitdauer von mehreren Jahren

Durch die Mindestdauer von fünf Jahren lassen sich Trends von kurzfristigen Modeerscheinungen abgrenzen. Dabei muss jedoch berücksichtigt werden, dass unter dieser Zeitspanne man zwar ebenso von Trends spricht, diese aber erst ab einer Dauer von fünf Jahren interessant werden, da sie eine längerfristige Perspektive aufweisen. Somit kann man sich gegen das Vorurteil der Schnelllebigkeit von Trends positionieren. Allerdings sieht der Autor diese Übernahme einer Fünfjahreszeitdauer für den Trendsport als problematisch, da es einige offensichtliche Trendsportarten dieser Bezeichnung beraubt. Er spricht sich deshalb für die Zeitdauer von mehreren Jahren ohne festgelegte Zeitspanne aus. Eine prospektive Trendsportart kann nach Laßleben frühestens in der zweiten Saison als solche bezeichnet werden, davor ist es eine Modesportart. Denn eine

Bewegungshandlung muss sich über mehrere Jahre im Bewusstsein der Sporttreibenden verankern und als Praxis etablieren, bevor sie als Trendsportart bezeichnet werden kann.

- Neuigkeitswert

Typisch für Trendsportarten ist ihre relative und subjektiv wahrgenommene Neuheit, wobei es neben der absoluten Neuheit auch Unternehmens-, Handels-, Markt-, Kunden- oder Branchenneuheit zu unterscheiden gilt. Für Trendsportarten sind vor allem Kundenneuheit und Marktneuheit von Bedeutung. Ein Bewegungsangebot erscheint also in den Augen der Zielgruppe als neu (Kundenneuheit) oder ist in einer Region neu auf dem Markt (Marktneuheit), kann aber in anderen Ländern längst etabliert ist.

- Gestaltungsoffenheit

Im Vergleich zu traditionellen Sportarten weist Trendsport eine auffällige Gestaltungsoffenheit auf, wobei der organisatorische Aspekt, also die Wahl des Zeitpunktes, des Ortes sowie der Mitspielerinnen und Mitspieler gemeint ist. Diese institutionelle Unabhängigkeit stellt ein zentrales Element von Trendsportarten dar und Sporttreiben in informellen Kontexten, Selbstgestaltung und -organisation sind typische Eigenschaften von Trendsportarten. Außerdem werden Trendsportarten meist unabhängig von speziellen Sportstätten im öffentlichen Raum inszeniert und erfahren eine relativ geringe Reglementierung.

- Stilisierung und Lebensstileinbindung

Trendsportarten werden von den Aktiven meist in den eigenen Lebensstil eingebunden, da sie aufgrund ihrer Gestaltungsoffenheit und Unnormiertheit ein ideales Experimentierfeld bieten, um die individuellen Bewegungen mit Hilfe von Kleidung, Mimik, Gestik und Ritualen zu einem unverwechselbaren Gesamteindruck zu kombinieren. Neben den rein technischen Kriterien, dem sportlichen Schwierigkeitsgrad oder der korrekten Ausführung einer Bewegung, wird im Trendsport oft auch eine stilistische Bewertung vorgenommen, bei der die individuelle Selbstdarstellung entscheidend ist. Doch auch im Alltag wird die Zugehörigkeit zu einer Trendsportszene kommuniziert und Kleidung, Musikgeschmack, Sprache und Bewegungskodes bilden eine symbolische Einheit.

- Erlebnis- und Verlaufsorientierung

Bei Trendsportarten steht eine Erlebnis- und Verlaufsorientierung im Vordergrund und Leistungstraining, Disziplin, Askese und Vergleich im Wettkampf stellen für die Mehrzahl der Sportlerinnen und Sportler keine primären Handlungsmotive dar. Ebenso besteht eine Unwilligkeit, sich in Vereinen zu organisieren. Die Akteure folgen zwar dem Ideal der Leistungsverbesserung, jedoch meist ohne vorrangige Orientierung an einer

Überbietungsperspektive und das innere psychophysische Erleben wird zum dominierenden Handlungsmotiv einer individuellen Erlebnisorientierung. Auch ein sportartenfremdes Grundlagentraining (wie zum Beispiel Joggen) passt nicht zur Ideologie von Trendsportarten und die Spaßorientierung steht im Vordergrund.

- Exklusivität und Kommerzialisierung

Die Ausübung von Trendsportarten erweist sich als material- und kostenintensiv (Kitesurfen, Carving, Snowboarden) und die Tätigkeit ist dabei an technologisch hochwertige Geräte geknüpft, womit sie als exklusiv bezeichnet werden kann. Jedoch trifft dieser Aspekt nur bedingt zu, da sich immer mehr Trendsportarten entwickeln, für die man nur wenig Material benötigt (u.a. Le Parkour, Slacklinen, Footbag, Cross Boccia, Ultimate Frisbee). Kommerzialisierungstendenzen sind im Trendsport allerdings vermehrt vorzufinden, da sich auch im außersportlichen Bereich durch die Lebensstileinbindung zusätzliche Absatzchancen für Sportartikelunternehmen ergeben. Mit Lifestyle-Produkten lässt sich viel Geld verdienen und der Marketingeinsatz ist besonders in der Wachstumsphase einer sportlichen Innovation sehr hoch.

Laßleben merkt zu dieser Zusammenschau jedoch an, dass nicht alle Kriterien notwendig sind, um von einer Trendsportart zu sprechen. Vor allem im Gesundheits- und Fitnesssport gibt es einige Abweichungen von den aufgelisteten Merkmalen. Doch je mehr Kriterien für eine Sportart zutreffen, desto eher wird man sie als Trendsportart bezeichnen können und desto stabiler scheint sie.

Man erkennt bei dieser Zusammenschau an Kriterien von Trendsportarten, wie sehr sich die Merkmale der verschiedenen Autorinnen und Autoren ähneln. Trotzdem ergibt sich eine Fülle an Kennzeichen für eine Trendsportart, die jedoch oftmals nicht alle gleichzeitig zutreffen. Die in dieser Arbeit ausgewählten Trendsportarten erfüllen viele dieser Kriterien und werden in Kapitel 5 im Abschnitt „Trendsportkriterien“ einzeln nochmals dahingehend überprüft.

2.4 Trendsportarten – ein Überblick

Wie in den vorangegangenen Kapiteln geschildert wurde, ist die Definition des Begriffs „Trendsport“ ein sehr schwieriges Thema und eigentlich nicht eindeutig zu klären. Infolgedessen stellt sich dasselbe Problem, will man Trendsportarten abgrenzen und aufzählen.

In den letzten 15 Jahren lässt sich einerseits ein Wandel in den Trendsportarten erkennen, andererseits kommen einige Sportarten wiederholt im Zusammenhang mit Trendsport vor und behalten diese Zuschreibung über einen längeren Zeitraum bei. Schwier erfasste 1998 über einen Zeitraum von sechs Monaten Beiträge ausgewählter

Massenmedien, die sich auf das Thema Trendsportarten bezogen und wertete sie inhaltsanalytisch aus. In weiterer Folge stellte er darauf aufbauend eine Liste an potentiellen Trendsportarten zusammen, die in Abbildung 4 aufgezählt sind.

01	TAIJIQUAN	24	AIRSURFING
02	AIKIDO	25	BASE-JUMPING
03	NIA	26	BUNGEE-JUMPING
04	ENERGY-DANCE	27	FREECLIMBING
05	(STEP-)AEROBIC	28	CANYON-CROSSING
06	FITNESS-TRAINING	29	(WIND-)SURFEN
07	BODYSTYLING	30	(TIEFSEE-)TAUCHEN
08	SENSORY AWARENESS	31	RAFTING
09	WALKING	32	RIVER-BOOGIE
10	TRAILRUNNING	33	CARVING
11	MOUNTAINRUNNING	34	TRICKSKIING
12	TREKKING	35	SNOWBOARDING
13	TRIATHLON	36	SKATEBOARDING
14	MOUNTAINBIKING	37	SNAKEBOARDING
15	BMXing	38	AGGRESSIVE-SKATING
16	HOUSE RUNNING	39	RACE-SKATING
17	BODYFLYING	40	INLINE-HOCKEY
18	SKYTING / KITESKIING	41	BREAK-/STREETDANCE
19	STRANDSEGELN	42	STREETBALL
20	KITEGLIDING	43	STREETSOCCER
21	GLEITSCHIRMFLIEGEN	44	BEACHVOLLEYBALL
22	FALLSCHIRMSPRINGEN	45	TIPP KICK
23	BALLONFAHREN	46	NACHTGOLFEN

Abbildung 4: Potentielle Trendsportarten (Schwier, 1998, S. 9)

Fünf Jahre später änderte Schwier seine Liste ein wenig ab und unterteilte die Sportarten in Fitnesspraktiken, Risikosportarten und Funsportarten (vgl. Abbildung 5). Auffällig ist dabei aber, dass einige der Sportarten noch immer als Trend bezeichnet wurden, obwohl sie teilweise schon institutionalisiert und normiert waren oder sogar als Olympische Disziplinen galten (Snowboarden, Beachvolleyball, Mountainbiking). Andere wiederum wurden in den Hintergrund gedrängt (Snakeboarding, Tipp Kick, Nachtgolfen) oder entsprachen nicht mehr den Kriterien des Trendsports (Houserunning, Ballonfahren, Bungeejumping).

Wie Abbildung 5 zeigt, galten 2003 Sportarten wie Aerobic, Wakeboarding oder Snowboarding als Trend. Einige davon sind vom heutigen Standpunkt aus gesehen teilweise als „normale“ Sportarten einzustufen (wie zum Beispiel Aerobic oder Tae Bo), werden fast nicht mehr betrieben (Kick-O-Robic oder Snowbiking), gelten für manche Menschen gar nicht als Sportarten (B.A.S.E.-Jumping) oder werden von manchen noch immer als Trendsportart betrachtet (Snowboarding oder Beachvolleyball). Wie schon zuvor erwähnt wird auch hier wieder deutlich, dass die Zuschreibung einer Sportart zur Trendsportart oft nur beim Betrachter liegt.

FITNESSPRAKTIKEN	RISIKOSPORTARTEN	„FUNSPORTARTEN“
Aerobic	B.A.S.E.-Jumping	Snowboarding
Bodyworkout	Canyoning	Sandboarding
City-Jam	Freeclimbing	Mountainbiking
Neuromuscular Integrative Action (NIA)	Paragliding	Skateboarding
Inline-Aerobic	Rafting	Inlineskating
Kick-O-Robic	Skyting/Kiteskiing	Kitesurfing
Spinning	Snowbiking	Streetball
Tae Bo	Wakeboarding	Beachvolleyball

Abbildung 5: Ausgewählte Trendsportarten (Schwier, 2003, S. 21)

Lange (2007) führt in seinem Band verschiedene, seiner Ansicht nach geeignete, Trendsportarten für die Schule an und teilt diese in die Bereiche „Auf Rollen“ (Skateboard, Inlineskating, Inliner on Tour, Mountainbike), „Mit dem Ball“ (Beachvolleyball, Beachhandball, Fun-Soccer, Streetball), „Tanz“ (Hip-Hop, Straßenturnen) und „Klettern“ (Bouldern) ein.

Auch die beiden Sportpädagogen Reinschmidt und Reinschmidt (2012) nennen in ihrem kürzlich erschienenen Band 25 Trendsportarten, die ihrer Meinung nach für die Schule geeignet wären. Dabei ist der Trendsportbegriff sehr weit gefasst und unterliegt lediglich den Strukturbesonderheiten nach Schwier (2003). Demnach lassen sich die aufgelisteten Sportarten in Individualsport, Sport mit einem Partner/Gegner und Mannschaftssport einteilen. Beispiele für derzeitige Trendsportarten, die sich nach Meinung der Autoren auch in der Schule verwirklichen lassen können, sind unter anderem Le Parkour, Slackline, Sport-Stacking, Footbag, Flag-Football, Hockern, Discgolf oder Crossboccia.

Sucht man heute im Internet nach dem Begriff „Trendsportarten“, werden etwa eine Million Ergebnisse geliefert (vgl. Kapitel 1). Betrachtet man die dazugehörigen Homepages genauer, lässt sich, ähnlich wie bei Schwier, eine Zuordnung zu Sportbereichen treffen. Diese soll anhand der folgenden Tabelle, angelehnt an die Bereiche von Schwier, zusammengefasst dargestellt und mit Beispielen versehen werden. Natürlich wird dabei kein Anspruch auf Vollständigkeit oder auf eine allgemein anerkannte Zuordnung in die einzelnen Sparten gestellt, da einerseits die Trendsport-Definition äußerst schwierig zu klären ist und jede Person andere Vorstellungen von Trendsport besitzt und andererseits das Trendsportfeld sich ständig ändert, variiert und dynamischen Prozessen unterzogen ist.

Tabelle 3: Trendsportarten 2012²

Fitness- bereich	Ästhetik/ Bewegungs- darstellung	Risiko- sport	Funsport	Wasser- sport	Winter- sport	Team- sport
Aqua-Yogilates	Bouldern	BMX	Beachvolleyball	Aqua-Jogging	Airboarding	Bikepolo
Condition Xpress	Footbag	Canyoning	Bobby Car Racing	Aqua Zumba	Eisgolfen	Jugger
Personal Functional Training	Le Parkour/ Freerunning	Cliff Diving	Cross Boccia	Blobbing	Minibob	Paintball
Pilardio	Longboarden	Eisklettern	Discgolf	Kitesurfen	Snowbike	Ultimate Frisbee
Rope Skipping	Pole Dancing	Freeclimbing	Speedminton	Skimboarding	Snowboarden	
Spinning	Slackline	Motocross	Stiefelspringen	Stand Up Paddeling	Snowfer	
Zumba	Streetsurfing		Streetsurfen	Wakeboarden	Snowkiten	

Man kann dabei deutlich erkennen, dass in dieser Aufzählung sowohl neue und vielen Personen unbekannte Sportarten wie Streetsurfing, Zumba, Cross Boccia oder Stand Up Paddeling als auch „ältere“ Trendsportarten wie BMX, Snowboarden, Beachvolleyball oder Wakeboarden vorzufinden sind. Die Problematik, ob solche schon seit längerer Zeit bekannten Sportarten trotzdem als Trendsport zu titulieren sind, lässt sich wieder auf die Schwierigkeit einer einheitlichen Trendsport-Definition zurückführen. „Funsportarten“ nehmen eher eine schwierige Sonderstellung ein, da der ausübenden Person die Trendsportart natürlich Spaß bereitet und man somit fast jede Sportart hier einordnen kann. Deshalb soll sich diese Spalte auf Bewegungshandlungen beziehen, die eher zwischendurch aus Lust und Laune betrieben werden und kein besonderes, regelmäßiges Training benötigen. Beachvolleyball muss dabei allerdings gesondert betrachtet werden, da die Sportart an vielen Stellen noch immer als Trendsportart tituliert wird, allerdings bereits seit Jahren olympisch ist und im professionellen Bereich zweifellos regelmäßiges Training benötigt. Außerdem wurde im Rahmen der Recherche ersichtlich, dass in der Kategorie „Funsportarten“ die meisten Bewegungsformen zu finden sind, was darauf zurückzuführen ist, dass diese Sportarten noch nicht etabliert sind oder eher zu spielerischen Abwandlungen von bereits bestehenden Sportarten gehören. Zusätzlich wird deutlich, dass Trendsportarten, wie schon weiter oben beschrieben, vorwiegend Einzelsportarten sind und individuell ausgeübt werden. Deshalb erhält in dieser Arbeit auch die Sportart Ultimate Frisbee ihren Platz, da sie eine der wenigen

² Die verwendeten Internetquellen, die nach Trendsportarten 2012 durchsucht wurden, befinden sich im Anhang.

Mannschaftssportarten ist, die als Trendsport gilt und im Gegensatz zu Paintball oder Bike Polo auch ideal in den Sportunterricht eingebaut werden kann.

Es müssen hier allerdings Sportarten aussortiert werden, die lediglich eine Mode oder einen Hype darstellen und auch nicht für die Schule in Frage kommen. Dazu zählen vermeintliche Sportarten, die viel zu riskant und gefährlich sind, nicht den gesellschaftlichen Werten und Normen entsprechen oder sich mit der Definition des Begriffes Sport nicht vereinbaren lassen. Als Beispiele lassen sich unter anderem Geröllboarden oder Baumstammsitzen nennen. Obwohl auch diese Aktivitäten in manchen Personenkreisen als Sport angesehen werden, sind sie nach den bisherigen Definitionen nicht als Trendsport anzusehen und haben erst recht keine Legitimation im Schulsport.

2.5 Zusammenfassung

In diesem Kapitel sollte eine Annäherung an den Begriff Trendsport erfolgen, wobei vorab die Termini Trend und Sport getrennt analysiert wurden. Ein Trend wird demzufolge als eine Entwicklungstendenz aufgefasst und beschreibt die Grundrichtungen von Entwicklungen in der Gesellschaft, durch die Handlungen großer Bevölkerungsgruppen nachhaltig beeinflusst werden. Weiters sind Trends temporäre Entwicklungen, die auf der Basis bestimmter Gegebenheiten in der Gesellschaft entstehen und sich durch Verdichtung bestimmter Themen zu neuen Entwicklungslinien formen. Sie gehen niemals nur in eine Richtung sondern es ergeben sich Überlappungen, Parallelitäten und Paradoxien. Außerdem spielen die beiden Begriffe Wirkungsbreite und Wirkungsdauer in Zusammenhang mit Trend eine wesentliche Rolle. Dadurch erfolgt eine Aufteilung in die Bereiche Moden, Hypes, Megatrends und Nischentrend, je nachdem, wie stark Wirkungsbreite und -dauer ausgeprägt sind. Als nächstes wurde der Begriff Sport erforscht und von verschiedenen Seiten beleuchtet. Sport ist kein einheitliches Phänomen, daher gibt es eine Unterscheidung der Sportbereiche durch die Hervorhebung prägnanter Merkmale. Sportliches Handeln kann als eine Lösung von Bewegungsaufgaben gesehen werden, jedoch ist nicht jede Bewegung auch zwangsläufig als Sport zu betrachten. Sport stellt weiters ein wichtiges Kommunikationsmittel dar und kann als soziales Phänomen beschrieben werden. Man spricht in der Literatur von einem engen und weiten Sportverständnis, wobei im weiten Sportverständnis eine Entgrenzung stattfindet, da hier nicht mehr eindeutige Ziele, Handlungsformen und Organisationsmuster erkennbar sind. Trendsport kann in dieses weite oder offene Sportverständnis eingegliedert werden, doch es gibt immer noch keine allgemein gültige Definition für diesen Begriff. Dadurch, dass sich ständig neue Sportarten herausbilden

und andere wiederum von der Bildfläche verschwinden oder vergessene Sportarten erneut vermarktet werden, ist dieser Bereich des Sports schwer zu erfassen. In vielen Definitionen finden sich aber Aspekte wie Individualisierung, informelles Sporttreiben, Strukturwandel und Innovation, Erlebnisorientierung und Stilisierung sowie neue Bewegungsformen und neues Sportverständnis, womit der Trendsport eingegrenzt werden kann. Bei der Entwicklung einer Trendsportart werden die Phasen Invention, Innovation, Entfaltung und Wachstum, Reife und Diffusion sowie Sättigung unterschieden. Dadurch wird versucht, die Genese von Trendsportarten zu systematisieren und nachvollziehbar zu beschreiben. Anhand solcher Modelle lassen sich beispielsweise das Entwicklungsstadium einer Trendsportart bestimmen oder die Entwicklung allgemeiner Sportformen reflektieren. Unter Punkt 2.3 wurden die vorherrschenden Kriterien des Trendsports genau aufgeschlüsselt und die Ansätze diverser Autorinnen und Autoren erläutert. Somit wurde die Vielzahl an Eigenschaften aufgezeigt, die eine Trendsportart klassifizieren und ein Eindruck gewonnen, welche Bereiche der Gesellschaft der Trendsport prägen kann. Trotzdem ist nicht die Einhaltung aller Kriterien notwendig, um von einer Trendsportart zu sprechen. Im letzten Abschnitt wurde ein Überblick über die aktuellen Trendsportarten gegeben sowie die Entwicklung der letzten Jahre näher beleuchtet.

3 Trendsport in der Institution Schule

„Zumindest im Kontext von Schule scheint Trendsport jedoch eher die Ausnahme als die Regel zu sein. [...] In der Schule bestimmen offensichtlich traditionelle Sportarten wie Leichtathletik, Fußball, etc. stärker das Geschehen.“ (Balz, 2001, S. 3f)

Auch wenn dieses Statement schon über zehn Jahre zurückliegt, hat es noch immer nicht an Aktualität verloren, wenn man den Alltag im Unterrichtsfach Bewegung und Sport betrachtet. Viele Bewegungserzieherinnen und -erzieher stört diese Aussage wahrscheinlich nicht oder sie sind zufrieden damit, dass der traditionelle Kanon der Schulsportarten beibehalten wird. Doch es gibt natürlich auch Befürworter von Trendsport in der Schule, die für eine Öffnung des Schulsports eintreten. Denn wenn der außerschulische Sport ein pädagogisch wichtiger Bezugspunkt für den Schulsport sein soll, muss man darüber nachdenken, wie diese Entwicklungsprozesse innerschulisch Berücksichtigung finden können. Hier könnte auch eine pädagogische Brücke zwischen außerschulischem Bewegungserleben der Kinder und Jugendlichen und dem institutionalisierten Schulsport gebildet werden. Andererseits muss man sich aber auch die Frage stellen, ob Trendsport überhaupt in die Schule passt und sich in den Grenzen und Bestimmungen des Schulsports unterrichten lässt (Laßleben, 2009, S. 6). Dieser Problematik ist der nächste Abschnitt gewidmet und soll die Vor- und Nachteile einer Integration von Trendsport in der Schule aufzeigen.

3.1 Eignung von Trendsport als Schulsport

In Zeitschriften wie „sportpädagogik“, „sportunterricht“, „bewegungserziehung“ oder auch „Sportwissenschaft“ erscheinen regelmäßig seit der Jahrtausendwende diverse Artikel zum Thema Trendsport, womit der Gegenstand auch relevant für den Schulsport zu sein scheint. Weiters ist die Schule diejenige Instanz, die alle Heranwachsenden in die Welt des Sports einführt, sich für die Interessen der Schülerinnen und Schüler einsetzen und mit der Zeit gehen muss (Sigg, 2009, S. 21). Volkamer (2003, S. 44) bringt diese Entwicklung auf den Punkt: „Nur ein Sport, der die Gegenwart erfüllt, kann Bedeutung für die Zukunft des Schülers haben.“ Natürlich erfüllen auch traditionsreiche Sportarten wie Fußball, Basketball oder leichtathletische Bewegungshandlungen gegenwartsbezogene Entwicklungen und rufen (bei manchen mehr, bei anderen weniger) Interesse bei der heutigen Jugend hervor. Jedoch werden Kinder und Jugendliche auch vermehrt mit Medien konfrontiert, die ihre Aufmerksamkeit, Bewunderung und ihr Interesse auf Trendsportarten lenken. Ebenso sind Schülerinnen und Schüler außerhalb der Schule in Parks oder an öffentlichen Plätzen immer wieder mit Trendsport konfrontiert. Die

Behandlung solcher Aktivitäten und somit das Wecken von Interesse an neuen Bewegungsausführungen sollte seinen Platz in der Schule erhalten. Viele Schülerinnen und Schüler würden Trendsportarten, die sie täglich beobachten, auch selbst gerne ausprobieren, besitzen allerdings nicht die nötigen Rahmenbedingungen oder erfahren keine entsprechende Anleitung. Hier sollten die Lehrkräfte ansetzen und auch Sportarten im Schulunterricht thematisieren, die traditionell womöglich keinen Platz in der Schule finden würden. Denn so wie traditionelle Sportarten weiter ihre Berechtigung in der Schule haben, sollte man sich als Bewegungsexperte auch neuen Trends im Sport nicht verschließen.

Die vielseitigen Trendsportarten sollen die traditionellen Angebote nicht ersetzen, sondern für neue Bewegungsreize sorgen und die Bewegungserfahrungen erweitern. Die Schülerinnen und Schüler sollen in ihrer Motivation für außergewöhnliche Bewegungsformen gestärkt werden und einen Impuls für das persönliche Freizeitverhalten erhalten. Die Kinder und Jugendlichen können außerdem die Lehrenden in der ihnen vertrauten Sportart unterstützen und ihr fachpraktisches Wissen anderen Schülerinnen und Schülern vermitteln, wodurch sich das Engagement und die Motivation erhöhen. Außerdem steigt die Anerkennung des Sportlehrers und der Sportlehrerin bei den Lernenden, da man sich mit dem jugendlichen Zeitgeist auseinandersetzt (Reinschmidt & Reinschmidt, 2012, S. 8-10).

Wenn man die Vermittlung von Trendsport in der Schule begründen will, dann müssen vor allem zwei Fragestellungen beantwortet werden: Wird die jugendkulturell gefärbte Bewegungspraxis bei einem Import in die Schule verändert, verfälscht oder entstellt? Und wie geht man als Lehrperson mit der Gefahr der Verschulung um, wodurch aus spannenden Bewegungsthemen langweilige Unterrichtssequenzen mit Pflichtcharakter entstehen könnten? Durch die Hinterfragung dieser beiden Aspekte gelangt man in das Feld sportdidaktischen Denkens und Handelns, welches im Zuge dieser Arbeit analysiert werden soll. Der bewegungspädagogische Zugang orientiert sich an Leitfragen wie „Wie sollen Trendsportarten im Unterricht inszeniert und vermittelt werden?“, „Was können Kinder im Feld der Trendsportarten lernen?“ und „Worauf müssen Lehrpersonen achten, damit solche Lernprozesse auch stattfinden können?“ (vgl. Lange & Sinning, 2012, S. 40). Um das Spannungsfeld zwischen Schule und jugendkultureller Phänomene zu veranschaulichen bietet sich folgende Grafik an:

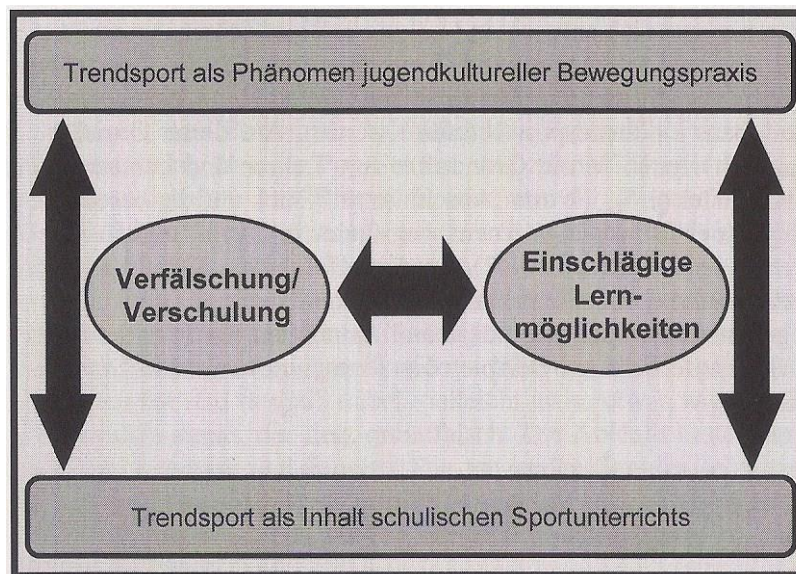


Abbildung 6: Zum Spannungsfeld zwischen Verschulung und phänomenalen Lerngelegenheiten (Lange & Sinning, 2012, S. 41)

Ein weiteres Hemmnis stellen die oftmaligen Vorurteile gegenüber der Jugendkultur dar, die zweifellos in Zusammenhang mit Trendsportarten steht. Viele Außenstehende verbinden zum Beispiel mit Skateboarden und Streetball Graffitis an Häuserwänden oder wundern sich über eigenwillige Aufführungen von Tanz, Musik und Lifestyle im Fernsehen und auf der Straße. Aufgrund der gegebenen Differenzen zu tradierten Modellen wird diesem Milieu mit Skepsis begegnet. Doch genau dadurch wird innovativen Inhalten des Sporttreibens von Kindern und Jugendlichen der Weg in die Schule und in den schulischen Unterricht versperrt. Informell betriebene Bewegungspraktiken von Kindern und Jugendlichen können durchaus zum Verstehen der gegenwärtigen Entwicklungen im Bereich Jugendkulturen angesehen werden und aufschlussreiche Zugänge werden dort gefunden, wo sich Schülerinnen und Schüler jenseits institutionalisierter Sporteinrichtungen bewegen (Lange & Sinning, 2012, S. 42).

Nach Laßleben (2009, S. 9) finden sich auf der einen Seite die „Traditionalisten“, die sich, unter anderem angesichts der oben beschriebenen Skepsis, auf die etablierten Inhalte im Schulsport konzentrieren. Auf der anderen Seite stehen dem Autor zufolge die „Modernisierer“, die aufgrund der sportlichen Differenzierung in der Gesellschaft die Ergänzungsbedürftigkeit des Unterrichtsfachs Bewegung und Sport proklamieren. Deshalb sollen nun Argumente für beziehungsweise gegen eine Integration von Trendsportarten im Sportunterricht erarbeitet werden, um sich ein besseres Bild der Sachlage machen zu können.

3.2 Argumente für und gegen eine Integration von Trendsportarten

Nach Lange und Sinning (2012, S. 39) passen Trendsportarten ebenso wie andere innovative Bewegungspraktiken ausgezeichnet in das aktuelle Bild der Sportpädagogik und somit auch in das Unterrichtsfach Bewegung und Sport. Die Schülerinnen und Schüler möchten einerseits ihren Freizeitsport in der Schule ausleben, andererseits wollen Lehrerinnen und Lehrer ihnen solche Inhalte tatsächlich auch vermitteln. Die von Offenheit, Innovation, Verspieltheit und Zukunftsorientierung geprägten Bewegungspraktiken der Trendsportarten passen in die Möglichkeitsräume, die von den aktuellen Lehrplänen vorgegeben werden, wie sich im weiteren Verlauf dieser Arbeit zeigen wird. Oft hört man negative Kommentare, wenn in der Schule vom traditionellen Sportartenkanon abgewichen werden soll, was jedoch nicht bei allen Lehrpersonen der Fall ist. Eine Untersuchung an deutschen Schulen (vgl. Sieland, 2003) ergab, dass nur vier Prozent der Befragten eine negative Einstellung zum Thema angaben, wobei demgegenüber 63,5 Prozent im positiven oder sehr positiven Bereich lagen.

Auch Laßleben (2009, S. 18f) betont, dass Gesellschaft, Jugend und Sport drei wichtige Determinanten des Schulsports sind und Veränderungen in einem der drei Bereiche als Legitimation zu schulischen Veränderungen herangezogen werden können. Denn die Schule soll Kinder und Jugendliche in ihrer Sozialisation begleiten und fördern, weshalb etwaige Umgestaltungen Beachtung finden müssen. Anderen Institutionen kommt dabei eher weniger Bedeutung zu. Vereine sind anpassungslangsam, in der Familie sind die Jugendlichen selbst Vorreiter wenn es um Trendsport geht, Massenmedien zeigen nur extreme und werbewirksame Ausschnitte sportlicher Handlungen und wecken somit vermehrt realitätsferne Vorstellungen. Somit bleibt neben der Gleichaltrigengruppe nur die Schule, die Kinder und Jugendliche zum trendsportlichen Engagement bewegen könnte. Gegenüber anderen sporteinführenden Institutionen sind dabei drei wesentliche Merkmale hervorzuheben: Die Schule erreicht alle Schülerinnen und Schüler, der Schulsport wird von professionellen Pädagoginnen und Pädagogen geleitet und die Schule ist eine objektive Instanz, was als wichtig für die eigene Urteilsbildung erachtet wird.

Weiters stellt Laßleben (2009, S. 19-24) ein 9-Thesen-Modell auf, das die Integration von Trendsportarten in den schulischen Unterricht befürwortet:

- Trendsportarten können einen Beitrag zu mehr Lebensnähe leisten

Schule und Leben können sich somit wieder stärker einander annähern und Anwendungsbezüge stärker in den Vordergrund rücken. Außerdem sollte die Schule ein

Ort sein, an dem man nicht nur auf gegenwärtige, sondern auch auf zukünftige Lebenssituationen vorbereitet wird. Durch die Beschleunigung des gesellschaftlichen Wandels hinkt die auf Konstanz von Zukunft setzende Schule meist hinterher, vor allem bei dynamischen Feldern wie Bewegung und Sport. Die Schule muss außerdem stets bemüht sein, sich am Zeitgeist zu orientieren und ein ausgewogenes Verhältnis von Gegenwartserfüllung und Zukunftssicherung anzustreben, um die Schülerinnen und Schüler auf ein Leben nach der Schulzeit vorzubereiten.

- Trendsportarten können zur kritischen Reflexion des Sports anleiten

Im Zuge des Unterrichtsfachs Bewegung und Sport sollen Sportarten kritisch hinterfragt und auf pädagogisch unerwünschte Erscheinungsformen (zunehmende Kommerzialisierung, Körper- und Naturzerstörung) hingewiesen werden. Gerade junge Menschen laufen Gefahr, in ihrer Freizeit von außen bestimmt zu werden und sich durch die Freizeitindustrie ihrer Meinungsfreiheit berauben zu lassen. Schülerinnen und Schüler sollen zum kompetenten und kritischen Umgang mit Bewegungsangeboten befähigt werden und diese im Schulsport auch thematisieren lernen. Virtuelle und von Medien beeinflusste Vorstellungen können durch selbstständige praktische Erfahrungen relativiert werden, um sich so ein eigenes Urteil über aktuelle Formen des Sporttreibens zu bilden.

- Trendsportarten können die Motivation der Schülerinnen und Schüler fördern

Trendsportarten haben im Schulsport meist einen hohen Anforderungscharakter und sind oft „Selbstläufer“, was es für erzieherische Ziele zu nutzen gilt. Motivation kann als Voraussetzung für eine gelingende Erziehung interpretiert werden, denn ein motivierter Mensch ist zuallererst einsichtig. Die Anregungen im Schulsport sollen außerdem von den Schülerinnen und Schülern angenommen und über den Unterricht hinaus verfolgt werden. Trendsportarten sind auch wegen ihrer informellen Rahmung und der Gestaltungsfreiheiten sowie der größeren Bandbreite an Orientierungen und Erwartungen motivationsfördernd. Zusätzlich lässt sich der Schulsport durch die Anschlussfähigkeit an den Freizeitsport interessanter machen und wird einer größeren Anzahl von Schülerinnen und Schülern mit unterschiedlichen Sportmotiven gerecht.

- Trendsportarten können die Selbstständigkeit der Schülerinnen und Schüler fördern

Durch Trendsportarten kann sowohl die Selbstständigkeit der Schülerinnen und Schüler gefördert, als auch das übliche Maß an Fremdbestimmung gemindert werden. Durch die relative Unnormiertheit und Gestaltungsoffenheit eröffnen sie Spielräume für situationsspezifische Veränderungen und es bietet sich die Chance einer kreativen Auseinandersetzung mit der jeweiligen Bewegungsform. Schülerinnen und Schüler können somit Kompetenzen der eigenständigen Organisation und Umsetzung von Sport auch für ihre außerschulischen Aktivitäten erlangen.

- Trendsportarten können zur sportlichen Handlungsfähigkeit beitragen

Sportunterricht sollte eine große inhaltliche Bandbreite aufweisen und im Sinne der sportdidaktischen Position den Schülerinnen und Schülern Sportarten unter möglichst vielen pädagogischen Perspektiven anbieten. So können sie einen für sie persönlich bedeutsamen Sinnbezug entdecken und im selbstständigen Sporttreiben entfalten. Es müssen Schülerinnen und Schülern Alternativen aber erst einmal bekannt gemacht und geboten werden. Das besondere an Trendsportarten in diesem Zusammenhang besteht darin, dass sie eine Deutungsvielfalt aufweisen und eine größere Bandbreite an individuellen Sinnmustern besitzen.

- Trendsportarten können eine dauerhafte Sportausübung unterstützen

Eines der grundlegenden Ziele des Schulsports, nämlich die Schülerinnen und Schüler zu lebenslangem Sporttreiben zu animieren, lässt sich ebenfalls durch Trendsportarten verwirklichen. Interesse und Wünsche der Lernenden nach neuen Inhalten müssen unbedingt berücksichtigt werden. Die Entscheidung für sportliches Handeln hängt von der Ausgeprägtheit des Wunsches nach sportlicher Betätigung sowie der Realisierbarkeit ab. Laßleben beschreibt dabei zwei mögliche Ansatzpunkte der Lehrkräfte: Erstens kann der Lehrende den Wunsch nach sportlicher Betätigung insoweit realisieren, dass emotionale Bindungen infolge von Erfolgserlebnissen, positiven Erfahrungen und Konsequenz-Erwartungen aufgebaut werden. Zweitens ergibt sich durch die Herabsetzung von Verhaltensbarrieren und Handlungshindernissen die Möglichkeit, Schülerinnen und Schüler zum selbstständigen Sporttreiben zu bewegen. Im Schulsport sollte neben der Minimierung möglicher Störfaktoren auf sportlicher Ebene auch die Angst, sich etwas Neuem zu erschließen, minimiert werden.

- Schulsport kann einen chancengleichen Zugang zum Trendsport bieten

Der Schulsport erreicht alle Kinder und Jugendlichen und kann somit einen chancengleichen Zugang zu den Trendsportarten ermöglichen. Zugangsbarrieren bestehen aufgrund der teilweise hohen materiellen Voraussetzungen, dem Fehlen einer professionellen Anleitung und einer ausgeprägten Fähigkeit zur Selbstorganisation sowie aufgrund sozialer Faktoren. Es sollte ein pädagogisches Anliegen der Schule sein, einen chancengleichen Zugang zu ermöglichen und gegebenenfalls auch die Kontinuität und Anschlussfähigkeit außerhalb der Schule zu unterstützen. Dazu könnten eine gemeinsame Erschließung der Räumlichkeiten, die Ausleihmöglichkeit von Trendsportgeräten an der Schule und ein Preis-Leistungs-Vergleich der Angebote kommerzieller Sportanbieter gehören. Außerdem sollten geschlechtsspezifische Aspekte im Trendsport angesprochen werden.

- Trendsportarten können Differenzierungsmöglichkeiten eröffnen

Im Trendsport fehlt häufig ein fundiertes Wettkampfkonzzept und der Leistungsaspekt tritt nicht so sehr in den Vordergrund wie in traditionellen Sportarten. Intraindividuelle Leistungsverbesserungen haben meist Vorrang gegenüber dem Vergleich zu anderen Sportausübenden, was pädagogisch zu begrüßen ist, da Frustrationserlebnisse verhindert werden und es einen Ausgleich für benachteiligte Schülerinnen und Schüler in leistungsträchtigen Sportarten darstellt. Daraus ergeben sich interessante Möglichkeiten der Differenzierung und Integrierung im Unterricht. Weiters haben die Schülerinnen und Schüler bei neuen Sportarten ähnliche Voraussetzungen, während sich bei tradierten Sportarten die Mitglieder von Vereinen in den Vordergrund spielen können.

- Trendsportarten können gesteigerte Darstellungsbedürfnisse befriedigen

Selbstinszenierung und Selbstdarstellung sind in vielen Trendsportarten tragende Aspekte. Trendsport ist ein geeignetes Experimentierfeld für ein gesteigertes Präsentationsbedürfnis Kinder und Jugendlicher und Darstellungsbedürfnisse können gerade in diesen Sportarten eingelöst werden. Darüber hinaus fördert die Gelegenheit zur öffentlichen Darstellung die Motivation bei den Lehrenden und es kann in weiterer Folge auch die Qualität der Präsentationsleistung verbessert werden.

Doch trotz des Interesses in der Lehrerschaft und der Aktualität des Trendsports ergeben sich einige Hürden und Widersprüche, wenn Inhalte von Trendsportarten zum Thema im Sportunterricht gemacht werden. Diese Problematik soll ebenfalls beleuchtet werden.

Söll (2000a, S. 7f) verlangt von einem guten Sportunterricht die Einhaltung der beiden Grundpositionen der allgemeinen, vielseitigen und grundlegenden körperlichen Ausbildung sowie die Beschränkung auf das Einfache und Elementare, wobei das Unterrichtsfach Bewegung und Sport nur in wenigen ausgewählten Bereichen darüber hinausgehen sollte. Diese beiden Forderungen ergänzen sich und sind im Zusammenhang zu sehen. Verzichtet man auf eine der beiden, würde sich der Sportunterricht nicht mehr vom Vereinssport oder von kommerziellen Sportanbietern unterscheiden. Außerdem meint Söll, dass es zwar verlockend ist, den modernen und aktuellen Sport auch in die Schule zu holen, man dabei allerdings das Problem einer sachgerechten, didaktisch und pädagogisch begründeten Auswahl der Schulsportinhalte lösen muss. In einer anderen Ausgabe derselben Zeitschrift betont Söll (2000b, S. 377-382), dass die Frage nach den tatsächlichen und vor allem längerfristigen Auswirkungen der Trendsportarten auf den Schulsport nicht oder nur unvollständig beantwortet wird. Weiters ist seiner Meinung nach anzunehmen, dass Trendsportarten zunächst einen größeren Anklang bei Schülerinnen und Schülern finden, jedoch ihre Anziehungskraft verlieren, wenn sie zur Normalität werden. Außerdem sind Trendsportarten an ein

bestimmtes Umfeld, meist eine jugendliche Subkultur, gebunden und ein Herauslösen aus dieser Umgebung bedingt den Verlust ihrer Exklusivität. Bezogen auf die frühere Trendsportart Inlineskaten verweist Söll auf die Problematik der Ausrüstung, der Unfallgefahr (die bei neuen Sportarten in der Öffentlichkeit anders bewertet wird als herkömmliche Schäden) und die fragliche pädagogische sowie bewegungsbildende Funktion. Eine vorausschauende Planung für die Ausbildung der Sportlehrkräfte wäre bei einer Eingliederung von Trendsportarten in die Schule laut Söll ebenfalls nicht mehr möglich. Eine Lehrperson erlebt in ihrer Dienstzeit mehrere solcher Zyklen mit und würde ständig dem letzten Trend hinterherlaufen, ohne die professionellen Trendsetter jemals einzuholen. Weitere Konsequenzen sieht der Autor darin, dass der Trend als Pflichtgegenstand seine Attraktivität verlieren würde, Trendsportarten allgemein zur Maßlosigkeit und Übersteigerung tendieren sowie in der Regel die organisatorischen Möglichkeiten der Schule überschreiten. Schlussendlich käme es zu einer fast unendlichen Fülle an möglichen Schulsportinhalten und der Schulsport würde in weiterer Folge seine Identität verlieren.

Auch Laßleben (2009, S. 24-27) formuliert gegen die Integration von Trendsportarten in den schulischen Unterricht sieben Thesen, welche im Folgenden kurz zusammengefasst dargestellt werden sollen:

- Lehrkräfte sind nicht ausreichend qualifiziert

Solche Bedenken beziehen sich auf die mangelnde praktische Qualifikation auf Seiten der Lehrkräfte und die sich immer schneller verändernden Innovationszyklen der Sportentwicklung. Weiters lässt sich eine geringe Innovationsbereitschaft der Lehrerinnen und Lehrer feststellen und es finden vermehrt bewährte Rezepte sowie Unterrichtskonzepte mit reduzierter Inhaltsauswahl Anwendung.

- Die Lehrpläne sind (zu) voll

Die Ansprüche an das Unterrichtsfach Bewegung und Sport nehmen ständig zu, die verfügbare Zeit wird dabei aber immer weniger und die Stofffülle stellt ebenso eine Hürde für die Einbindung von Trendsportarten in den Schulsport dar. Bei einem schwindenden Zeitbudget immer mehr Inhalte zu fordern, ohne sich jedoch von alten verabschieden zu wollen, birgt die Gefahr von Hektik und Orientierungslosigkeit. Das Modernisierungsstreben könnte sich zu einem Teufelskreis entwickeln, in dem ständig Neues produziert werden müsse, um das erlahmende Interesse der Lernenden wach zu halten, was in Maßlosigkeit und Unzufriedenheit ausarten würde.

- Trendsportarten sind zu teuer

Viele Schulen sind finanziell eingeschränkt und ein geläufiges Argument gegen Trendsport im Unterricht ist somit die finanzielle Mehrbelastung. Folglich wird davor gewarnt, dass auch Eltern tiefer in die Tasche greifen müssten und somit die durch Gruppendruck untermauerten Forderungen der Kinder sie vor finanzielle Probleme stellen würden. Eine Zweiklassengesellschaft für sozial schwächer gestellte Familien wäre die Folge.

- Trendsportarten sind verletzungsträchtig

Trendsportarten werden in der öffentlichen Wahrnehmung oft mit einem gesteigerten Gesundheitsrisiko gleichgesetzt, was ein gängiges Argumentationsmuster gegen solche Bewegungshandlungen darstellt. Dieses Bild wird sicherlich auch teilweise von den Medien mitgezeichnet. Auf sachlicher Ebene bestehen auf jeden Fall gegen einige Trendsportarten sicherheitsrelevante Bedenken, die deshalb für eine schulische Thematisierung ausscheiden (vgl. Abschnitt 3.4).

- Trendsportarten sind mit schulischen Rahmenbedingungen inkompatibel

Viele der einzelnen Trendsportarten sind nur bedingt mit den Rahmenbedingungen der Schule und den gebräuchlichen Unterrichtsarrangements kompatibel. Vor allem die räumlichen Gegebenheiten sind primär den traditionellen Sportarten geschuldet und manche Trendsportarten erfordern sogar das Aufsuchen schulferner Sportstätten. Ebenso können die üblichen Sozialformen im Trendsport Schwierigkeiten bereiten, da aufgrund der oftmals großen Klassenstärken der Trend zum Sporttreiben in kleinen Gruppen, wie es bei Trendsportarten oft üblich ist, nicht immer umsetzbar ist.

- Trendsportarten verlieren ihren Reiz in der Schule

Trendsportarten zeichnen sich durch ihren besonderen Charakter wie Gestaltungsoffenheit und Szeneeinbindung aus, wodurch oftmals das Argument vorgebracht wird, ihre Verbreitung in der Schule geht mit erheblichen Attraktivitätsverlusten einher. Deshalb stellt sich auch die Frage, welche Trendsportart in die Schule geholt werden sollte und welche man besser dem Freizeitsport überlässt, was in Abschnitt 3.4 diskutiert wird. Die Institutionalisierung von Trendsportarten kann sich also auch problematisch erweisen, da die Gefahr besteht, dass jugendliche Trendsportlerinnen und Trendsportler das schulsportliche Engagement als Einmischung wahrnehmen. Außerdem könnte die Trendspirale durch die Thematisierung von Trends in der Schule zusätzlich beschleunigt werden, wodurch wieder schneller andere Trends in der Trendsportszene auftauchen.

- Trendsportarten sind ein zeitlich begrenztes Phänomen

Die Lebenszyklen von Trendsportarten sind teilweise relativ kurz, wodurch es immer schneller zu einer Ausdifferenzierung kommt und der Schulsport damit zum „Trittbrettfahrer“ gerät. Durch die beschleunigte Sportentwicklung wird der Sport in dieser Form als geeignete Bezugsgröße für die Schule in Frage gestellt.

Diese Argumente gegen eine schulische Thematisierung von Trendsport fallen allerdings pauschal aus und müssen deshalb mit Blick auf eine bestimmte Trendsportart präzisiert werden. Außerdem muss davon ausgegangen werden, dass sich die aufgezeigten pädagogischen Chancen nicht ohne weiteres in den Unterricht übersetzen lassen und geeignete didaktische und methodische Arrangements zu treffen sind. Diese sollen in Kapitel 5 auf die ausgewählten Trendsportarten Le Parkour/Freerunning, Slacklinen und Ultimate Frisbee umgelegt und die Eignung dieser Inhalte als Schulsport überprüft werden.

3.3 Probleme bei der Einführung von Trendsport in den Schulsport

Sieht man sich den Definitionsversuch des Begriffs Trendsport aus Kapitel 2.1.3 an, stellt die Integration dieser Sportarten in den Schulsport eigentlich ein Paradoxon dar. Denn bei Trendsport geht es um Körperaufwertung, Individualität, Loslösung von Strukturen und Organisation des Sports, Prägung eines eigenen Lebensstils und Abwendung von tradierten Sportarten, was eigentlich dem traditionellen Bewusstsein des Schulsports widerspricht. Trendsport würde also durch die Verschulung seinen Reiz und seine Exklusivität verlieren und der Szenecharakter würde bei der Integration in den Unterricht aufgehoben werden (Sigg, 2009, S. 25f).

Die Institutionalisierung von Trendsportarten in den Schulsport widerspricht demnach der Charakteristik dieser Bewegungshandlungen, nämlich der Dezentralisierung von sozialen Organisationen. Dadurch könnte auch der Reiz des Trendsports verloren gehen, was den Sinn der Vermittlung in einer Bildungseinrichtung in Frage stellt. Jedoch sollte der Freizeitsport in der Schule nicht einfach unreflektiert übernommen, sondern die Präsentation, das Verstehen und Durchschauen der Sportkultur als ein Ausbildungsziel angenommen werden. Diese setzt sich in unserer Gesellschaft aus traditionellen und neuen Sportarten zusammen, wobei keine der beiden ignoriert werden sollte. Außerdem bietet sich durch die Thematisierung von Trendsportarten im Unterricht die Chance, ihre teilweise unerwünschten Formen didaktisch zu hinterfragen.

Andererseits ist es aber auch fraglich, ob eine Trendsportart überhaupt ihren Charakter und ihre typischen Merkmale bei einer Integration in den Schulsport verliert. Wird eine Trendsportart als Bewegungsform entsprechend der modernen Gesellschaft verstanden, behält sie auch wenn sie institutionalisiert wird weiterhin ihre Merkmale. Die Aufgabe des Schulsports besteht nämlich nicht darin, den Freizeitsport so gut wie möglich abzubilden, sondern den Schülerinnen und Schülern die Möglichkeit zu geben, die jeweilige Bewegungskultur zu verstehen (Küßner, 2002, S. 47f).

Rochhausen (2010, S. 12) erkennt ebenfalls einen nicht unwesentlichen Widerspruch des Schulsports und der meisten Trendsportarten, in seinem Fall Le Parkour/Freerunning: Die Beurteilung. Parkour sollte doch wertungsfrei sein, im Unterrichtsfach Bewegung und Sport ist es allerdings notwendig, die Schülerinnen und Schüler zu bewerten. Einerseits kann bei dieser Trendsportart eine Bewertung der erlernten Bewegungen in Form von einer Performance oder eines Zeitvergleiches erfolgen. Andererseits ergibt sich daraus aber auch die Möglichkeit, die grundsätzliche Struktur und Organisation des Sportunterrichts zu überdenken und bewertungsfreie Inhalte anzubieten.

Wer Trendsportarten in die Sporthalle oder auf den Schulhof holt, läuft demnach immer Gefahr, Inhalte jugendkultureller Bewegungspraxis durch die tradierten Bahnen des Schulsystems zu vermethodisieren. Ein Import von Trendsportarten in den schulischen Unterricht kann dabei zu einer Verfälschung derselben führen. Lange und Sinning (2012, S. 68f) sind sich dieser Problematik bewusst und verweisen auf eine Grafik, die eine mögliche Auflösung dieses Verschulungsproblems aufzeigt (Abbildung 7). Allerdings wird diese dann in ihrem Band nicht weiter kommentiert und die Diskrepanz zwischen schulischer Methodisierung von Sportarten und jugendkulturellen Bewegungshandlungen bleibt ungelöst.

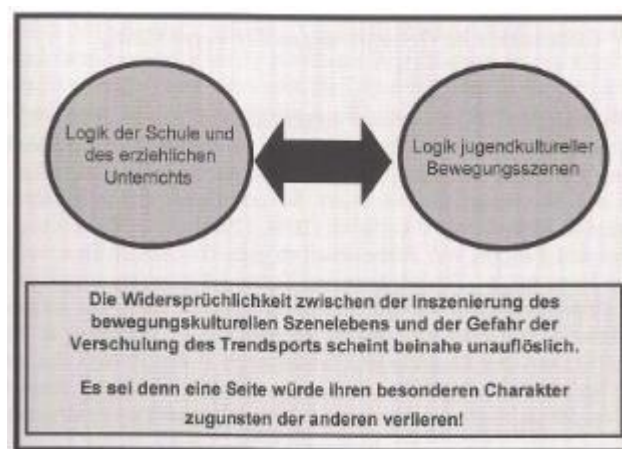


Abbildung 7: Auflösung des Verschulungssystems (Lange & Sinning, 2012, S. 69)

3.4 Analyse von geeigneten Trendsportarten für den Schulsport

Als Sportlehrerin und Sportlehrer ist man natürlich gezwungen, alle Bewegungshandlungen und vermeintlichen Trendsportarten zu überprüfen, bevor sie den Weg in den schulischen Unterricht finden. Nicht alle Sportarten sind für den Sportunterricht geeignet und es obliegt der Verantwortung der Lehrperson, Aktivitäten in den Kanon des Unterrichts aufzunehmen oder zu verbannen. Sie sollte die Schülerinnen und Schüler so erziehen, dass diese einerseits ihre eigenen Interessen und Bedürfnisse verwirklichen können, auf der anderen Seite aber auch kritisch mit Trends im Sport umgehen lernen (Sigg, 2009, S. 24).

Nach Balz (2001, S. 5) kann man die Aufnahme einer Trendsportart in die Schule anhand folgender Kriterien überprüfen:

- Rechtswidrige und hochgefährliche Aktivitäten sind auszuschließen.
- Es sollte nach dem Prinzip des Exemplarischen eine Auswahl getroffen werden, damit die jeweiligen Besonderheiten der verschiedenen Trendsportarten ihre Berücksichtigung finden.
- Es sollte eine altersgerechte und entwicklungsadäquate Auswahl getroffen werden.
- Die Rahmenbedingungen sollen die Auswahl mitbestimmen.
- Es sollte ein Spagat zwischen tradierten Sportarten und Trendsportarten erfolgen.
- Auch die Qualifikation und die Interessen der Lehrenden und Lernenden sowie notwendige Materialien spielen eine wichtige Rolle.

Natürlich entwickelt sich Trendsport selten in der Halle, sondern fast ausschließlich im Freien. Trotzdem geht es in dieser Arbeit um Sportarten, die im Turnsaal oder am Schulgelände betrieben werden können. Somit bleibt der Gesamtkontext der Schule gewahrt und die Recherche nach geeigneten Trendsportarten verliert sich nicht in Winter-, Wasser- oder sonstigen Sportarten, die im außerschulischen Bereich ihren bevorzugten Raum haben. Diese können allerdings auf Sommer- oder Wintersportwochen thematisiert werden. Neben der Undurchführbarkeit in der Halle beziehungsweise auf einem Sportplatz werden ebenfalls Sportarten ausgeschlossen, die ein zu hohes Sicherheitsrisiko mit sich bringen (wie zum Beispiel BMX), zu hohe Ansprüche an Gerätschaften stellen (alle Board-Sportarten, Stiefelspringen) oder nicht in den Kontext Schule passen (Pole Dancing, Paintball).

Das Hauptaugenmerk liegt aus oben genannten Gründen auf den Trendsportarten Le Parkour/Freerunning, Slacklinen und Ultimate Frisbee, die sich für den Schulsport eignen und auch methodisch und didaktisch passend umsetzbar sind. Die Auswahl der

genannten drei erfolgte neben der Einhaltung der Trendsport-Definition und der Sicherheitsaspekte sowie der Übereinstimmung mit den genannten Kriterien nach Balz auch nach Verbreitungsgrad, Aktualität und Bekanntheit der Sportart. Außerdem lassen sich diese Trendsportarten ideal mit diversen anderen Inhalten des Sportunterrichts kombinieren und ebenfalls auf tradierte Sportarten umsetzen und anwenden.

Als Entscheidungsgrundlage für die Auswahl der Lehr-/Lerninhalte und der Unterrichtsthemen sind Aufgaben und Zielsetzungen des Schulsports anzusehen. Daraus leitet sich ein mehrdimensionaler Inhaltsbegriff für den Unterricht ab, den Größing (2007, S. 126) wie folgt erläutert: „Lerninhalte sind zunächst einmal Bewegungsfertigkeiten, motorische Fähigkeiten und Wissensbereiche der Bewegungskultur, durch deren Erwerb der Schüler in die Lage versetzt wird, sportliche, spielerische und andere Bewegungstätigkeiten [...] für sich allein oder in [...] Gruppen mit anderen Personen auszuführen, die motorischen Aktivitäten anderer zu planen und zu leiten, sportliche Handlungen und Normen zu bewerten und die sportliche Leistungsfähigkeit zu verbessern.“ Der Autor weist in weiterer Folge darauf hin, dass die Lerninhalte des Schulsports keine fixierten und unveränderlichen Tätigkeiten sind, sondern offene Bewegungshandlungen darstellen. Trotzdem eignen sich aus verschiedenen Gründen nicht alle Sportarten für die schulische Vermittlung, weshalb es Auswahlkriterien bedarf. Solche sind laut Größing (2007, S. 126) unter anderem die curricularen Lernziele des Unterrichtsfachs Bewegung und Sport, pädagogische Leitideen, didaktische Grundsätze, räumliche Gegebenheiten, vorhandene Sportstätten und -geräte, die Ausbildung der Lehrpersonen sowie die Interessen der Schülerinnen und Schüler.

Lange und Sinning (2012, S. 65f) weisen darauf hin, dass es im Verlauf der Geschichte schon oft gelungen ist, neue Inhalte für den Sportunterricht zu gewinnen, obwohl diese in der Regel nicht reibungslos von Beginn an integriert werden konnten. Dabei stehen sich immer zwei Positionen gegenüber: Auf der einen Seite das Feld innovativer Bewegungskulturen und auf der anderen Vertreterinnen und Vertreter einer traditionell-konservativen Linie, die den Status quo des Unterrichts halten möchten. Als Beispiel führen sie die Sportart Fußball an, die vor etwa 110 Jahren als Trendsport galt und heute als selbstverständlicher Bestandteil unserer Bewegungskultur angesehen wird (vgl. Lange & Sinning, 2012, S. 66f).

3.5 Zusammenfassung

Kapitel 3 beleuchtete einleitend, weshalb Trendsport im schulischen Unterricht vermittelt werden sollte und betonte die Berechtigung eines solchen Vorhabens. Neben der starken Verbreitung in wissenschaftlichen Zeitschriften und der Auseinandersetzung vieler

Autorinnen und Autoren mit dem Thema ist auch der Einwand, dass der Unterricht außerschulische Entwicklungen beachten und zukunftsorientiert ausgelegt werden sollte, von großer Bedeutung. Denn nur ein Sport, der auch die Gegenwart erfüllt, kann Einfluss auf die sportliche Zukunft der Schülerinnen und Schüler haben. Somit stellt das Wecken von Interesse an neuartigen Bewegungen einen wichtigen Faktor im Unterricht dar. Denn dadurch können auch Kinder und Jugendliche zum Sporttreiben bewegt werden, die mit traditionellen Sportarten negative Erfahrungen haben. Doch die Einführung von Trendsportarten soll das traditionelle Angebot nicht ersetzen, sondern sowohl etablierte als auch neuartige Bewegungsformen sollten ihren Platz im Unterrichtsfach Bewegung und Sport besitzen. Ein vielseitiges Sportartenangebot kann für zusätzliche Bewegungsreize sorgen und einen Impuls für das persönliche, außerschulische Freizeitverhalten setzen.

Im Anschluss wurden Argumente für sowie gegen die Eingliederung von Trendsportarten in den schulischen Unterricht aufgezeigt und näher beleuchtet. Für eine Integration von Trendsport spricht dabei der Beitrag zu mehr Lebensnähe der Lernenden, die Anleitung zu einer kritischen Reflexion sportlicher Entwicklungen, die Förderung der Motivation, Selbstständigkeit und sportlichen Handlungsfähigkeit, der chancengleiche Zugang, eine Eröffnung von Differenzierungsmöglichkeiten und die Zufriedenstellung von gesteigerten Darstellungsbedürfnissen. Nicht zuletzt können Trendsportarten auch eine dauerhafte Sportausübung unterstützen, wenn Schülerinnen und Schüler die vorgestellten Inhalte aus dem Unterricht in ihre außerschulische Lebenswelt transferieren. Gegen eine Integration von Trendsport spricht allerdings die oftmals unzureichende Qualifikation der Lehrenden, die Auslastung der Lehrpläne, der Verlust der Anziehungskraft, wenn die Sportart zur Normalität wird, der Verlust der Exklusivität im schulischen Umfeld und die Inkompatibilität mit den schulischen Rahmenbedingungen. Weiters werden Trendsportarten oft als zu teuer, verletzungsträchtig und als zeitlich begrenztes Phänomen gesehen. Anschließend wurden Probleme aufgezeigt, mit denen Trendsportarten zu kämpfen haben, wenn sie im schulischen Unterricht behandelt werden sollen. So würde Trendsport durch die Verschulung seinen Reiz verlieren und der Szenekarakter bei der Integration in den Unterricht aufgehoben werden. Die Institutionalisierung von Trendsportarten in den Schulsport widerspricht also der Charakteristik dieser Bewegungshandlungen, die eine Dezentralisierung von sozialen Organisationen verfolgt. Andererseits ist aber nicht sicher, ob eine Trendsportart überhaupt ihren Charakter und ihre typischen Merkmale einbüßt. Denn wird eine Trendsportart als Bewegungsform entsprechend der modernen Gesellschaft verstanden, behält sie auch nach einer Institutionalisierung weiterhin ihre Merkmale. Im

Unterrichtsfach Bewegung und Sport sollen Trendsportarten nämlich nicht mitsamt ihrer Szene und Lebensstilprägung übernommen werden, sondern die Schülerinnen und Schüler sollen die Möglichkeit erhalten, die jeweilige Bewegungskultur verstehen zu lernen sowie die Bewegungshandlungen innerhalb sicherer Rahmenbedingungen zu erproben.

Am Ende des Kapitels erfolgte eine Analyse von geeigneten Trendsportarten für den Unterricht, wobei einige Kriterien aufgezählt wurden, die Sportarten erfüllen müssen. Dahingehend sind rechtswidrige und hochgefährliche Aktivitäten auszuschließen, es sollte eine Auswahl getroffen werden sowohl nach dem Prinzip des Exemplarischen, damit die jeweiligen Besonderheiten der verschiedenen Trendsportarten ihre Berücksichtigung finden, als auch bezogen auf altersgerechte und entwicklungsadäquate Inhalte und die Rahmenbedingungen sollten diese Auswahl mitbestimmen. Außerdem ist ein Gleichgewicht von tradierten Sportarten und Trendsportarten anzustreben und Qualifikation, Interessen auf beiden Seiten sowie notwendige Materialien spielen eine wichtige Rolle. Weiters müssen die curricularen Lernziele des Unterrichtsfachs Bewegung und Sport befolgt und pädagogische Leitideen sowie didaktische Grundsätze eingehalten werden. Vor diesem Hintergrund wurden die in der vorliegenden Arbeit bearbeitenden Trendsportarten ausgewählt, wobei in Abschnitt 5 eine genaue Analyse ihrer Eignung für den Unterricht erfolgt.

4 Sportpädagogische und didaktische Anknüpfungspunkte an Trendsportarten

In diesem Kapitel sollen im ersten Teil der österreichische Lehrplan analysiert und Anknüpfungspunkte zu Trendsportarten erläutert werden. Dies kann als Legitimation von trendsportlichen Bewegungsformen für die Eingliederung in das Unterrichtsfach Bewegung und Sport dienen. Danach werden pädagogische und didaktische Aspekte von Trendsport aufgezeigt und pädagogische Perspektiven näher betrachtet. Im Anschluss daran folgt eine Erläuterung der allgemeinen didaktischen Prinzipien sowie der speziellen Prinzipien der Sportdidaktik nach Größing (2007) und Bräutigam (2003). In weiterer Folge sollen Konsequenzen und konkrete Folgerungen für die Vermittlung von Trendsportarten gezogen und methodische Grundsätze für das Unterrichten von Trendsportarten behandelt werden. Diese Erkenntnisse finden dann in den aufgezeigten Übungsvorschlägen (Kapitel 6) Berücksichtigung. Abschließend werden sportpädagogische Herausforderungen herausgearbeitet, die sich bei der Vermittlung von Trendsportarten im Sportunterricht ergeben können.

4.1 Lehrplanbezug

Trendsportarten können individuell, als Sport mit einem Partner beziehungsweise Gegner sowie als Mannschaftssport betrieben werden, wodurch sich auch viele Kompetenzen aus dem Lehrplan vermitteln lassen.

Die Schulsportkultur ist in ihren Zielen und ihrem Sinn nach dem allgemeinen Erziehungs- und Bildungsziel der Schule verpflichtet. Demnach sollen soziale, gesellschaftliche und kulturelle Wirklichkeiten in pädagogisch relevante Erfahrungen transformiert werden. Daraus ergibt sich der Anspruch, aktuelle Bezüge zur Gegenwart, in die Trendsportarten zweifellos fallen, innerhalb der Schule noch stärker zu akzentuieren. Vor allem die Sportkultur unterliegt Ausdifferenzierungen und Veränderungsprozessen. Dabei zeigt sich, dass insbesondere Kinder und Jugendliche bei der Verbreitung neuartiger Sportphänomene als Trendsetter fungieren. Somit drängen neue Sportarten und Bewegungshandlungen in die Schule, womit die Forderung besteht, Bezüge zu diesen modernen Formen und Entwicklungen des Sports herzustellen (Schlesinger & Weigelt, 2006, S. 188).

Im Jahr 2000 wurde der (neue) AHS-Lehrplan für die Unterstufe und 2004 für die AHS-Oberstufe im Bundesgesetz kundgemacht, wobei in der Oberstufe erst mit dem Schuljahr 2007/08 die bisherigen Lehrpläne zur Gänze durch die neuen ersetzt wurden (vgl.

Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Kultur). Nachfolgend sollen die aktuellen Lehrpläne für Bewegung und Sport der Unter- und Oberstufe in Bezug auf die Vermittlung von Trendsportarten, vor allem der drei ausgewählten Le Parkour/Freerunning, Slacklines und Ultimate Frisbee, genauer analysiert werden.

Im österreichischen Lehrplan für die AHS-Unterstufe lassen sich drei der sechs angeführten Ziele der Bildungs- und Lehraufgabe ideal mit Hilfe von Trendsportarten verwirklichen:

- Erwerb eines grundlegenden und vielseitigen Bewegungskönnens und das Schaffen von Möglichkeiten zum Entdecken von Vorlieben für bestimmte Bewegungsformen und deren Einbeziehung in den persönlichen Lebensstil.
- Vielfältige Körper- und Bewegungserfahrungen in unterschiedlichen Situationen und Räumen, besonders auch in erlebnishaften und naturnahen Bewegungstätigkeiten.
- Kritisch-konstruktive Auseinandersetzung (Handeln und Wissen) mit Phänomenen der Bewegungskultur, besonders mit solchen der jeweiligen Trendsportarten, sowie mit Normen und Werten des Sports. (Österreichischer Lehrplan AHS-Unterstufe, 2000).

Auch unter den didaktischen Grundsätzen wird betont, dass die Lernbereitschaft durch Einbeziehung der Erlebniswelt der Schülerinnen und Schüler und entsprechender Trends im freizeitlichen Bewegungshandeln gesteigert werden kann. Bezogen auf den Lehrstoff steht für das grundlegende Bewegungshandeln das Verbessern und Stabilisieren der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten sowie das Erweitern der vielfältigen motorischen Aktivitäten im Vordergrund. Diese Aspekte werden genauso wie das Gewinnen von Körper- und Bewegungserfahrung in vielen heutigen Trendsportarten thematisiert und geschult. Im Bereich könnens- und leistungsorientierte Bewegungshandlungen sollen Bewegungsfertigkeiten ohne, mit und an Geräten erlernt und zu Bewegungsfolgen verbunden werden, wobei auch auf die Gestaltung nach ästhetischen Kriterien verwiesen wird. Ein weiterer Punkt lautet schnell, ausdauernd und über Hindernisse laufen sowie weit, hoch und über Hindernisse springen. All diese leistungsorientierten Bewegungen lassen sich durch die ausgewählte Trendsportart Le Parkour/Freerunning schulen. Ebenfalls dieser Sportart zuzuschreiben sind kreatives Variieren, Kombinieren und Erfinden von Bewegungen und vor allem im Bereich Freerunning das Umsetzen von akrobatischen Fertigkeiten. Der Aufbau von Körperwahrnehmung sowie die Entwicklung von Sensibilität für verschiedene Sinne und des Körpergefühls lässt sich in der Trendsportart Slacklines verwirklichen. Hier können die Lernenden zusätzlich die Bewegungsfertigkeiten in der Natur erleben. Zur Entwicklung einer Sportspielfähigkeit und einem Regelbewusstsein, der Übernahme der Spielorganisation beziehungsweise -leitung und dem Umsetzen von

mannschaftstaktischen Maßnahmen eignet sich Ultimate Frisbee hervorragend, da es ohne eigentlichen Schiedsrichter gespielt wird, das Feld je nach Gruppengröße leicht abgeändert werden kann und den Spielenden typisch mannschaftstaktisches Verhalten abverlangt (vgl. Österreichischer Lehrplan der AHS-Unterstufe).

Auch im Lehrplan für Bewegung und Sport ab der neunten Schulstufe lassen sich Verbindungen zu Eigenschaften von Trendsportarten finden. Neben dem Ausbilden und Verbessern eines vielseitigen Bewegungskönnens sollen Schülerinnen und Schüler die Fähigkeit entwickeln, individuell bevorzugte Bewegungsformen zu entdecken, diese in den persönlichen Lebensstil einzubeziehen und somit Sport auch außerhalb der Schule zu betreiben. Außerdem sollen sich die Lernenden mit der gesellschaftlichen Funktion des Sporttreibens auseinandersetzen, unter anderem durch kritisch-konstruktive Beschäftigung mit Bewegung, Spiel und Sport und dem reflexiven Umgang mit Normen, Werten, Trends und Umwelt. Auch die Heranführung der Schülerinnen und Schüler an Grenzsituationen unter gleichzeitiger Bewahrung der höchstmöglichen Sicherheit wird betont. Ein wichtiger Aspekt innerhalb der didaktischen Grundsätze besteht darin, dass die Lern- und Leistungsbereitschaft durch motivierende Unterrichtsgestaltung und Methodenvielfalt sowie durch Berücksichtigung der Interessen der Schülerinnen und Schüler gefördert werden muss. Durch die Einbeziehung der Bewegungswelt und entsprechender Freizeittrends der Jugendlichen kann diese Bereitschaft zusätzlich gesteigert werden. Im Lehrstoff werden die Weiterentwicklung der konditionellen (bei Parkour/Freerunning werden durchgehend die Attribute Kraft und Schnelligkeit geschult) und koordinativen Fähigkeiten (Balancefähigkeit bei Slacklinen, Hindernisparcours im Parkoursport) als Grundlagen zum Bewegungshandeln genannt. Es sollen vielfältige Bewegungsaufgaben gelöst werden sowie die Teilnahme an Wettkämpfen auch im nichtorganisierten Sportbereich erfolgen, wobei hier ausdrücklich auf Trendsportarten verwiesen wird. Die Schülerinnen und Schüler sollen Kunststücke und Bewegungsverbindungen sowohl nach räumlich-zeitlichen als auch nach ästhetischen Kriterien erarbeiten und präsentieren lernen, was bei Le Parkour/Freerunning umsetzbar ist. Außerdem wird auf das Kennenlernen und die Ausübung vielfältiger Sport- und Trendspiele verwiesen, wobei auch die Fähigkeit entwickelt werden soll, verantwortliche Organisation und Spielleitung zu übernehmen. Diese Themen können im Trendsportspiel Ultimate Frisbee umgesetzt werden. Weiters wird auf die Erarbeitung von Bewegungsverbindungen und das Erweitern akrobatischer Fertigkeiten verwiesen (Freerunning), wobei ausdrücklich der Balancierparcours erwähnt wird (Le Parkour, Slacklinen). Auch der Körperwahrnehmung unter Beachtung des Bewegungsgefühls und

dem Erleben von Flow-Erlebnissen, wie sie in vielen Trendsportarten beschrieben werden, wird im Lehrplan Beachtung geschenkt. Im Bereich erlebnisorientierte Bewegungshandlungen kann man ebenso Bezugspunkte zu Trendsport finden. So sollen Schülerinnen und Schüler Sportaktivitäten erfahren und erleben, die sich vom alltäglichen Bewegen abheben und mit besonderen Gefühlen verbunden sind sowie etwas Neues und Unerwartetes bieten. Weiters stellt das Aufsuchen und selbsttätige Bewältigen von herausfordernden Bewegungssituationen und die Auslotung der persönlichen Grenzen einen wichtigen Aspekt dar. Das Einschätzenlernen von Gefahren sowie das Entwickeln einer umweltgerechten Einstellung bei der Ausübung von Natur- und Trendsportarten werden ebenfalls im Lehrplan aufgeführt (vgl. Österreichischer Lehrplan der AHS-Oberstufe).

Durch diesen Überblick kann somit gezeigt werden, dass sowohl Trendsportarten im Allgemeinen, als auch die in der vorliegenden Arbeit ausgewählten Bewegungshandlungen ihre Berechtigung zur Vermittlung im schulischen Sportunterricht laut Lehrplan besitzen.

4.2 Pädagogische und didaktische Aspekte von Trendsport

Kurz (2004, S. 66f) formuliert sechs Perspektiven des Sports, die den individuellen Sinnzuschreibungen der Schülerinnen und Schüler sowie dem pädagogischen Anspruch der Lehrkraft gerecht werden: Leistung, Miteinander, Ausdruck, Eindruck, Wagnis und Gesundheit. Diese Perspektiven wurden in weiterer Folge auch in die Lehrpläne für den Schulsport in Nordrhein-Westfalen (NRW) eingegliedert, wie es die folgende Abbildung veranschaulicht.



Abbildung 8: Pädagogische Perspektiven (Schulsport NRW, 2007)

Laut den Rahmenvorgaben für den Schulsport Nordrhein-Westfalen in Deutschland können diese sechs Punkte nach Kurz als pädagogische Prinzipien abgeleitet werden. Diese Formulierungen sind auch im österreichischen Lehrplan enthalten, allerdings nicht so genau ausformuliert. Somit lassen sich diese Grundsätze auch auf das österreichische Schulsystem übertragen.

Die Perspektive „Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern“ richtet die Aufmerksamkeit auf den erkundenden und spielerischen Umgang mit der Umgebung sowie auf differenzierte, koordinative Fähigkeiten. Ebenfalls fallen unter diesen Aspekt die Auge-Hand-Koordination, das räumliche Sehen und das individuelle Bewegungsrepertoire. Die Perspektive „Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten“ zielt auf partner- und gruppenbezogene Gestaltungsmöglichkeiten, das Spiel mit der Bewegung sowie auf Bewegungskunststücke und Ausdrucksmöglichkeiten des Körpers. Der Bereich „Etwas wagen und verantworten“ stellt erhöhte Anforderungen an das Gleichgewicht und die Steuerungsfähigkeit, ungewohnte Positionen im Raum sowie das Eingestehen von Ängsten und an die damit verbundene Angstüberwindung. Kinder und Jugendliche sollen lernen, Risiken zu erkennen und einzuschätzen und die Folgen eines Wagnisses für sich selbst und andere bewusst machen. Auch die realistische Einschätzung der Schwierigkeit einer Bewegungsaufgabe ist in diesem Zusammenhang zu nennen. Die Perspektive „Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen“ richtet ihre Aufmerksamkeit auf Leistungsverbesserung, vielfältige und individuell angemessene Herausforderungen, auf selbstgesetzte Leistungsziele und die Stärkung des Vertrauens in die eigene Leistungsfähigkeit. „Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen“ zielt auf sportliches Handeln als Gemeinschaftserlebnis ab sowie auf sportliches Verhalten in konkurrenzorientierten Handlungssituationen und auf die Bewältigung sportlicher Aufgaben in Kooperation. Weiters soll das soziale Miteinander in heterogenen Gruppen, Fairness als Grundlage für Spielfähigkeit und das Regelbewusstsein geschult werden. Diese Perspektive trifft vor allem auf die ausgewählte Trendsportart Ultimate Frisbee zu. Außerdem muss ein gesundheitsbewusstes Verhalten bei Bewegung und Sport eingehalten sowie der Umgang mit gesundheitsgefährdenden Stressoren und das gesundheitsgerechte Sporttreiben in eigener Verantwortung thematisiert werden, was unter dem Aspekt „Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln“ zusammengefasst wird (Schulsport NRW, 2007). All diese pädagogischen Perspektiven lassen sich mit den ausgewählten Trendsportarten im Sportunterricht verwirklichen und eine Entwicklungsförderung durch Bewegung und Sport mit zeitgemäßen Inhalten kann bei den Schülerinnen und Schülern erzielt werden.

Lange und Sinning (2012, S. 71f) verdeutlichen, dass Trendsportarten lediglich eine Aktualisierung und Übersteigerung der Sinnperspektiven Gesundheit, Miteinander, Leistung, Eindruck, Ausdruck und Spannung (die auch mit den oben beschriebenen pädagogischen Perspektiven korrelieren) darstellen. In weiterer Folge lassen sich Trendsportarten darauf basierend ebenfalls in ein Korsett von sechs Gruppen einordnen, was das Autorenduo in Anlehnung an den Bielefelder Sportwissenschaftler Dietrich Kurz in einer anschaulichen Skizze darstellt (Abbildung 9). Dieses Schema eines mehrperspektivischen Sportunterrichts wird in Abschnitt 4.4 in Zusammenhang mit den Prinzipien der Sportdidaktik nach Größing (2007) ebenfalls aufgegriffen.



Abbildung 9: Übersetzung der sechs Sinnperspektiven in ein Trendsportartenkonzept (Lange & Sinning, 2012, S. 72)

Ebenfalls Lange und Sinning (2012, S. 78) skizzieren sechs auffällige Kriterien des Sich-Bewegens in Trendsportarten und entwickeln dadurch bewegungspädagogisch besondere Kennzeichen des Trendsports:

- Die Bewegungen sind schnell und beschleunigt.
- Sie lassen sich besonders flüssig, rund und stimmig gestalten.
- Häufig geht es um das Spiel mit dem Gleichgewicht.
- Die Formen der Bewegungen sind überaus variabel und orientieren sich immer wieder um die gleichen Grundprobleme, wobei vor allem die Themen „Gleichgewicht“ und „Beschleunigen“ im Vordergrund stehen.
- Die Bewegungen erlauben beachtliche Gestaltungspotenziale und zielen auf ästhetische Qualitäten ab.
- Die Bewegungen sind selten normgebunden und formal, sondern werden problemorientiert inszeniert (Lange & Sinning, 2012, S. 78).

Diese einschlägigen motorischen Kennzeichen müssen demnach in das Zentrum des Unterrichts gestellt werden, damit die Inszenierung von Trendsportarten in der Schule funktioniert. Bei so einer Inszenierung sollen laut Lange und Sinning Schülerinnen und Schüler nicht mit formallogischen Übungsreihen aufgehalten, sondern Lernsituationen arrangiert werden, durch die sie sich sofort mit den attraktiven und reizvollen Bewegungskennzeichen auseinandersetzen können.

4.3 Prinzipien der Sportdidaktik

Didaktische Prinzipien stellen eine wichtige Grundlage für den Lehr-/Lernprozess von Kindern und Jugendlichen dar. Von Aregger und Buholzer (2002, S. 12) werden sie als „Soll-Aussagen mit Grundsatzgehalt, die eine wünschenswerte Ausrichtung eines Lehr-/Lernprozesses skizzieren“ umschrieben. Somit sind sie „unterrichtsnäher als Leitbilder und Leitideen in Erziehungskonzepten und Lehrplänen“. Dies ist auch der Grund dafür, dass solche Prinzipien wichtig für eine Eingliederung von Trendsport in den Schulsport sind und deshalb auch in dieser Arbeit angesprochen werden müssen. Weiters enthalten sie eine Zieldefinition und sind konkreten Arbeitszielen und fachlichen Lernzielen übergeordnet. In der Regel lassen sie sich weder in Teilziele aufgliedern noch bestimmten Unterrichtsinhalten zuordnen. Didaktische Prinzipien entstammen einem Menschenbild, sind vom Zeitgeist geprägt und somit wandelbar. Sie erfüllen sich in der immer wieder erneuten Berücksichtigung in der Unterrichtsgestaltung und im persönlichen Handeln der Lehrenden und Lernenden, womit die wichtige Handlungsdimension angesprochen wird. Die Auseinandersetzung mit didaktischen Prinzipien beinhaltet ferner eine Reflexion, wodurch ebenfalls die Diskursdimension zum Tragen kommt. Natürlich können in Lehr-/Lernprozessen auch mehrere didaktische Prinzipien gleichzeitig wirksam sein.

Anhand dieser Erläuterungen formulieren Aregger und Buholzer (2002, S. 12-15) die drei Kategorien Ziel-, Handlungs- und Diskursdimension, an denen sich folgende didaktische Prinzipien orientieren:

- **Klima**

Als Ziele werden hierbei die Schaffung einer guten Atmosphäre und das Pflegen von gegenseitigem Vertrauen genannt. Sich selbst und andere motivieren sowie kooperatives Arbeiten stellt die Handlungsdimensionen dar. Die Durchführung einer Reflexion über die Lehr-/Lernstimmung und -umgebung berücksichtigt die Diskursdimension.

- **Spiel**

Dieses Prinzip beinhaltet das Wecken der Spielfreude und einen fairen Umgang untereinander (Ziel), was in Einzel- und Gruppenspielen, Lern- und Entspannungsspielen

oder Spielen ohne Gewinner (Handlungen) durchführbar ist. Beim Erfinden von Spielen oder Diskussionen über das Regelverhalten spielt die Diskursfähigkeit eine wichtige Rolle.

- Anschauung – Abstraktion (Prinzip – Gegenprinzip)

Als Ziele sind hier lebensbezogenes Lehren und Lernen (Anschauung) sowie das Bilden von Begriffen und gedankliche Ordnung schaffen (Abstraktion) zu nennen. Auf Handlungsebene sollen entweder vielfältige Medien genutzt und konkrete Situationen bewältigt (Anschauung), oder durch das Sprechen über Zusammenhänge Begriffsnetze konstruiert werden (Abstraktion). Die Diskursdimension spielt einerseits auf das Erarbeiten von Problemlösungsstrategien an (Anschauung), andererseits können Sachverhandlungen geführt und Standpunkte vertreten werden (Abstraktion).

- Entspannung – Konzentration (Prinzip – Gegenprinzip)

In diesem Punkt können die beiden Gegenprinzipien gemeinsam operationalisiert werden. Optimale Bedingungen schaffen und das Verbessern der Lehr- und Lernhaltung stellt für beide Seiten das Ziel dar. Auf Handlungsebene sollen Ausgleich, Erfrischung und Erholung eingebaut und dabei unterschiedliche Phasen bewusst erlebt werden. Als Diskursdimension ist die Optimierung der Arbeitsbedingungen und das Entwerfen und Evaluieren von Zeitplänen zu erwähnen.

- Individualbezug – Gruppenbezug (Prinzip – Gegenprinzip)

Für den Individualbezug stellt hier das Erkennen der persönlichen Leistungsfähigkeit und das Erfassen des Sinns von Einzelleistungen das Ziel dar, auf die Gruppe bezogen sollen Vorzüge der Kooperation erlebt und Gruppennormen verstanden werden. Individuell wird dabei eigenverantwortlich gehandelt und ein Lehr-/Lernförderprogramm erarbeitet. In der Gruppe stehen Interaktionsspiele und das Verwirklichen gemeinsamer Vorhaben im Vordergrund. Weiters muss das eigene Arbeiten geplant, durchgeführt und beurteilt sowie gruppendynamisches Verhalten reflektiert und Kompromisse ausgehandelt werden (Diskurs).

- Tradition (Fachbezug) – Innovation (Ganzheitsbezug)

Als Zieldimensionen werden bezogen auf Tradition das Verknüpfen ähnlicher Sachstrukturen und das Verfügen über lehrgangorientierte Grundlagen genannt, als Innovation gilt ein Denken in Alternativen und das Streben nach Verbesserungsmöglichkeiten. Einerseits soll überliefertes Kulturgut gepflegt und Bewährtes weitergegeben (Tradition), andererseits aber neue Handlungsmöglichkeiten genutzt und mögliche Folgen unterschiedlicher Vorgehensweisen abgeschätzt werden (Innovation). Als Diskursdimensionen sind das Akzeptieren von Autoritäten und somit nur eine geringe Diskursfähigkeit (Tradition) zu nennen. Demgegenüber stehen das

Diskutieren von alternativen Lernstrategien und das Hinterfragen von anderen Wertvorstellungen (Innovation), wodurch eine hohe Diskursfähigkeit erlangt werden kann.

Größing (2007, S. 120-125) stellt in seinem Band die heute bestehenden und seiner Ansicht nach anerkannten Prinzipien des Unterrichtsfachs Bewegung und Sport vor. Diese lauten Vielseitigkeit, Differenzierung, Planmäßigkeit, Improvisation, Einfachheit, Regionalität und Mitweltlichkeit. Die vier erstgenannten Unterrichtsprinzipien sind charakteristisch für die Sportdidaktik und den gegenwärtigen Sportunterricht, während die drei folgenden Grundsätze den Übergang zu einem neuen und zukünftigen Konzept einer Bewegungsdidaktik und eines bewegungskulturellen Unterrichts in der Schule darstellen.

- Vielseitigkeit

Dieser anerkannte Grundsatz im Schulsport reicht vom vielfältigen Sammeln von Bewegungserfahrungen bis zur Vielfalt der Unterrichtsmethoden. Ziel des Sportunterrichts soll eine Handlungsvielfalt in der Bewegungskultur sein. Allerdings darf die Vielseitigkeit nicht verwechselt werden mit einer Oberflächlichkeit oder Planlosigkeit. Vielseitigkeit im Sportunterricht muss geplant, zielgerichtet und ausreichend vertieft sein und fließt in alle didaktisch belangvollen Bereiche des Schulsports ein: die Konzentration auf die vier Aufgabenfelder Sport, Spiel, Ausdruck und Gesundheit, situative Ausgewogenheit in der Methodik (induktive und deduktive Unterrichtsverfahren) und Bereitstellung weiterer Lerngelegenheiten neben dem Sportunterricht (Sportkurse, Bewegungspausen, schulische Wettkämpfe,...).

- Differenzierung

Dieses Prinzip leitet sich aus der pädagogischen Idee der Individualisierung ab und fordert trotz der Gruppensituation schulischen Lernens Rücksicht auf individuelle Neigungen und unterschiedliche Leistungsfähigkeiten. Der Sportunterricht bietet dabei in fünf Bereichen Ansätze für eine Differenzierung: Bewegungsrhythmus, motorisches Profil, Leistungsvermögen, Interessen und Lerntempo.

- Planmäßigkeit

Das sportmotorische Leistungsvermögen als wichtiges Ziel des Schulsports soll durch geplante Lernwege erreicht werden. Das Prinzip der Planmäßigkeit leitet sich somit aus der Forderung nach Effektivität des Unterrichts ab. Der Schulsport muss den Schülerinnen und Schülern ein vielfältiges Angebot an motorischen Tätigkeiten von unterschiedlicher Komplexität und Schwierigkeit beim Erlernen und Üben unterbreiten. Deshalb müssen zielsichere Lernwege gegeben sein und ein geplanter Unterricht die Ausgangsbasis jeder Unterrichtseinheit darstellen. Zu einer effektiven Unterrichtsführung

stellen methodische Übungsreihen, Lernzielkontrollen, ein planvoller Stundenaufbau und die Erstellung eines Jahresplans die einzelnen Schritte dar. Doch effektiv ist ein Sportunterricht auch dann, wenn den Lernenden viele motorische Grunderfahrungen vermittelt und vielseitige Erlebnisse im Bereich der Bewegungskultur ermöglicht werden.

- Improvisation

Ein Prinzip nach Improvisation oder Offenheit im Sportunterricht steht zwar vordergründig zu Differenzierung und Planmäßigkeit in Widerspruch, stellt aber ebenfalls ein aktuelles Prinzip der Sportdidaktik dar. Auf Seiten der Schülerinnen und Schüler sind Kreativität, Selbstständigkeit und Spontaneität Voraussetzungen für die Verwirklichung dieses Prinzips. Allerdings sind eigene Antriebe zum Sport bei den Lernenden oftmals nicht gegeben und Unterrichtsziele in vielfacher Weise durch den Lehrplan vorgegeben, weshalb dieses didaktische Prinzip in der Praxis häufig seine Grenzen erfährt. Trotzdem können Schülerinnen und Schüler innerhalb dieser Grenzen bei der Unterrichtsgestaltung teilweise mitwirken, spontanes Handeln einbringen und Einfälle oder Improvisationen äußern. Am ehesten erfüllt das induktive Lehrverfahren die Forderung nach einem offenen Handeln im Schulsport und im eigenverantwortlichen Entscheiden kann sich Kreativität entfalten.

- Einfachheit

Dieses Prinzip soll den Kindern und Jugendlichen vermitteln, dass ein gelingendes und freudvolles Bewegungshandeln auch ohne teure Sportgeräte, spezielle Sportanlagen, lange Anfahrtswege oder kompliziertes Regelwerk möglich ist.

- Regionalität und Mitweltlichkeit

Die letzten beiden sportdidaktischen Prinzipien finden in der gegenwärtigen Sportdidaktik keine große Beachtung und werden auch in dieser Arbeit nicht näher behandelt. Trotzdem sei zu erwähnen, dass Regionalität die regionalen Bewegungsformen wie lokale Bewegungsmuster, motorisches Brauchtum, Straßenspiele oder traditionelle Bewegungskultur verbreiten und ins Lernprogramm aufnehmen möchte. Das Prinzip der Mitweltlichkeit soll den Menschen in das Gefüge des Lebens auf der Erde stellen und sieht die Landschaft nicht als beliebig veränderbare Sportanlage (vgl. Alpiner Skitourismus).

Nach Bräutigam (2003, S. 86-89) sind die Prinzipien Mehrperspektivität, Erfahrungs- und Handlungsorientierung, Reflexion, Verständigung und Wertorientierung zu berücksichtigen, soll die Leitidee eines erziehenden Sportunterrichts verwirklicht werden.

- Mehrperspektivität

Schülerinnen und Schüler sollen laut Bräutigam den Unterricht auf unterschiedliche Weise erleben (spannend, anstrengend, ermüdend, gesellig, kunstvoll,...), wobei in unterschiedlichen Situationen des Sporttreibens verschiedene Erlebnisdimensionen erschlossen und vielseitige Möglichkeiten des Umgangs mit Bewegung erfahren werden können. Nach dem Prinzip der Mehrperspektivität ist der Sportunterricht so zu gestalten, dass die verschiedenen Sinnperspektiven des Sports hervorgehoben werden.

- Erfahrungs- und Handlungsorientierung

Dieses Prinzip stützt sich auf den Grundsatz, dass Lernen als Prozess der handelnden Auseinandersetzung mit der Lebenswirklichkeit vollzogen wird. Sport ist an eine unmittelbar erlebte Körperpraxis gebunden, wodurch in konkreten Situationen der Sportpraxis Schülerinnen und Schüler ihre eigenen Erfahrungen machen können und diese gleichzeitig handelnd erproben. Aus Sicht dieses Prinzips soll der Sportunterricht offene und interessante Bewegungsaufgaben und -probleme bereitstellen.

- Reflexion

Um aus Erlebnissen und Erfahrungen eine sichere Urteilsfähigkeit und ein eigenständiges Handeln zu entwickeln ist es erforderlich, diese zu verarbeiten und zu reflektieren. Durch das Heraustreten aus einem Handlungsvollzug, um das Geschehen aus der Distanz zu betrachten und eine reflexive Zuwendung zu erfahren, können die Lernenden Hintergründe, Regelmäßigkeiten und Folgewirkungen ihres eigenen Handelns aufdecken und abschätzen. Diese Gelegenheiten müssen den Schülerinnen und Schülern im schulischen Sportunterricht bewusst geboten werden.

- Verständigung

Der Anspruch, dass Schülerinnen und Schüler ihr Leben eigenverantwortlich gestalten, ist nur dann einzuhalten, wenn sie auch an der Planung, Durchführung und Auswertung des Sportunterrichts beteiligt sind. Vorstellungen und Erwartungen sind beiderseits offenzulegen und gemeinsame Anliegen auszuhandeln sowie sinnvolle Realisierungsversuche für den Unterricht zu vereinbaren. Verständigung gilt aber auch für den Umgang der Lernenden untereinander, weshalb Arrangements und Situationen entworfen werden müssen, in denen sie in gemeinsamen Unterrichtsvorhaben zusammenarbeiten.

- Wertorientierung

Dieses Prinzip folgt dem Anspruch, Kindern und Jugendlichen bei der Gestaltung ihrer eigenen Biographie und einem persönlichen Lebensentwurf zu helfen. Voraussetzung ist

dabei die Ausbildung einer sicheren Identität, die durch Gelegenheiten im Unterrichtsfach Bewegung und Sport geboten wird, in denen Schülerinnen und Schüler Sinn und Werte des Sports entdecken und erproben können. An verständlichen Normen und Gütekriterien soll das eigene Handeln überprüft werden. Die Lehrperson fungiert bei dieser Entwicklung von Wertvorstellungen als Anleiter und Unterstützer und steht mit Hilfe zur Seite.

Die vorgestellten Prinzipien der Sportdidaktik nach Größing und die eines erziehenden Sportunterrichts nach Bräutigam können sowohl mit etablierten, als auch mit Trendsportarten im Unterrichtsfach Bewegung und Sport verwirklicht werden. Somit besteht eine Vereinbarkeit zwischen sportdidaktischen Prinzipien und der Vermittlung von Trendsportarten, auch wenn sich nicht alle angeführten Grundsätze in jeder Trendsportart realisieren lassen.

4.4 Fachdidaktik der Trendsportarten

Döhring und Gissel (2009, S. 10-12) stellen kompetenzorientierten Sportunterricht vor und sehen dahinter als Leitidee sportive Bewegungskompetenzen. Es sollen hier die Forderungen an einen kompetenzorientierten Sportunterricht angeführt werden, die sich auch besonders in den Trendsportarten umsetzen lassen. Vor allem die These „Kompetenzorientierter Sportunterricht zeichnet sich durch eine angemessene inhaltliche Thematisierung von exemplarischen, gegenwarts- und zukunftsbedeutenden Elementen aus der sportiven Bewegungswelt aus“ lässt sich hervorragend auf Trendsport umsetzen. Demnach müssen Schulen in Bezug auf die Thematisierung eher ungewohnter Sportarten und die Erarbeitung pädagogisch relevanter sportartungebundener Bewegungsformen über einen größtmöglichen Freiraum verfügen. Allerdings darf die Inhaltsebene nicht der Beliebigkeit freigegeben werden, sondern benötigt eine pädagogisch begründete Strukturierung. Die Forderung „Kompetenzorientierter Sportunterricht ist ganzheitlich“ kann ebenfalls durch Trendsportarten erfüllt werden. Im Unterrichtsfach Bewegung und Sport muss eine vielfältige Konfrontation mit der Bewegungskultur stattfinden, in welcher pädagogische Perspektiven akzentuiert werden sollen, wodurch sportives Bewegungshandeln nicht nur als leistungs- und konkurrenzorientierte Bewegungsgestaltung gesehen wird. Stattdessen kann ein seelisches Abtauchen in eine körperliche Gefühls- und Spielewelt oder eine geistige Reflexion über die Strukturen des Sportsystems angestrebt werden. Außerdem soll der Aspekt „Kompetenzorientierter Sportunterricht ist integrierend und nicht selektierend“ angeführt werden. Durch die Formulierung von Mindeststandards in Kompetenzmodellen wird ein Förderbedarf rechtzeitig erkannt und eingeleitet, wobei die Schule im Anschluss mit differenzierten Angeboten reagieren muss. Diese dürfen nicht stigmatisieren oder selektieren, sondern

sollen im Rahmen einer solidarischen Gemeinschaft erfolgen. Leistungsschwächere Schülerinnen und Schüler könnten über Trendsportarten motiviert werden und eine positive Wahrnehmung von Bewegungshandeln erfahren. In Sportarten wie Slacklines, Frisbee oder Parkour gibt es sicherlich weniger Vorkenntnisse aus Vereinen (wie zum Beispiel im Fußball), womit die Kinder und Jugendlichen eher auf eine Ebene gestellt werden können und sich eine homogenere Gruppe bildet.

Nach Schlesinger und Weigelt (2006, S. 188f) sollte die Schule ihre bestehenden Grenzen hinsichtlich der Unterrichtsgestaltung und des Schullebens nach innen und außen öffnen, wodurch auf die Lebenswelt bezogenes Lehren und Lernen ermöglicht wird. Weiters werden im Schulsport den Schülerinnen und Schülern aufgrund vorgegebener Rahmenlehrpläne vergleichsweise wenige Handlungsspielräume eingeräumt. Dies kann durch eine aktive Mitgestaltung am Unterricht und eine Einbettung von aktuellen Sportentwicklungen in den Schulsport erfolgen.

Als weiteres methodisches Mittel soll hier der offene Sportunterricht erwähnt werden, bei dem laut Größing (2007, S. 26) die Lehrperson gemeinsam mit den Schülerinnen und Schülern Bewegungsthemen plant und durchführt. Vor allem kommt dieses Unterrichtskonzept zur Anwendung, wenn Sportarten nicht herkömmlich und komplexer sind. Der Autor führt dabei Abenteuerspielplatz, Zirkus, Bewegungsbaustelle, Laufen und Balancieren an, wobei vor allem die beiden erstgenannten Bewegungsprogramme (z.B. bei Le Parkour/Freerunning, Breakdance, Bouldern,...) und das Balancieren (z.B. im Slacklines), aber auch Laufen (z.B. bei Le Parkour/Freerunning) Trendsportarten zuzuschreiben sind. Somit ließen sich Trendsportarten nach Größing vermehrt mit dem offenen Sportunterricht kombinieren. Zusätzlich werden im selben Band Bewegungsthemen wie Körper- und Bewegungserfahrungen, Gleichgewicht und Bewegungstheater dem offenen Sportunterricht zugeschrieben, was ebenfalls in vielen Trendsportarten Berücksichtigung findet.

Auch der mehrperspektivische Unterricht, der ebenfalls im Band von Größing (2007, S. 28f) angesprochen wird, integriert Inhalte, die vermehrt in Trendsportarten Berücksichtigung finden: Spannung, Miteinander, Körpererfahrung, Ausdruck, Wagnis. Größing sieht es überdies als Aufgabe des Unterrichtsfachs Bewegung und Sport, neben der Handlungsfähigkeit im Sport auch die Erziehung durch Sport zu fördern. Dazu wird folgende Abbildung vorgestellt, die sich auch bestens auf Trendsportarten adaptieren lässt.

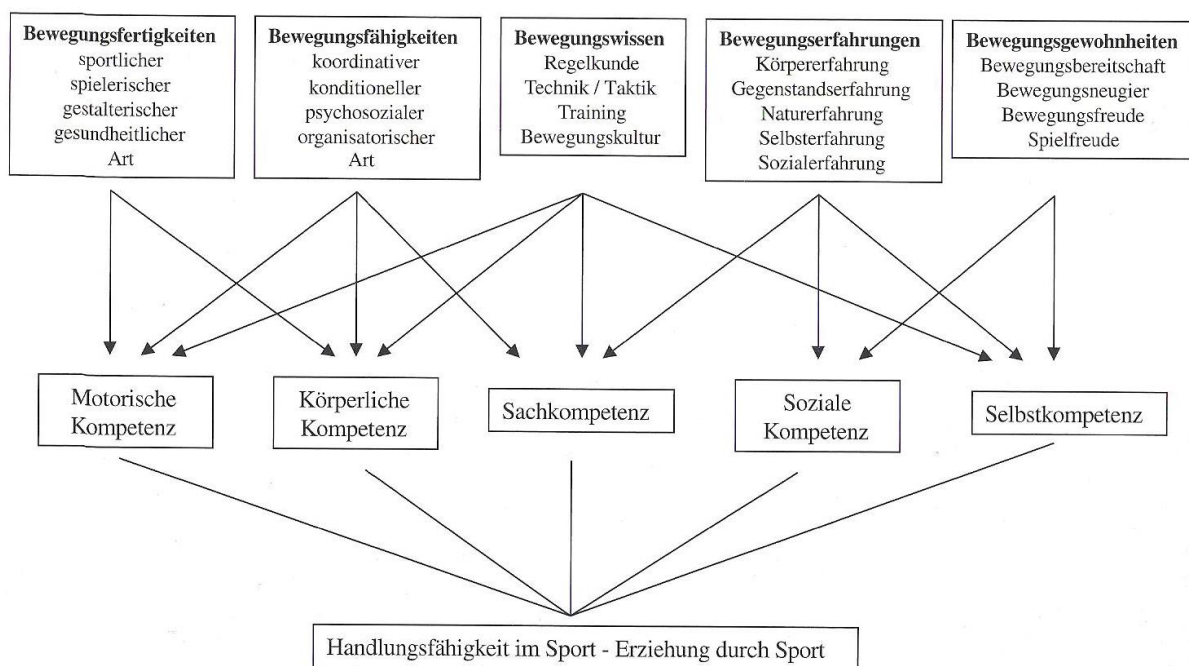


Abbildung 10: Handlungsfähigkeit im Sport und Erziehung durch Sport als Aufgabe des Sportunterrichts (Größing, 2007, S. 117)

Sowohl die aufgelisteten Bewegungsfertigkeiten, als auch Bewegungsfähigkeiten und Bewegungserfahrungen kommen explizit in den verschiedensten Trendsportarten vor. Doch ebenso Bewegungsgewohnheiten und vereinzelt Bewegungswissen dringen in die Bewegungshandlungen des Trendsports vor. Am Beispiel der drei Trendsportarten, auf die in dieser Arbeit näher eingegangen wird, soll dieser Sachverhalt verdeutlicht werden.

Le Parkour/Freerunning beinhaltet ohne Zweifel sportliche, spielerische und gestalterische Bewegungsfertigkeiten, lediglich die gesundheitliche Komponente wird wenig bis gar nicht angesprochen. Ebenso lassen sich alle angeführten Bewegungsfähigkeiten der Trendsportart zuschreiben, wobei die organisatorische Komponente im Training eine geringere Rolle spielt. Das Bewegungswissen findet eher weniger Anwendung in dieser Sportart, allerdings muss sehr wohl ein regelmäßiges Training stattfinden und Parkour bettet sich in eine eigene Bewegungskultur ein. Ebenfalls mit dieser Trendsportart abgedeckt wird das Gebiet der Bewegungserfahrungen, da neben der vorherrschenden Körpererfahrung auch Gegenstandserfahrung (Hindernisse), Naturerfahrung (Aktivitäten im Park, in der Stadt, im Wald,...), Selbsterfahrung (wo sind meine Grenzen, was kann ich mir zumuten) und Sozialerfahrung (Trainieren in Gruppen, von anderen lernen,...) wichtige Rollen spielen. Nicht zuletzt können auch Bewegungsgewohnheiten wie Bewegungsbereitschaft, -neugier und -freude im Parkoursport beobachtet werden und bilden einen wichtigen Grundgedanken bei dieser Trendsportart.

Die Trendsportart Slacklines kann auf dieselbe Weise analysiert werden, wobei sie allerdings nicht so viele Komponenten gleichzeitig anspricht wie Le Parkour/Freerunning. Bewegungsfertigkeiten können je nach Übung sportlich, spielerisch oder gestalterisch sein. Hier spielt auch der gesundheitliche Aspekt eine Rolle, da durch das Slackline-Training die Sensomotorik sowie Sehnen und Bänder im Fußgelenk gestärkt werden und es somit der Verletzungsprophylaxe und Rehabilitation dient. Außerdem wird Konzentration sowie Koordination geschult und die Leistungsfähigkeit des Gehirns nimmt zu. Somit ist die Slackline sowohl im physischen als auch im psychischen Bereich ein ideales Trainingsgerät (vgl. Volery & Rodenkrich, 2012, S. 129-141). Dazu steht vor allem die koordinative Bewegungsfähigkeit bei dieser Sportart im Vordergrund, wobei auch der konditionelle Aspekt bei längeren Übungseinheiten nicht zu vernachlässigen ist. Regelkunde und Taktik bleibt eher im Hintergrund, die richtige Technik und eine gewisse Bewegungsvorstellung sind allerdings unumgänglich. Körpererfahrung und Gegenstandserfahrung sind ebenfalls wichtige Komponenten beim Slacklines, hinzu kommt die Naturerfahrung, da der Sport meistens im Freien ausgeübt wird. Auch die Komponente Bewegungsbereitschaft, -neugier und -freude sind mit Slacklines unmittelbar verbunden.

Desgleichen kann die Trendsportart Ultimate Frisbee anhand Abbildung 10 analysiert werden. Die Bewegungsfertigkeiten sind vor allem sportlicher und spielerischer Natur, als Bewegungsfähigkeiten sind sowohl der koordinative und konditionelle, als auch der organisatorische Aspekt zu nennen. Da es bei Ultimate Frisbee als einziger Sportsportart keinen Referee benötigt, müssen sich die Ausübenden selbst organisieren und die Regeln selbstständig einhalten. Oftmals werden dabei Rahmenbedingungen adaptiert (z.B. wird die Größe des Spielfeldes an die Anzahl der Spieler angepasst), ohne dass es zu einer Beeinträchtigung der Qualität kommen muss. Die Regelkunde spielt in dieser Sportart eine wichtige Rolle, da ansonsten kein ordnungsgemäßes Spiel zustande kommen kann. Ebenso stehen Technik und Taktik im Vordergrund, um ein Spiel für sich zu entscheiden. Neben der Körper- und Gegenstandserfahrung (Frisbeescheibe) wird auch Natur- und Sozialerfahrung (selbstständige und gemeinsame Regelauslegung) geschult. Außerdem wird mit Ultimate Frisbee Bewegungsbereitschaft und Spielfreude vermittelt. Somit hat diese Trendsportart als Alternative zum etablierten Mannschaftssport ihren Platz im Unterrichtsfach Bewegung und Sport verdient.

Aus dieser Betrachtung lässt sich erkennen, dass alle angeführten Kompetenzen (motorische, körperliche, sachliche, soziale und Selbstkompetenz) durch die genannten

Trendsportarten geschult und vermittelt werden können, womit sowohl Handlungsfähigkeit im, als auch Erziehung durch Sport bewirkt wird.

An dieser Stelle soll nochmals auf Laßleben (2009, S. 77) hingewiesen werden, der die pädagogische Intention schulischen Trendsportunterrichts unterstreicht. Er weist darauf hin, dass die Forderung an die Sportpädagoginnen und -pädagogen lautet, nicht nur die möglichst effektive Schulung der sportlichen Bewegung als Endprodukt im Blick zu haben, sondern auch Fähigkeiten zu vermitteln, mit denen sich Schülerinnen und Schüler selbst Neues aneignen. Zusätzlich sollen sie Bewegungshandlungen auf Chancen und Gefahren kompetent einschätzen und bewerten lernen. Ziel ist es also, die Lernenden in der Welt des Trendsports handlungsfähig zu machen.

4.5 Vermittlung von Trendsport

Wie Lehrpersonen Trendsportarten lehren und Schülerinnen und Schüler sie im Kontext der Schule lernen sollen, wirft die Frage nach einer angemessenen Vermittlung auf. Nach Lange und Sinning (2012, S. 70) gibt es in den letzten Jahren verschiedenste Orientierungen, wie die Vermittlung von Trendsportarten im Unterrichtsfach Bewegung und Sport aussehen könnte. Diese reichen von klassischen Beschreibungen von Bewegungen, Fehlerbildern und Korrekturhinweisen bis hin zur Vermittlungsstrategie, die sämtliche Eingriffe von Erwachsenen in den Prozess des informellen Lernens der Kinder für unsinnig hält. Doch trotz der Möglichkeitsräume der Mehrperspektivität, die im Band des Autorenteams betont wird, bleibt das Methodenproblem dabei dennoch nicht gelöst. Weiters sprechen sie sich gegen eine Vermittlung von Trendsportarten nach traditionellen Modellen aus, da ihrer Meinung nach die Methoden oft nur angepasst werden und jeder beliebige Inhalt auf diese Weise jedem Lernenden beigebracht werden soll.

Trotzdem soll in dieser Arbeit auch versucht werden, traditionelle Sportartenkonzepte auf Trendsportarten umzulegen, wobei darauf geachtet wird, dass Inhalt und Methode aufeinander abgestimmt sind. Außerdem sei zu betonen, dass nicht jede Sportart mit der einen oder anderen Methode gleich gut vermittelt werden kann und somit eine Auswahl getroffen werden muss, welche Trendsportart mit welcher Methode vermittelt wird.

Küßner (2002, S. 60f) stellt einen Vermittlungsansatz dar, wie man Trendsportarten in der Schule didaktisch umsetzen kann. Sie betont die Notwendigkeit, kooperative sowie selbstständige Verhaltensweisen zu fördern, womit Schülerinnen und Schüler in die Lage versetzt werden sollen, die Organisation ihres Freizeitsports eigenverantwortlich zu übernehmen. In einer überwiegend offenen Unterrichtsgestaltung können soziale und organisatorische Kompetenzen erworben werden. Weiters muss die Behandlung von Trendsportarten über die Vorstellungen von Wettkampf und Leistung hinausgehen. Dabei

sollte aber darauf geachtet werden, dass der Trendsportart nicht schulisch erwünschte Motive und Sinndimensionen aufgesetzt werden. Ebenfalls sollten spezielle Musik, Kleidung oder sprachliche Ausdrücke, die oft in Verbindung mit einer Trendsportart stehen, in geeigneter Weise thematisiert werden. Das heißt allerdings nicht, dass Lebensstile oder Szenen in der Schule improvisiert werden sollen, wobei diese Inhalte aber durchaus zu diskutieren sind. Um den modernen Sport zu verstehen, sollten sich die Schülerinnen und Schüler auch über Bezugsthemen der Trendsportarten wie Werbung, Marketing, Eventorientierung, etc. im Klaren werden und diese Entwicklungen kritisch beurteilen lernen. Obwohl es schwierig ist, sich von der Sporthalle zu lösen und im Sportunterricht auf alternative Ausübungsorte zurückzugreifen, sollte durch verschiedene Gestaltungsmöglichkeiten bezogen auf Material, Regeln oder eben Sportstätten die Vielseitigkeit von Trendsportarten aufgegriffen werden. Auch die schon angesprochene Bedeutung des Körpers und seiner Inszenierung sollte thematisiert und im Schulsport für jede Trendsportart speziell herausgearbeitet werden. Die Vermittlung von motorischen Fertigkeiten als ein didaktischer Schwerpunkt darf natürlich auch bei der Behandlung von Trendsportarten nicht in Vergessenheit geraten, wobei dieser Aspekt den meisten Trendsportarten beiwohnt. Prinzipiell soll den Lernenden ein hoher Grad an Mitbestimmung und Mitorganisation eingeräumt werden und auch die Einbeziehung von Schülerinnen und Schülern als Experten ist wünschenswert.

In weiterer Folge ermittelt Küßner (2002, S. 81) in ihrer Arbeit ein Trendsportartenkonzept, das sie mit einem traditionellen Sportartenkonzept vergleicht (Abbildung 11).

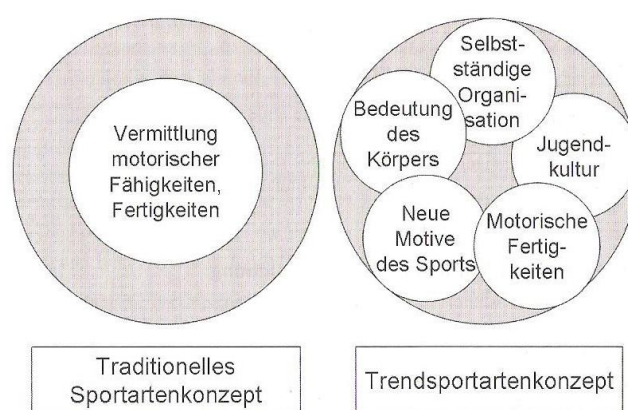


Abbildung 11: Schematischer Konzeptvergleich (Küßner, 2002, S. 81)

Größing (2007, S. 209-229) führt eine Reihe unterschiedlicher Unterrichtsverfahren an, die zur Vermittlung von Bewegungshandlungen dienen können. Diese sollen hier nur kurz

genannt werden, um auch einen Einblick in die Vielfalt der traditionellen Methoden zu erlangen und zu erkennen, wie diese mit der Vermittlung von Trendsportarten in Verbindung gebracht werden können. Dabei muss allerdings darauf geachtet werden, dass sich nicht alle Sportarten mit derselben Methode am effektivsten vermitteln lassen und man hinterfragen muss, welches Unterrichtsverfahren beziehungsweise eine Kombination solcher am besten für die jeweilige Bewegungshandlung geeignet ist. Es soll im Nachfolgenden neben der Erklärung der Methoden auch aufgezeigt werden, dass Trendsportarten unter Beachtung gewisser Voraussetzungen auch mit herkömmlichen Modellen vermittelt werden können. Somit könnten ebenfalls mögliche Ängste von Lehrpersonen verschwinden, die keine neuen Konzepte zur Vermittlung von Trendsportarten erproben möchten. Am Effektivsten wäre es natürlich, auf jede Bewegungshandlung der Trendsportart eine eigene, passende Methode anzuwenden und dabei weder nur das Trendsportartenkonzept noch lediglich tradierte Vermittlungsmodelle zu verwenden.

Im induktiven Unterrichtsverfahren steht die Selbstständigkeit und Selbsttätigkeit der Schülerinnen und Schüler im Vordergrund, es werden dafür allerdings Umwege im Lerngeschehen in Kauf genommen. Diese Methode gibt dem selbstständigen Erarbeiten eines Lerninhalts durch die Lernenden den Vorzug und fordert ihre Aktivität heraus. Es ist allerdings weder ein schneller, noch ein sicherer Weg zur Zielübung, denn der Lernprozess wird wertvoller als das Ergebnis befunden. Die Bewegungsaufgabe, bei der die Bewegungstätigkeiten ganzheitlich geübt werden, stellt die geeignete methodische Maßnahme dar. Als Beispiel für eine induktive Herangehensweise lässt sich Slacklinien heranziehen. Dabei bekommen die Schülerinnen und Schüler eine Bewegungsaufgabe (zum Beispiel „Stehen auf der Slackline“), die sie frei und selbstständig erarbeiten sollen. Nach dieser Erprobungsphase, die auch in Gruppen erfolgen kann, wird gemeinsam mit der Lehrkraft die beste Lösung entworfen und herausgestellt. Anschließend erfolgt eine Bewegungskorrektur und weitere Übungszeit, bis die Lernenden die Bewegungsaufgabe erfolgreich lösen können. Im Anschluss daran folgt ein variables Anwenden der Bewegung (in diesem Fall zum Beispiel einbeinig oder beidbeinig stehen, Augen schließen, unterschiedliche Armhaltung, etc.).

Das deduktive Unterrichtsverfahren wird mit der Lernschulmethode gleichgesetzt, wobei hierbei der ökonomische und effektive Weg zum Erreichen eines motorischen Lernzieles markiert ist. Die Dominanz der Lehrperson ist unbestritten und eigene Entscheidungen von Seiten der Lernenden eher gering. Das Bewegungsziel ist am Anfang vorgegeben und durchzieht den Lernprozess in allen Phasen. Die Bewegungsvorstellung soll dem motorischen Lernprozess genau vorgegeben werden und die Bewegungsanweisung

erfolgt durch Vorzeigen. Für ein deduktives Verfahren kann zum Beispiel das Erlernen des Vorhand-Wurfes bei Ultimate Frisbee erklärt werden. Dabei zeigt die Lehrperson die Zielübung vor, beschreibt ihren korrekten Ablauf und erklärt die wichtigsten Merkmale der Technik. Danach erfolgt eine Bewegungsanweisung an die Schülerinnen und Schüler, die nun die neue Technik selbst anwenden sollen. Die Lehrkraft oder geübtere Lernende helfen dabei, die Bewegung richtig auszuführen, geben Hinweise und korrigieren wenn nötig sofort. Unterstützend können unterschiedliche Hilfestellungen zum Ablauf der Bewegung geleistet werden. Nun sollen die Lernenden die richtige Technik üben und bei einem erkennbaren Fortschritt variabel anwenden (zum Beispiel in Spielsituationen, ein Ziel treffen, im Lauf werfen, etc.). Abbildung 12 veranschaulicht den Unterschied der beiden Unterrichtsverfahren.

Teilschritte des induktiven Lehrverfahrens	Teilschritte des deduktiven Lehrverfahrens
Bewegungsaufgabe ↓ Suchen und Erproben ↓ Herausstellen der besten Lösung ↓ Bewegungskorrektur ↓ Üben ↓ Variables Anwenden	Vormachen oder Vorzeigen der Zielübung ↓ Beschreiben und Erklären ↓ Bewegungsanweisung ↓ Bewegungshilfe ↓ Bewegungskorrektur ↓ Üben ↓ Variables Anwenden

Abbildung 12: Gegenüberstellung von induktiven und deduktiven Unterrichtsverfahren (vgl. Größing, 2007, S. 210)

Eine weitere methodische Konsequenz nach Größing (2007) hat das didaktische Prinzip der Ganzheit beziehungsweise die Ganzheitsmethode. Die Bewegungen werden im Lernprozess nicht in ihre Elemente gegliedert und dann als Teilelemente, sondern in ihrer Ganzheitlichkeit gelernt. Da ein Ganzes immer mehr als die Summe seiner Teile darstellt, erwartet man vom gesonderten Lernen von Teilbewegungen nicht die Beherrschung der ganzheitlichen Form. Didaktische Absichten der Ganzheitsmethode sind das Lernen an Aufgaben, ein spielerisches und erfahrungsgeleitetes Lernen sowie ein erlebnishaftes und entspanntes Lernen. Ganzheitliches Lehren und Lernen besitzt eine sehr

zwischenmenschliche, individuelle Prägung und die methodischen Maßnahmen sind bezüglich Bewegungserfahrungen und spezifischen Befindlichkeiten auf einzelne Schülerinnen und Schüler abzustimmen. Dadurch erfährt diese Methode allerdings auch ihre Begrenztheit innerhalb des schulischen Sportunterrichts.

Im Parkoursport kann die ganzheitliche Methode zum Beispiel beim Erlernen der Hindernisüberwindung angewendet werden. Die Schülerinnen und Schüler erhalten die Aufgabe, einen Hindernisparcours aus Kästen und Mattenbergen individuell zu bewältigen und sollen so einen erlebnisorientierten Lernansatz erfahren. Die Überwindung der Hindernisse wird von den Übenden voraussichtlich durch Hocken, Hockwenden, Kehren oder Flanken bewältigt, die ohne oder mit Zwischenschritt am Kasten erfolgen. Somit stellt sich zwar nicht beispielsweise eine einwandfreie Hocke über das Hindernis heraus, aber dafür eine individuelle Lösung der Bewegungsaufgabe und dadurch ein Lernerfolg. Will man die Bewegung dann in korrekter Form schulen, kann das folgende Verfahren angewendet werden.

Das analytische Unterrichtsverfahren teilt eine Bewegungstätigkeit in sinnvolle Teilbewegungen und gelangt über die Verknüpfung dieser zur Gesamtbewegung. Der Einsatz der analytischen oder der Ganzheitsmethode ist situationsabhängig und bedingt durch Lernalter und -inhalt. Manche sportmotorischen Fertigkeiten werden besser mit der einen, manche mit der anderen Methode gelehrt und gelernt. Besonders effektiv erweist sich eine Kombination der beiden Verfahren zur Ganz-Teil-Ganz-Methode. Für das Sammeln der ersten Bewegungserfahrungen und das Aneignen der Grobform ist das ganzheitliche Verfahren vorzuziehen, die Feinformung erfolgt in den Bewegungsteilen und eine erneute ganzheitliche Anwendung der Bewegung stabilisiert den Bewegungsablauf. Dabei ist es aber sinnvoll, die Ausführungsbedingungen zu variieren.

Aufbauend auf dem oben genannten Beispiel aus dem Parkoursport kann man somit die Hocke über einen Kasten in ihre Teilbewegungen zerlegen und getrennt voneinander schulen. Dazu wird die Bewegung in Anlauf, Absprung, Aufgreifen der Hände, Anwinkeln der Beine und Landung aufgeteilt. Diese Elemente werden einzeln erklärt und geübt sowie Erleichterungen eingebaut (mit den Knien oder Füßen aufhocken, Verwendung eines Reutherbretts, etc.). Sobald die Lernenden im Stande sind, die Bewegung durchzuführen, wird wieder auf die ganzheitliche Methode zurückgegriffen, um den Bewegungsablauf zu stabilisieren. Durch Variationen (unterschiedliche Höhe des Kastens, Mattenberg anstatt Kasten, weiterer Absprung, etc.) wird die Bewegung in weiterer Folge gefestigt.

Als letztes Unterrichtsverfahren sollen methodische Reihen beschrieben werden. Dies sind Lehrverfahren, die mehrere methodische Maßnahmen in sich vereinen und den Lernenden die Verbesserung der motorischen Fähigkeiten und Fertigkeiten auf geplanten Wegen ermöglichen. Weiters stellen sie direkte und erprobte Wege zum Erreichen einer Zielübung dar und der Ablauf des Lernprozesses wird weitgehend festgelegt. Die Abfolge der Vorübungen befolgt entweder den Grundsatz „Vom Einfachen zum Zusammengesetzten“ oder das Prinzip „Vom Leichten zum Schweren“. Es wird dabei zwischen methodischen Übungs- und Spielreihen unterschieden, die in den ausgewählten Trendsportarten ihre Anwendung finden können.

Eine methodische Übungsreihe stellt einen Beitrag zur Effektivität der Unterrichtsführung dar und gewährleistet eine erhöhte Sicherung vor Unfallgefahren. Somit lässt sie sich gut bei schwierigen Elementen in der Sportart Le Parkour/Freerunning unterbringen, die auch gesellschaftlich als eher risikoreich und gefährlich angesehen wird. Zwischen der Zielübung und dem methodischen Weg sollten den Lernenden Zusammenhänge über verwandte Übungsfolgen einsichtig gemacht werden, um das Üben nicht ins Ungewisse sondern auf ein Ziel ausgerichtet fließen zu lassen. Angelehnt an Fetz (1996, S. 160-168) lassen sich bei der methodischen Übungsreihe das Prinzip der verminderten Lernhilfe (1), das Prinzip der graduellen Annäherung (2) und das Prinzip der Aufgliederung in funktionelle Teileinheiten (3) unterscheiden.

(1) Beispiel Slacklinen: Gehen auf der Slackline

Vorbereitende Übungen:

Übungen zur Gleichgewichtsfähigkeit, Balancieren auf einer geraden Linie, am Balken, auf einem am Boden aufgelegtem Seil

Vorübungen: Lernhilfe: Hilfsseile, lange Stöcke, Partnerin bzw. Partner

Gehen auf der Slackline mit unterstützenden Seilen, an denen man sich anhalten kann

Gehen mit je einem Stock in einer Hand, schon auf die richtige Technik achten (Punkt mit den Augen fixieren, Knie leicht gebeugt)

Gehen mit zwei Personen als Hilfestellung/mit einer Person: Hilfestellung zuerst die Schulter, dann die Hand, dann nur noch der kleine Finger (immer wieder auf die korrekte Technik achten)

Zielübung:

Eigenständiges Balancieren auf der Slackline

Variation: große Schritte, Augen zu, rückwärtsgehen

(2) Beispiel Le Parkour/Freerunning: Wandsalto rückwärts (Schmidt-Sinns, 2011, S. 9-12)

Vorbereitende Übungen:

Stärkung der Beinmuskulatur, Dehnung der Rückenstrecker, Sprungübungen, Rolle rückwärts vom Mattenberg, Salto rückwärts vom Minitramp

Vorübungen:

Ruhiger, rhythmischer Anlauf geradlinig zur Wand

Dynamischer Stemmschritt an die Wand, Abdruck mit einem Fuß und hoher Strecksprung, Arme werden schwingungsverstärkend nach oben geführt

Beim Strecksprung Beine anhocken, Oberkörper bleibt dabei noch aufrecht

Sichere Landung beidfüßig auf den Fußballen

Zielübung:

Gestützter Wandsalto mit zwei unterstützenden Personen im Drehklammergriff am Oberarm mit schräg gestelltem Sprungbrett, Wandsalto mit Judogürtelhilfe, Wandsalto mit Stütz- und Drehhilfe an Oberschenkel-Hüfte

Variation: unterschiedliche Schrittzahlen an der Vertikalen, unterschiedliche Hindernisse (Outdoor), Wandsalto mit Schraube (für geübte)

(3) Beispiel Ultimate Frisbee:

Aufgliederung des Zielspiels in die funktionellen Teileinheiten Werfen, Zielwerfen, Fangen mit zwei Händen, Fangen mit einer Hand, Werfen und Fangen in Spielformen. Anschließend werden die Teilelemente zu einer methodischen Übungsabfolge zusammengestellt.

Methodische Spielreihen entsprechen dem Grundgedanken der Übungsreihe, wobei auch hier wie bei der methodischen Übungsreihe eine Dreistufigkeit gegeben ist. Bei Ultimate Frisbee spaltet sich diese auf in spielerische Grundformen (Werfen, Fangen), einfache Spielformen (eigenständige kleine Spiele mit dem Gedanken des Zielspiels) und dem Zielspiel selbst. Die Spielreihe weist somit eine geordnete Folge von Spielen auf, die in Technik und Taktik dem Zielspiel ähneln und dessen Leitmotiv alle Stationen der Spielreihe durchzieht. Bei Spielreihen gelten die methodischen Prinzipien von kleineren zu größeren Mannschaftsstärken, von verkleinerten zu regelgerechten Spielfeldmaßen, vom einfachen zum komplizierten Regelwerk sowie schrittweise Veränderung der Spielgeräte.

Nach Lange und Sinning (2012, S. 75) ist Sich-Bewegen immer situativ gebunden, sinnerfüllt und bedeutungshaltig, was als relationale Betrachtungsweise bezeichnet wird. Außerdem sollen Bewegungslernprozesse in Trendsportarten in ihrer Ganzheit und ihrem Facettenreichtum verstanden werden. Im wissenschaftlichen Kontext ist Bewegung

demnach nur greifbar zu machen, wenn sie in Relation zu drei Bedingungen gesetzt wird (Abbildung 13).



Abbildung 13: Das zugrunde liegende Verständnis des „Sich-bewegen-Lernens“ (Lange & Sinning, 2012, S. 76)

Die Bewegung muss demnach auf eine handelnde Person bezogen werden, sie findet darüber hinaus immer in einer konkreten Situation statt und es gilt schließlich die jeweilige Bewegungsbedeutung zu berücksichtigen, die handelnd in Erfahrung gebracht wird und die Bewegungsaktion leitet. Sich-bewegen stellt also das Verhalten des Menschen in einem persönlich-situativen Bezug dar. In diesem Zusammenhang nähern sich die schon weiter oben beschriebenen bewegungspädagogischen Kennzeichen des Trendsports an erfahrungs offene Vermittlungsansätze an, in denen das Lernen als aktiver und selbstbestimmter Suchprozess verstanden wird (Lange & Sinning, 2012, S. 76-80).

Lange (2007, S. 31) stellt die erzieherische Perspektive für das Bewegungslernen im Unterrichtsfach Bewegung und Sport in den Vordergrund und verweist dabei auf einige grundlegende Aspekte. Demnach müssen im Sportunterricht Situationen geschaffen werden, in denen die Schülerinnen und Schüler neue Bewegungserfahrungen sammeln und weiterentwickeln können. Vor allem die unbekannten Möglichkeiten im Trendsport erlauben ganz neue Bewegungserfahrungen. Durch herausfordernde Geräteaufbauten und zwingende Spielsituationen werden zusammenhängende Tätigkeiten provoziert und Interesse geweckt. Des Weiteren müssen in den konstruierten Situationen Bewegungslernprobleme erwachsen können und herausfordernde Konfrontationen mit diesen geschaffen werden. Die Schülerinnen und Schüler sollen außerdem selbst mögliche Lösungen herausfinden und somit ihren Lernprozess entwickeln. Nicht zuletzt ist

von Bedeutung, dass sie in einer anregenden Bewegungsumwelt immer wieder neue Bewegungsideen ausprobieren, neue Lösungen entwickeln und erproben sowie deren Sinn selbstständig entdecken sollen.

4.6 Basiskompetenzen und Aufgaben von Lehrenden in Bezug auf Trendsport

An Stelle von klaren und übersichtlichen Orientierungen an traditionellen Vermittlungskonzeptionen im Unterrichtsfach Bewegung und Sport traten Grundthemen des Bewegens und erfahrungsoffene Unterrichtsgestaltungen. Dadurch ist gegenwärtig niemand richtig in der Lage, die wirklichen Basiskompetenzen und Bildungsstandards im Schulsport unmissverständlich festzuhalten. Angesichts der Attraktivität von sportlichen Trends muss die Sportlehrerin beziehungsweise der Sportlehrer kritisch abwägen, welche Bewegungshandlungen pädagogisch sinnvoll sind und welche nicht. Die Lehrperson sollte demnach auch die Bereitschaft besitzen, zu manchen Trends eventuell ein Gegengewicht zu bilden und nicht alles gerade Moderne ohne zu hinterfragen in den Unterricht aufnehmen. Weiters müssen Sportpädagoginnen und -pädagogen das breite Spektrum an Bewegungsangeboten kennen und verstehen lernen, welche Strategien und Interessen dahinter stehen. Schließlich müssen sie entscheiden, welcher Trendsport im Unterrichtsfach Bewegung und Sport thematisiert wird (Lange & Sinning, 2012, S. 61f).

In weiterer Folge betonen die beiden Autoren, dass sich der Schulsport den aktuellen Entwicklungen und Trends öffnen muss, da sich auch die Lebenswelt der Kinder und Jugendlichen in den letzten Jahren deutlich veränderte. Trotzdem stellt sich die Frage, welche Inhalte zum Thema im schulischen Unterricht gemacht werden sollen, wobei die Diskrepanz zwischen pädagogischer Innovation und erzieherischem Konservatismus deutlich wird. Inhalte aus dem Feld der freizeitsportlichen Interessen zum Thema im Unterricht zu machen scheint beispielsweise innovativ, demgegenüber wäre es konservativ, solche Versuche von vornherein zu verbannen (ebd., S. 65).

Für Wopp (2006, S. 496) hat das Unterrichtsfach Bewegung und Sport nicht die Funktion eines Bewegungsausgleichs, sondern soll einen Beitrag zur Erziehung durch Sport leisten. Die Schülerinnen und Schüler sollen ihre Bewegungserfahrung mit in den Unterricht einbringen und auch die Rolle der Lehrenden übernehmen. Auch die Forderung nach neuen Inhalten im Schulsport (Lange, 2007, S. 21) wird laut, da im Unterrichtsfach Bewegung und Sport oftmals keine adäquaten Inhalte für die Kinder und Jugendlichen geboten werden. Es müssen neue fachdidaktische Akzente gesetzt werden, um die Differenz zwischen schulischem Unterricht und der jugendlichen Bewegungskultur zu minimieren.

4.7 Zusammenfassung

Im ersten Abschnitt dieses Kapitels wurde der Lehrplanbezug zu Trendsportarten hergestellt. Sowohl in den Lehrplänen der Unterstufe als auch der Oberstufe lassen sich viele Anknüpfungspunkte finden, die eine Einführung von Trendsport in das Unterrichtsfach Bewegung und Sport legitimieren. Zu nennen wären unter anderem der Erwerb eines grundlegenden und vielseitigen Bewegungskönnens, das Schaffen von Möglichkeiten zum Entdecken von Vorlieben für bestimmte Bewegungsformen sowie deren Einbeziehung in den persönlichen Lebensstil, das Schulen von vielfältigen Körper- und Bewegungserfahrungen in unterschiedlichen Situationen und Räumen, besonders auch in erlebnishaften und naturnahen Bewegungstätigkeiten und die kritisch-konstruktive Auseinandersetzung mit Phänomenen der Bewegungskultur, besonders mit solchen der jeweiligen Trendsportarten, sowie mit Normen und Werten des Sports. Außerdem eignen sich Trendsportarten ideal zur Ausbildung der koordinativen und konditionellen Fähigkeiten sowie der Sportspielfähigkeit, zum Aufbau von Körperwahrnehmung und Sammeln von Erfahrung in Ausdruck und Ästhetik sowie zur Einbindung in den Bereich der erlebnisorientierten Bewegungshandlungen. Im Anschluss wurden pädagogische und didaktische Aspekte von Trendsport diskutiert und erläutert. Dabei spielen die sechs Sinnperspektiven des Sports (Leistung, Miteinander, Ausdruck, Eindruck, Wagnis und Gesundheit.) eine wichtige Rolle, die sich mit den ausgewählten Trendsportarten Le Parkour/Freerunning, Slacklinen und Ultimate Frisbee verwirklichen lassen. Ferner werden sechs auffällige, bewegungspädagogische Kennzeichen von Trendsport skizziert: Die Bewegungen sind variabel, schnell und beschleunigt, selten normgebunden und formal, sondern vermehrt problemorientiert, sie lassen sich besonders flüssig, rund und stimmig gestalten, es geht häufig um das Spiel mit dem Gleichgewicht, die Bewegungen erlauben beachtliche Gestaltungspotenziale und zielen auf ästhetische Qualitäten ab.

Im nächsten Abschnitt wurden zuerst allgemeine didaktische Prinzipien aufgezählt, welche auch für die Vermittlung von Trendsportarten von Bedeutung sind. Didaktische Prinzipien enthalten eine Zieldefinition und lassen sich weder in Teilziele noch in bestimmte Unterrichtsinhalte einordnen. Die Verfolgung eines bestimmten Ziels durch eine gewisse Handlungsdimension ist ebenfalls für eine erfolgreiche Umsetzung von Trendsportarten ausschlaggebend. Die Prinzipien der Sportdidaktik nach Größing (2007) lauten Vielseitigkeit, Differenzierung, Planmäßigkeit, Improvisation, Einfachheit, Regionalität und Mitweltlichkeit und werden in diesem Abschnitt ausführlich beschrieben. Dabei sind die vier erstgenannten Unterrichtsprinzipien charakteristisch für die Sportdidaktik und den gegenwärtigen Sportunterricht, während die drei folgenden

Grundsätze den Übergang zu einem neuen und zukünftigen Konzept einer Bewegungsdidaktik und eines bewegungskulturellen Unterrichts in der Schule darstellen.

Danach wurden wichtige Aspekte des kompetenzorientierten Sportunterrichts aufgezeigt und auf den Trendsport umgelegt. Es folgten Beispiele für eine offene sowie mehrperspektivische Unterrichtsgestaltung, die ebenfalls bezogen auf Trendsportarten untersucht wurden. Das Unterrichtsfach Bewegung und Sport muss der Handlungsfähigkeit im Sport und der Erziehung durch Sport gerecht werden, wofür die Teilbereiche motorische Kompetenz, körperliche Kompetenz, Sachkompetenz, soziale Kompetenz und Selbstkompetenz erfüllt sein müssen. Auch zu diesen Bereichen der Sportdidaktik wurden die drei in der Arbeit ausgewählten Trendsportarten analysiert. Dabei wurde festgestellt, dass alle angeführten Kompetenzen durch die Trendsportarten mehr oder weniger stark vermittelt werden können. Der nachfolgende Abschnitt beschäftigte sich mit der Vermittlung von Trendsport, wobei unterschiedliche Orientierungen und Vermittlungskonzepte aufgezeigt und mit Hilfe von Trendsportarten genauer erläutert wurden. Neben einem eigenen Trendsportartenkonzept finden sich hier auch traditionelle Unterrichtsverfahren, die ebenfalls auf Trendsportarten umgesetzt werden können. Dazu wurden erneut Le Parkour/Freerunning, Slacklinen und Ultimate Frisbee herangezogen und mit unterschiedlichen Methoden konfrontiert. Genauer betrachtet wurden das induktive und deduktive Unterrichtsverfahren, die Ganzheitsmethode, das analytische Unterrichtsverfahren sowie methodische Übungs- und Spielreihen. An diesen Beispielen konnte man erkennen, dass sich auch Teile der Trendsportarten mit diesen traditionellen Konzepten verwirklichen lassen. Am Effektivsten wäre es wahrscheinlich, auf jede Bewegungshandlung einer Trendsportart eine individuell passende Methode anzuwenden und dabei weder nur das Trendsportartenkonzept noch lediglich tradierte Vermittlungsmodelle anzuwenden. Außerdem muss darauf geachtet werden, dass sich nicht alle Sportarten mit derselben Methode gleich gut vermitteln lassen und hinterfragt werden, welches Unterrichtsverfahren beziehungsweise eine Kombination solcher am besten für die jeweilige Bewegungshandlung geeignet ist. Im letzten Teil des Kapitels stellte sich die Frage nach den wirklichen Basiskompetenzen und Bildungsstandards im Schulsport, wobei auf die Aufgaben der Lehrerinnen und Lehrer Bezug genommen wurde. Diese müssen kritisch beurteilen, welche Bewegungshandlungen pädagogisch sinnvoll sind und Trendsportarten vor einer Integration in das Unterrichtsfach Bewegung und Sport hinterfragen. Es stellt sich also die Frage, welche Inhalte im Unterricht aufgenommen werden, um die Differenz zwischen Schule und jugendlicher Bewegungskultur zu minimieren und welchen Beitrag dabei die Lehrpersonen leisten können.

5 Trendsportarten für die Schule

Das nächste Kapitel stellt die ausgewählten Trendsportarten Le Parkour/Freerunning, Slacklinen und Ultimate Frisbee vor. Es werden dabei Bereiche wie Philosophie, Entwicklungsgeschichte, Charakteristik, Trendsportkriterien, Eignung als Schulsport, Material, Motive der Ausübenden und/oder Sicherheit näher beschrieben. Trotzdem soll diese Erläuterung nur zur Orientierung dienen und keine umfangreiche Analyse der jeweiligen Trendsportart darstellen.

5.1 Le Parkour und Freerunning

„Parkour is a way of adapting to the environment around you ... it's working on techniques through physical training to get over obstacles ... in order to be precise you have to be measured. In Parkour especially in precision jumps it's all down to the millimetre. It teaches us control, it teaches us to be decisive.“ (David Belle)

5.1.1 Philosophie

Die Trendsportart Le Parkour ist mehr als nur „durch die Gegend laufen“ und dabei Hindernisse überwinden, es stellt auch eine Lebenskunst dar. Zudem zählt nicht nur die Fortbewegung allein, sondern auch die gedankliche Beweglichkeit wird als wichtig erachtet. Es geht darum, die eigenen Grenzen aufzubrechen, die Umwelt auszublenden und gleichzeitig mit ihr zu verschmelzen sowie um mentale und physische Freiheit (Wolf, 2010, S. 27).

Bewegungstechnisch gesehen ist Le Parkour die Übertragung des direkten Laufs vom natürlichen Gelände auf das urbane Umfeld der Städte. Die Traceure, so nennen sich die Hindernisläufer/innen und Straßenturner/innen, suchen den direkten Weg von A nach B, wobei Hindernisse wirksam, schnell und ökonomisch überwunden werden. Typische Bewegungsaktionen zeichnen sich durch Ästhetik, Balance, Dynamik, Effizienz und Präzision aus. Hier lässt sich auch der Unterschied zu Freerunning feststellen. In dieser Fortbewegungsart sind die Bewegungsaktionen in den Lauf eingebundene, effektvolle, spektakuläre Bewegungskunststücke, die nicht wie bei Parkour allein als Mittel zum Zweck der effizienten Überwindung im Weg stehender Hindernisse dienen. Freerunner bezeichnen sich selbst als Bewegungskünstler und ihre artistischen Spins und Flips in individueller, kreativer Ausführung bedeuten eine an die Umgebung angepasste, kontrollierte und ästhetische Form der Körperbeherrschung. Die akrobatischen Elemente

in der Fortbewegung sind jederzeit variierbar und nicht der Effizienz der schnellen Überwindung unterworfen (Schmidt-Sinns, Scholl & Pach, 2010, S. 17f).

In dieser Arbeit erfolgt die naheliegende Zusammenfassung von Parkour- und Freerunning-Inhalten. Trotzdem sollte den Schülerinnen und Schülern beim Üben auch der Unterschied zwischen den Bewegungsmustern klar gemacht werden, um ihnen Hintergrundwissen über diese Trendsportart zu vermitteln. Die Lernenden agieren folglich anhand der praktischen Beispiele je nach Aufgabenstellung als Traceure oder Freerunner, wobei natürlich auch eine Mischform der beiden Bewegungshandlungen möglich ist.

5.1.2 Entwicklungsgeschichte

Schon sehr früh führten akrobatische Schausteller Sprungkünste aus, die mit den Bewegungen der heutigen Traceure verblüffende Ähnlichkeit aufweisen. So gab es nachweislich bereits im 16. und 17. Jahrhundert Artisten, die zum Beispiel Mauersaltos, Front Flips oder Sprunghocken über Tische praktizierten. Innerhalb des natürlichen Turnens gab es im 19. Jahrhundert auch schon sogenannte Mauersprünge und Wandläufe, die im Parkoursport unumgänglich sind. All diese Phänomene lassen sich den verschiedenen Entwicklungen und Ausprägungen des Turnens zuschreiben. Le Parkour wie wir es heute kennen entstand erst in den 1980er Jahren und trat seinen Siegeszug in den Anfangsjahren des 21. Jahrhunderts an. Le Parkour geht auf die „Méthode naturelle“ von Georges Hébert (1875-1957) zurück, einem französischen Marineoffizier der die gute körperliche Verfassung und das Bewegungsgeschick der Naturvölker schätzen lernte. Er entwickelte eine besondere Methode zum Training von Körper und Geist, wobei sein Trainingsprinzip auf natürlichen Bewegungsformen der Natur beruhte. Die natürlichen Hindernisse wichen mit der Zeit einer „Parcourstrecke“, die mit künstlich erbauten Hindernissen im Gelände versehen war und Laufen, Springen, Klettern und Balancieren gehörten zu seinem Bewegungsprogramm. Das französische Militär übernahm diese Trainingsformen und wendet sie auch heute noch an. David Belle lernte die Méthode naturelle von seinem Vater, einem französischen Soldaten, und übte Bewegungsfertigkeiten, die das geschickte Verhalten, Angriff, Flucht und die Steigerung der körperlichen Fitness betrafen. In weiterer Folge übertrug Belle diese Bewegungsaktionen Ende der 80er Jahre mit Freunden auf das urbane Gelände in einem Pariser Vorort und nannte seine Bewegungsformen Le Parkour. Es wurden Mauern, Wände, Geländer, Treppen, Dächer, etc. mit Kraft, Körperbeherrschung und Geschick im Zuge von gespielten Verfolgungsjagden bewältigt. Die neue Sportart verbreitete sich zunächst in Frankreich, wurde aber auch für viele Jugendliche in anderen Ländern zum Trend. Sébastien Foucan erweiterte die Bewegungskünste durch Akrobatik und kreative

Kunstfertigkeiten und löste sich von der zweckmäßigen Zielsetzung, möglichst schnell von A nach B zu gelangen. Freerunning war geboren und wurde um das Jahr 2003 bekannt. Auch die Film-, Musik- und Werbebranche erkannte die Attraktivität dieser Bewegungskünste, wobei die filmischen Darstellungen für das Image der Sportart kritisch betrachtet werden müssen, da sie teilweise ein Bild von lebensgefährlichen Aktionen als typisch für Parkour und Freerunning zeichnen. Heute gibt es verschiedene Verbände, die teilweise auch unterschiedliche Auffassungen von Parkour haben: einerseits ausschließlich auf Effizienz bedacht, wie es bei der Entstehung der Sportart das Ziel war, andererseits mit Hauptaugenmerk auf die Bewegungskunst selbst unter Einbeziehung akrobatischer Elemente. Unabhängig von solchen Differenzen und Auffassungsunterschieden lassen gerade die Freiheit von Inhalten und Ausführungsformen diese Bewegungsformen zum Trend werden. Deshalb scheint es auch sinnvoll, im Schulsport Parkour und Freerunning als Mix zu betrachten, um den Schülerinnen und Schülern ein ihnen angemessenes Bewegungsangebot zu schaffen (vgl. Schmidt-Sinns et al., 2010, S. 22-33).

5.1.3 Charakteristik

Parkoursport ist abwechslungsreich und ein typisches Merkmal besteht darin, sämtliche Bewegungen läuferisch zu verbinden. Dadurch erscheinen die Aktionen sehr dynamisch, was sowohl ihren Reiz als auch ihren Anspruch ausmacht. Hier wird auch die Verbindung zu leichtathletischen Elementen deutlich. Für Parkour/Freerunning sind vor allem die Bewegungen „Laufen“ (horizontal, vertikal oder mit Abdruck von Wänden und ähnlichem), „Balancieren“, „Drehen“ (mit und ohne Sprung), „Springen“ (mit und ohne Stützphase, Überschläge), „Landen“ (präzise, mit abfedernder Rolle), „Hangeln“ und „Klettern“ elementar. Somit spielen Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Technik, eine gute Selbsteinschätzung, Präzision, Entschlossenheit, Antizipationsfähigkeit und Kreativität eine wichtige Rolle (Rochhausen, 2010, S. 11).

Rochhausen (2010) spricht von Parkoursport auch als Umsetzungsmöglichkeit im schulischen Unterricht und fasst dabei die drei Disziplinen Le Parkour, Freerunning und Parcouring zusammen. Die nachfolgende Tabelle soll den Unterschied der drei Bewegungsformen verdeutlichen. Im weiteren Verlauf der Arbeit wird in Bezug auf den Sportunterricht angesichts dieser Unterscheidung entweder von Parkour/Freerunning oder Parkoursport gesprochen. Trotzdem ist es natürlich auch sinnvoll, bei fortgeschrittenen Schülerinnen und Schülern den Wettkampfgedanken einzubauen und sie in vorgegebener Zeit einen (relativ einfachen) Bewegungsparcours bewältigen zu lassen.

Tabelle 4: Parkoursport-Disziplinen im Vergleich

Le Parkour	Schnelle und effiziente Bewegungen, gesunde Selbsteinschätzung, Flow-Gefühl
Freerunning	Akrobatische Bewegungen, Risikobereitschaft, Selbstdarstellung, hohe Schwierigkeit
Parcouring	Zeitdruck, schnelle, effiziente und spektakuläre Bewegungen, Wettkampfgedanke

Quelle: Heinlin, 2008, S. 27, zit. in Rochhausen, 2010, S. 11

Die Übergänge zwischen den drei Stilrichtungen sind als fließend anzusehen, wodurch es auch oft zu Überschneidungen kommt. Bei Le Parkour steht die Effizienz der Hindernisüberwindung, eine angemessene Selbsteinschätzung sowie kontrollierte Bewegungen im Mittelpunkt, wobei im Gegensatz zu Freerunning und Parcouring auf akrobatische Elemente beziehungsweise auf den selektierenden Leistungsgedanken und zeitlichen Überbietungsaspekt verzichtet wird. Es gibt grundsätzlich keine genauen Vorgaben, wie ein Hindernis überwunden werden muss oder wie eine Bewegung dabei auszusehen hat, sondern Parkour appelliert an die Kreativität der Sportlerinnen und Sportler und setzt der zugestandenen Freiheit die eigene Verantwortung gegenüber. Oberstes Ziel liegt darin, den Zusammenhang zwischen der Gesamtbewegung eines ganzen „Run“ und deren einzelner Elemente in Erfahrung zu bringen, welches dann für den Traceur als Bewegungserlebnis spürbar wird. Dieser Prozess kann erreicht werden, indem die kombinierten Bewegungen intuitiv und in Einklang mit der Umwelt in Perfektion und Schnelligkeit aneinandergereiht werden (Lange & Sinning, 2012, S. 103-106).

5.1.4 Trendsportkriterien

Die Gründe für den Erfolg der Trendsportart Le Parkour/Freerunning fasst Rochhausen (2010, S. 12) kompakt zusammen: Durch die Auflösung der Raum-Zeit Struktur ist der Sportler beziehungsweise die Sportlerin unabhängig, durch die Individualisierung lässt sich die Sportart beinahe jederzeit und überall durchführen. Auch die Ungebundenheit an spezielle Sportgeräte trägt zu diesem Aspekt bei. Der Hauptaktionsraum liegt im Zentrum der Gesellschaft, was den performativen Charakter der Sportart ausmacht. Der mögliche Verzicht auf einen Vergleichswettkampf wird durch die selbst zu regulierende Herausforderung kompensiert. Die Identifikation mit einer Gruppe ist trotz der starken Individualisierung möglich. Fortschritte werden als Erfolg verbucht, da das Lernen der Bewegungen größtenteils durch Nachahmen und Ausprobieren stattfindet.

Betrachtet man die Merkmale einer Trendsportart nach Laßleben (2009, S. 39-45; vgl. Abschnitt 2.3), lässt sich auch die Einbettung von Le Parkour/Freerunning in dieses Schema erkennen.

Zunehmende Verbreitung

Ein zentrales Merkmal von Trendsportarten ist sowohl in personeller als auch in globaler Hinsicht der Verbreitungsgrad. Neben den aktiven Sporttreibenden sind auch die zunehmende Medienpräsenz und das Erscheinen in eigenen Szenemagazinen ausschlaggebend. Le Parkour/Freerunning wurde von einer kleinen Gruppe an Jugendlichen in einem Pariser Vorort gegründet und eroberte danach ganz Europa und drang in weiterer Folge nach Amerika und Asien vor. In vielen Filmen werden Traceure als Stuntmen eingesetzt oder Musikvideos bereichern sich an den ästhetischen Bewegungsformen. Im Internet verbreiten sich Videos von Anfängern bis Profis rasend schnell und in weltweiten Foren wird über die Trendsportart diskutiert.

Zeitdauer von mehreren Jahren

Für Trends gilt eine Mindestdauer von fünf Jahren (vgl. Abschnitt 2.1.1), um sie von kurzfristigen Modeerscheinungen abzugrenzen. Außerdem wollen sich Trendforscher damit gegen das Vorurteil der Schnelllebigkeit von Trends positionieren. Allerdings spricht sich Laßleben (2009, S. 40) gegen eine genaue Zeitgrenze aus, da man eine prospektive Trendsportart nach diesem Verständnis frühestens in der zweiten Saison als solche bezeichnen könnte. Le Parkour/Freerunning hat diese Grenze aber auf jeden Fall überschritten, da sich die Sportart in den 1990er Jahren entwickelte und in den Anfängen des 21. Jahrhunderts stark verbreitete. Spätestens seit dem französischen Film „Banlieue 13“ aus dem Jahr 2004, in dem David Belle selbst mitspielt, kann man Le Parkour/Freerunning als anerkannte Trendsportart ansehen.

Neuigkeitswert

Ebenfalls ein wichtiges Kennzeichen von Trendsportarten ist ihre relative und subjektiv wahrgenommene Neuheit. Im Hinblick auf Trendsport sind vor allem Kundenneuheit und Marktneuheit wichtig, wobei Kundenneuheit von der Betrachtung der Zielgruppe ausgeht und Marktneuheit bedeutet, dass etwas in einem Land als neu gilt, während es wo anders längst etabliert ist. Weiters ist Neuheit auch im Hinblick auf neue Bedürfnisse zu sehen, die der Zielgruppe durch Trendsportarten erst bewusst gemacht werden. Le Parkour zum Beispiel existiert in Paris schon länger und gilt dort vielleicht gar nicht mehr als Trendsportart, im deutschen Sprachraum ist diese Form des Bewegungshandelns gerade auf seinem Höchststand und in Asien steckt der Parkoursport wahrscheinlich noch in der Anfangsphase. Auf jeden Fall gilt die Sportart in Österreich und Deutschland immer noch

als neuer Trend, da sie noch nicht etabliert ist und, wie bei der Recherche nach aktuellen Trendsportarten festgestellt wurde, in den Medien und ebenso in den Zielgruppen als neu erscheint.

Gestaltungsoffenheit

Die Ausübung einer Trendsportart wird durch die individuelle Wahl der zeitlichen, räumlichen und sozialen Bedingungen geprägt. Auch in diesem Fall bestimmen die Traceure selbst über Zeitpunkt, Ort und Personen, die beteiligt sind. Durch die freie Wählbarkeit der gewünschten Situation können sich diese Konstellationen natürlich laufend ändern. Da man sich individuell bewegt und vor allem in Städten vielerorts passende Gegebenheiten zum Ausüben dieser Sportart vorliegen, müssen nicht spezielle Orte wie Sportplätze, Turnhallen oder sonstiges aufgesucht werden. Trotzdem üben Traceure ihre Aktivitäten meist in Gruppen aus, da neben dem sozialen und kollegialen Aspekt nicht zuletzt der Lernerfolg vom Zuschauen bei anderen Sportlerinnen und Sportlern abhängig ist. Weiters finden sich oft unterschiedliche Könnensstufen an einem Ort, da mit nur wenigen Hindernissen von leichten bis hin zu sehr schwierigen Bewegungen eine weite Bandbreite an Überwindungsformen vollzogen werden können.

Stilisierung und Lebensstileinbindung

Trendsportarten sind typischerweise lebensstilprägend, das heißt sie gehen über die reine sportliche Aktivität hinaus. Sie besitzen Einfluss auf weitere Lebensbereiche wie zum Beispiel Kleidung, Musik oder Wertvorstellungen, die der Selbstinterpretation der Sportlerinnen und Sportler dienen. Somit wird auch die Zugehörigkeit zu einem bestimmten Milieu demonstriert und nach außen hin sichtbar gemacht. Auch für Traceure bedeutet ihre Sportart mehr als die bloße sportmotorische Aktivität. Man trifft sich in Gruppen meist an öffentlichen Plätzen oder Parks, um gemeinsam Parkour zu erleben. Daneben stehen aber auch der kommunikative Austausch, das Zusammengehörigkeitsgefühl und die gemeinsame Begeisterung für ihre Bewegungen im Vordergrund. Auch bei den Bewegungsformen ist man nicht nur darum bemüht, saubere Überwindungen, Sprünge und Rollen zu präsentieren, sondern möchte das Ganze in einem individuellen Stil kreieren sowie einen flüssigen und ausdrucksvollen Gesamteindruck hinterlassen. Weiters lässt sich ein gemeinsamer Dresscode und eine eigene Sprache erkennen. Diese Aspekte gehören allerdings nicht nur sekundär zum Parkoursport, da lockere und angenehme Kleidung die Bewegungen erleichtert und Englisch als Einheitssprache für Trendsportarten gilt, um sich auch international zu verständigen. Stilisierungsbestrebungen zeigen sich also nicht nur im Bewegungsvollzug, sondern auch im Alltag wird die Zugehörigkeit zur Trendsportszene kommuniziert.

Erlebnis- und Verlaufsorientierung

Weiters zeichnen sich Trendsportarten, wie auch Parkour/Freerunning, durch eine dominante Erlebnisorientierung aus, wodurch Leistungstraining, Disziplin, Askese und Vergleich im Wettkampf für die Mehrzahl der Aktiven keine primären Handlungsmotive darstellen. Das Betreiben der Sportart ist meist nicht an Vereinsarbeit, ehrenamtliche Tätigkeiten, regelmäßige Trainingszeiten und Wettkampfteilnahme oder das Festlegen auf eine einzige Sportart gebunden. Hierbei ist allerdings festzuhalten, dass sehr wohl regelmäßiges Training und der Wunsch nach kontinuierlicher Verbesserung – vor allem auf hohem sportlichem Niveau – gegeben ist und sich außerdem immer öfter Gruppen herausbilden, die ihre Sportart verbreiten wollen, gemeinsam trainieren und sich organisieren. Es ist jedoch fraglich, ob solche Zusammenschlüsse als Vereine bezeichnet werden können. Ebenso lassen sich auch Wettkämpfe finden, die allerdings vermehrt Eventcharakter besitzen und wo neben dem Leistungsvergleich vor allem auch die individuelle Bewegungsausführung, ein Kennenlernen neuer Bewegungsformen sowie das Zusammentreffen mit Personen aus derselben Szene im Vordergrund stehen.

Exklusivität und Kommerzialisierung

Trendsportarten sind oftmals material- und kostenintensiv und können somit als exklusiv bezeichnet werden, was allerdings bei Le Parkour/Freerunning nicht unbedingt der Fall ist, da neben gutem Schuhwerk und einem bequemen Outfit nur noch geeignete Hindernisse im urbanen Raum zur Ausführung benötigt werden. Kommerzialisierungstendenzen sind hier aber sehr wohl vorzufinden, da sich durch die Lebensstileinbindung zusätzliche Absatzchancen ergeben und Sportartikelhersteller ebenso auf diese Schiene aufspringen wollen. Der Marketingeinsatz ist dabei in der Wachstumsphase einer sportlichen Innovation am größten. Auch die Verbreitung über diverse Medien trägt zur Kommerzialisierung der Trendsportart bei. Es darf aber nicht außer Acht gelassen werden, dass durch eine fortschreitende Exklusivität und Kommerzialisierung auch das Image und der ursprüngliche subkulturelle Charakter einer Trendsportart verloren gehen können.

5.1.5 Eignung als Schulsport

Im schulischen Sportunterricht können die Trendsportarten Parkour und Freerunning vereint und eine neue Zusammenstellung turnerischer Übungen im Sinne eines normfreien Turnens erschaffen werden. Der Sport stellt eine willkommene Abwechslung für Schülerinnen und Schüler dar und eine selten praktizierte Art des Umgangs mit klassischen Turngeräten entsteht. Es sollen dabei individuelle Lösungswege gefunden

werden und die kreative Bewältigung von Hindernissen steht hier im Gegensatz zu den häufig normierten Bewegungen des klassischen Turnens. Doch durch die Nähe zum Schulturnen kann teilweise auf methodische Vermittlungsschritte zurückgegriffen werden, insbesondere bei den Disziplinen Boden und Sprung (Rochhausen, 2010, S. 8). Im Zusammenhang mit Le Parkour können die traditionellen Turnelemente wie Flanken, Wenden, Kehren, Hocken, Rollen, Saltos, Klettern, Balancieren, Kippen, Schwingen, etc. in unterschiedlichen Variationen neu gestaltet und somit den Kindern und Jugendlichen interessanter verpackt werden. Auch die Attribute Selbstbestimmung, Normfreiheit und das Ausloten eigener Grenzen machen den Reiz dieser Sportart aus. Doch hinter der vermeintlichen Leichtigkeit der Bewegungen steht hartes Training, was bedeutet, dass neben der Prozess- und Erlebnisorientierung bei den Schülerinnen und Schülern gleichzeitig auch die Einsicht zum beharrlichen Üben geweckt werden muss. Die Hinführung zu dieser Sportart soll weiters auf keinen Fall extremes und waghalsiges Bewegungshandeln fördern. Im Gegenteil sollen die Lernenden befähigt werden, sich sicher und verantwortungsbewusst Bewegungen mit individuell-originellen Problemlösungen selbstbestimmt nähern zu können und dabei den Wagnisaspekt im Sport zu erfahren (Schmidt-Sinns et al., 2010, S. 18f). Die Einstiegsbewegungen im Parkoursport können mit den Grundformen des Schulturnens verglichen werden, sind manchmal sogar noch einfacher und gehen oft auf turnerische Fertigkeiten zurück. Dadurch entsteht die Chance, das Repertoire des Turnens zu erweitern und den Nachwuchs dafür zu begeistern (Rochhausen, 2010, S. 12).

Witfeld, Gerling und Pach (2010, S. 29) sehen ebenfalls das Potenzial der Sportarten Le Parkour und Freerunning nicht nur im Freizeitbereich, sondern auch im Schulsport. Durch die Möglichkeit der offenen Aufgabenstellungen und die Vielfalt der Bewegungskombinationen sowie den kreativen Charakter bilden diese Trendsportarten eine wünschenswerte Ergänzung zum etablierten Schulsport. Darüber hinaus lassen sich grundlegende Klettertechniken, Schnelligkeits-, Kraft- und Balanceübungen spielerisch mit dem motivierenden Image dieser Bewegungskünste verbinden.

Schmidt-Sinns et al. (2010, S. 40f) führen auch eine didaktische Analyse von Parkour/Freerunning durch und erschließen dabei unterschiedliche Sinnperspektiven. Die Sportart bietet demnach in großer Bandbreite Bewegungserfahrungen und sinnliche Wahrnehmungsmöglichkeiten, trägt zur gesunden Lebensführung, Fitness und einem Sicherheitsverhalten bei, beinhaltet wagende Aktionen, die auch verantwortliches Handeln und Kooperation erfordern, verdeutlicht Leistungsvermögen und entwickelt ein kreatives, gestalterisches Können, das sich auch präsentieren lässt. Somit kann Parkour als ein mehrperspektivisches Sportangebot die unterschiedlichen Interessen und Motive der

Schülerinnen und Schüler berücksichtigen sowie die pädagogischen Ziele im Sportunterricht verfolgen. Die Bewegungsaktionen gleichen außerdem den turnerischen Inhalten, die im Lehrstoff des österreichischen Lehrplans unter „Bewegungsfertigkeiten ohne, mit und an Geräten erlernen, üben und zu kurzen Bewegungsfolgen verbinden“ aufgeführt werden. Dieser Sachverhalt wird anhand der folgenden Grafik verdeutlicht.



Abbildung 14: Methodisch-didaktische Aspekte von Parkour/Freerunning (Schmidt-Sinns et al., 2010, S. 41)

Vom selben Autorenteam (2010, S. 44) werden auch pädagogische Perspektiven im Parkoursport aufgezeigt: den Körper im Gleichgewicht halten; den Körper im Fliegen, Drehen und Rollen erleben; Körperspannung und Kraft in ihrer Bedeutung für das Gelingen turnerischer Anforderungen erleben und aufbauen; springen, drehen, rollen; Kunststücke erfinden und bewältigen, sich etwas trauen; Gerätekombinationen herstellen, bewältigen und variieren; elementare turnspezifische Bewegungsformen erlernen, üben und anwenden.

Auch Lange und Sinning (2012, S. 101f) merken an, dass sich innerhalb der Bewegungsformen bei Le Parkour die ursprünglichen Tugenden von Hébert noch weitgehend erhalten. Diese Eckpfeiler benennen sie als gesunde Selbsteinschätzung, Zusammenhalt in der Gruppe, Effektivität bei hoher Schnelligkeit, Vermeidung von Wettkämpfen sowie kontinuierliches und diszipliniertes Training. Auf dieser Grundlage entsteht ein methodisches Vorgehen, dass von Lange und Sinning als „Trainingsprinzip der Zielfixierung“ zusammengefasst wird und einer praktikablen, disziplinierten Vorgehensweise im Umgang mit neuen Elementen im Training folgt. Die Unterteilung

erfolgt dabei in zwei theoretische und zwei praktische Teile und sieht wie folgt aus: Zielsetzung, Zielzerlegung und/oder -vereinfachung, Training der Einzelkomponenten mit aufbauender Komplexität und ganzheitliches Training mit aufbauender Komplexität. Folglich scheint auch in diesem Band eine methodisch-didaktische Aufbereitung dieser Sportart als möglich und Le Parkour/Freerunning ist somit für die Schule umsetzbar.

5.1.6 Image

Le Parkour/Freerunning entwickelt sich im Verhältnis zu vergangenen Trendsportarten deutlich schneller, wozu die Verbreitung durch neue Medien vor allem im Internet beiträgt. Durch diese Entwicklung werden auch Organisationen vermehrt aufmerksam auf das Thema, wodurch neue Märkte entstehen, auf denen die Betreiber dieser Sportart ihre Berufung finden können. Fälschlicherweise wird Le Parkour und Freerunning auch von aktiven Sportlerinnen und Sportlern gleichgesetzt, wobei auch in der Freerunningszene neue Trends und Entwicklungen zu beobachten sind. Parkour als ursprüngliche Bewegungsform existiert trotzdem weiter und bleibt ihrer ursprünglichen Philosophie treu, wird aber durch das Freerunning verstärkt eingeholt (Witfeld et al., 2010, S. 252).

Kleidung spielt bei Parkour/Freerunning eher eine untergeordnete Rolle, sie sollte vor allem bequem sein und Bewegungsfreiheit bieten. Trotzdem haben sich in der Szene Sportschuhe mit guter Dämpfung, leichte T-Shirts und lockere Jogginghosen durchgesetzt. Doch auch Markenanbieter versuchen, sich jugendlicher Images anzunehmen und zum Beispiel scheinbar spezielle Schuhe für Freerunner zu entwickeln. Doch Kleidung und Schuhe müssen wie die Bewegung selbst lediglich effizient sein, dürfen nicht stören oder schwerfällig machen und sollten dem Wetter angepasst und strapazierfähig sein (Witfeld et al., 2010, S. 36f/255f). Laut Witfeld et al. werden aber in Zukunft auch hier Anbieter ihren Markt finden und spezielle Marken für diese Szene entwickeln.

Parkour/Freerunning spielt auch in der Filmbranche zunehmend eine wichtige Rolle, was unter anderem in den Filmen „Yamakasi“, „Banlieue 13“ oder „James Bond – Casino Royal“ deutlich wird. Solche Filme sowie eine hohe Anzahl an Videos im Internet können als Inspiration für viele Traceure angesehen werden und tragen zur Verbreitung der Trendsportart bei (Lange & Sinning, 2012, S. 106).

5.1.7 Sicherheit

Die Vermittlung von Parkour/Freerunning setzt eine besondere fachliche Qualifikation der unterrichtenden Lehrkraft voraus. Eigene praktische Erfahrungen, theoretische Kenntnisse und Vertrautheit mit Hilfestellungen sowie Sicherungsmethoden müssen

gegeben sein. Auch die alternative Nutzung von Turngeräten und Gerätearrangements als Barrieren oder Gerätehilfen erfordert fachliche Voraussetzungen. Die Verantwortung und Sorgfaltspflicht liegt bei der Lehrkraft, die gewissenhaft darauf achten muss, dass die ihr anvertrauten Kinder und Jugendlichen keinen Schaden erleiden. Trotzdem soll im Sportunterricht Wagnis vermittelt und verantwortungsbewusstes Verhalten der Lernenden sichergestellt werden (Schmidt-Sinns et al., 2010, S. 49-51). Das Autorenteam stellt weiters Grundsätze auf, welche die Sicherheit im Parkoursport fördern (S. 50-52):

- Freiwilligkeit, sich auf unbekannte, ungewöhnliche und als wagend empfundene Aktionen einzulassen.
- Ein „Nein“ zu akzeptieren und Ängste ohne Gesichtsverlust aussprechen zu lassen.
- Reflexion über Ängste oder Gefahrenquellen in der Gruppe oder im Einzelgespräch zu ermöglichen.
- Bei Wagnissen ohne Zwänge (Noten-, Gruppen-, Wettkampfdruck) arbeiten.
- Eine langsame Annäherung und Differenzierung ermöglichen.
- Das Risiko kalkulierbar machen, objektive Gefährdungen verhindern, aber den Reiz der Situation und das subjektiv empfundene Ungewisse nicht minimieren.
- Sinne für Gefährdungen schaffen.
- Die Lernenden Verantwortung übernehmen lassen (beim Helfen und Sichern, bei der Überprüfung der Stationen und der realistischen Selbsteinschätzung).
- In Gruppenarbeit Vertrauen aufbauen und Berührungsängste abbauen.
- Eine gemeinsame Planung und Mitbeteiligung bei der Durchführung zulassen.
- Die Subjektivität von Wagnis erkennen und einplanen.

Außerdem wird Helfen und Sichern als pädagogisch wertvoll beschrieben, da es neben dem Sicherheitsaspekt auch vorhandene Beschränkungen kompensiert, selbstständiges Lernen in Kleingruppen sowie die Kooperation fördert und gleichzeitig die helfende Person konditionell und koordinativ beansprucht. Zusätzlich kommt es zur Entwicklung eines Verständnisses der Bewegungsstrukturen und zur Erfüllung der sportpädagogischen Handlungsfähigkeit, wie sie der Lehrplan fordert.

Parkoursport mit Schülerinnen und Schülern im Freien durchzuführen gestaltet sich auf Grund der nicht immer optimalen Beschaffenheit der Umgebung sowie der fehlenden Sicherheitsvorkehrungen eher schwierig. Deshalb sollten Grundbewegungen in der Halle mit entsprechenden Sportgeräten und Hilfsmitteln erprobt und gefestigt werden. Durch Matten, Hilfen und Sicherheitsstellungen können neue Bewegungen mit vermindertem Risiko durchgeführt werden. Auch erfahrene Traceure und Freerunner nutzen Sporthallen

als Trainingsräume für ihre Aktivitäten auf der Straße (Rochhausen, 2010, S. 12). Wichtig dabei ist, dass alle Hindernisse (drinnen wie draußen) sorgfältig auf Standsicherheit, Festigkeit, Belastungssicherheit, Risikokalkulierbarkeit und Nutzungsungefährlichkeit für die zu übenden Aktionen geprüft werden (Schmidt-Sinns et al., 20120, S. 69).

5.1.8 Grundtechniken (Auszug)

An dieser Stelle soll ein kleiner Einblick in die Grundelemente („Basics“) des Parkoursports gegeben werden. Somit wird es einfacher sein, in den praktischen Übungsbeispielen (Abschnitt 6.1) die Übungen nachvollziehen zu können. Die Beschreibung der Grundtechniken stützt sich vor allem auf die Arbeiten von Wolf (2010) und Bauer (2008) sowie auf den Beitrag von Koisser, Kloiber und Szabó (2011) in der Zeitschrift „bewegungserziehung“.

Eine grundlegende Bewegung ist die Rolle („Roulade“) und beschreibt die vorherrschende Abrolltechnik. Mit ihrer Hilfe wird die Stoßwirkung aus hohen und weiten Sprüngen gesenkt und die Verletzungsgefahr eingedämmt. Sie ähnelt einer Hechtrolle, wobei man sich allerdings diagonal über den Rücken abrollt, um die



Abbildung 15: Roulade (Koisser et al., 2011, S. 19)

Wirbelsäule zu schonen. Die Überwindung von Hindernissen erfolgt üblicherweise durch einen „Vault“ („Passement“), wodurch die Objekte schnell und einfach bewältigt werden können. Hierbei gibt es verschiedene Varianten, bei denen man sich aber immer mit einer oder beiden Händen abstützt (z.B. „Speed Vault“ – Fechterflanke, „Lazy“ – Laufkehre, „Kong“ – Katzensprung, „Dash“ – Diebsprung).



Abbildung 16: Kong Vault (Koisser et al., 2011, S. 20)



Abbildung 17: Dash Vault (Koisser et al., 2011, S. 20)

Der Präzisionssprung („Saut de Précision“) ist meist ein Standweitsprung über eine Lücke, wobei präzise auf einer Mauer, Stange oder Kante gelandet wird. Die Landung erfolgt auf den Fußballen und sollte in Hüft- und Kniegelenken weich abgefedert werden.



Abbildung 18: Präzisionssprung (Koisser et al., 2011, S. 19)



Abbildung 19: Cat Jump (Koisser et al., 2011, S. 21)

Der Armsprung („Cat jump“, „Saut de Bras“) kommt zum Einsatz, wenn ein Abgrund überwunden werden muss und man aufgrund der Gegebenheiten nicht mit den Beinen auf der anderen Seite landen kann und man in eine hängende Position gelangt. Die Füße erreichen dabei das Objekt zuerst, um den Aufprall zu bremsen und ein kontrolliertes Greifen der Hände zu ermöglichen.

Der Weitsprung („Saut de Détente“) dient dazu, mit Anlauf Hindernisse oder Distanzen zu überwinden. Oft wird er mit einer anschließenden Rolle abgeschlossen.

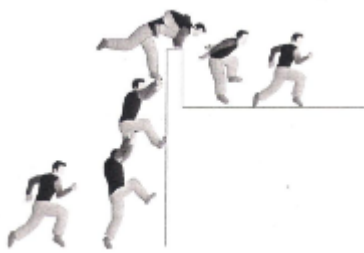


Abbildung 20: Passe Muraille (Koisser et al., 2011, S. 21)

Der „Passe muraille“ (Mauerüberwindung) stellt eine Möglichkeit zur Überwindung von höheren Elementen dar. Dabei wird sich meist mittels eines Schritts von der Wand nach oben abgestoßen und mit Einsatz der Hände das Hindernis bewältigt.

Der „Franchissement“ (Durchbruch) lässt sich mit einem Felgunterschwung am Reck vergleichen, mit dessen Hilfe aus der Bewegung heraus Lücken in Form von Ästen oder Stangen durchbrochen werden.

Sollte ein Hindernis instabil oder der Überquerungswinkel ungünstig sein, wird der „Tic Tac“ angewandt. Dies ist eine Bewegung, bei der man sich mit einem Schritt vom Objekt abdrückt, um an Höhe zu gewinnen und somit das Hindernis leichter überqueren zu können.



Abbildung 21: Tic Tac (Koisser et al., 2011, S. 21)

Die Technik „Demitour“ (halbe Drehung) kommt zur Anwendung, wenn die Landefläche hinter dem Hindernis einen großen Höhenunterschied aufweist oder nicht einsehbar beziehungsweise unbekannt ist. Diese Variante erlaubt es, mit dem Gesicht zum Hindernis zu landen und sich zu orientieren.



Abbildung 22: Demi Tour (Koisser et al., 2011, S. 22)

Der „Wallspin“ ist eine Basisbewegung des Freerunnings und stellt eine Art Kreishockwende an der Wand dar. In seiner Grundform ist dieses Element relativ leicht und schnell zu erlernen.



Abbildung 23: Wallspin (Koisser et al., 2011, S. 22)

Eine weitere Bewegung des Freerunnings ist der Wandsalto („Wallflip“), der ebenfalls relativ einfach gelernt werden kann und trotzdem spektakulär aussieht. Der Wallflip kann mit einem oder mehreren Schritten ausgeführt werden.



Abbildung 24: Wallflip (Koisser et al., 2011, S. 23)

Diese Aufzählung stellt nur einen Auszug der Techniken und Bewegungsaktionen von Le Parkour/Freerunning dar. Es soll an dieser Stelle jedoch auch auf die ausführliche Beschreibung und Erklärung der Bewegungspraktiken in den Bänden von Schmidt-Sinns et al. (2010) und Witfeld et al. (2010) verwiesen werden, die sich dem Thema sehr genau widmen.

5.2 Slackline

„Slackline is an art of dynamic balance. It is akin to tight rope and high wire but uses tubular nylon webbing. Rope walking of one form or another has been around for at least a couple thousand years but has always been the realm of acrobats and daredevils. This is no longer the case. A slackline revolution is brewing. Practitioners of this art (and sport) are excited about its many forms.“ (Scott Balcom)

5.2.1 Philosophie

Slacklinen (übersetzt „schlaffes Seil“) stellt eine koordinativ sehr anspruchsvolle Tätigkeit dar, die vor allem den Gleichgewichtssinn schult. Das Ziel dabei ist, auf einem locker gespannten Seil zu balancieren oder sich in verschiedenen Formen fortzubewegen. Durch die lockere Spannung bewegt sich das Seil ständig unter dem Körper und erfordert Konzentration und hohes Reaktionsvermögen (Reinschmidt & Reinschmidt, 2012, S.17). Der Materialaufwand ist eigentlich gering, da lediglich die Slackline sowie zwei feste, stabile Stützen (vorzugsweise Bäume oder eigens dafür angebrachte Slackline-Säulen) benötigt werden. Slacklinen stammt aus dem Alpinbereich, lässt sich allerdings nicht als reiner Bergsport klassifizieren. Es geht auf eine uralte Beschäftigung zurück, das Seiltanzen, deren Neuentdeckung man Sportbegeisterten aus dem Klettersport verdankt und nun die Grenzen des Bergsports überschritten hat. Slacklinen ist ein verspielter und offener Sport und es lassen sich wenige Regeln oder Vorschriften festlegen. Dagegen gibt es hilfreiche Tipps und Tricks, die das Lernen erleichtern und die Sicherheit gewährleisten. Es ist erlaubt und erwünscht, seinen eigenen Stil zu finden (Kleindl, 2010, S. 11f).

Obwohl Slacklinen mit seinen diversen Spielarten oft als Extremsport angesehen wird, ist es im Prinzip ein sehr ruhiger Sport, was zum Teil auch an den interessanten mentalen Aspekten dieser Sportart liegt (vgl. Abschnitt 6.2.4). Wettkämpfe und Showacts werden zwar immer beliebter, im Kern ist es allerdings eine Beschäftigung, die zum Zeitvertreib und zur Selbsterfahrung dient (Kleindl, 2010, S. 13f).

Slacklinen entwickelte sich innerhalb kurzer Zeit zum Trendsport, wobei Miller und Friesinger (2010, S. 9) den Grund dafür darin sehen, „dass das Balancieren – so schwierig es auch sein mag – etwas ganz Einfaches, ganz Elementares ist“. Mit Hilfestellung ist ein Gehen auf der Slackline auch ohne Übung problemlos möglich, die Sportart scheint relativ sicher, verursacht keine hohen Kosten und belastet die Umwelt bei rücksichtsvollem Handeln nicht. Slacklinen fördert neben dem Gleichgewichtssinn auch

die Reaktions- und Konzentrationsfähigkeit, stärkt Muskulatur und Bänder und fördert Durchhaltevermögen sowie Kreativität (Miller & Friesinger, 2010, S. 9). Die Autoren weisen ebenso darauf hin, dass sich Slacklinen im Schulunterricht bereits etabliert hat, es eine ideale Ergänzung des Trainings darstellt und unzählige Möglichkeiten an Übungen bietet.

5.2.2 Entwicklungsgeschichte

Seiltanzen gibt es, seit es Seile gibt und lässt sich bis in die Antike zurückführen. Im Mittelalter zeigten vor allem Seiltänzer aus dem Orient Kunststücke in Europa und schon im Jahr 1599 wurde in Paris ein Buch dazu veröffentlicht. 1834 wurde das Drahtseil (ursprünglich für den Bergbau) erfunden und es wurden Hochseilakte möglich. Weniger als 30 Jahre später, im Jahr 1859, überquerte Emile Blondin auf einem Drahtseil die Niagarafälle und soll dort auch Tricks gezeigt haben. Parallel dazu entwickelte sich im Osten Jultagi, eine über tausend Jahre alte koreanische Variante des Seiltanzens, die dem heutigen Jumplinen ähnelt. Es ist aber davon auszugehen, dass neben diesen bekannten Entwicklungen auch an vielen anderen Orten der Welt Seiltanzen neu erfunden und zur persönlichen Befriedigung praktiziert wurde. Adam Grolkowski und Jeff Ellington wird die Entdeckung des Balancierens auf Kunststoffbändern zugeschrieben, die 1983 im Klettersportparadies Yosemite Valley schon bemerkenswerte Tricks zeigten. Von diesen beiden Pionieren hatten Scott Balcom und Chris Carpenter die Idee mit den Bändern, welche sie weiterentwickelten. Balcom beging 1985 als erster die berühmte Felsnadel „Lost Arrow Spire“ im Valley, die rund 20 Meter der Felswand vorgelagert ist und fast 1000 Meter über den Talboden ragt, womit die Highline geboren war. Seither erfreuen sich viele Klettersportlerinnen und -sportler an diesem Sportgerät und nützen es an Ruhetagen zum Ausgleich. Für die Verbreitung des Slacklinens in Europa spielt der Österreicher Heinz Zak eine wichtige Rolle, der in Scharnitz 2006 erstmals ein internationales Slacklinetreffen organisierte. Daraus bildete sich eine Szene, die den Sport rasant weiterentwickelte und verbreitete. Auch das Internet spielt mit Foren, Plattformen und Videos eine wichtige Rolle bei der Verbreitung des Trendsports. Die Internetseite slackline.at stellt das erste deutschsprachige Slackline-Forum dar und geht auf den Österreicher Bernie Friedrich zurück (Kleindl, 2010, S. 14-17). Die Anfänge des Slacklinens kamen also offensichtlich aus dem Kletterbereich, wobei vor allem die gleichgewichtssteigernden Trainingseffekte geschätzt wurden. Doch schon bald fand die Sportart auch Anhänger außerhalb des Klettersports und mittlerweile genießt sie ein sportartenübergreifendes Ansehen. In jüngster Vergangenheit wurden auch Wettkämpfe immer populärer, obwohl sich anfangs viele Aktive gegen diese Entwicklung eines organisierten Leistungsvergleichs aussprachen. In der Regel werden frei wählbare Tricks

auf einer Jumphline bewertet, wobei es allerdings kein offizielles Regelwerk dazu gibt, wie ein Wettkampf auszusehen hat. 2008 entstand der Internationale Slackline Verband, der sich unter anderem der Thematik der Leistungsvergleiche annehmen möchte. Ein weiteres Ziel des Verbandes ist es, Empfehlungen zu den Themen Sicherheit und Umweltschutz anzusprechen und die weitere Entwicklung positiv zu lenken (Miller & Friesinger, 2010, S. 21-25). Der österreichische Slackline Verband wurde Ende des Jahres 2011 von den österreichischen Slackline Vereinen slackline.at, Vienna Slackliners und Team Balance gegründet. Er soll eine gemeinsame Plattform bieten, um den Sport in ganz Österreich zu fördern. Ziele sind unter anderem die Veranstaltung von Wettkämpfen, die Schaffung von Regelwerken und Sicherheitsrichtlinien, die Ausbildung zu Kursleiterinnen und -leitern sowie Forschung und Förderung der Athletinnen und Athleten (Österreichischer Slackline Verband).

5.2.3 Material

Die Bänder sind zwischen 2,5 und 5 cm breit und flach, worin auch der entscheidende Unterschied zum Seiltanzen besteht. Das Band ist meistens gespannt, muss es aber nicht unbedingt sein. Nach der Übersetzung aus dem Englischen ist eine Slackline eine lockere Leine, tatsächlich handelt es sich aber um ein Kunstfaserband, das mehr oder weniger stark gespannt werden kann. Trotzdem dehnt sich die Slackline immer unter dem Gewicht der übenden Person (Miller & Friesinger, 2010, S. 13). Um die Slackline zu fixieren, benötigt man zwei stabile Aufhängungspunkte, Fixpunkte genannt. Zusätzlich wird ein Spannsystem benötigt. Je nach Spannung, Länge und Höhe gibt es unterschiedliche Bezeichnungen für Slacklines. Kürzere Lines bis rund 30 Meter Länge heißen Tricklines, hart gespannte Leinen, die sich zum Springen eignen, nennt man Jumphlines. Slacklines über 30 Meter werden als Longlines und solche in großer Höhe als Highlines bezeichnet. Ungespannte Slacklines hängen durch wie ein schlappes Seil und heißen Rodeolines (Kleindl, 2010, S. 13).

Slacklinesets gibt es fertig zu kaufen und enthalten ein geeignetes Band, ein Spannsystem sowie eine Anleitung, wie alles aufzubauen ist. Somit bleiben nach einmaliger Beschaffung einer Slackline die Kosten gering und der Ort des Aufbaus allen Ausübenden selbst überlassen. Auf die auftretenden physikalischen Kräfte beim Begehen einer Slackline, die verschiedenen Arten von Bändern, die Belastungsparameter sowie die diversen Spannvorrichtungen und Arten von Slacklines soll hier nicht genauer eingegangen werden. Diese Aspekte sind aber in den Bänden von Zak (2011), Kleindl (2010) sowie Miller und Friesinger (2010) sehr detailliert erläutert. Grundsätzlich soll hier

aber festgehalten werden, je kürzer die Slackline und je höher ihre Vorspannung, desto geringer ist der Durchhang der Line (Kleindl, 2010, S. 40).

5.2.4 Mentale Aspekte

Kleindl (2010, S. 119-121) führt in seinem Band explizit das Kapitel mentale Aspekte an, was für den Slacklinesport sehr wichtig erscheint. Dabei geht er genauer auf die Eigenschaften Angst, Motivation und Entspannung ein. Angst stellt demnach eine Warnung dar, die grundsätzlich ernst genommen werden muss und vor Verletzungen schützen kann. Allerdings gerät man beim Slacklinen immer wieder in Situationen, die Angst hervorrufen und wer sich in diesem Sport weiterentwickeln möchte, wird auch immer wieder auf dieses Gefühl stoßen. Der Autor sieht die Wichtigkeit darin, sich zwar seinen Grenzen zu nähern und die Gründe für seine Angst zu erforschen, beim Ausreizen der Grenzen diese aber nicht zu überschreiten. Ebenfalls von Bedeutung ist die Fähigkeit zur Selbsteinschätzung. Ein geringes Risiko ist dabei durchaus sinnvoll, wie groß dieses jedoch ausfällt, muss jede Sportlerin und jeder Sportler eigenverantwortlich für sich selbst herausfinden. Kleindl sieht hier ebenfalls eine Verbindung zum Alltag. Die hier trainierten Fähigkeiten helfen uns, auf unbekannte Situationen zu reagieren und unter Stressbelastungen schnell die richtigen Entscheidungen zu treffen. Ebenso sollte die eigene Motivation erforscht werden. Sport ist einerseits mit Höchstleistungen und deren Anerkennung verbunden, andererseits dient Sport auch immer dem Selbstzweck und die Freude an der Beschäftigung selbst birgt schon starke Motivation. Unter Stress, wenn Versagensängste auftauchen, wird man leicht von der eigentlichen Aufgabe – nämlich auf der Line zu bleiben – abgelenkt. Somit scheint es offensichtlich, dass die Motivation aus der Freude an der Beschäftigung selbst am stärksten ist. Interessiert man sich nicht nur für das Ergebnis, sondern auch für den begleitenden hinführenden Prozess, wird man leichter zum Ziel gelangen und konzentrierter sein. Doch auch das Gefühl der Entspannung kann sich beim Slacklinen einstellen, wenn schon etwas Routine gesammelt wurde. Kleindl bezieht sich dabei auf Scott Balcom, der meinte, dass es wichtig wäre, beim Slacklinen entspannt zu sein. Würde man sich allerdings ganz entspannen, so fiel man von der Line, weshalb man versuchen sollte, sich *fast ganz* zu entspannen.

5.2.5 Trendsportkriterien

Auch für die Trendsportart Slacklinen sollen die Kriterien Laßlebens (2009, S. 39-45) herangezogen und auf die speziellen Bewegungshandlungen der Sportart umgesetzt werden.

Zunehmende Verbreitung

Ein zunehmender Verbreitungsgrad in personeller als auch in globaler Hinsicht als Merkmal von Trendsportarten trifft sicherlich auch auf das Slacklines zu. Die Zahl der Aktiven nahm in den Jahren seit dem Auftauchen der Sportart im deutschsprachigen Raum rasant zu, was an der Verbreitung in den Medien, bei Sportveranstaltungen und der Entstehung von Slackline-Communities und Organisationen erkennbar ist. Immer öfter kann man die Trendsportart in öffentlichen Räumen, im Fernsehen oder Internet beobachten, welches vor allem durch Videos und Foren zu einer schnellen Verbreitung beiträgt.

Zeitdauer von mehreren Jahren

Slacklines hat sich im deutschsprachigen Raum spätestens seit dem internationalen Slacklinetreffen 2006 etabliert und verbreitet, womit die Sportart dem Kriterium einer Zeitdauer von mehreren Jahren entspricht und sich somit von einer Modeerscheinung abgrenzt. Weiters kann man kein Abflachen der Trendsportart beobachten und von einer Verankerung im Bewusstsein der Sporttreibenden über mehrere Jahre sprechen.

Neuigkeitswert

Slacklines tauchte, wie schon weiter oben beschrieben, in den 1980er Jahren in den USA auf und ist dort aufgrund seiner Etablierung wahrscheinlich auch nicht mehr als Trendsportart einzustufen. In Europa kann man jedoch von einer Marktneuheit sprechen, da die Sportart noch nicht lange verbreitet ist und bei vielen Menschen als unbekannt gilt. Dies lässt weiters auf eine Kundenneuheit schließen, was bedeutet, dass Slacklines als neu eingestuft werden kann, weil es in den Augen der Zielgruppe als neuartig erscheint.

Gestaltungsoffenheit

Ebenso lässt sich das Kriterium der Gestaltungsoffenheit im Slacklines erkennen, welches sich auf die Wahl des Zeitpunktes, des Ortes und der Partnerinnen und Partner bezieht. Eine Slackline ist schnell und einfach aufgebaut, kann leicht transportiert und an den unterschiedlichsten Orten errichtet werden, da es ja nur zwei stabile Befestigungsmöglichkeiten bedarf. Außerdem lassen sich die unterschiedlichsten Variationsmöglichkeiten (wie Highline, Waterline, Longline, etc.) beobachten, was die Ungebundenheit der Sportart unterstreicht. Es stechen die institutionelle Unabhängigkeit sowie der informelle Kontext ins Auge und die Inszenierung erfolgt meist in öffentlichen Räumen unabhängig von normierten Sportstätten.

Stilisierung und Lebensstileinbindung

Auch das Slacklining wird zumeist bei den aktiven Sporttreibenden in ihren Lebensstil eingebunden, orientiert sich dabei allerdings am Image der Kletterer. Bewegungen werden individuell gestaltet und durch Ausprobieren neuer Tricks oder dem Zusammenführen von spielerischen Bewegungsformen ergeben sich verschiedene persönliche Stile bei den Sportlerinnen und Sportlern. Es gibt zwar kein eigenes „Slackline-Outfit“, trotzdem muss die Kleidung bequem sowie funktional sein und vermittelt Lockerheit und Unnormiertheit.

Erlebnis- und Verlaufsorientierung

Slacklining zeichnet sich wie andere Trendsportarten durch eine Erlebnis- und Verlaufsorientierung aus. Leistungstraining, Disziplin, Askese und Vergleich im Wettkampf stellt sicherlich für einige Sportlerinnen und Sportler kein primäres Handlungsmotiv dar, obwohl die Konzentrationsfähigkeit und mentale Aspekte ebenso im Vordergrund stehen und Disziplin für das Begehen von schwierigen Lines erforderlich ist. Auch der Vergleich im Wettkampf wird immer mehr in das Rampenlicht gerückt, wobei die unnormierte Verspieltheit den Leistungsgedanken auf alle Fälle überdeckt. Außerdem wurde 2011 der Österreichische Slackline Verband gegründet, obwohl eine Organisation in Vereinen normalerweise nicht den Trendsportkriterien entspricht.

Exklusivität und Kommerzialisierung

Slacklining ist relativ kostengünstig und kaum materialintensiv, sieht man von waghalsigen Highlines oder langen Longlines ab. Es ist einerseits Exklusivität gegeben, da der Sport vermehrt in der Kletterszene praktiziert wird und sich somit abgrenzt, andererseits aber schwappt Slacklining mit zunehmender Bekanntheit auch auf andere Kreise über. Außerdem erfährt die Sportart durch die zunehmende Kommerzialisierung eine weite Verbreitung und spricht ästhetische Gesichtspunkte an, wenn man die spielerischen Bewegungsformen und Tricks der Ausübenden beobachtet. Dadurch kommt es zu Vermischungen mit anderen Trendsportarten (vgl. Le Parkour/Freerunning).

5.2.6 Eignung als Schulsport

Viele Lehrpersonen sehen Slacklining nicht als Schulsport an, da meist die materiellen Voraussetzungen dafür nicht erfüllt werden können. Dies ist leider auch ein Hauptgrund dafür, dass diese Trendsportart nicht sehr oft in der Turnhalle angeboten, aber auch nicht im Freien ausprobiert wird. Da beim Slacklining Kräfte bis zu 7kN auftreten können, sollte das Band nicht an herkömmlichen Reckstangen, Sprossenwänden oder ähnlichem befestigt werden. Grundsätzlich gilt deshalb für die Anwendung in Sporthallen, dass geeignete Installationen verwendet werden müssen, um ein sicheres Üben zu

gewährleisten. Dazu zählen unter anderem Slackline-Pfosten für diverse Bodenhülsentypen oder flache Slackline-Wandhalterungen sowie eigens für den Sportunterricht entwickelte Slackline-Sets (Volery & Rodenkirch, 2012a). Weiters können von Lehrkräften spezielle Slackline-Workshops und Weiterbildungen besucht werden. Vor allem im deutschsprachigen Raum gibt es vermehrt Anbieter von passenden Materialien für den schulischen Sportunterricht sowie diverse Fortbildungen.

Um das Slacklining als eigenständige Disziplin in einer Sporthalle anzubieten, ist somit eine entsprechende Anlage erforderlich. Die Möglichkeit, mehrere Slacklines zu spannen, ist natürlich von Vorteil und lässt eine größere Anzahl an Übenden zu. Durch das Unterteilen eines Bandes mittels eines Kastens, der circa in der Mitte mit drei Elementen platziert wird, können unterschiedliche Schwierigkeitsgrade geschaffen werden. Zusätzlich sind mehrere Übungsstationen möglich und die Line wird durch die Auflagefläche waagrecht gehalten. Auch die Schwingungen des Bandes werden mit Hilfe einer Unterstützung reduziert, was eine größere Kontrolle sowie schnellere Anfangserfolge zulässt (Bächle & Hepp, 2010, S. 16). Abbildung 25 zeigt einen möglichen Aufbau eines Settings in der Sporthalle mit unterschiedlichen Schwierigkeitsstufen der Slacklines.

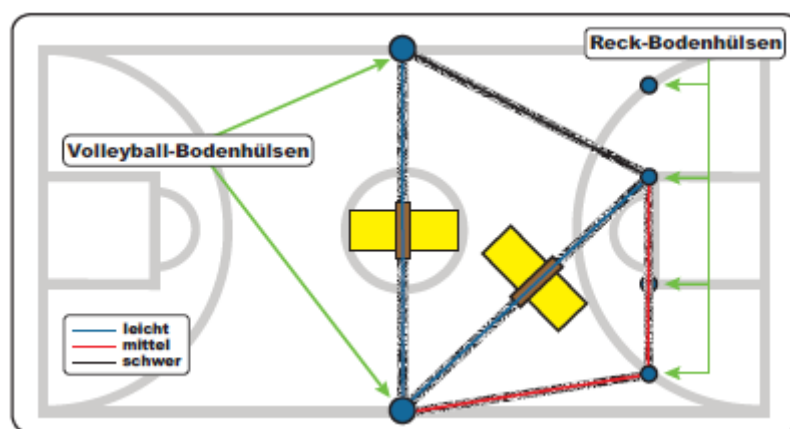


Abbildung 25: Möglicher Aufbau eines Slackline-Setups in der Sporthalle (Volery & Rodenkirch, 2012a, S. 2)

Slacklining erfuhr in den letzten Jahren einen enormen Aufschwung und wurde schon in vielen Sportarten als Ergänzungstraining aufgenommen. Aus diesem Grund stellt die Sportart auch für Bächle und Hepp (2010, S. 15f) viele Angebotsmöglichkeiten dar und sie führen außerdem Gründe an, die für eine Integration dieser Trendsportart in den Sportunterricht sprechen. Slacklining lässt sich den Autoren nach ohne übermäßigen Aufwand an personellen, materiellen sowie finanziellen Ressourcen gut umsetzen und

Aufbau sowie Inhalte sind auch für Lehrkräfte ohne Vorwissen nach einer kurzen Einweisung durchzuführen. Slacklinen ist weiters eine jugendliche Sportart und kann somit das Interesse der Schülerinnen und Schüler wecken. Auch der motivationale Zugang und der Bezug zur Lebenswelt der Ausübenden sind groß, da Slacklinen an vielen Orten und lebenslang ohne besonderen organisatorischen Aufwand betrieben werden kann. Somit entspricht die Sportart dem Leitgedanken zum Kompetenzerwerb im Unterrichtsfach Bewegung und Sport, der zu lebenslangem Sporttreiben motivieren soll. Die Bewegungen eignen sich in besonderem Maße für die Entwicklung und Verbesserung koordinativer Fähigkeiten, einem Anliegen, das in allen Bildungsplänen verankert ist. Vor allem dient Slacklinen zur Schulung des Gleichgewichts und der kinästhetischen Differenzierungsfähigkeit als zwei grundlegenden koordinativen Fähigkeiten. Slacklinen weist allerdings auch strukturelle Besonderheiten auf, die in der didaktischen und methodischen Umsetzung zu berücksichtigen sind. Die Sportart besitzt einen hohen Anforderungscharakter und enorme Ansprüche an die Konzentration der Schülerinnen und Schüler. Anfangs lassen sich schnell Fortschritte erkennen, die sich allerdings im Laufe der Zeit verlangsamen und nur über einen zeitlich intensiven Übungsprozess aufrechterhalten werden können. Somit könnte der immer langsamere Lernzuwachs die anfänglich hohe Motivation untergraben. Slacklinen weist zwar nicht explizit schnelle, großräumige und wettkampforientierte Qualitäten auf, die im Schulsport von den Ausübenden gerne favorisiert werden, kann dafür aber mit dem wagnisorientierten Aufforderungsaspekt und dem Balancieren in der Höhe punkten. Um die anfängliche Euphorie nicht abflachen zu lassen, müssen aufeinander abgestimmte Aufgabenstellungen zeitlich eng begrenzt werden. Da die Schülerinnen und Schüler meistens keine Vorerfahrung mit sich bringen erachten Bächle und Hepp eine induktive Herangehensweise als geeignet. Demnach sollen möglichst viele Übungsstationen geschaffen werden, um lange Wartezeiten zu vermeiden, der Schwierigkeitsgrad sollte von den Lernenden selbst bestimmt werden können, eine Arbeit in Gruppen erscheint als sinnvoll und Hilfe muss unter den Übenden sowohl gegeben als auch angenommen werden.

5.2.7 Sicherheit

Vorab ist beim Slacklinen der Sicherheitscheck enorm wichtig. Um die Sportart in der Halle durchführen zu können, sollte ausschließlich die dafür speziell hergestellte Ausrüstung zum Einsatz kommen. Trotzdem bietet sich bei vorhandener Ausstattung die Halle als Übungsort an, da auf kleinem Platz mehrere Lines gespannt und somit mehrere Schülerinnen und Schüler gleichzeitig beschäftigt werden können. Ebenfalls eignet sich bei schönem Wetter ein Hof, Park oder Garten (idealerweise auf dem Schulgelände), wo

viele Bäume dicht beieinander stehen und so derselbe Effekt erzielt werden kann. Von einer Befestigung an anderen Punkten (wie Reckstange, Sprossenwand, etc.) ist dringend abzuraten, da diese unter der Last beschädigt werden können (vgl. Reinschmidt & Reinschmidt, 2012, S. 17).

Eine Slackline aufzubauen ist anfangs nicht so einfach. Wenn man allerdings weiß, wie die Gerätschaften zu handhaben sind und die passende Ausstattung zur Verfügung steht, kann man den Aufbau schnell erlernen. Wichtigstes Teil der Ausrüstung ist neben der Slackline selbst ein Spannsystem sowie zwei passende Fixpunkte, an denen die Line befestigt werden kann. Die verschiedenen Materialien, Hersteller und Spannelemente sollen hier nicht näher erläutert werden (vgl. dazu Kleindl, 2010; Miller & Friesinger, 2010).

Die Ausführungen in dieser Arbeit konzentrieren sich auf Slacklines im schulischen Sportunterricht und somit auf die passenden Umsetzungsmöglichkeiten in dieser Umgebung. Demnach müssen entweder geeignete Stangen für die Sporthalle angeschafft, oder am Schulgelände zwei passende Fixpunkte (wie zum Beispiel Bäume oder Säulen) gefunden werden. Weiters sollte auf einen geeigneten Untergrund geachtet werden, da vor allem Anfänger häufig von der Line stürzen. Ideal wären deshalb großflächige Turnmatten in der Halle oder ein weicher, ebener Untergrund im Freien. Sollte die Bodenbeschaffenheit eine Gefährdung bedeuten, müssen Schuhe getragen werden. Zudem muss ausreichend Platz geschaffen werden, da eine Slackline manchmal beinahe zum Katapult wird und die ausübende Person unerwartet weit schleudern kann. Natürlich darf das gespannte Band nie unbeaufsichtigt bleiben, da neben der Gewährleistung der Sicherheit für die Sportlerinnen und Sportler selbst ebenso die Gefährdung für Unbeteiligte ausgeschlossen werden muss. Da leider auch ein Materialbruch nicht unrealistisch ist, sollten Zuschauer darauf hingewiesen werden, einen gewissen Abstand einzuhalten. Auch beim Spannvorgang gilt diese Devise. Wählt man als Fixpunkte Bäume, müssen diese durch einen meist mitgelieferten Baumschutz vor Abrieb geschützt werden (Miller & Friesinger, 2010, S. 71-75). Wie man ein Slackline-Setup am besten in der Sporthalle aufbaut, wurde schon in Abschnitt 6.2.6 genauer erläutert.

5.2.8 Bewegungsbasics

Die Slackline für die ersten Schritte sollte laut Miller und Friesinger (2010, S. 104) ungefähr vier bis acht Meter lang sein. Weiters ist es von Vorteil, sie in Kniehöhe aufzubauen, um das Auf- und Absteigen zu erleichtern. Die Line sollte nicht zu hart

gespannt werden und muss beim Begehen immer etwas nachgeben, darf aber nicht den Boden berühren. Kleindl (2010, S. 25) wiederum betont, dass die Slackline anfangs auch nicht zu locker gespannt werden darf, um die Schwingungen der Line gering zu halten. Die Frage, ob es sinnvoller ist, barfuß oder mit Schuhen zu balancieren, ist Geschmacksache und richtet sich nach Temperaturen und Untergrund. Grundsätzlich hat man barfuß ein besseres Gefühl auf der Line, spürt das Band unter dem Fuß und steht sicherer. Allerdings besteht immer ein geringes Risiko, beim Abrutschen mit den Zehen hängen zu bleiben. Werden Schuhe verwendet, sollten diese eine dünne, glatte und weiche Sohle aufweisen, um das Band zu spüren und den Fuß drehen zu können. Dicke Sohlen führen zu Instabilität im Sprunggelenk, ein ausgeprägtes Profil verhakt sich leichter im Band. Bei Jumplines sind Schuhe allerdings inzwischen Standard, da keine Fußsohle auf Dauer die Belastungen beim Springen aushalten kann (Kleindl, 2010, S. 25; Miller & Friesinger, 2010, S. 104f).

Für Anfänger gilt die Devise: Erst stehen, dann gehen. Das Aufsteigen und Stehen sollte ausreichend geübt werden, wobei dadurch gleichzeitig auch der Abgang trainiert wird. Anfangs gilt es, ein Gefühl für das schwingende Band und die dazugehörigen Ausgleichsbewegungen zu entwickeln. Laut Miller und Friesinger (2010, S. 106) ist es in dieser Phase auch sinnvoll, immer wieder das Gehen mit Hilfestellung zu integrieren, um die Freude durch abwechslungsreiches Üben zu erhalten und nebenbei ein Gefühl für das sichere Aufsetzen der Füße zu bekommen. Das Aufsteigen fühlt sich nicht an jedem Punkt der Slackline gleich an. Es ist am Rand und in der Mitte am schwierigsten, während der Bereich am Ende des ersten Drittels am ehesten dafür geeignet ist. Für das erste Aufsteigen sollte der Fuß längs und nicht quer aufgesetzt werden. Dabei blickt man nicht nach unten auf die Füße sondern nach vorne auf einen ruhigen Punkt, was Sicherheit und eine aufrechte Körperhaltung bewirkt. Die Arme sollten hoch gehalten werden, um ausbalancieren zu können. Es gilt, das Gewicht mit ein wenig Schwung auf die Line zu bringen, anstatt langsam das Knie durchzudrücken. Am Anfang beginnt das Band zu zittern, was aber nach einiger Zeit an Übung von selbst aufhört, wenn sich der Körper umgewöhnt hat. Welcher Fuß verwendet wird, ist ebenfalls Geschmackssache, wobei es hilft, den anderen Fuß nahe ans Band zu stellen, um das Zittern zu dämpfen. Sobald man steht ist es hilfreich, den zweiten Fuß hinter dem ersten aufzusetzen. Als Vorübungen eignen sich gegenseitiges Stützen an der Hand oder ein gespanntes Seil über der Slackline als Hilfestellung. Wer einige Sekunden auf der Line stehen kann, sollte mit den ersten Schritten beginnen. Gehen ist nicht wesentlich schwieriger als Stehen, da jeder Schritt beim Ausgleichen mithilft. Die Schritte sollten langsam erfolgen und man muss sich immer wieder die Zeit zum Ausbalancieren nehmen. Außerdem hilft es, die Knie ein wenig

zu beugen, um mehr Spielraum zu erlangen und den vorderen Fuß aufzusetzen, während das Körpergewicht noch auf dem hinteren Bein ruht. Der Oberkörper muss aufrecht gehalten werden und der Endpunkt der Line bietet sich als ruhiger Punkt zum Anvisieren an (Kleindl, 2010, S. 26-29). Ein weiteres Element der Bewegungsbasics ist das Drehen auf der Slackline, wobei es auch hier verschiedene Variationen gibt, die von langsam bis hin zu sehr dynamisch reichen. Die Drei-Schritt-Drehung nach innen stellt nach Miller und Friesinger (2010, S. 112f) die einfachste Möglichkeit dar, sich zu drehen und soll deshalb hier kurz aufgezeigt werden. Dabei wird der hintere Fuß am vorderen vorbeigeführt und um knapp 90° nach innen gedreht. Um eine Drehung zu ermöglichen, muss anschließend fast das vollständige Gewicht auf diesem Fuß lasten. Der Kopf weist allerdings noch immer in die Richtung des Fixpunktes. Der andere Fuß vollzieht daraufhin eine komplette 180°-Drehung und der Oberkörper wird gleichzeitig mitgedreht. Sofort nach der Drehung wird ein neuer fixer Punkt am anderen Ende der Slackline anvisiert und der dritte Schritt besteht einfach nur im Nachholen des ersten Fußes, der vor dem anderen geradlinig aufgesetzt wird.

5.2.9 Spielerisches und Tricks

Neben den Bewegungsbasics können auf der Slackline unzählige weitere Tricks durchgeführt werden. An dieser Stelle soll eine kleine Auswahl davon angeführt werden. Der Sitzstart ist eine andere Möglichkeit, auf die Line aufzusteigen und stellt zum Beispiel für das Highlinen eine Grundvoraussetzung dar. Dabei sitzt die übende Person im Reitsitz auf der Slackline und platziert beide Füße so nah wie möglich am Becken. Durch eine schwungvolle Bewegung des Oberkörpers nach schräg vorne wird das Gewicht auf die Füße verlagert. Durch das Abstützen mit einer oder beiden Händen kann man sich das Aufstehen erleichtern. Daneben gibt es den Sprungstart, bei dem man im ersten Viertel der Leine aufspringt und für die Landung die Füße querstellt sowie den Kniestart, der ähnlich dem Sitzstart erfolgt. Ebenso sind aus der Stehposition Aktionen wie Hinsetzen, Hinknien oder auch Positionen wie Rücken- oder Bauchlage möglich (Zak, 2011, S. 103-109). Eine elegantere Aufstiegsart ist der Mantle Start, bei dem man sich unter die Slackline legt und sie mit beiden Händen umfasst. Dann setzt man einen Fuß auf die Line und hebt den Rumpf möglichst nahe an das Band. Das zweite Bein wird als Hebel verwendet um den Körper in die Line zu kippen. In der Folge wird der Fuß nahe an das Becken herangezogen, der gegengleiche Arm umfasst die Line und das hängende Bein wird hochgeführt und ebenfalls aufgesetzt (Miller & Friesinger, 2010, S. 129). Eine weitere spielerische Bewegungsform auf der Slackline ist das Surfen. Dabei steht anfangs nur der hintere Fuß quer zur Slackline, der vordere bleibt fast gerade. Dann holt man Schwung,

indem der hintere Fuß in stetigem Wechsel die Slackline zur Seite drückt, wobei Oberkörper und Arme relativ ruhig bleiben. Bei dieser Übung ist darauf zu achten, dass die Line einen ausreichend großen Ausschlag erlaubt oder schwächer gespannt wird (Zak, 2011, S. 107). Sehr reizvoll, doch mit Vorsicht zu genießen, sind Sprünge auf der Slackline. Diese reichen von Sprüngen mit „Grab“ (eine Hand wird an den Fuß geführt) über Drehungen um die Längsachse bis zu waghalsigen Saltos. Beim „Buttbounce“ (Kleindl, 2010, S. 101f) lässt sich die Sportlerin oder der Sportler auf das Gesäß fallen und wird durch die Dynamik der Line wieder auf die Füße gehoben. Dabei befinden sich die Beine auf einer Seite der Slackline. Bei diesem Trick läuft man allerdings Gefahr, in Rückenlage zu gelangen und muss bei einem Absturz sofort die Beine über die Line schleudern. Nützlich ist auch eine stützende Hand, die das Überkippen nach hinten verhindert. Die Slackline muss bei diesem Trick hoch und straff genug gespannt sein, damit man nicht am Boden aufsitzt. Natürlich können für geübtere Slackliner alle Tricks beliebig erweitert und miteinander kombiniert werden, woraus sich eine Fülle an neuem spielerischem Repertoire ergibt. Auch paarweise Spielformen lassen sich auf der Slackline verwirklichen, wie aneinander vorbeizugehen ohne den Boden zu berühren. Das Üben von Tricks führt schneller zum ersehnten Erfolg, wenn man sich der bevorstehenden Bewegungsform bewusst ist und sie mental nachvollziehen kann, was die Visualisierung der entsprechenden Bewegungen begünstigt (Miller & Friesinger, 2010, S. 133).

5.3 Ultimate Frisbee

„All players are responsible for administering and adhering to the rules. Ultimate relies upon a Spirit of the game that places the responsibility for fair play on every player. It is trusted that no player will intentionally break the rules; thus there are no harsh penalties for breaches, but rather a method for resuming play in a manner which simulates what would most likely have occurred had there been no breach. Highly competitive play is encouraged, but should never sacrifice the mutual respect between players, adherence to the agreed-upon rules of the game, or the basic joy of play.“ (World Flying Disc Federation)

5.3.1 Philosophie

Vorweg sei zu erwähnen, dass der eingetragene Markenname Frisbee in dieser Arbeit als Stellvertreter für diverse Plastikscheiben und die damit verbundenen Sportarten steht. Wegen der markenrechtlichen Namensproblematik wird in diesem Zusammenhang neben Frisbeesport oft von Wurfscheiben gesprochen. Nichtsdestotrotz steht dieser geschützte Begriff Pate für die Faszination, die dem Frisbeesport und insbesondere der Sportart Ultimate Frisbee namensgebend zur Seite stand (Glindemann, 2001, S. 32).

Die Spielidee von Ultimate Frisbee stellt eine Mischung aus mehreren etablierten Sportspielen, wie American Football oder Rugby, dar. Allerdings ist jeglicher Körperkontakt verboten, wodurch die Täuschung des Gegners und die Sprintschnelligkeit im Vordergrund stehen. Es wird in Angriff und Abwehr unterschieden, wobei es im Angriff darum geht, die Scheibe öfter in der gegnerischen Endzone zu fangen als das gegnerische Team. Die Verteidigung hat die Aufgabe, die Weitergabe der Frisbee durch Abfangen oder Abschlagen zu verhindern. Der Schlüssel zum Erfolg liegt somit im gemeinsamen Spiel und einer effizienten Mannschaftstaktik, da eigensinnige oder sportlich herausragende Spielerinnen und Spieler ohne ihre Teammitglieder nicht gewinnen können (Grotehans, 2009, S. 243f).

Der Hauptaspekt der Sportart liegt im Fairnessgedanken, der als „Spirit of the game“ bezeichnet wird. Ultimate Frisbee hat seit seiner Entstehung auf Sportsgeist vertraut, wodurch die Verantwortung für die Einhaltung des Fairplays bei der Spielerin beziehungsweise dem Spieler selbst liegt. Es wird zwar hoher kämpferischer Einsatz gefordert, der allerdings nie auf Kosten der Verpflichtung zum gegenseitigen Respekt, des Festhaltens an den vereinbarten Spielregeln oder der Freude am Spiel gehen darf. Die Ultimate Regeln geben sozusagen nur Richtlinien vor, welche die Durchführung des

Spiels beschreiben. Dabei wird davon ausgegangen, dass keine am Spiel teilnehmende Person die Regeln absichtlich verletzt. Es gibt daher auch keine strengen Strafen für unbeabsichtigte Übertretungen, sondern nur ein Verfahren, um das Spiel so fortzusetzen, als hätte es keinen Zwischenfall gegeben (Scheruga, 2007, S. 106). Da die Sportart auf diesem Spirit of the game basiert, ohne dessen Einhaltung das Spiel nicht funktionieren würde, benötigt es auch keine Schiedsrichterin oder Schiedsrichter. Geschieht ein Foul, so zeigt es die gefoulte Person selbst an und regelt eigenständig mit der Mitspielerin oder dem Mitspieler die Fortsetzung des Spiels. Ist keine Einigung möglich, so wird der letzte Spielzug wiederholt. Menschen treffen sich also zum gemeinsamen Spielen und Handeln unter der Prämisse der gemeinsamen Aufrechterhaltung des Spiels, wobei es zusammenbricht, sobald eine Partei dieses Prinzip nicht einhält. Dieser Umstand macht die Sportart aus pädagogischer Perspektive besonders interessant für die Schule (Grotehans, 2009, S. 244f).

5.3.2 Entwicklungsgeschichte

Der Frisbeesport hat seinen Ursprung in Amerika und die Bezeichnung Frisbee geht auf Metallformen zurück, in denen Backwaren der Bäckerei „Frisbie Kuchen – Gesellschaft“ verkauft wurden. Am Badestrand warfen sich Kinder die Kuchenformen mit der Öffnung nach unten zu und entdeckten so die Flugeigenschaften solcher Formen. Walter Frederic Morrison produzierte in weiterer Folge Plastikmodelle aus Kunststoffmischungen, womit die ersten Frisbees geboren waren (Wahrmann, 1983, S. 6).

Die Anfänge der Disziplin Ultimate Frisbee gehen bis in das Jahr 1968 zurück, in dem Joel Silver seine Idee der Sportart der Studentenvereinigung an der Columbia High School, New Jersey vorstellte und im Jahr darauf wurde das erste offizielle Team an dieser High School gegründet. Das beliebt gewordene Spiel verbreitete sich rasch und 1970 wurde die erste Ausgabe der Regeln geschrieben. 1973 gab es schon 30 Mannschaften und die ersten US Ultimate Championships wurden ausgetragen. Vier Jahre später folgten die ersten Meisterschaften zwischen Ost und West. Bereits im Jahr 1978 wurde der Erste Österreichische Frisbee Club (EÖFC) gegründet und 1982 ist Obertraun in Österreich sogar Austragungsort der Europameisterschaften. 1978 entstanden auch erstmals allgemein gültige Ultimate Regeln, die bis heute annähernd gleich geblieben sind. 1983 wurden die ersten Ultimate Weltmeisterschaften in Göteborg ausgetragen und im Jahr 2001 war Ultimate Frisbee zum ersten Mal bei den World Games in Akita, Japan vertreten (Scheruga, 2007, S. 87; Wahrmann, 1983, S. 101f).

5.3.3 Material

Es gibt eine nahezu unüberschaubare Vielzahl an Frisbeescheiben auf dem Markt, die sich für unterschiedliche Übungen, Zielgruppen und Spielvariationen einsetzen lassen. Die Scheiben können aus Schaumstoff, Stoff, Gummi oder Kunststoff bestehen, wobei gute Frisbees formstabil und gleichzeitig flexibel sind. Hochwertigen Scheiben werden „Weichmacher“ beigemischt, damit sie nicht beim ersten Aufprall zerbrechen. Außerdem kann man zwei grundlegende Scheibenkonzepte unterscheiden: Frisbees mit einer ebenen beziehungsweise leicht gewölbten Oberfläche und solche mit einem erhöhten Zentrum, die sich besonders für Schwebewürfe eignen. Weiters gibt es Frisbeescheiben in vielen Gewichtsklassen, die sich zwischen 10 und 250 Gramm bewegen. Dabei ist eine Frisbee umso weniger windanfällig, je schwerer sie ist. Mit einer Zunahme an Gewicht steigt aber auch die erforderliche Wurfkraft, weshalb Gewicht und Einsatzbereich auf die Zielgruppe abzustimmen sind. Der Außenrand sollte schwerer und dicker als das Zentrum sein, um den übertragenen Drehimpuls länger erhalten zu können (Eigenrotation) und somit eine bessere Flugstabilität zu erreichen. Auch die Scheibengröße hat Einfluss auf die Flugweite und -stabilität, wobei kleinere Scheiben eine feiner koordinierte Wurfbewegung erfordern (Neumann, 2004, S. 9f).

Die für Ultimate Frisbee am besten geeigneten Scheiben haben einen Durchmesser von rund 27,5 Zentimetern und ein Gewicht von circa 175 Gramm. Durch ihre Größe und das relativ hohe Gewicht fliegen Ultimate-Scheiben schon mit wenig Rotation sehr stabil und sind weniger windanfällig (ebd., S. 13). Laut Neumann et al. weisen Ultimate Scheiben zwar eine gute Flugeigenschaft, Stabilität und Windverträglichkeit auf, sind allerdings nur bedingt für die Halle und Anfänger geeignet. Abbildung 26 zeigt eine übliche Frisbeescheibe für das Spiel Ultimate.



Abbildung 26: Offizielle 175-Gramm Scheibe (Baccarini & Booth, 2008, S. 3)

5.3.4 Trendsportkriterien

Wie bei den anderen beiden angeführten Sportarten sollen auch zu Ultimate Frisbee die Merkmale einer Trendsportart nach Laßleben (2009, S. 39-45) in Bezug gesetzt werden.

Zunehmende Verbreitung

Bei Ultimate Frisbee kann man sowohl in personeller als auch in globaler Hinsicht von einem zunehmenden Verbreitungsgrad sprechen. Ultimate Frisbee ist weltweit verbreitet und besitzt mittlerweile eine große Anzahl an aktiven Spielerinnen und Spielern, wobei der Bekanntheitsgrad der Sportart vor allem in Europa noch immer mäßig ausfällt. Die Medienpräsenz ist zwar auch bei dieser Trendsportart, vor allem über Foren und Videos im Internet, gegeben, allerdings bei weitem nicht so groß wie in den beiden anderen hier aufgezeigten Trendsportarten.

Zeitdauer von mehreren Jahren

Auch die Abgrenzung zu einer Modeerscheinung kann bei Ultimate mit Sicherheit erfolgen, da die Anfänge in den USA bis in die 1960er und in Österreich bis in die 1980er Jahre zurückführen. Bekanntheit sowie Verbreitung auch in Europa erlangte die Sportart allerdings erst in den letzten Jahren und man kann getrost von einer Trendsportart mit einer längerfristigen Perspektive sprechen. Es kann auch hier angemerkt werden, dass sich das neu auftauchende Bewegungsangebot über mehrere Jahre im Bewusstsein der Sporttreibenden verankert und als Praxis etabliert hat.

Neuigkeitswert

Im Hinblick auf Marktneuheit kann in den USA keineswegs die Rede von einer neuen Sportart sein und im deutschsprachigen Raum lässt sich dieser Aspekt ebenfalls nur beschränkt bewahrheiten. Eigentlich gibt es Ultimate Frisbee ja auch bei uns schon eine längere Zeit, allerdings wurde sie erst in den letzten Jahren wieder vermehrt beworben und verbreitet. Kundenneuheit scheint trotzdem noch immer gegeben zu sein, da die Sportart aus Sicht der Zielgruppe durchaus als neuartig betrachtet wird.

Gestaltungsoffenheit

Dieser Aspekt ist bei Ultimate Frisbee auf jeden Fall gegeben, da die Wahl des Zeitpunktes, des Ortes und der Mitspielerinnen und Mitspieler frei gewählt wird und oftmals wild zusammengewürfelte Gruppen in Parks oder auf Wiesen ihrer Sportart nachgehen. Ultimate wird demnach vermehrt im öffentlichen Raum ausgeübt und Selbstorganisation ist ein wichtiges Kriterium. Hierbei ist auch darauf hinzuweisen, dass Ultimate Frisbee bis in die obersten Spielklassen ohne Schiedsrichterin beziehungsweise Schiedsrichter durchgeführt wird, was sonst in keiner herkömmlichen oder etablierten

Teamsportart der Fall ist. Diese Normfreiheit unter Einhaltung des Regelwerks zeichnet die Sportart ebenfalls als Trendsport aus.

Stilisierung und Lebensstileinbindung

Im Ultimate Frisbee ist die Stilisierung sicherlich nicht so stark ausgeprägt wie in anderen Trendsportarten (vgl. Le Parkour/Freerunning, Breakdance, Skateboarding, etc.), trotzdem können bei der Beobachtung von Spielen typische Rituale und Gestiken beobachtet werden. Auch die Kleidung soll neben der sportlichen und Bewegungsraum bietenden Funktion lässig sein und Lockerheit vermitteln. Ebenso spielen schöne und ästhetische Würfe eine Rolle und der Gedanke des Gewinnens wird begleitet von sauberen Würfungen und Fängen.

Erlebnis- und Verlaufsorientierung

Dieser Aspekt ist bei Ultimate Frisbee nicht so sehr ausgeprägt, da im professionellen Bereich das Teilnehmen und Siegen bei Wettkämpfen im Vordergrund steht und regelmäßig trainiert wird. Doch vor allem im Freizeitsportbereich stellen Leistungstraining, Disziplin und Askese keine primären Handlungsmotive dar und die Spaßorientierung steht im Vordergrund. Dieses vielzitierte Attribut der Trendsportarten steht auch bei Ultimate Frisbee an oberster Stelle und die dominierenden Vermittlungsmethoden sind Drills und Trial-and-Error (vgl. Scheruga, 2007, S. 51-71), die nach außen hin betont lässig inszeniert werden.

Exklusivität und Kommerzialisierung

Ultimate Frisbee zu spielen ist keineswegs material- oder kostenintensiv, da man lediglich eine Frisbee, einige Gleichgesinnte sowie eine freie Fläche benötigt. Trotzdem lassen sich bei den Scheiben unterschiedliche Preisklassen erkennen, die allerdings in keinem Verhältnis zu exklusiven Boardsportarten stehen. Auch die Kommerzialisierung im Industriebereich hält sich in Grenzen, da sich Sportartikelhersteller vermehrt auf technisch aufwendigere Sportarten stützen. Der Aspekt der Kommerzialisierung lässt sich aber an anderen Beispielen feststellen, wie zum Beispiel an der Teilnahme an den World Games, dem Abhalten von Weltmeisterschaften oder der Präsentation der Sportart auf Sportveranstaltungen.

5.3.5 Eignung als Schulsport

In Deutschland hat Ultimate Frisbee bereits in vielen Lehrplänen Eingang gefunden (Neumann, Kittsteiner & Laßleben, 2004, S. 7-9), da Frisbeescheiben ideale Voraussetzungen für den Einsatz im Schulsport besitzen und sich beispielsweise im Rahmen des Aufwärmens, der Konditionsschulung oder zur Verbesserung der

grundlegenden Fähigkeiten und Fertigkeiten des Werfens und Fangens einsetzen lassen. Weiters können Frisbeescheiben die traditionellen Inhalte des Unterrichtsfachs Bewegung und Sport ergänzen und stellen eine interessante Freizeitbeschäftigung für Schülerinnen und Schüler dar. Sie bieten für Anfänger schnell Erfolgserlebnisse, da die grundlegenden Wurf- und Fangtechniken leicht zu erlernen sind. Verglichen mit anderen Sportgeräten sind Frisbees relativ preiswert und langlebig, können sowohl Outdoor als auch Indoor verwendet werden und die Sportart benötigt keine normierte Sportstätte. Außerdem haben Frisbeescheiben aufgrund ihrer besonderen Flugeigenschaften einen hohen Aufforderungscharakter und bieten Anreize zu unterschiedlichen Wurf- und Fangtechniken. Ultimate soll ein sportlich faires Verhalten unterstützen und Fairplay ist das oberste Gebot. Darüber hinaus heben die Autoren auch didaktische Vorzüge des Frisbeesports hervor, die den Einsatz im schulischen Sportunterricht befürworten. Die technisch-taktischen Ansprüche sind reduziert, da die Spiele mit der Frisbee variierbar sind und schon mit dem Standardwurf herausfordernde Wettkampfaufgaben gestellt werden können. Körpereinsatz ist bei Ultimate Frisbee nicht gefragt, wodurch das Spiel für Mädchen und Jungen gleichermaßen lösbar wird. Es gibt abwechslungsreiche Variationsmöglichkeiten und die konditionellen Anforderungen sind ebenso vielfältig und gut dosierbar. Dagegen sind die organisatorischen Voraussetzungen eher gering und die Lehrperson muss auch nicht zwingend über vertiefte Vorerfahrungen im Frisbeesport verfügen, um das Spiel anleiten zu können.

Scheruga (2007, S. 93-96) stellt „10 gute Gründe für Ultimate“ in der Schule auf, die nun aufgezeigt werden sollen:

- Neue Sportart

Im Gegensatz zu klassischen Mannschaftssportarten sind die Vorbedingungen der Schülerinnen und Schüler nicht ungleich geprägt, sondern eher ausgeglichen und alle beginnen auf einem ähnlichen Level. Es sind noch keine starren Vorstellungen über das Zielspiel vorherrschend, wodurch eine offene und kreative Annäherung möglich ist.

- Kinderleicht

Ultimate Frisbee basiert auf den Grundbewegungen Laufen, Werfen und Fangen, wodurch die Grundform des Spiels jederzeit mit jeder teilnehmenden Gruppe als möglich erscheint. Trotzdem lässt sich auf jedem Spielniveau forderndes und freudvolles Bewegen unter athletischen Gesichtspunkten verwirklichen.

- Die Scheibe

Die Frisbee als Sportgerät hat bereits einen hohen Bekanntheitsgrad, ist weit verbreitet und relativ preiswert zu erhalten. Durch die physikalischen Eigenschaften und die

Abgrenzung zu herkömmlichen Ballsportarten übt das Fluggerät eine besondere Faszination auf Kinder und Jugendliche aus.

- Werfen

Das Prinzip des klassischen Rückhandwurfes ist einfach zu verstehen und zu erlernen: Schleuderbewegung des Armes plus Rotation der Scheibe durch Abklappen des Handgelenks. Schon nach wenigen Versuchen lässt sich ein Erfolgserlebnis feststellen, wobei es darüber hinaus etliche unterschiedliche Wurfarten gibt, sodass den Spielern viel Freiraum an Würfen ermöglicht wird. Der richtigen Flugbahn der Frisbee zuzusehen kann als Rückmeldung über eine korrekte Wurfbewegung verstanden werden.

- Koedukation

In dieser Teamsportart benötigt man neben Schnelligkeit und Kondition auch eine gute Wurf- und Fangtechnik sowie ein ausgeprägtes taktisches Verhalten. Daher gibt es keine Überlegenheit eines Geschlechts und ein gemeinschaftliches Miteinander von Mädchen und Jungen wird ermöglicht. Selbst bei Weltmeisterschaften gibt es eine eigene Kategorie, in der gemischte Teams gegeneinander antreten.

- Körperloses Spiel

Ultimate Frisbee ist durchwegs als körperloses Spiel anzusehen und es gibt auch keine versteckten oder beabsichtigten Fouls, die wie in manchen anderen Ballsportarten toleriert werden und Körperkontakt dazugehört. Somit kommen auch zartbesaitete und ruhigere Spielerinnen und Spieler zum Zug.

- Fair Play

Oberstes Gebot in dieser Mannschaftssportart ist der Sportsgeist, eben Spirit of the game genannt. Es gibt ausdrücklich keine Referees und alle betroffenen Sportlerinnen und Sportler regeln das Spiel selbst. Regelübertretungen werden selbst angezeigt und es gibt keine beabsichtigten Regelverstöße. Dieses Prinzip zieht sich weltweit durch alle Spielklassen. Für Kinder und Jugendliche kann dadurch der Respekt vor Gegnerinnen und Gegnern, das Kommunikationsverhalten sowie die gemeinsame Erarbeitung gerechter Entscheidungen erarbeitet werden.

- Spielfeld

Ultimate kann praktisch überall gespielt werden, sei es auf dem Sportplatz, in der Halle, am Schulhof oder in Parks. Man benötigt lediglich eine Frisbee, eine ausreichende Anzahl an Mitspielerinnen und Mitspielern sowie Spielfeldmarkierungen (Hütchen, Jacken, Taschen,...).

- Trendsport

Die Verknüpfung dieses neuen Teamsports mit den amerikanischen Wurzeln (American Football und Basketball) der Trendsportart stellt einen erhöhten Motivationsfaktor für die Ausübenden dar. Auch durch die englische Terminologie der vielen Begriffe wird der Reiz der Sportart erhöht und bietet zudem eine gute Gelegenheit für interdisziplinären Unterricht.

- No Limits

Im Frisbeesport lässt sich eine Vielzahl unterschiedlichster Wurf- und Fangtechniken ausmachen und Feinheiten in Taktik und Spielsystemen können vertieft werden. Der Phantasie und Kreativität der Schülerinnen und Schüler sind keine Grenzen gesetzt, wodurch tief in die Trendsportart eingetaucht werden kann. Fachliteratur, praxisnahe Trainingsreihen und Fortbildungen für Lehrkräfte erlauben es, Ultimate Frisbee nicht nur als Abwechslung zum Schulalltag einzusetzen sondern auch Wettkämpfen und Turnierteilnahmen entgegen zu steuern.

Ein weiterer pädagogisch wertvoller Aspekt besteht darin, dass die Schülerinnen und Schüler bei Ultimate Frisbee selbst entscheiden müssen, ob und wann ein Foul begangen worden ist und lernen dadurch, diesen Sachverhalt zu thematisieren. Dies erfordert sowohl eine ausgeprägte Reflexionsbereitschaft des persönlichen sportlichen Handelns als auch eine hohe soziale Kompetenz (Grotehans, 2009, S. 244).

5.3.6 Technik

Bei allen Wurfarten muss die Scheibe mit Drall und Vortrieb die Hand verlassen, um zu fliegen. Im Nachfolgenden werden die drei bewährten Grundwurfarten kurz beschrieben, wobei es natürlich auch noch viele weitere Möglichkeiten des Werfens gibt. Bei allen Würfen kann man sich leicht selbst korrigieren, da ein Beobachten der Flugbahn ausreicht, einen Fehler zu erkennen (Kunert, 2010, S. 19). Ziel eines guten Wurfes ist es, die Frisbee mit starker Rotation zu werfen, um eine stabile Flugbahn und in der Folge gezielte Würfe zu ermöglichen. Erzeugt wird dieser Spin vorwiegend durch die Impulsübertragung aus dem Handgelenk (Scheruga, 2007, S. 22).

- Rückhand (Backhand)

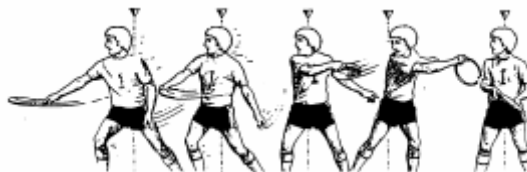


Abbildung 27: Wurfbewegung Rückhand (Scheruga, Napieralski & Furlan, S. 4)

Die Rückhand ist am leichtesten zu erlernen und auch die bekannteste Wurfart. Die Scheibe liegt diagonal in der Handfläche und wird locker mit vier Fingern auf der Randinnenseite und mit dem Daumen auf der Randoberseite umfasst. Optional kann der Zeigefinger am Scheibenrand angelegt werden, wodurch sich zwar die Kraftübertragung verringert, aber das Wurfgefühl verbessert wird.



Abbildung 28: Griff beim Rückhand-Wurf (Scheruga et al., S. 4)

Die Ausgangsposition ist seitlich zur Wurfriechung, wobei die Schulter- und Hüftachse zum Ziel zeigen. Man befindet sich in Schrittstellung – bei einem Wurf mit der rechten Hand steht auch der rechte Fuß vorne – und der Oberkörper ist leicht nach vorne geneigt, um die Aushol- und Wurfbewegung zu erleichtern. Dadurch lastet das Gewicht verstärkt auf dem vorderen Bein. Zum Ausholen wird der Wurfarm gerade nach hinten gestreckt, der Ellbogen nicht gebeugt und das Handgelenk gestreckt. Die Wurfbewegung wird aus der Hüfte eingeleitet, welche sich Richtung Wurfziel dreht und somit eine Vorspannung erzeugt wird. In weiterer Folge schwingen Oberkörper und Arm nach. Die Scheibe sollte entlang einer gedachten Linie zwischen hinterem Totpunkt und Ziel geführt werden. Dazu winkelt man zuerst das Ellbogen- und danach das Handgelenk ab und erhält dadurch einerseits Zielgenauigkeit, andererseits wird die Voraussetzung geschaffen, der Frisbee einen starken Drehimpuls zu geben. Durch schnelles Strecken der Gelenke in der Endphase der Bewegung bekommt die Scheibe die nötige Rotation. Am Ende öffnet man die Hand und lässt die Scheibe fliegen (Kunert, 2010, S: 19f; Scheruga, 2007, S. 23-25).

- Vorhand (Sidearm)



Abbildung 29: Wurfbewegung Vorhand (Scheruga et al., S. 5)

Für das Erlernen der Vorhand wird durch die ungewohnte Fingerhaltung etwas mehr Zeit benötigt. Die Scheibe wird zwischen Daumen und Mittel-/Zeigefinger gehalten, wobei der

der Mittelfinger am Scheibenrand anliegen muss, um der Frisbee den notwendigen Drehimpuls zu verleihen. Ring- und kleiner Finger sind eingeklappt und berühren die Scheibe nicht. Der Zeigefinger kann optional am Mittelfinger angelegt werden, wodurch mehr Kraft erzeugt wird, oder zur Scheibenmitte zeigen, um ein besseres Scheibengefühl zu erhalten.



Abbildung 30: Griff beim Vorhand-Wurf (Scheruga et al., S. 5)

Der Körper befindet sich beim Vorhandwurf frontal zur Wurfrichtung und die Schulter- und Hüftachse steht quer zum Wurfziel. Die Füße stehen schulterbreit in einer leichten Schrittstellung, wobei der Fuß auf der Wurfseite vor dem anderen aufsetzt und die Frisbee seitlich auf Bauchhöhe neben dem Körper gehalten wird. Der Körper ist deutlich zur Wurfseite geneigt und ein wenig nach vorne gebeugt, um eine blockierungsfreie Wurfbewegung zu ermöglichen. Das Gewicht lastet größtenteils am wurfseitigen Bein. Der Wurfarm pendelt seitlich nach hinten, der Ellenbogen ist leicht gebeugt und das Handgelenk locker. Die Beschleunigung kommt bei der Vorhand stärker aus dem Handgelenk und dem Durchziehen des Armes in Wurfrichtung geht eine kurze Armbewegung nach hinten voraus. Der Ellenbogen geht der Wurfbewegung voraus und die Wurfhand wird in Bauchhöhe nach vorne durchgezogen, indem der Arm gestreckt wird. Um einen geraden Scheibenflug zu erzielen, muss der Unterarm waagrecht gehalten werden. Am Ende der Ausholbewegung bildet der Ellenbogen nahezu eine Linie mit der Scheibe und es erfolgt ein Handschnalzen, bei dem das Handgelenk eingeklappt wird und der Frisbee die nötige Rotation verleiht. Um den Drehimpuls zu verstärken, drückt der Mittelfinger am Scheibenrand an (Kunert, 2010, S. 21f; Scheruga, 2007, S. 33f).

- Upsidedown



Abbildung 31: Wurfbewegung Upsidedown (Scheruga et al., S. 6)

Mit dem Upsidedown-Wurf lassen sich hohe Würfe auch über kurze Entfernungen realisieren, wobei die Scheibe kopfüber fliegt und bei Würfen mit der rechten Hand eine Rechtskurve (und umgekehrt) beschreibt. Die Neigung der Frisbee ist anfangs sehr steil, verringert sich nach und nach und erreicht im Idealfall waagrecht, aber immer noch kopfüber, das Ziel.

Der Griff ist identisch wie bei der Vorhand und die Scheibe wird zwischen Daumen und Zeigefinger geschoben. Der Körper steht frontal zum Wurfziel und die Füße befinden sich in Schrittstellung. Allerdings steht nun der gegengleiche Fuß zur Wurfseite vorne und die Wurfhand wird über den Kopf geführt, man wirft die Frisbee also über dem Kopf ab. Der Oberkörper wird leicht in Richtung Standbein gebeugt, die Scheibenunterseite zeigt seitlich nach oben und der Ellenbogen geht wie beim Schlagwurf in Wurfrichtung voraus. Der Ellenbogen und der ganze Körper werden in der Folge gestreckt, das Handgelenk schlagartig geschlossen und die Hand geöffnet. Ganz wesentlich ist wieder der abschließende Impuls durch das Handgelenk. Durch unterschiedliche Abwurfwinkel lässt sich die Flugbahn der Frisbee variieren (Kunert, 2010, S. 22f).

Natürlich muss die Scheibe nach einem Wurf von der Mitspielerin oder dem Mitspieler auch wieder gefangen werden. Die Möglichkeiten dazu sind vielfältig, wie beispielsweise das einhändige Fangen, das automatisch durchgeführt wird und keine Erklärung benötigt. Im Anfängerbereich eignet sich vor allem der Sandwichcatch (Grotehans, 2009, S. 247). Die Frisbee wird dazu mit beiden Händen gefangen, wobei die eine Hand oberhalb und die andere unterhalb der fliegenden Scheibe positioniert wird. Der Körper sollte sich vor der Frisbee befinden, um ein Durchgleiten zu verhindern.

Neumann (2004, S. 29) gibt zusätzlich einige Tipps zur methodischen Umsetzung bei Übungen mit Frisbees. Demzufolge ist es gerade im Anfängerbereich notwendig, den Abstand zwischen Werfer und Fänger/Ziel nicht zu groß zu wählen, wodurch verhindert wird, dass die Scheibe zu stark aus dem Körper geworfen wird und somit das Hauptaugenmerk auf den explosiven Einsatz des Handgelenks gerichtet werden kann. Kontrasterfahrungen können den Lernprozess bereichern und eine ausgeprägte Einseitigkeit sollte nicht angestrebt werden. Dies erhöht in weiterer Folge die Variabilität und steigert den Bestand an Bewegungserfahrungen. Den Lernenden sollte außerdem genügend Zeit zum selbstständigen Experimentieren gegeben werden, um unterschiedliche Wurf- und Fangerfahrungen zu machen. Ein vielfältiges Angebot an Wurfscheiben trägt dazu bei, die Differenzierungsfähigkeit zu schulen und unterschiedliche Flugeigenschaften abschätzen zu lernen.

Zur genaueren Ausführung der Wurf- und Fangtechniken, weiterer Wurfarten sowie die detaillierte Beschreibung der Kurvenwürfe soll auf Scheruga (2007), Baccarini und Booth (2008) sowie auf Parinella und Zaslow (2004) verwiesen werden.

5.3.7 Taktik

Prinzipiell werden bei Ultimate Frisbee Offensiv- und Defensiv-Taktiken unterschieden. Die offensiven taktischen Verhaltensweisen entsprechen im Wesentlichen denen der großen Sportspiele, was bedeutet, die Spielerinnen und Spieler müssen sich freilaufen und anbieten, Doppelpässe spielen, Finten ausführen, Lücken erkennen, das Spiel verlagern und mannschaftsdienlich zusammenspielen, um Vorteile zu erlangen. Dadurch werden angriffstaktische Kompetenzen erworben, die sich auch in anderen Mannschaftsspielen umsetzen lassen. Spezielle Angriffsstrategien sollen hier ausgeklammert werden, um Angriffsbemühungen im Anfängerbereich nicht zu kompliziert zu gestalten, sichere Fangstafetten zustande kommen zu lassen und ein flüssiges Spiel zu gewährleisten. In der Verteidigung wird weitgehend auf eine Zonenverteidigung verzichtet und nur bei windigen Verhältnissen und wurftechnischen Mängel der gegnerischen Mannschaft angewendet (Scheruga, 2007, S. 79). Meist agiert das Team mit einer Manndeckung (one-on-one), da sonst zu viel Freiraum für die angreifende Mannschaft zur Verfügung steht. Für die Schule am besten geeignet ist die Front-Verteidigung, bei der der Marker frontal vor der Werferin beziehungsweise dem Werfer steht und die Arme seitlich ausstreckt, um einen Wurf in Richtung Endzone zu verhindern. Auch hier soll auf weitere Manndeckungsarten nicht näher eingegangen werden, da sie für die Schule eher ungeeignet sind und durch die großen Auswirkungen bei Fehlern die Spielfreude verloren gehen kann. Bei Ultimate Frisbee sind Angriff und Abwehr ständig wiederkehrende Grundsituationen, die immer gleichzeitig ablaufen, so dass Angriffshandlungen der Mannschaft A mit Abwehrhandlungen der Mannschaft B korrespondieren und umgekehrt (Spürkmann, 2004, S. 16-18).

Eine ausführlichere Betrachtung der taktischen Umsetzungsmöglichkeiten bei Ultimate Frisbee sowie die eingehende Beschreibung der besonderen einzel- und gruppentaktischen Fertigkeiten bieten erneut vor allem Scheruga (2007), Baccarini und Booth (2008) sowie Parinella und Zaslow (2004).

5.3.8 Regeln von Ultimate Frisbee

Ultimate Frisbee kann im Freien oder in Sporthallen gespielt werden, wobei die Spielfelddimensionen immer auf Zielgruppe und Anzahl der Spielerinnen und Spieler angepasst werden muss. Offiziell hat das Spielfeld eine Dimension von 100 x 37 Meter,

wobei die Endzonen jeweils 18 x 37 Meter umfassen. Im Schulsport können diese Angaben natürlich variiert werden, allerdings sollten die Proportionen erhalten bleiben. Ein Team besteht üblicherweise aus sieben Feldspielerinnen und -spielern und maximal 14 Wechselspielerinnen beziehungsweise -spielern. Nach jedem Punkt können beliebig viele Auswechslungen durchgeführt werden. Ziel des Spiels ist, mehr Punkte als die gegnerische Mannschaft zu erlangen, wobei ein Punkt erzielt wird, indem man einer Person der eigenen Mannschaft die Scheibe so zuwirft, dass sie diese in der gegnerischen Endzone fangen kann. Die Frisbee darf nur durch Zupassen weiterbewegt werden und das gegnerische Team muss versuchen, die Scheibe mit fairen Mitteln in Besitz zu bringen. Wie schon anderenorts erwähnt erfolgen alle Spiele ohne Schiedsrichterin oder Schiedsrichter und werden üblicherweise durch ein Punktemaximum oder Zeitlimit begrenzt (vgl. Scheruga, 2007; Baccarini & Booth, 2008).

Anstatt der ausführlichen Regeln von Ultimate Frisbee werden hier zehn einfache Regeln des Trendsports angeführt, die vor allem im Schulsport in dieser Weise umgesetzt werden können (Scheruga et al., S. 16):

1. Spirit of the game:

Ultimate Frisbee betont Sportlichkeit, Anstand und Fair Play. Sportlicher, kämpferischer Einsatz innerhalb des Regelwerks ist erwünscht, darf aber nicht zu Ungunsten des gegnerischen Teams erfolgen.

2. Spielfeld:

Die Relationen der Spielfeldteile, also Hauptspielfeld und Endzonen, sollten ungefähr 3/5 Spielfeld und 2/5 Endzonen betragen.

3. Spielbeginn:

Nach jedem Punkt und zu Beginn stellen sich die beiden Mannschaften an der Grundlinie auf und das verteidigende Team wirft die Frisbee zum angreifenden Team (Anwurf).

4. Bewegung der Scheibe:

Die Frisbee darf in jede Richtung des Spielfeldes geworfen werden, mit der Scheibe in der Hand ist es jedoch nicht erlaubt zu laufen. Die Werferin oder der Werfer hat zehn Sekunden Zeit, die Frisbee abzuwerfen, wobei der „Marker“ die Person mit der Scheibe im Sekundentakt laut anzählt.

5. Punktgewinn:

Die angreifende Mannschaft erzielt einen Punkt, wenn eine Mitspielerin oder ein Mitspieler die Frisbeescheibe in der Endzone des gegnerischen Teams fängt. Danach

wechseln die beiden Teams die Seiten und der nächste Spielzug beginnt mit dem Anwurf der Mannschaft, die den Punkt gemacht hat und nun verteidigt.

6. Scheibenwechsel:

Wird ein Pass von der Mitspielerin oder vom Mitspieler nicht gefangen – das heißt die Scheibe fliegt ins Aus, berührt den Boden oder der Gegner fängt sie ab –, gelangt die verteidigende Mannschaft in Besitz der Frisbee und darf sofort angreifen.

7. Auswechseln:

Eine Auswechslung darf nur nach einem Punkt oder einer Verletzung erfolgen.

8. Das Spiel ist körperkontaktlos:

Jede Körperberührung ist im Prinzip ein Foul, es gibt kein Sperren und alle teilnehmenden Sportlerinnen und Sportler haben sich an diese Regeln bewusst zu halten.

9. Foulspiel:

Berührt eine Spielerin oder ein Spieler eine Person der anderen Mannschaft, wird dies sofort als Foul geahndet, wobei die gefoulte Person den Regelverstoß anzeigt. Wenn die Scheibe dem Angreifer dabei verloren geht, wird das Spiel nach einem „Check“ ganz normal fortgesetzt. Ist die foulende Person jedoch mit dem Foulruf nicht einverstanden, wird der letzte Pass wiederholt.

10. Selbstverantwortung:

Jede am Spiel teilnehmende Person ist sowohl für ihr Foulspiel als auch für ihre Entscheidung über „in“ oder „out“ beim Fangen der Scheibe selbst verantwortlich. Gibt es Meinungsverschiedenheiten, sollen diese in fairer Weise geregelt werden.

5.4 Zusammenfassung

In diesem Kapitel sollten die ausgewählten Trendsportarten näher beschrieben werden, da es wichtig ist, Hintergrundinformationen über die Inhalte zu kennen, die man unterrichtet. So wurden in jedem Abschnitt Philosophie und Entwicklungsgeschichte der jeweiligen Trendsportart aufgezeigt, die ihren Charakter und Motive beschrieben, die Entstehung und Verlauf der Sportart beleuchteten sowie Einblick in die derzeitige Situation boten. Es wurde herausgearbeitet, dass bei allen drei Trendsportarten die Anfänge schon länger zurückliegen, sie in unseren Breitengraden jedoch erst Anfang des 21. Jahrhunderts ihren Siegeszug antraten. Mit einem Zitat einer bekannten, für den jeweiligen Trendsport bedeutenden und einflussreichen Persönlichkeit wurden die Abschnitte eröffnet, um aus erster Quelle eine persönliche Stellungnahme zu der Bewegungsform zu erhalten. Bei Le Parkour/Freerunning erschienen ebenso die

Charakteristik und das Image wichtig, da diese Sportart mehr als die anderen beiden bereits eine eigene Szene vor allem im urbanen Raum besitzt. Diese grenzt sich durch Einstellung, Lebensstil, Kleidung, etc. teilweise von anderen jugendkulturellen Szenen ab, es lassen sich aber auch deutliche Verbindungen erkennen, beispielsweise zur Skater- oder Snowboardszene. Bei den anderen beiden Trendsportarten erschien es dafür als zentral, die Verwendung des Materials in einem Unterpunkt zu erwähnen. Vor allem beim Slacklinen sollte der richtige und sichere Umgang mit den Gerätschaften gekannt und erlernt werden, da hier sonst Risiken und in weiterer Folge Verletzungen der übenden Personen auftreten können. Auch im Frisbeesport benötigt man zur Ausübung „Material“, nämlich die Frisbee, welche unterschiedliche Formen und Maße annehmen kann. Für die Schule scheint eine Erfahrung mit vielfältigen Wurfgeräten mit unterschiedlichen Eigenschaften von Vorteil, um die Schülerinnen und Schüler koordinativ und differenziert zu fordern. Außerdem sind für fortgeschrittene Kinder und Jugendliche sicherlich auch qualitativ hochwertige Frisbees zum Spiel von Ultimate ein Anliegen, da dadurch weitere Flugdistanzen und schönere Flugkurven zustande kommen. Weiters wurden die Kriterien für eine Trendsportart nach Laßleben (2009) überprüft, um die Sportart auch wirklich diesem Genre zuordnen zu können. Dabei erfolgte eine genaue Betrachtung der Aspekte zunehmende Verbreitung, Zeitdauer von mehreren Jahren, Neuigkeitswert, Gestaltungsoffenheit, Stilisierung und Lebensstileinbindung, Erlebnis- und Verlaufsorientierung sowie Exklusivität und Kommerzialisierung. Alle drei Sportarten konnten sich unter diesen Gesichtspunkten als Trendsportart klassifizieren lassen, obwohl nicht immer alle Kriterien hundertprozentig erfüllt waren. Auch die Eignung für das Unterrichtsfach Bewegung und Sport wurde diskutiert und schlussendlich herausgearbeitet, warum diese Trendsportarten für den schulischen Unterricht geeignet sind. So lassen sich bei allen drei Bewegungshandlungen Anknüpfungspunkte im österreichischen Lehrplan finden, es ergeben sich passende didaktische und pädagogische Vermittlungsmöglichkeiten und die Umsetzung benötigt keinen allzu großen finanziellen oder materiellen Aufwand. Ein wichtiger Punkt war dabei auch der Sicherheitsaspekt, der für Le Parkour/Freerunning und Slacklinen sorgfältig herausgearbeitet wurde. Zuletzt sollten Grundtechniken und Bewegungsbasics der einzelnen Trendsportarten erläutert werden, um sich ein Bild von der Sportart zu machen und über ihre typischen Bewegungshandlungen Bescheid zu wissen. Dadurch wird es im anschließenden Teil auch leichter sein, den Beschreibungen der einzelnen Stundenbilder zu folgen.

6 Umsetzungsmöglichkeiten im Unterrichtsfach Bewegung und Sport

Das folgende Kapitel soll eine Übersicht über einige methodische Übungsbeispiele darstellen, wie Trendsport mit Hilfe der oben genannten Sportarten im Unterrichtsfach Bewegung und Sport thematisiert werden kann. Dabei soll nicht nur die bloße Bewegungsaufgabe im Vordergrund stehen, sondern auch die Vereinbarkeit mit dem Lehrplan und den didaktischen Prinzipien sowie der Sicherheitsgedanke und die pädagogische Relevanz betrachtet werden. Die Stundenbilder sollen einen Einblick in die Vermittlung der ausgewählten Trendsportarten geben, wobei auf diverse neue Publikationen zurückgegriffen wurde. Die Beispiele zur Vermittlung der ausgesuchten Bewegungsfertigkeiten orientieren sich an den bereits genannten, speziellen Phänomenen des Trendsports und einer geeigneten, methodischen Vermittlung. Anfangs werden Unterrichtsvorhaben der Sportart Le Parkour/Freerunning aufgezeigt, wobei hier am meisten Literatur zu finden war. Danach folgt eine Darstellung der Umsetzungsmöglichkeiten für Slackline-Einheiten im Schulsport. Zum Schluss werden Unterrichtseinheiten zum Thema Ultimate Frisbee dargelegt, die sich auf Vorbereitung, abgewandelte Übungen, alternative Spielformen sowie das Zielspiel beziehen.

Zuvor wird allerdings die verwendete und relevante Literatur, die sich mit der Vermittlung der angeführten Trendsportarten in der Schule auseinandersetzt, beschrieben und analysiert. Es sollen Aufbau, Gliederung, Gestaltung der Übungsbeispiele und Handhabbarkeit der Literaturstellen vor allem bezogen auf die Vermittlung im schulischen Unterricht erläutert werden, wodurch sich die Leserin und der Leser ein Bild des jeweiligen Bandes machen können. Auch hier kann natürlich kein Anspruch auf Vollständigkeit der Literaturstellen gegeben werden, da eine Auflistung aller in Frage kommenden Autorinnen und Autoren den Rahmen der Arbeit sprengen würde. Somit versteht sich die Beschreibung der Werke als eine Zusammenschau möglicher Beispiele zur Umsetzung der angeführten Trendsportarten im Unterrichtsfach Bewegung und Sport, die in dieser Arbeit verwendet wurden und einen empfehlenswerten Ansatz für die Einbindung der Trendsportarten Le Parkour/Freerunning, Slacklinen und Ultimate Frisbee bieten.

6.1 Le Parkour/Freerunning

6.1.1 Betrachtung von relevanten Literaturstellen

Das umfangreichste Werk bezüglich Parkoursport im Schulturnen ist sicherlich der gleichnamige Band von Rochhausen (2010). Nach einer knappen Einführung zu Herkunft, Bewegungsbezeichnungen und theoretischen Überlegungen zeigt der Autor einleitend methodische Hinweise auf, die bei der Vermittlung von Parkour/Freerunning in der Schule beachtet werden sollten. Der Zeitrahmen stellt einen wichtigen Aspekt dar, da das Erlernen der Sportart mit einem hohen Geräteaufwand verbunden und somit nur für Doppelstunden ratsam ist. Günstig für die Durchführung ist eine Halle in der Größe zweier Volleyballfelder damit mehrere Kleingruppen ungestört parallel an unterschiedlichen Stationen üben können. Das Gefahrenpotential im Parkoursport ist laut Rochhausen mit dem des Turnens zu vergleichen und durch entsprechende Maßnahmen als gering einzustufen. Als wichtige Sicherheitspunkte nennt der Autor die Vermeidung gelenksbelastender Tiefsprünge aus zu großen Sprunghöhen, das Beherrschen der energieabbauenden Rolle und die permanente Absicherung durch Matten sowie die Gewährleistung von Hilfestellungen. Des Weiteren sollte die Selbstständigkeit der Schülerinnen und Schüler gefördert werden und ein Einbezug der Lernenden in die Organisation und das Programm (zum Beispiel Gestaltung des Aufwärmens) erweist sich als sinnvoll. Die Stundenbilder in diesem Band wurden für die Oberstufe konzipiert, wobei sich jedoch einzelne Stundenvorschläge bei entsprechender Modifikation auch für die Unterstufe einsetzen lassen. Rochhausen teilt den Ablauf einer Einheit in Aufwärmphase, Schwerpunkttraining, Abschlussspiel und Entspannungsphase mit Beweglichkeitstraining ein. Der Autor bietet in der Folge 14 Stundenvorschläge an, die diese Struktur mit Hilfe verschiedenster Aufwärmmöglichkeiten, Technikübungen und Spiele beibehalten, wobei im Hauptteil zuerst die Zielbewegung und anschließend Bewegungsaufgaben zum methodischen Aufbau aufgezeigt werden. Die ausgewählten Übungsformen des Bandes wurden ausschließlich mit Schülerinnen und Schülern erprobt, die keine turnerische Ausbildung mit sich brachten. Außerdem sind die Übungen in der Praxis auf ihre Durchführbarkeit überprüft worden. Bei den Schwerpunktthemen seiner Stundenvorschläge unterscheidet Rochhausen zwischen Elementen aus Le Parkour/Parcouring und Elementen aus Freerunning. Der Band ist somit ein idealer Ratgeber für die Umsetzung von Le Parkour/Freerunning im Unterrichtsfach Bewegung und Sport, zeigt eine Vielzahl an möglichen Beispielen auf und untermauert diese mit fachlich kompetenten Hinweisen.

Der Band von Witfeld et al. (2010) beschäftigt sich primär mit dem Einstieg in die Szene der Traceure und Freerunner und erläutert zahlreiche Grundtechniken sowie fortgeschrittene Bewegungen. In einem einleitenden Theorieteil wird zuvor aber auch auf Entwicklungsgeschichte, Sicherheit und Verantwortung sowie auf allgemeine Trainingslehre eingegangen. Im Praxisteil erfolgt eine Auflistung einer großen Anzahl an Bewegungen des Parkoursports. Die Techniken werden in Bewegungskategorien eingeteilt, passende Bewegungsbeschreibungen formuliert und methodische Schritte zum Erlernen angeboten. Diese einzelnen „Moves“ sind mit vielen Bildern untermalt und die Lernschritte sowohl Indoor als auch Outdoor dargestellt. Auch hierbei erfolgt eine Abstufung der Bewegungen in Vorübungen, Zwischenschritte und Variationen. Es gibt ein eigenes Kapitel zum Thema „Parkour und Freerunning in der Schule“ welches auch auf pädagogische und didaktische Aspekte eingeht. Das Autorenteam bezieht sich dabei auf die pädagogischen Kernbereiche Leistung, Spannung, Körpererfahrung, Gesundheit, Ausdruck und Miteinander. Als Legitimation von Parkour/Freerunning für den Schulsport betonen sie die Verbindung der im Lehrplan aufgeführten Inhalte „Laufen, Springen,... – Leichtathletik“ und „Bewegen an Geräten – Turnen“. Als Grundsätze der Unterrichtsgestaltung werden unter anderem die Schülerinnen- und Schülerorientierung, das Individualisieren durch Differenzierung, das Fördern von selbstständigem, kooperativem Arbeiten oder die Unterrichtszielsetzung genannt. Auch dem Bereich Sicherheit ist ein eigener Abschnitt gewidmet. Ebenso wie Rochhausen weisen Witfeld et al. auf den Zeitaspekt und den Vorteil der Doppelstunde hin, führen die Wichtigkeit einer großen Halle an und teilen ihre Stundenvorschläge ähnlich ein in Stundeneinstieg, praktische Einstimmung, Schwerpunktthema/en, Abschluss und Ausstieg aus dem Unterrichtsvorhaben. Auf das Erwärmen sowie das Cool-Down wird in einem eigenen Abschnitt hingewiesen und dieses dabei ausführlich beschrieben. Das Autorenteam wählte ihre Unterrichtsvorhaben so aus, dass die Schülerinnen und Schüler Grunderfahrungen in den Trendsportarten Parkour und Freerunning erleben sollen.

Der Band von Schmidt-Sinns et al. (2010) trägt den Untertitel „Basisbuch für Schule und Verein“ und beinhaltet demzufolge auch ein eigenes Kapitel zu Unterrichtsvorhaben und Stundenplanungen. Daneben orientiert sich ein Abschnitt an den pädagogischen Perspektiven, einer didaktischen Analyse von Parkour und der sportlichen Handlungsfähigkeit durch die Trendsportart. Dem Sicherheitsaspekt wird ebenfalls ein eigenes Kapitel zugeordnet, welches neben Hilfestellungen und Sicherungsmöglichkeiten auch einen Einblick in Fortbildungsmöglichkeiten und Basisqualifikationen für Übungsleiter beziehungsweise -leiterinnen gibt. Außerdem beschäftigt sich das Autorenteam mit der Schaffung von Voraussetzungen für Parkour/Freerunning und der

Entwicklung von grundlegenden Fähigkeiten. Das Hauptaugenmerk liegt allerdings bei der Beschreibung der Basisbewegungen und -sprünge sowie akrobatischer Tricks. Es erfolgt dabei immer eine Gliederung in die einzelnen Aspekte Bewegungsaktion, technische Bewegungsmerkmale, Anwendung, Zielgruppe, Voraussetzungen, Vermittlungsschritte, Helfer- und Sicherheitsmaßnahmen, Tipps sowie Variationen und Kombinationen. Zusätzlich werden die Anwendungs- und Übungsbeispiele mit zahlreichen Fotos zur besseren Vorstellung veranschaulicht. Die Stundenplanungen im Abschnitt zu praktischen Beispielen von zielgruppenorientierten Unterrichtseinheiten orientieren sich an den Schullehrplänen des NRW, lassen sich aber laut Autorenteam problemlos auf andere Lehrpläne übertragen. Die Beispiele sind so gewählt, dass sie mit der üblichen materiellen Ausstattung von Sporthallen umsetzbar sind. Auch die durchschnittliche Größe und die heterogene Zusammensetzung von Schulklassen soll Berücksichtigung finden. Ein differenzierender Unterricht zur Möglichkeit von verschiedenen Herangehensweisen und individuellen Lösungen steht im Vordergrund, da nur so Parkour/Freerunning ein für alle Schülerinnen und Schüler gemäßes sportliches Angebot sein kann. Die Lehrarrangements sind demnach so zu entwickeln, dass die Lernenden gemäß ihren individuellen Bedürfnissen, Vorstellungen und Wünschen im Rahmen der Zielsetzung agieren können. Die angeführten Praxisbeispiele zeigen Möglichkeiten zur Verwirklichung der pädagogischen Rahmenvorgaben auf und beschreiben erprobte Vermittlungsstrategien. Die praktischen Beispiele beschreiben in einer kurzen Übersicht zu Beginn Thema, Zielgruppe, Ort und Umfang sowie Voraussetzungen, die hauptsächlich pädagogischen Perspektiven, Inhaltsschwerpunkte und Zielsetzungen beziehungsweise Kompetenzerwartungen. Die Unterrichtseinheiten beziehen sich auf Unter- oder Oberstufe, wobei auch Einheiten für Kinder zwischen 8 und 10 Jahren angeführt werden.

Schmidt-Sinns (2011) beschreibt in einem anderen Beitrag eine Grundbewegung des Freerunning, den Wandsalto (Wall Flip), welcher sich unter der Perspektive „Etwas wagen und verantworten“ auch im Schulsport durchführen lässt. Der Autor geht dabei genau auf die Bewegungsaktion ein und veranschaulicht ausführlich die technischen Bewegungsmerkmale Anlauf, Abstoß- und Flugphase und Landung. Weiters wird die Zielgruppe beschrieben und Voraussetzungen sowie Vermittlungsschritte sehr genau erläutert. Auch die Sicherheitsmaßnahmen und Hilfestellungen kommen in diesem Artikel nicht zu kurz und für geübtere Schülerinnen und Schüler werden Variationen und Kombinationen aufgezeigt. Schmidt-Sinns bettet die Vermittlung dieser Bewegungsform allerdings nicht eindeutig in ein Unterrichtsvorhaben ein und beschreibt eigentlich nur den

Hauptteil beziehungsweise das Schwerpunkttraining einer Einheit. Dieses ist allerdings sehr gut ausformuliert und lässt sich problemlos in eine Einheit mit dem Thema Parkoursport unterbringen.

Die Lehrenden können allerdings nicht immer davon ausgehen, dass die Kinder bereits ausgiebige Erfahrungen im Bereich „Turnen“ beziehungsweise „Bewegen an Geräten“ mitbringen. Die Verschiedenheit der motorischen Voraussetzungen ist also bei jeder Unterrichtsplanung zu berücksichtigen und es darf nicht angenommen werden, dass turnerische Basisfertigkeiten von allen beherrscht werden. Deshalb ist eine eigenständige Erprobung nötig, um sich dem unbekannten Bewegungsbereich nähern zu können, den Einstieg zu erleichtern und die Motivation zu steigern.

6.1.2 Stundenbild 1 – Einstieg, methodische Hinführung

Das folgende Unterrichtsvorhaben soll einen Einstieg in die Trendsportart Le Parkour/Freerunning ermöglichen (modifiziert nach Witfeld et al., 2010), wobei die Schülerinnen und Schüler Erfahrungen in diesem Bereich sammeln und sich langsam an das neue Thema herantasten sollen. Das Unterrichtsvorhaben soll als Doppelstunde durchgeführt werden und strukturiert sich in Stundeneinstieg, praktische Einstimmung, Schwerpunktthema, Abschluss und Ausstieg aus dem Unterrichtsvorhaben.

Thema: Parkour – laufend Hindernisse überwinden

Leitende pädagogische Perspektive: Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln.

Weitere pädagogische Perspektiven: Sinneswahrnehmungen verbessern, Bewegungserlebnis und Körpererfahrung erweitern; Kooperieren, Wettkämpfen und sich verständigen.

Leitender Inhaltsbereich/Bewegungsfeld: Laufen, Springen, ... Leichtathletik.

Weiterer Inhaltsbereich: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen.

Inhalte des Unterrichtsvorhabens	Intentionen
• Sammeln des Vorwissens der Schülerinnen und Schüler in Bezug auf Parkour. • Ansehen eines Videoclipbeispiels und Herausstellen der Besonderheiten. • Hausaufgabe zum Unterrichtsschluss mit den Schülerinnen und Schülern	• Einstimmung in die Unterrichtsreihe Parkour. Feststellen, wer bereits zum Expertenkreis gehört. Gegebenenfalls diese „Expertinnen“ und „Experten“ in die zu bildenden Gruppen aufteilen.

formulieren. Ziel: Parkour im Internet googlen.	
• Laufen und Überwinden von Hindernissen	• Sammeln erster, einfacher Parkour-Erfahrungen • Lernen, eigene Bewegungsfähigkeiten und -fertigkeiten einzuschätzen
• Laufen und Herausarbeiten von individuellen und vielfältigen Überwindungstechniken	• Bewegungslösungen finden • Individuelle Bewegungsmöglichkeiten herausarbeiten
• Verändern der Hindernisse in Höhe und Distanz	• Teams verändern kooperierend ihre Parkour-Strecke
• Eigenständiges und kriteriengeleitetes Bauen einer Hindernis-Laufstrecke	• Teams verständigen sich und tauschen die Hindernisse durch andere Geräte und Kombinationen aus
• Schnell und ausdauernd Laufen	• Anregung des Herz-Kreislauf-Systems und Verbesserung der Schnell-Kraftausdauer • „Flow“ als „Fliegen“ erleben
• Schnelles Hindernislaufen im Vergleich	• Anwenden der Bewegungsprodukte unter Zeitdruck und im Wettbewerb

Vorschläge zur Laufstrecke:

- Hindernisbahn kann in eine Richtung überlaufen werden, zurück wird an der Seite der eigenen Bahn gelaufen, oder
- Hindernisbahnen können hin und zurück überlaufen werden, oder
- erste Bahn hin, zweite Bahn zurück, dritte Bahn wieder hin, vierte zurück und an der kurzen Hallenseite zurück zum Ausgangspunkt, oder
- Bahn 1 und 4 und Bahn 1 und 2 können im Kreis gelaufen werden.

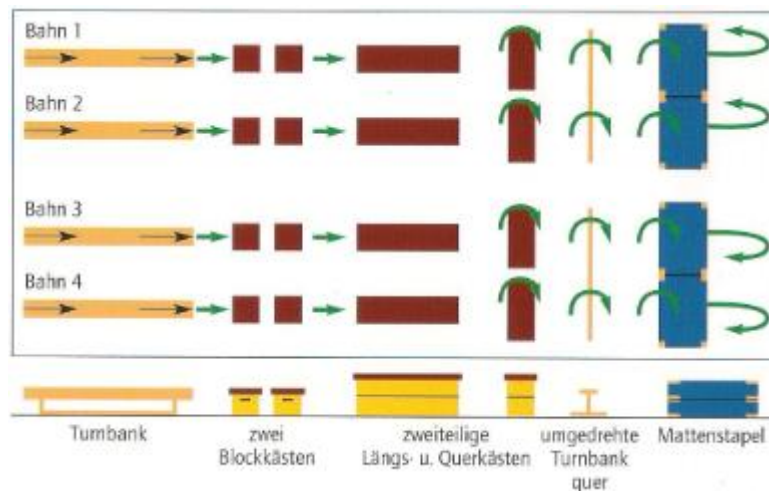


Abbildung 32: Beispiel eines Aufbaus (Witfeld et al., 2010, S. 277)

Als Abschluss einer Laufstrecke kann im letzten Unterrichtsdrittel auch eine Kastentreppe erstellt werden, die in den Lauf integriert werden soll. Ein besonderer Anreiz kann gegeben werden, wenn von einer Kastentreppe zum Hang an das Hochreck oder an den oberen Holm eines Stufenbarrens gesprungen wird. Geübte Schülerinnen und Schüler können sogar an die Sprossenwand springen (Abbildung 33). Hinweis: Füße dabei zuerst an die Sprossenwand oder die dort befestigte Matte setzen, dann erfolgt der Griff zum „Hockhangstand“ (Cat Jump/Armsprung).

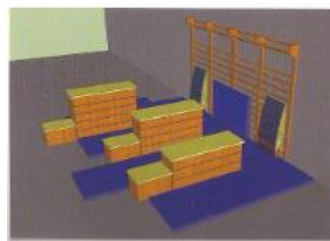


Abbildung 33: Kastentreppe zum Armsprung (Witfeld et al., 2010, S. 277)

6.1.3 Stundenbild 2 – Balancierende und springende Überwindungen

Dieses Stundenbild geht auf Schmidt-Sinns et al. (2010) zurück und befasst sich mit der Grundschulung von Balance- und Sprungübungen, die auf spätere parkourspezifische Techniken vorbereiten sollen.

Thema: „Über Höhen und Tiefen“ – balancierende und springende Überwindungen zur Heranführung an Parkour.

Zielgruppe: Unterstufe (Klasse 5/6), Parkour-Anfänger

Umfang: Doppelstunde (100 min)

Hauptsächliche pädagogische Perspektive: Kooperieren, sich verständigen, Wahrnehmungsfähigkeiten verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern.

Inhaltsschwerpunkte: Balancieren, Springen, Landen, Klettern.

Zielsetzungen und Kompetenzerwartungen: Die Schülerinnen und Schüler sollen einen vorgegebenen Parcours bewältigen, indem sie diesen in der ersten Phase eigenständig erproben. In der zweiten Phase erhalten sie den Auftrag, den Parcours als Gruppe gemeinsam in Kleingruppen zu überwinden. Dazu müssen sie sich auf eine von allen akzeptierte Lösung verständigen und den gesamten Parcours mit gegenseitiger Unterstützung gemeinsam durchlaufen.

Voraussetzungen: Gelenkschonende Landungserfahrungen, Gruppenarbeit mit einfachen Helfermaßnahmen.

Einstieg (5 min):

Die Schülerinnen und Schüler werden mit Hilfe eines provozierenden Einstiegs motiviert (z.B. „Heute habe ich mir einen sehr anspruchsvollen Geräteparcours ausgedacht. Ich bin gespannt, ob und wie ihr diesen überhaupt bewältigen könnt.“).

Geräteaufbau (10 min):

Es gibt einen vorliegenden Aufbauplan des Parcours und die Schülerinnen und Schüler werden in Stationsgruppen eingeteilt. Zusätzlich unterstützt eine realistische Zeitvorgabe den zügigen Aufbau.

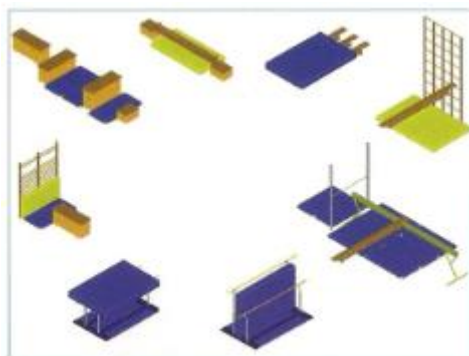


Abbildung 34: Beispielparcours (Schmidt-Sinns et al., 2010, S. 268)

Erwärmung (15 min):

Es werden spielerische Formen der allgemeinen Erwärmung gewählt, die vor allem die bei Parkour geforderten Muskelgruppen beanspruchen. Spezifische Bewegungsaufgaben wie Stützen, Gleichgewicht halten oder ähnliches sollen die Schülerinnen und Schüler schon motivierend auf die nachfolgende Parcoursbewältigung einstimmen.

Sicherheit (10 min):

Bevor die Schülerinnen und Schüler die Geräte benutzen dürfen, werden grundsätzliche Regeln zum Verhalten im Geräteparcours festgelegt und Inhalt sowie Umfang des Unterrichtsvorhabens besprochen. Die Regeln sollen die Lernenden auf einem Plakat schriftlich festhalten. Folgende Beispiele scheinen als sinnvolle und wichtige Gesichtspunkte:

- Die Lehrkraft entscheidet, ab wann ein Element ohne Hilfestellung ausgeführt werden darf.
- Es ist immer nur eine übende Person pro Station in Aktion, um Verletzungen und Unfälle zu vermeiden.
- Bei offenen Aufgabenformaten gilt: Keine Überschlüge, Saltos oder unerprobte Bewegungen, es sei denn, die Lehrkraft fordert diese Bewegungen ausdrücklich.

Erprobungsphase (25 min):

Nach der Besprechung der Regeln dürfen die Schülerinnen und Schüler den Parcours erproben. Die Aufgabenstellung lautet: „Findet Möglichkeiten, diese Höhen und Tiefen zu bezwingen. Das ‚Wie‘ ist innerhalb der Regeln freigestellt.“ Dazu werden die Kinder in Kleingruppen aufgeteilt und den Stationen zugeordnet. Zusätzlich wird Musik gespielt (mit dem Hinweis auf nicht zu aggressive Musik, die eventuell den Übermut fördern könnte) und ein angemessener Zeitrahmen ausgemacht.

Variationen: Der dargestellte Parcours dient als Beispiel und kann durchaus variiert und verändert werden. Weiters ist es möglich, durch einfache Umbauten neue Bewegungsherausforderungen zu schaffen. Solche Modifikationen müssen aber entweder von der Lehrperson erfolgen oder mit dieser abgesprochen werden, um gefährliche und riskante Stationen zu vermeiden.

Präsentation der Schülerinnen und Schüler (25 min):

Nach dem ersten Durchgang wird die Klasse zusammengerufen und einige Kinder werden gezielt ausgesucht, die besonders kreative, gekonnte, lustige oder gemeinsame Möglichkeiten zur Bewältigung gefunden haben. Danach sollen auch die restlichen Schülerinnen und Schüler versuchen, die Ideen der anderen zu erproben.

Ausblick (10 min):

Ein abschließendes Unterrichtsgespräch soll zur Reflexion über die Inhalte der Einheit beitragen und veranlasst die Gruppe dazu, noch einmal über ihre Ideen und Bewegungsaktionen nachzudenken. Positive Einzelerfahrungen werden in der nächsten Einheit bei gezielten Überwindungstechniken in der Praxis erprobt.

6.1.4 Stundenbild 3 – Hindernisüberwindung und Wandlauf

Das folgende Stundenbild ist angelehnt an Rochhausen (2010) und soll den Schülerinnen und Schülern die wichtigsten Bewegungsformen der Hindernisüberwindung näher bringen. Der Ablauf einer Einheit nach Rochhausen gliedert sich in Erwärmung, Schwerpunkttraining, Abschlussspiel (worauf bei hohem Aufforderungscharakter im Schwerpunkttraining verzichtet werden kann) sowie ein abschließendes Beweglichkeitstraining mit Entspannungselementen.

Hinweise:

Der erste Teil dieses Stundenbildes beinhaltet viele Sprünge des Parkoursports, die immer wieder Verwendung finden und zum Standardrepertoire gehören. Es ist zu erwarten, dass die meisten Schülerinnen und Schüler die Zielübung erreichen, wobei durch die Kastenhöhe eine Differenzierung vorgenommen werden kann. Da diese Sprünge in ihrer Vermittlung und Durchführung relativ einfach sind, wird auf eine methodische Hinführung weitgehend verzichtet. Alternativ dazu können Bewegungsaufgaben zur Kräftigung der Sprungkraft als vorbereitende Übungen erfolgen.

Im zweiten Teil werden auch ein schwierigerer Sprung (Diebsprung) sowie der Wandlauf durchgenommen. Die Besonderheit des Diebsprungs besteht darin, dass er mit den Füßen voran durchgeführt wird, was ungewohnt ist und Respekt einflößen kann, da es bedeutet, nicht mit den Füßen hängen bleiben zu dürfen. Eine Korrektur ist nach dem Absprung kaum möglich, weshalb in keinem Fall mit der Zielbewegung begonnen werden sollte. Die Bewegung wird in kleinen Schritten aufgebaut, was Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten erzeugen soll.

Mit dem Wandlauf (Tic-Tac) lassen sich hohe und weite Hindernisse überwinden, wobei diese in der Regel nicht berührt werden. Er besteht aus zwei oder mehreren Schritten an der Wand, jedoch ist es ratsam, den Einstieg in die Bewegung zunächst mit einem Schritt durchzuführen. Weiters wird der Wandlauf dazu genutzt, um auf hohe Hindernisse hinauf zu gelangen.

Aufwärmen (20 min):

Einlaufen:

- Eine Runde rückwärts laufen.
- Mit Partner/in: Beide Übenden stehen sich mit dem Gesicht in einer Armlänge Abstand gegenüber und laufen in dieser Position in ruhigem Tempo. Die vorwärts laufende

Person steuert sein Gegenüber mit leichtem Druck der Hände gegen die Schulter, sodass es zu keiner Kollision mit anderen Teilnehmer/innen kommt.

- Beide Partner/innen stehen sich frontal gegenüber und laufen eine Runde Sidesteps. Jeweils im Sprung klatschen sie sich mit beiden Handflächen ab.

Aufwärmparcours:

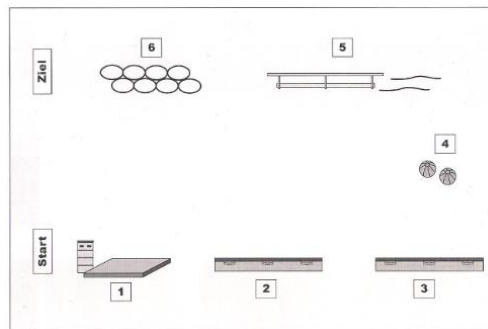


Abbildung 35: Aufwärmparcours (Rochhausen, 2010, S. 36)

Start: Der Parcours wird im Durchlauf absolviert. Die Teilnehmer/innen starten einzeln.

Station 1: Sprungkraft: Zuerst auf den Kasten und dann auf die Niedersprungmatte springen.

Station 2: Armkraft: Der Länge nach auf die Körpervorderseite auf den Weichboden fallen lassen und nur mit den Händen bis zum Ende ziehen.

Station 3: Kraftausdauer: Skippings auf dem Weichboden.

Station 4: Armkraft: Einen Medizinball dreimal gegen die Wand werfen und jeweils wieder auffangen. Abstand zur Wand ca. 2 m.

Station 5: Koordination: Über die Bank laufen und dabei Seilspringen.

Station 6: Koordination: Abwechselnd mit einem Fuß schnell in die Reifen treten.

Schwerpunkttraining (50 min):

Laufkehre (Lazy Vault):

Aufbau: Kasten vier- oder fünfteilig (oder hohes Pferd) mit zwei Niedersprungmatten quer dahinter.

Anlauf im 45°-Winkel zum Kasten. Der (in diesem Beispiel) linke Arm stützt an der linken Kastenseite, der letzte Schritt vor dem Kasten endet mit dem rechten Fuß schräg vor dem linken Fuß. Das linke Bein wird als Schwungbein vor dem Kasten gestreckt hoch geschwungen, der Abdruck erfolgt mit dem rechten Bein bei gleichzeitiger Stützphase des linken Armes. Während des Sprunges die Hüfte nach vorne schieben und den rechten Arm zur Schwungunterstützung nach oben schwingen. Die Flugphase über den Kasten

wird durch Ausschwingen des rechten Armes nach hinten unterstützt. Die Landung erfolgt in Schrittstellung (rechter Fuß vor dem linken) hinter dem Kasten, was ein Weiterlaufen nach der Landung ermöglicht.

Stützsprunghocke/Katzensprung (Kong Vault):

Aufbau: siehe oben

Beidbeiniger Abdruck vom Boden und anschließendes Aufsetzen der Hände auf dem Kasten. Die Beine werden unter dem Körper angehockt. Nach dem Durchhocken der Beine erfolgt ein kräftiger beidhändiger Handabdruck.

Die Stützsprunghocke mit zweifachem Aufsetzen der Hände auf einem längeren Hindernis (z.B. Längskasten) oder zwei hintereinander stehenden Hindernissen wird als Double Kong bezeichnet.

Wolfsprung (Speed Vault):

Aufbau: siehe oben

Einbeiniger Absprung nach einem schrägen oder frontalen Anlauf auf den Kasten. Das Schwungbein wird unter dem Körper horizontal angewinkelt. Das Sprungbein wird zunächst seitlich horizontal angewinkelt und während der Hindernisüberquerung nach vorne ausgestreckt. Ein Arm stützt dabei auf dem Kasten. Die Landung hinter dem Kasten erfolgt in Schrittstellung, dabei setzt das Sprungbein nach einem raumgreifenden Schritt zuerst auf.

Bewegungsaufgaben:

- Das Schwungbein wird angewinkelt und rutscht auf der Hüftseite über den Kasten. Das Sprungbein ist seitlich ausgestreckt, etwas angehoben und berührt somit nicht den Kasten.
- Schrittsprung (Step Vault): Mit dem ausgestreckten Bein auf dem Kasten landen und mit dem anderen Bein durch die stützenden Gliedmaßen schwingen.

Fechterflanke:

Die Bezeichnung Fechterflanke geht auf einen Sprung mit einer Waffe in der freien Hand zurück.

Aufbau: siehe oben

Einbeiniger Absprung, eine Hand greift im Moment des Absprungs gestreckt nach vorne zum Kasten. Stützphase mit der Hand an der Kastenoberseite, die Beine sind

geschlossen und schwingen parallel über den Kasten. Landung mit geschlossenen Beinen hinter dem Kasten oder direkter Übergang in den Lauf.

Diebsprung (Dash Vault):

Aufbau: Kasten fünfteilig mit zwei Niedersprungmatten quer dahinter.

Zielbewegung: Einbeiniger Absprung mit einer Distanz von etwas mehr als einer Beinlänge. Explosives Hochreißen der Beine in die Waagerechte. Nachdem die Beine das Hindernis überwunden haben, drücken die Hände kräftig vom Kasten ab. Die Landung erfolgt mit geschlossenen Beinen oder in Schrittstellung hinter dem Kasten. Der Raumgewinn durch den Handabdruck nach der Stützphase erfordert eine großzügige Absicherung durch Matten hinter dem Kasten.

Bewegungsaufgaben: Nach einem kurzen Anlauf mit nach vorne gestreckten Beinen auf einen Weichboden, der mit der Breitseite an der Wand anliegt, springen. Der Oberkörper bleibt aufrecht und die Arme stützen seitlich auf dem Weichboden. Bewegungsaufgabe wiederholen und dabei den Weichboden um einen weiteren Weichboden erhöhen. Bewegungsaufgabe wiederholen und nochmals um einen Weichboden erhöhen. Bewegungsaufgabe wiederholen und einen vierteiligen Querkasten vor den Weichbodenberg stellen und diesen während des Sprunges als Abdruckfläche für die Hände nutzen. Bewegungsaufgabe wiederholen und die Weichböden bis auf einen entfernen, die Landung erfolgt nun im Stand statt im Sitz. Den Weichboden durch zwei quer gelegte Niedersprungmatten ersetzen.

Wandlauf (Tic-Tac):

Material: Niedersprungmatten, Weichboden, Wand, großer und kleiner Kasten, Turnmatte, Pferd.

Zielbewegung: Anlauf im 45°-Winkel zur Wand. Vor dem Weichboden von der Niedersprungmatte mit einem Fuß abspringen und mit dem anderen gegen die Wand drücken (Zehen zeigen nach oben!), sodass das Knie dabei deutlich gebeugt wird. Mit dem Absprungfuß (Zehen zeigen nach oben) einen zweiten Schritt gegen die Wand durchführen und während des Abdruckes den Oberkörper und Kopf in Richtung Landeposition drehen. Nach dem Fußabdruck gegen die Wand hinter dem Weichboden auf der Niedersprungmatte landen und weiterlaufen.

Bewegungsaufgaben:

- Absprung einbeinig von der vorderen Turnmatte gegen die Wand. Landung auf den hinteren Niedersprungmatten.

- Sprung über ein Hindernis: Absprung mit einem Bein vom Boden, Abdruck von der Wand mit dem anderen Bein über dem Kasten. Landung hinter dem Kasten.
- Wie vorhergehende Bewegungsaufgabe: Erhöhtes Hindernis mit Absprunghilfe (kleiner Kasten).
- Wie vorhergehende Bewegungsaufgabe ohne Absprunghilfe. Variante: Das Hindernis in eine Ecke stellen und den Wandabdruck über zwei Wandseiten durchführen.
- Durch Stützen mit dem wandfernen Arm auf dem Kasten kann Sicherheit bei der Hindernisüberwindung erlangt bzw. ein verunglückter Sprung gerettet werden. Beine berühren dabei nicht den Kasten.
- Querstehendes Hindernis mit Absprunghilfe nach einem Wandabdruck überspringen.
- Querkasten ohne Absprunghilfe von hinten mit Wandabdruck überspringen.

Spielvorschlag (20 min):

Gerätebrennball:

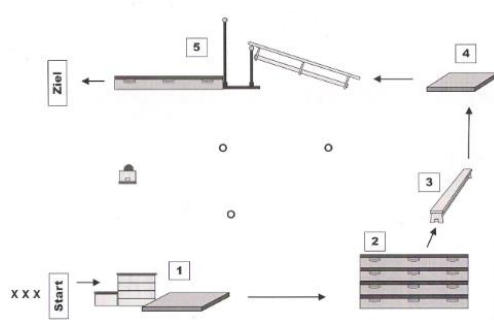


Abbildung 36: Gerätebrennball (Rochhausen, 2010, S. 94)

Station 1: Über die Kastentreppe laufen und auf der Niedersprungmatte stehen (Ruhemal).

Station 2: Auf einen Weichbodenberg klettern (Ruhemal).

Station 3: Über die Bank balancieren.

Station 4: Auf der Niedersprungmatte stehen (Ruhemal).

Station 5: Über die Bank balancieren und nach einer Hockwende über den oberen Holm auf dem Weichboden landen (Ruhemal).

Entspannung (10 min):

Zur Entspannung ist es sinnvoll, die wichtigsten beanspruchten Muskelgruppen zu dehnen und auszulockern, was aber an dieser Stelle nicht näher beschrieben werden soll. Verwiesen sei auf Rochhausen (2010, S. 97-106), der in seinem Band eine ausgiebige Sammlung an Dehnungsübungen anführt, die im Anschluss an eine Parkour-Einheit durchgeführt werden können.

6.1.5 Stundenbild 4 – Wandsalto rückwärts (Wall Flip)

Die Vermittlung des Wandsaltos lehnt sich an Rochhausen (2010) und Schmidt-Sinns (2011) an. Es soll dabei auf die Beschreibung des Aufwärmens und Entspannungstrainings verzichtet werden und das Hauptaugenmerk auf der Technik der Bewegungsform sowie ihrer Vermittlung im schulischen Unterricht liegen. Natürlich ist aber auch in dieser Einheit das Aufwärmen unerlässlich und Entspannungsübungen am Ende der Einheit von Vorteil (vgl. dazu Rochhausen, 2010, S. 70 und S. 97-106).

Hinweis:

Der Wall Flip stellt ein sehr beliebtes akrobatisches Element des Freerunning dar. Er ist koordinativ anspruchsvoll und im Übungsprozess muss mit Sorgfalt für die permanente Absicherung gesorgt werden. Mit entsprechender Hilfe und Methode vermittelt, lässt er sich aber auch im Schulsport unter der Perspektive „Etwas wagen und verantworten“ durchführen. Durch den kleinschrittigen methodischen Aufbau der Bewegungsaufgaben lassen sich Unfälle vermeiden, da damit die Unsicherheit bezüglich der Rückwärtsrotation abgebaut wird. Außerdem sollten die Schülerinnen und Schüler die Bewegung nur mit angelernter Hilfestellung durchführen.

Wall Flip:

Material: Niedersprungmatten vor einer Wand.

Zielbewegung: Der Anlauf erfolgt frontal gegen eine Wand und man drückt sich kräftig mit einem Bein vom Boden ab. An der Wand hochlaufen bis das Stemmbein horizontal gegen die Wand drückt. Das Stemmbein dabei beugen und den Kopf in den Nacken legen (Kopfsteuerung). Je nach Sprungkraft kann die Horizontale bereits aus dem Abdruck vom Boden erreicht werden. Andernfalls müssen an der Wand ein bis zwei Laufschriffe durchgeführt werden. Das Schwungbein kräftig und gleichmäßig schnell durchschwingen. Die Landung erfolgt mit hüftbreit geöffneten Beinen frontal zur Wand.

Technische Bewegungsmerkmale:

Anlauf: ruhiger, rhythmischer Anlauf geradlinig zur Wand; Stemmschritt vor dem Hindernis zur Überleitung der Horizontalgeschwindigkeit des Anlaufs in Höhe durch einen großen Schritt nach oben an der Wand; gleichzeitige Führung der Arme schwingungsverstärkend von hinten unten nach vorne oben.

Vertikales Hochlaufen: ein oder mehrere Schritte senkrecht an der Wand hoch.

Abstoß und Flug: schnellkräftiger Abstoß vom oberen Bein mit anfangs noch aufgerichtetem Oberkörper; Beginn der Rückwärtsrotation durch Kopfführung in den Nacken und Rückbeugen des Oberkörpers.

Landung: beidfüßig auf den Fußballen und hüftbreit unter Erhaltung der Körperspannung, in den Kniegelenken nachgebend.

Zielgruppe: ab Sekundarstufe 1 mit Hilfe und Sicherung.

Voraussetzungen: Sprungkraft und Reaktivkraft; Koordination; Salto rückwärts als technische Fertigkeit.

Tipps:

- Üben von kräftigen Absprüngen vor der Wand nach oben mit Antippen von Markierungen.
- Ruhiger Anlauf und Konzentration auf den Stemmschritt in richtiger Entfernung vom Hindernis.
- Erproben, mit welchem Bein der Absprung und mit welchem der Abdruck von der Wand günstig ist.
- Oberkörper beim Abdruck in gestreckter Haltung mit Kopf im Nacken zur Rotationsunterstützung nach hinten führen (exzentrischer Kraftstoß).

Bewegungsaufgaben:

Material: Reckstange, Sprungbrett, große Kästen, Niedersprungmatten, Weichböden, Keilmatte, Barren.

- Aufschwung am schulterhohen Reck mit Sprungbretthilfe. Mit dem Druckbein auf dem Sprungbrett (das schräg an einen Kasten gelehnt ist) bis zur Waagerechten hochlaufen und das Schwungbein neben dem Sprungbrett gleichmäßig nach vorne oben hochschwingen. Mit dem Druckbein kräftig abdrücken und die Hüfte zur Reckstange führen. Bis in den Stütz rotieren und rückwärts abspringen.
- Aufschwung am brusthohen Barrenholm vor einer Wand. Holm im Ristgriff fassen und an der Wand mit zwei Schritten bis über Holmhöhe laufen, Arme dabei anziehen. Hüfte an den Holm führen und bis in den Stütz rotieren.
- Kurzer Anlauf auf zwei Weichböden gegen einen hochkant gestellten Weichboden oder eine Keilmatte. Mit einem Bein in Hüfthöhe gegen den hochkant gestellten Weichboden springen, sodass das Bein leicht gebeugt ist und anschließend nach hinten abdrücken. Im Stand frontal zur Wand landen.
- Wie zuvor: Nun aber mit beiden Beinen bis zur Waagerechten hochlaufen und nach dem Abdruck von der Matte auf dem Rücken landen. Arme seitlich vom Körper halten und nicht aufstützen, Kinn zur Brust ziehen.

- Mit Anlauf einen schräg gestellten Weichboden hochlaufen und eine Rolle rückwärts durchführen. Knie und Kinn zur Brust führen.
- Unterstützung durch Klammerdrehgriff rückwärts am Oberarm mit zwei Helfern. Ein Bein leicht gebeugt waagerecht gegen die Keilmatte stemmen. Mit dem Schwung des Standbeines und gleichzeitig kräftigem Abdruck von der Matte einen Salto rückwärts in Brusthöhe durchführen. Die Hilfestellung begleitet den Übenden dabei bis zum Stand.
- Der Turner läuft mit einem kurzen Anlauf gegen die Keilmatte. Die Hilfesteller/innen stehen unmittelbar vor der Keilmatte in Bereitschaftshaltung: Arme vor dem Körper, Handrücken nach unten. Im Moment, in dem der Übende sich in der Waagerechten befindet, unterstützen die Helfer jeweils mit einer Hand durch Halten oberhalb des Gesäßes (rückennah) und durch Mitrotieren an der Oberschenkelrückseite. Die Knie werden nach dem Abdruck von der Matte zur Brust gezogen und so eine Rolle rückwärts eingeleitet.

Anwendungsbeispiele:

Die hinführenden Stationen (Bewegungsaufgaben) in Gruppenarbeit mit unterschiedlichen Helfermaßnahmen bieten sicheren Schutz vor Unfällen. Dabei sollte der Wall Flip mit Drehgriff rückwärts für die Schülerinnen und Schüler die geringste Überwindung kosten. Eine Hilfestellung mit dem Judogürtel ist durch den sicheren Griff (die eine Hand greift von unten in den Gürtel (Kammgriff) und die andere unterstützt unter dem Schwerpunkt Höhe und Drehung) ebenso sicher und ermöglicht einen ersten freien Wandsalto. Für angstfreie Geübte und mit sicheren Helfer/innen, also nicht mehr für alle Schülerinnen und Schüler zugänglich, wird der Wandsalto nur noch mit Unterstützung unter dem Körperschwerpunkt ausgeführt.

6.2 Slackline

6.2.1 Betrachtung von relevanten Literaturstellen

Die Bände von Kleindl (2010), Miller und Friesinger (2010) sowie Zak (2011) sind sich relativ ähnlich und beschreiben detailliert die Sportart Slacklines. Sie gehen dabei auf Geschichte, Begriffe, wissenschaftliche Betrachtungen, Ausrüstung und Aufbau einer Slackline ein. Ebenso wird auf die ausführliche Darstellung der verschiedenen Slacklines, Bewegungsbasics sowie spielerischen Formen und Tricks besonders wert gelegt. Die Schritte vom ersten Aufsteigen auf die Line über Hilfestellungen, Bewegungsabfolgen und Körperhaltung bis zu schwierigen Bewegungsformen sind sehr anschaulich und nachvollziehbar dargestellt. Somit bieten alle drei Werke einen sehr guten Einblick in die Sportart sowie methodische Vorgehensweisen für ein strukturiertes Erlernen der Sportart. Die einzelnen Schritte sind detailliert beschrieben und mit Bildern ergänzt, um sich eine bessere Vorstellung der Bewegungen machen zu können. Die Bücher eignen sich sowohl für Anfänger, als auch für fortgeschrittene Sportlerinnen und Sportler und bieten viel Material an unterschiedlichen Aspekten der Sportart. Allerdings wird in keinem der Bände auf den Schulsport und die Vermittlung von Slacklines im Sportunterricht verwiesen. Die Werke sind zwar praxisnah und gut geeignet zum Erlernen der Techniken, gehen aber nicht insbesondere auf Schülerinnen und Schüler ein.

Diesem Thema widmen sich dafür vermehrt Volery und Rodenkrich (2012a und 2012b), die das Lehrbuch zu Slacklines im Sportunterricht veröffentlichten, dass über die Internetseite slacktivity.ch verbreitet wurde. Dieses bietet auf kompakten 15 Seiten Informationen über Empfehlungen für den Aufbau in der Halle, Hinweise zu diversen Befestigungsmöglichkeiten und Auskünfte über Vertreiber von Slackline-Sets für Schulen sowie diverse Spielideen mit Slacklines. Daneben werden fünf Lektionen zur praktischen Umsetzung im Unterrichtsfach Bewegung und Sport angeboten, die von den ersten Versuchen bis zu schwierigen Tricks sowie einer möglichen Prüfungseinheit auf alle Könnensstufen eingehen und einen systematischen Aufbau des Themas im Schulsport skizzieren. Andererseits brachten die beiden Autoren in weiterer Folge auch den Band „Slacklines. Praxiswissen vom Profi zu Ausrüstung, Technik und Sicherheit“ heraus. Dieses Werk ist ähnlich aufgebaut wie die weiter oben beschriebenen Bände, geht allerdings auch auf die Bereiche „Slacklines und Gesundheit“ sowie „Slacklines im Schulsport“ ein. Dieses Kapitel beinhaltet neben organisatorischen Hinweisen in der Sporthalle auch die Berücksichtigung des Alters der Schülerinnen und Schüler, betont verstärkt die Sicherheit und spricht Hilfsmittel und Hilfestellungen an. Weiters werden

Vorübungen sowie ein allgemeiner Lektionsaufbau beschrieben und mit Spielideen abgerundet. Dieses Werk ist somit besonders passend für den Einsatz im Sportunterricht und beschreibt ferner die richtige Technik, physikalischen Aspekte und biomechanischen Eigenschaften, die ebenfalls Gegenstand einer schulischen Sporterziehung sein können.

Kroiß (2007) nähert sich in seiner Arbeit zuerst allgemein an den Trendsport Slacklines an und legt dann sein Hauptaugenmerk auf die Anwendungsmöglichkeiten im Sportunterricht. Dazu führt er anfangs den Lehrplanbezug an und hebt hervor, dass Slacklines die Bereiche Gesundheit und Fitness, Fairness und Kooperation, Freizeit und Umwelt sowie Leisten, Gestalten und Spielen abdeckt. Weiters gibt der Autor zu bedenken, dass sich neben der Eingliederung in den Basisunterricht auch Einsatzmöglichkeiten der Sportart innerhalb von Projekttagen, Ausflügen oder in einer bewegten Pause ergeben. Der Autor beschreibt in weiterer Folge seine Unterrichtsversuche mit Slacklines, die er an drei verschiedenen Institutionen mit Schülerinnen und Schülern unterschiedlichen Alters durchführte. In einer didaktischen Analyse wird auf die Rahmenbedingungen und Zielgruppen eingegangen und Kroiß erläutert die Lernziele in Bezug auf motorische, emotionale, kognitive und soziale Ziele. Diese lauten unter anderem: Aktivierung und Verbesserung der koordinativen Fähigkeiten, Kräftigung der Stabilisationsmuskulatur und Entwickeln des Körperbewusstseins durch eine verbesserte Wahrnehmung (Motorik), Ängste erkennen und überwinden sowie Gefahren einschätzen lernen und Grenzerfahrungen erleben (emotional), Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit, Erfahren von selbstständigem und kooperativen Arbeiten und Erkennen des Zusammenhangs von Vorübungen und Zielform (kognitiv) sowie Schulen der gegenseitigen Hilfestellung unter dem Aspekt von Unterstützung und Korrektur, Verantwortung übernehmen, Erlangen von Gemeinschaftsgefühl und Integration von Außenseitern und Außenseiterinnen. Außerdem zeigt der Autor häufige Anfängerfehler auf und gibt Tipps zur Fehlerkorrektur.

Bächle und Hepp (2010) nähern sich in ihrem Beitrag ebenfalls dem Thema Slackline im schulischen Unterricht und führen Gründe für eine Umsetzung der Trendsportart im Unterrichtsfach Bewegung und Sport an. Außerdem verweisen sie auf die strukturellen Besonderheiten, die in der didaktischen und methodischen Durchführung zu berücksichtigen sind und nennen methodische Grundsätze, die es zu beachten gilt. Die Stundeninhalte werden sehr genau beschrieben und mit Bildern und Grafiken veranschaulicht. Dadurch können die Unterrichtsplanungen für den praktischen Sportunterricht übernommen und beim Vorhandensein der entsprechenden Gerätschaften und Slacklines passend umgesetzt werden.

6.2.2 Stundenbild 1 – Methodische Hinführung und erster Kontakt

Die nachfolgende Einheit veranschaulicht ein erstes Kennenlernen des Sportgerätes und grundlegende Bewegungsformen. Sie ist angelehnt an Kroiß (2007) und wurde mit ähnlichem Ablauf vom Verfasser an einer Grundschule, einem Gymnasium und an der Sportfakultät der TU München praktisch durchgeführt. Somit konnte ein großer Altersbereich abgedeckt werden, wobei die beschriebene Doppelstunde für eine achte Schulstufe gedacht ist.

Einstieg (10 min):

Die Slacklines sind zu Unterrichtsbeginn schon aufgebaut und die Schülerinnen und Schüler können sich überlegen, wie sie diese neuartigen Sportgeräte nun bewältigen sollen. Dann werden die Sportart und die Slackline selbst von der Lehrkraft beschrieben und Verbindungen zu anderen Sportarten hergestellt. Alle Übenden sollen danach nur einen Fuß auf die Line stellen und das Zittern spüren, wodurch auch für sie nachvollziehbar wird, dass ein Aufsteigen nur mit Hilfe von hinführenden Vorübungen ermöglicht werden kann.

Aufwärmen (15 min):

Zu Beginn erhalten die Schülerinnen und Schüler die Möglichkeit, ihren ersten Bewegungsdrang abzubauen. Das scheint besonders bedeutsam, da das anschließende Balancieren auf der Slackline ein relativ ruhiges und konzentriertes Bewegen darstellt.

Aktivierung des Herz-Kreislauf-Systems: Zwei Fängerinnen oder Fänger versuchen alle anderen abzuschlagen, Gefangene müssen auf einem Bein stehen bleiben. Erlöst werden sie, indem eine Mitschülerin oder ein Mitschüler unter dem angehobenen Bein durchkriecht.

Atomspiel: Die Schülerinnen und Schüler bewegen sich in der Halle und erhalten immer wieder drei Zahlen als Kommandos. Die erste Zahl gibt an, wie viele Personen sich zu einem „Molekül“ zusammenfinden müssen, die zweite und dritte Zahl legen fest, wie viele Füße und Hände dabei den Boden berühren dürfen. Die Übenden bilden dabei Figuren und müssen sich halten, heben und stützen, um die Aufgabe zu erfüllen. Das Kommando „4-2-2“ bedeutet zum Beispiel, dass sich vier „Atome“ finden sollen, die gemeinsam auf zwei Füßen und Händen am Boden stehen. In beiden Aufwärmspielen wird somit schon die später benötigte Balancefähigkeit geschult.

Hauptteil (60 min):

- Vorbereitende Übungen

In Kreisaufstellungen werden Übungen zum Stehen auf einem Bein durchgeführt: Stehen auf einem Bein, mit verschränkten Armen, Spielbein mit den Händen fixieren, Kopf im Nacken, gestrecktes Spielbein vor-, seit- und zurückschwingen, mit geschlossenen Augen, das Spielbein nach hinten oben führen zur Standwaage, auf die Zehenspitzen stellen, Stehen auf Weichboden und Störungen durch hüpfende/n Partner/in ausgleichen, Einbeinstehen auf Medizinball, einbeinige Kniebeugen.

Anschließend balancieren die Übenden über ein am Boden liegendes Schlauchband, eine umgedrehte Turnbank und einen Schwebebalken, womit die Voraussetzungen für das Balancieren auf schmaler und erhöhter Unterstützungsfläche geschaffen sind.

- Balancieren auf der Slackline:

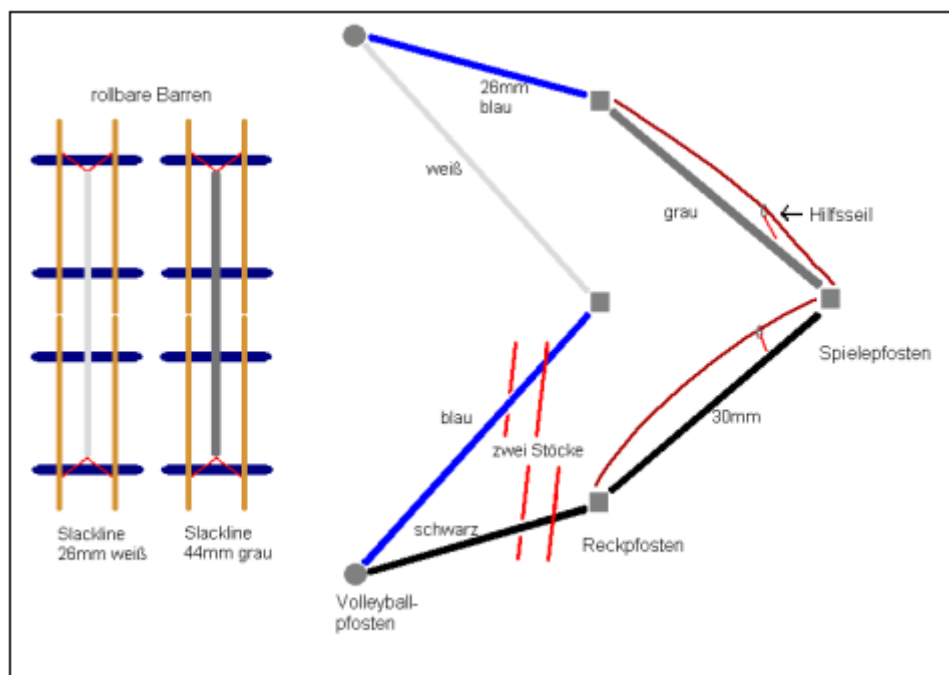


Abbildung 37: Aufbauplan Slacklines (Kroiß, 2007, S. 78)

Die Schülerinnen und Schüler verteilen sich auf den sechs Slacklines, wobei die Barren noch frei bleiben. In Dreiergruppen probieren die Lernenden nacheinander auf der Line zu sitzen und werden dabei gesichert. Im Anschluss daran sollen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit zwei Hilfestellungen über einen kleinen Kasten auf die Slackline steigen und zwei bis drei Mal darüber balancieren. Danach gilt es die richtige Technik und Körperposition zu erarbeiten, die im Anschluss an den Slacklines in den Barrengassen

selbstständig ausprobiert wird. Dann werden die Schülerinnen und Schüler wieder gesammelt und die Lehrperson erklärt ihnen nacheinander alle vier der jeweils doppelt vorhandenen Stationen.

- „Barrengasse“: Mit diesem Aufbau können die Übenden sehr einfach das freie Gehen und Stehen angstfrei ausprobieren, da sie beidseitig ein Geländer als Hilfestellung besitzen. Der Aufstieg erfolgt über einen Kasten am Anfang der Barrengasse.
- „Hilfsseile“: Ein effektives Hilfsmittel sind über Kopf befestigte Halteseile, an denen sich die Lernenden festhalten können. Dazu wird rund zweieinhalb Meter über der Slackline ein Seil gespannt, an dem zwei durch Karabiner befestigte, je ein Meter lange Seilstücke befestigt sind. Mit den Seilstücken in den Händen sind die Arme fast frei beweglich und dadurch richtige Ausgleichsbewegungen möglich.
- „Zwei Stöcke“: Gymnastikstäbe, verstellbare Nordic-Walking-Stöcke oder ähnliches eignen sich sehr gut, um das freie Gehen ohne Hilfestellung zu ermöglichen. Die Schülerinnen und Schüler können sich somit selbst helfen und je nach Leistungsstand die Stöcke mehr oder weniger einsetzen.
- „Eine Hilfestellung“: Hier erfolgt die Hilfestellung durch eine/n Partner/in, welche/r je nach Leistungsstand der übenden Person mehr oder weniger aktiv eingreifen kann.

Die richtige Ausführung mit den jeweiligen Hilfsmitteln demonstriert bei jeder Station entweder die Lehrkraft oder ein/e Schüler/in und es werden klare Anweisungen zum Stationswechsel gegeben. Dann dürfen sich die Übenden selbstständig in Zweier- oder Dreiergruppen auf die acht Slacklines verteilen und üben. Nach einer gewissen Zeit erfolgt ein Wechsel, bei dem neue Aufgabenstellungen und Korrekturen gegeben werden können.

Nachdem alle Schülerinnen und Schüler die Stationen ausprobiert haben, zeigt die Lehrperson einige Variationen der Grundtechniken (wie Rückwärtsgehen, in Boardstellung wippen oder Umdrehen) und zusätzlich wird eine Steigerung der Schwierigkeit an den Stationen definiert: am Barren immer wieder die Hände loslassen, die Stöcke vom Boden abheben, die Hilfsseile ganz unten fassen und Hilfestellung nur noch über einen Finger. Mit diesen Erschwernissen startet ein neuer Durchgang, wobei die Lehrkraft denjenigen, die sich schon sicher fühlen, erlauben kann, die Zielform – das freie Gehen und Stehen auf der Slackline – auszuprobieren. Als Abwechslung und Variationstraining können kleine Spielereien wie auf der Line sitzen, liegen oder wippen eingestreut werden.

Ausklang (15 min):

Am Ende der Stunde erfolgt eine Aufgabe, die als Viererteam zu lösen ist. Eine Person startet mit Unterstützung an einem Ende der Slackline, eine andere Person am anderen Ende ebenfalls mit Hilfestellung. Die Aufgabe lautet nun, ohne Absteigen das andere Ende der Line zu erreichen. Diese Übung erfordert eine gute Zusammenarbeit zwischen den Übenden und die gemeinsame Suche nach einem Lösungsweg.

6.2.3 Stundenbild 2 – Exploration, Bewegungslernen, Wagnisaufgaben

Die folgende Stundenplanung für eine Doppelstunde geht auf Bächle und Hepp (2010) zurück und wurde leicht abgeändert und angepasst. Der Aufbau der Einheit ist so angelegt, dass zu Beginn dem natürlichen Explorationsverhalten der Schülerinnen und Schüler Freiraum gegeben und dann durch gezielte Technikübungen das Fertigniveau erhöht wird. Am Ende soll eine Wagnis- und Herausforderungsaufgabe stehen. Die Einheit ist für die Umsetzung in der Halle konzipiert, kann aber bei entsprechenden Voraussetzungen und Einhalten der Sicherheitsbestimmungen auch im Freien umgesetzt werden.

Einstieg und Aufwärmen (5 min):

Knappe Ankündigung des Unterrichtsinhaltes und kurzes allgemeines Aufwärmenspiel.

Einführung (35 min):

Aufbau: Je mehr Stationen aufgebaut werden können, desto besser lässt sich der Übungsbetrieb umsetzen, wobei in der Regel drei bis fünf Slacklines benötigt werden (zum Aufbau vgl. Abschnitt 5.2.6). Der Sicherheitshinweis „Keine Schülerin und kein Schüler befindet sich auf der Slackline, bevor diese nicht von der Lehrperson freigegeben wurde“ ist äußerst wichtig und ein gemeinsamer Aufbau des Slackline-Parcours scheint ebenso als beachtenswert. Die Aufbauanweisungen können auf großen Blättern skizziert werden, um den Lernenden die Errichtung der Voraussetzungen zu erleichtern. Außerdem ist darauf hinzuweisen, dass nie jemand mit den Füßen quer auf der Line steht (bei einem Sturz besteht Gefahr, auf den Hinterkopf aufzuschlagen) und sich nie mehr als höchstens zwei Personen auf einem Line-Abschnitt, der durch Kästen begrenzt wird, befinden.

Explorationsphase:

- Gehen

Die Schülerinnen und Schüler versuchen in Zweier- oder Dreiergruppen selbstständig an den einzelnen Stationen auf der Slackline zu gehen. Es wird ihnen freigestellt, ob sie mit Schuhen oder barfuß üben. Nach ein paar Minuten sollte kurz die Hilfestellung

demonstriert werden, die entweder durch eine/n Partner/in oder mit Hilfe von Gymnastikstäben, die ähnlich einem Wanderstock benutzt werden können, erreicht wird. Bei Dreiergruppen kann die Unterstützung beidseitig gewährt werden. In dieser Phase sind schon die ersten Fortschritte sichtbar.

- Stehen, Sitzen und Liegen

Auch hier werden keine Bewegungslösungen vorgegeben und höchstens als Ansporn gelungene Lösungen von Seiten der Übenden herausgestellt. Dabei betonen die Autoren, dass das Stehen wie auch das Sitzen und Liegen nur im Sinne eines Sammeln vielfältiger Bewegungserfahrungen integriert werden soll und nicht, wie an anderen Stellen zu lesen, im Anfängerunterricht das Stehen vor dem Gehen methodisch angesiedelt wird. Diese Vorgehensweise wird vertreten, da das Stehen auf der Line schwieriger zu erlernen ist. Außerdem erfahren die Übenden mit dem Gehen schon die größte Herausforderung und es lassen sich schnellere Lernerfolge verzeichnen.

Hauptteil (30 min):

Bewegungs- und Technikkernen:

- Gehen

In Bezug auf die Explorationsphase erfolgt eine kurze Reflexion zu einzelnen Technikaspekten des Balancierens auf der Line, wobei Plakate mit den Technikkriterien eine passende Unterstützung bewirken. Die Autoren erachten im Anfängerunterricht folgende Technikmerkmale des Gehens als sinnvoll: Fußstellung zur Line, Beugung im Kniegelenk, Armhaltung und Kopfhaltung. Weiters ist der immer wiederkehrende Hinweis „Locker bleiben“ hilfreich, um einer starren Körperhaltung entgegenzuwirken. Zum Erarbeiten der genannten Technikmerkmale bietet sich eine induktive Herangehensweise an und die wichtigsten Kriterien können durch Plakate visualisiert werden. Die Lernenden werden demnach über Abbildungen sowie durch die entsprechende Fragestellung mit einer Bewegungsaufgabe konfrontiert, welche in Zweierteams gelöst werden soll. Die Lösungen werden in der Folge zusammengetragen und mit Hilfe des Plakats aufgezeigt.

Fußposition auf der Line: Wie werden die Füße richtig aufgesetzt?

Zieltechnik: Der Fuß wird zuerst mit dem Ballen und dann mit dem Rest auf der ganzen Fläche und in Linie mit der Slackline aufgesetzt.

Beugung des Kniegelenks: Wie sehr muss das Kniegelenk gebeugt/gestreckt werden?

Zieltechnik: Leichte Beugung des Kniegelenks.

Armhaltung: Wie sind die Arme zu positionieren?

Zieltechnik: Die Oberarme werden in Brusthöhe zur Seite gestreckt und die Unterarme nach oben etwas angewinkelt.

Kopfhaltung und Blickrichtung: Wohin schauen die Augen?

Zieltechnik: Der Kopf wird relativ aufrecht gehalten und beim Gehen ein entfernter Punkt (zum Beispiel der Fixpunkt der Slackline) fokussiert.

Bei der Umsetzung dieses Technikblocks fällt die gegenseitige Bewegungskorrektur äußerst schwierig, weshalb es ratsam ist, als Lehrperson nach einer Gruppenkorrektur eine kurze Einzelkorrektur aller Kriterien durchzuführen.

- Normalstart

Bisher begehen die Schülerinnen und Schüler die Slackline von kleinen Kästen aus, nun wird die Line beim Normalstart vom Boden aus bestiegen, wobei der geeignetste Bereich dafür den Autoren zufolge nach dem ersten Viertel der Gesamtlänge liegt. Man stellt sich dabei parallel zur Slackline, der stärkere Fuß wird ohne Belastung auf die Line gesetzt und der Oberkörper leicht darüber gebeugt, wobei sich der Körperschwerpunkt über der Line befinden sollte. Vom anderen Fuß erfolgt dann mit einer Ausholbewegung der Arme ein impulsartiger Abdruck und der Fuß wird schnell auf die Line gestellt, am besten leicht schräg hinter dem Standfuß.

Abschluss und Abbau der Geräte (30 min):

Herausforderungs- und Wagnisaufgaben: Die folgenden Abschlussherausforderungen sollen den Höhepunkt der Einheit darstellen, wobei sich je nach verfügbarer Zeit mehrere Inhalte anbieten.

- Sprungstart

Um dem Bedürfnis nach weiträumigeren Bewegungen und mehr Wagnis konstruktiv zu begegnen, bietet sich die Einführung des Sprungstarts an, da diese Bewegungshandlung aufgrund ihres Aufforderungscharakters auch im Anfängerbereich bei geübteren Personen eingesetzt werden kann. Dabei steht man nahe einem Fixpunkt schräg neben der Slackline auf dem Boden und mit einem Schrittsprung wird aufgesprungen. Der vordere Fuß sollte gerade, der hintere etwas quer zur Line aufgesetzt werden und der Körperschwerpunkt sollte sich schon vor dem Aufsetzen über der Line befinden. Diese Startvariante ist in weiterer Folge natürlich auch aus dem Lauf durchführbar.

- Gruppenmarathon

Die ganze Klasse versucht gemeinsam so viele Meter wie möglich auf der Slackline zu schaffen. Als zusätzliche Motivation der Lehrperson könnte der Hinweis „50 Meter wären sensationell“ dienen.

- Highline

Aus Sicherheitsgründen sollte eine Slacklinehöhe gewählt werden, die den Wagnischarakter noch transportiert, aber vollkommen ungefährlich ist (siehe Abbildung 38).



Abbildung 38: Aufbau einer Highline (Bächle & Hepp, 2010, S. 20)

Der Fixpunkt sollte dabei weiterhin möglichst tief angeschlagen werden und für genügend Fallraum dienen zwei Weichböden. Während eine Person auf der Highline geht und von der Lehrkraft betreut wird, sollen die anderen Lernenden bei den niedrigen Lines bleiben und üben. Somit entsteht kein Wettkampf und die Konzentration der Schülerinnen und Schüler wird erhöht. Spätestens hier zeigt sich ein stolzer Lernerfolg, da fast alle die Länge einer Weichbodenmatte in einer größeren Höhe bewältigen können.

- Lehrperson tragen

Die Slackline bleibt an einem Ende wie gehabt an einer Vorrichtung befestigt, am anderen spannen die Schülerinnen und Schüler per Muskelkraft die Line über die großen Kästen auf Höhe und die Lehrperson läuft vorsichtig darüber. Die Aufgabe klingt anfangs für die Lernenden undurchführbar, ist aber laut den Autoren bis hinunter zur fünften Schulstufe möglich.

Gemeinsamer und sicherer Abbau der Gerätschaften

6.2.4 Stundenbild 3 – Spielerisches und Tricks

Dieses Stundenbild geht auf Volery und Rodenkirch (2012a, S. 4f) zurück und beschreibt modifiziert die zweite Lektion einer mehrstündigen Unterrichtsplanung zum Thema Slacklines. Die Doppelstunde ist für die Sporthalle konzipiert, kann aber durchaus auch im Freien stattfinden.

Gewöhnung ans Gerät (10 min):

Zu Beginn sollen sich die Schülerinnen und Schüler ohne einen Schritt zu setzen möglichst lange sowohl auf dem linken als auch auf dem rechten Fuß auf der Slackline halten, um sich wieder an das Sportgerät zu gewöhnen.

Neue Inputs (90 min):

Die Autoren geben den Vorschlag, alle zehn bis 15 Minuten zwei neue Tricks durchzunehmen. Dazwischen versuchen die Schülerinnen und Schüler immer wieder auf der Slackline zu gehen.

Querstand: Es wird eine snowboard- bzw. surfähnliche Stellung auf der Line eingenommen, was bedeutet, dass beide Füße in dieselbe Richtung zeigen und quer zur Line stehen. Der Blick ist dabei aber immer noch an den Endpunkt der Slackline gerichtet. Ein Arm wird leicht nach vorne und der andere nach hinten gestreckt (beide annähernd im 90° Winkel). Diese Position ist Voraussetzung dafür, in weiterer Folge auch Sprünge auf der Line zu vollziehen.

Aufspringen: Am besten läuft man ungefähr parallel zur Slackline an und landet im Querstand, wobei das hintere Bein zuerst aufgesetzt wird. Beim Landen sollte man sich unbedingt gut mit den Knien abfedern, um nicht gleich wieder von der Line wegkatapultiert zu werden. Für begabte Übende kann die Aufgabe dahingehend erschwert werden, dass beidbeinig abgesprungen oder eine halbe Drehung beim Aufsprung durchgeführt werden muss.

Liegen: Die Person legt sich rücklings auf die Slackline und stellt einen Fuß nahe dem Gesäß ebenfalls auf die Line. Das andere Bein und die Arme dienen zum Ausbalancieren. Der Kopf wird dabei leicht angehoben, damit der Blick nach vorne auf einen Fixpunkt gerichtet werden kann.

Rückwärtsgehen: Die Autoren erachten diese Übung als äußerst wichtig. Vor allem für diejenigen Schülerinnen und Schüler, die beim Slacklinen vermehrt auf die Füße sehen oder zu schnell über die Line laufen, bewirkt diese Aufgabe eine Verbesserung der Technik.

Diagonalstand: Beim Diagonalstand werden ein Fuß und die gegenüberliegende Hand auf die Slackline gesetzt und so die Position gehalten. Die Übung dient vor allem der Körperspannung und ist sehr effektiv. Talentierte Schülerinnen und Schüler können außerdem versuchen, dabei den Fuß zu wechseln, ohne von der Line zu steigen.

Hocke: Im aufrechten Stand werden der vordere Fuß gerade und der hintere Fuß mit dem Ballen auf die Slackline gestellt. In dieser Position geht man in die Knie, bis das Gesäß

die Ferse berührt. Fortgeschrittene Sportlerinnen und Sportler können versuchen, zusätzlich mit einer Hand die Line zu berühren („Line-Grab“).

Knee-Drop: Aus dem Stehen geht man in die Hocke, sodass sich ein Knie auf Höhe der Slackline oder darunter befindet. Der vordere Fuß steht dabei gerade auf der Slackline, mit dem hinteren befindet man sich nur noch mit den Zehen auf der Line oder hängt sich mit dem Fußrist ein. Als Erschwerung können geübte Schülerinnen und Schüler versuchen, einen „Line-Grab“ auszuführen, also mit einer Hand die Slackline zu erfassen.

Ziel:

Die Schülerinnen und Schüler sollen am Ende der Einheit die 4,5 Meter lange Slackline bezwingen können. Vereinzelt könnten einige Übende bereits die sieben Meter lange Line bewältigen. Daneben kennen die Lernenden mehrere Tricks auf der Slackline und können einige davon auch schon durchführen.

6.3 Ultimate Frisbee

6.3.1 Betrachtung von relevanten Literaturstellen

Neumann et al. (2004) teilt seinen Band in einen Theorie- und einen Praxisteil auf und führt knapp 100 verschiedene Beispiele an, wie die Frisbee im Sportunterricht verwendet werden kann. In einer theoretischen Auseinandersetzung mit dem Thema gehen die Autoren allerdings zuerst auf pädagogische Vorüberlegungen ein, geben einen Einblick in die Materialkunde und zeigen verschiedene Arten von Wurfscheiben auf. Weiters werden im Kapitel „Technik und Methodik“ Überlegungen zu Scheibenflug und grundlegenden Wurf- und Fangtechniken aufgezeigt sowie Fehlerbilder zu diesen Aspekten genau beschrieben. Im Praxisteil erfolgt eine Gliederung in die Bereiche Übungen, Wettkämpfe, Spiele, Frisbee-Wettkampfdisziplinen und Geländespiele. Somit führen die Autoren eine Vielzahl an unterschiedlichen Möglichkeiten an, die mit der Frisbee verwirklicht werden können, wobei dem Sportspiel Ultimate Frisbee lediglich ein Unterpunkt im Abschnitt der Wettkampfdisziplinen gewidmet wird. In dieser knappen Erklärung des Spiels werden die wichtigsten Regeln erläutert, räumliche, zeitliche sowie materielle Voraussetzungen beschrieben und eine kurze Empfehlung zur Einführung gegeben. Ultimate ist in diesem Band also nur eine von vielen Möglichkeiten, die Frisbee einzusetzen. Will man sich vermehrt mit der Taktik, dem Stellungsspiel oder dem komplexen Regelwerk von Ultimate Frisbee auseinandersetzen, wird man in diesem Band nicht fündig. Trotzdem erweist sich das Werk als nützliche Unterstützung für das Unterrichtsfach Bewegung und Sport, da sich darin viele Beispiele für das Erlernen und Festigen der richtigen Wurf- und Fangtechniken finden, die man als Vorübungen oder als Abschluss einer Einheit durchführen kann. Außerdem fördern vielfältige Spiele die Motivation und gestatten ein abwechslungsreiches Frisbee-Training.

Im Band von Kunert (2010) werden ebenso verschiedenste Formen der Einbindung von Frisbees in den Sportunterricht dargelegt, wobei dem Spiel Ultimate Frisbee selbst mehr Raum zugesprochen wird als im oben genannten Beispiel. Es werden Spielfeld, Grundregeln, Spielablauf sowie der Sternschritt erklärt und ein Beispiel für eine allgemeine Einführung in die verschiedenen Komponenten dieser Sportart vorgeschlagen. Zusätzlich finden sich in diesem Band zwei Vorschläge für eine Unterrichtseinheit sowie zwei Einführungsmöglichkeiten, wie man innerhalb von 45 Minuten den Schülerinnen und Schülern Ultimate Frisbee praktisch vermitteln kann. Die erste beschreibt eine Vorstellung des ganzen Spiels mit reduziertem Regelsatz, die zweite eine Einführung über das Basketballspiel, indem mit drei Regeländerungen (kein Prellen und somit kein Laufen mehr; Punkte durch Fangen in der Endzone; Ball aus dem Spiel

nehmen und Frisbee verwenden) nach jeweils einigen Minuten schnell das Zielspiel Ultimate ausgetragen wird. Auch dieser Band kann optimal im Unterricht verwendet werden, zumal er eine knappe Einführung in Technik und Spielgedanken sowie diverse Abwandlungen und Spiele mit der Scheibe aufzeigt. Die beiden Einführungsmethoden und Stundenvorschläge lassen sich außerdem auf verschiedene Zielgruppen und Könnensstufen anwenden und können direkt als Einheit im Unterrichtsfach Bewegung und Sport übernommen werden.

Auch Lange und Sinning (2012) beschreiben neben dem Reiz des Frisbeespiels und der bewegungspädagogischen Perspektiven der Sportart auch einen Vorschlag zur unterrichtlichen Inszenierung. Anhaltspunkte hierfür sind sich vertraut machen mit der Sportart und diese ausprobieren, Zielwerfen, Weitwerfen, attraktive Ziele treffen, die Erstellung eines Frisbee-Parcours oder Frisbeegolf. Diese Kompetenzen werden auch für eine Erweiterung des Spiels in Richtung Ultimate vorausgesetzt, explizit zeigt das Autorenduo aber keine möglichen Beispiele zur Vermittlung von Ultimate Frisbee auf.

Grotehans (2009) veranschaulicht eine Einführung von Ultimate Frisbee in der Mittelstufe, wobei das Spiel aufgrund seiner besonderen Eigenschaften vor allem für sozialintegrative Ziele einen optimalen Gegenstand mit hohem Anforderungscharakter darstellt. Für den Autor bieten sich weiters erfahrungsorientierte Vermittlungsformen an, die ein hohes Bildungspotential erwarten lassen. Neben Spielidee, der Ballistik der Frisbees und der wichtigsten Techniken erläutert Grotehans auch didaktische Vorüberlegungen zu einer Unterrichtseinheit und die Struktur des Lehrweges, auf dessen Basis ein erstes Spiel initiiert wird. Dieser Lehrweg geht von drei konstitutiven Regeln aus, die den Spielgedanken beinhalten und entsprechend den Bedürfnissen und Kompetenzen der Zielgruppe anzupassen sind:

- Zwei Mannschaften spielen auf einem Feld gegeneinander.
- Es gibt zwei Endzonen. Gelingt es einem Team, die Frisbee in dieser zu fangen, erhält es einen Punkt.
- Mit der Frisbee darf nicht gelaufen werden.

Zusätzlich führt der Autor Materialien an, die eine Durchführung der entsprechenden Unterrichtsreihe unterstützen und sich auf Aufwärm- und Spielformen, Situationen zum Rückhandwurf, Sandwichcatch und Vorhandwurf beziehen.

Böttcher (2003) führt in seiner Arbeit sechs in der Praxis erprobte Doppelstunden sowie die dazugehörigen Lernziele an und stellt seine Erfahrungen mit den Unterrichtsvorhaben vor. In den Unterrichtsbeispielen wollte der Autor die damals noch weitestgehend

unbekannte Sportart in den Sportunterricht einführen, wobei Ultimate als eigenständiges Mannschaftsspiel seitens der Planung eher eine Orientierung darstellte als die Zielsportart. Trotzdem bedient er sich in seinen Unterrichtsvorhaben der grundlegenden Spielidee und übernimmt den für diese Sportart typischen hohen Grad an Eigenorganisation und Fairness, dem existierenden Regelwerk wird allerdings wenig Beachtung geschenkt. In diesem Sinne sieht der Autor das übergeordnete Ziel seiner Unterrichtsreihe nicht im Ultimate Frisbee, sondern im selbstständigen Entwickeln eines Mannschaftssports. Somit dienen auch diese Unterrichtseinheiten als praktische Hilfe für das Unterrichtsfach Bewegung und Sport, die auf verschiedene Alters- und Könnensstufen angepasst werden können. Auch wenn hier das Zielspiel nicht im Vordergrund steht, stellen die Unterrichtsreihen einen geeigneten Vermittlungsweg dar, das Frisbeespielen im Unterricht einzuführen und können somit als vorbereitende Übungen für Ultimate Frisbee angesehen werden.

In der Arbeit von Scheruga (2007) wird eine computerunterstützte, multimediale und interaktive Lehr- und Lernhilfe für Ultimate Frisbee beschrieben. Die dargestellte DVD-Rom soll dem Anspruch gerecht werden, für Spielerinnen und Spieler sowie für Trainerinnen und Trainer ein Informationsmedium zu werden und zugleich den Zugang für interessierte, aber unerfahrene Personen zu eröffnen. Die Lehr-/Lernhilfe soll durch die Inhalte „Was ist Ultimate“, „Ultimate und Schule“, „World Wide Web“, „Lexikon“, „Spirit“, „Wurftechnik“, „Wurfschule“, „Drills“ und „Taktik“ ein breites Angebot für Sportlerinnen und Sportler aller Könnensstufen liefern. Im Abschnitt Ultimate und Schule zeigt der Verfasser zehn einfache Regeln und zehn gute Gründe für eine Integration von Ultimate im Unterricht auf, gibt Informationen über diverse Spielformen sowie den Schulcup in Wien und veranschaulicht drei Stundenausarbeitungen, die praktisch im Unterrichtsfach Bewegung und Sport umgesetzt werden können. Die DVD-Rom beziehungsweise die Arbeit über das Medium bietet also einen breitgefächerten Zugang zur Sportart Ultimate Frisbee, wobei auch dem Bereich Schule ein eigener ausgearbeiteter Bereich zugestanden wird.

6.3.2 Stundenbild 1 – Methodische Hinführung

Da sich Ultimate Frisbee durch das Fehlen einer Schiedsrichterin oder eines Schiedsrichters und durch körperloses Spielen auszeichnet, stehen sozialintegrative Ziele mit hohem Aufforderungscharakter im Vordergrund (Grotehans, 2009, S. 243). Des Weiteren ist einer der grundlegendsten Punkte des Frisbeesports die Eigenverantwortlichkeit und ein Missachten von Vereinbarungen muss von den

Spielerinnen und Spielern selbst geregelt werden. Darauf muss vor allem im Anfängerbereich geachtet werden (Kunert, 2010, S. 33).

Im Nachfolgenden soll ein Vorschlag für eine einführende Doppelstunde in die Trendsportart Ultimate Frisbee gegeben werden (modifiziert nach Scheruga, 2007, S. 122-127). Dieses Stundenbild kann entweder im Freien oder in der Halle angeleitet werden.

Einführung und Aufwärmen (20 min):

- Vorstellung der Frisbeescheibe als Sportgerät.
- Kurze Erklärung und Vorzeigen der beiden Grundwürfe Rückhand und Vorhand.
- Paarweises Zuwerfen der Scheibe auf kurze Distanz (ca. 3 m); die Hauptbewegung sollte aus dem Handgelenk passieren; zuerst Rückhand- und danach Vorhandpässe.
- Nun soll die Wurfdistanz kontinuierlich bis ca. 10 m erhöht und eine ganzheitliche Wurfbewegung geschult werden.

Vermittlungsziele: Kennenlernen der Grundwürfe und Erlangen eines Überblicks über die Sportart; Handgelenksbewegung trainieren, um mit Spin werfen zu können; mit der Zeit die gesamte Wurfbewegung (Rückhand und Vorhand) erarbeiten und anwenden lernen.

Methodische Hinweise: Die Schülerinnen und Schüler sollten nebeneinander stehen, um nicht von Wurfgeräten in den Rücken getroffen zu werden.

Hauptteil (50 min):

Nummernpassen: Die Schülerinnen und Schüler laufen in einem begrenzten Bereich und passen sich die Frisbee in einer vorgegebenen Reihenfolge zu. Zur Steigerung des Schwierigkeitsgrades kann man mehrere Scheiben zirkulieren lassen. Weiters können nach und nach Regelemente eingebaut werden, wie zum Beispiel kein Laufen mit der Scheibe, Sternschritt, etc.

Scheibenjagd: Die Schülerinnen und Schüler stellen sich im Kreis auf und zwei Scheiben werden an den gegenüberliegenden Seiten positioniert. Auf ein Startkommando werden die Frisbees in eine Richtung zum Nachbarn weitergepasst und „versuchen“, sich gegenseitig einzuholen. Um die Übung anfangs leichter zu gestalten ist es auch möglich, die Scheiben zuerst nur weiterzugeben und so den Sternschritt einzuführen und zu schulen.

Give and Go: Die Lehrperson befindet sich an der Mittellinie und die Schülerinnen und Schüler stehen in einer Reihe in ca. 10 m Distanz. Sie geben in der Folge einen Pass zur Lehrkraft, laufen an dieser vorbei und erhalten einen Rückpass in den Lauf. Danach

stellen sie sich wieder in der Reihe an. Geübtere können selbst die Rolle der Lehrperson übernehmen.

Simple Wurfübungen:

Pässe zu laufenden Mitspielerinnen und Mitspielern: Die Übenden stehen in einer Reihe, wobei der erste (ohne Frisbee) bis zu einem bestimmten Fangbereich läuft und dort einen Pass vom Nachfolgenden erhält. Danach stellt man sich wieder in der Reihe an. Es bietet sich an, diese Übung in 2 Gruppen durchzuführen, wobei die zweite Gruppe in die Gegenrichtung spielt und man sich immer auf der anderen Seite anstellt.

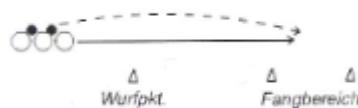


Abbildung 39: Wurfübung 1 (Scheruga, 2007, S. 134)

Es geht hierbei um die Koordination von laufen, fangen und stoppen sowie um das Passen zu einer/einem sich bewegenden Mitspieler/in. Die Durchführung erfolgt in Zweiergruppen.

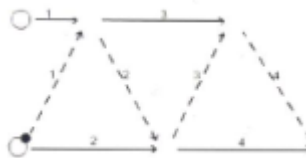


Abbildung 40: Wurfübung 2 (Scheruga, 2007, S. 135)

Vermittlungsziele: Schnelles und gezieltes Werfen zu bewegten und stehenden Mitspielerinnen und Mitspielern; Konzentration auf einen gezielten Wurf; Koordination von Werfen und Fangen.

Zielspiel (30 min):

Vorübung: Balltimate: Diese Variation wird mit den Ultimate-Regeln gespielt, allerdings ersetzt ein Ball die Frisbee. Es ist besonders für Unterstufen geeignet, da hier der komplexe Umgang mit der Scheibe vorerst wegfällt. Außerdem ist ein gezielter Ballwurf anfangs leichter als ein gezielter Frisbeewurf.

Vermittlungsziel: Die Grundidee des Spiels kennen lernen.

Zielspiel Ultimate Frisbee: ohne Anzählen; der Marker muss eine Armlänge zu der Werferin oder dem Werfer einhalten.

6.3.3 Stundenbild 2 – Wurf- und Fangschulung

Das nachfolgende Stundenbild ist an Kunert (2010) angelehnt und wurde leicht abgeändert. Die Einheit ist für eine Umsetzung im Freien entworfen, kann aber durchaus mit Hilfe von kleinen Abänderungen in der Halle durchgeführt werden.

Erwärmen mit der Scheibe (30 min):

Discathon: Discathon ist eine Laufdisziplin, in der unter Zeitdruck geworfen und gelaufen wird. Jede Spielerin und jeder Spieler haben eine Frisbee, welche in möglichst kurzer Zeit durch einen vorgegebenen Hindernisparcours gespielt wird. Das Spiel kann somit Indoor sowie Outdoor durchgeführt werden. Die Zeitnahme beginnt mit dem ersten Abwurf und endet mit dem Überschreiten der Ziellinie. Der Landepunkt der Scheibe markiert jeweils den nächsten Abwurfpunkt und man läuft seinem Wurf hinterher. Der Parcours muss nur von der Frisbee bewältigt werden, wonach die Werferin oder der Werfer durch Kurvenwürfe und Roller die Laufstrecke abkürzen kann.

Touch: Bei dieser Form können viele Spielerinnen und Spieler auf wenig Platz intensiv spielen. Wegen der geringen Wurfdistanzen sind keine ausgefeilten Wurftechniken notwendig. Es werden zwei gleich große Teams gebildet, die in einem 5x5 bis 10x15 m großen Spielfeld gegeneinander antreten. Ziel des Spiels ist es, jemanden des anderen Teams leicht mit der Scheibe zu berühren. Wer abgeschlagen ist, verlässt das Spielfeld und feuert seine Mannschaft an. Wenn die Scheibe das Team wechselt, dürfen alle wieder auf das Spielfeld, wodurch im Anfängerbereich kaum jemand länger als eine Minute draußen bleibt.

Übungen zur Wurf- und Fangschulung, Technikverbesserung (15 min):

Wurfschulung 1: Die Schülerinnen und Schüler stellen sich in Gassenaufstellung auf, jede Zweiergruppe besitzt eine Scheibe und der Abstand zwischen den Übenden beträgt ca. 9 m. Nun passen sich die Übenden die Frisbees auf verschiedene Weise und mit diversen Zusatzaufgaben zu. Diese können lauten:

- Fangen nur mit einer Hand, Trick-Fänge.
- Vergrößerung der Entfernung: nach jedem Pass gehen die Partner/innen einen Schritt zurück.
- Zusatzaufgaben nach jedem Wurf: Hinlegen – Aufstehen, im Kreis drehen, eine Rolle ausführen, eine Linie berühren, die 2-5 m weiter hinten ist.

Die Lehrperson korrigiert individuell Abwurfwinkel und Scheibendrall. Neben dem Werfen werden hier auch das Fangen und das Abschätzen der Flugbahn geschult.

Wurfschulung 2: Zwei Gruppen zu 4-6 Übenden stehen sich gegenüber. Eine Person wirft die Scheibe auf die andere Seite und stellt sich bei der anderen Gruppe an. Die Fängerin oder der Fänger macht dabei immer ein Freilaufmanöver, läuft von der Scheibe weg, ändert die Laufrichtung und kommt wieder auf die Scheibe zu. Dabei sind Markierungen, die die Laufwege vorgeben, besonders wichtig.

Andere Frisbeespiele (25 min):

Discgolf: Jede Spielerin und jeder Spieler muss immer Weit-, Annäherungs- und Abschlusswürfe durchführen, wodurch Unterscheidungen zwischen kraftvollen und dynamischen sowie gefühlvollen und präzisen Würfen zustande kommen. Discgolf-Bahnen lassen sich optimal ins Stationstraining integrieren und verbessern Wurfkraft und -genauigkeit. Bei der Durchführung des Spiels besitzen die Übenden je eine Scheibe und die Absicht besteht darin, das Ziel zu treffen. Dies kann von einem Baum, einer Matte, einem Mülleimer, etc. repräsentiert werden. Die einzelnen Bahnen können in ihrer Länge variieren, sollten aber aus Sicherheitsgründen überschaubar bleiben und mit 3-4 Würfen zu schaffen sein. Es wird versucht (ähnlich dem richtigen Golf), mit möglichst wenigen Würfen das festgelegte Ziel zu erreichen. Dort, wo die Frisbee liegen bleibt, wird weitergespielt und es sind alle Wurfarten erlaubt. Hindernisse können dabei überwunden oder umspielt werden. Durch die vielen Möglichkeiten der Wertung können verschiedene Lernziele betont werden: Einzel- oder Teamwertung, „Worst Shot“ (nur der schlechteste Wurf eines Teams zählt), „Best Shot“ (nur der beste Wurf eines Teams zählt), nur bestimmte Wurfarten zulassen oder nur mit der schwächeren Hand werfen, verschiedene Abwurfpositionen, Spezialpunkte einbauen, um Punkte aufholen zu können, etc.

Weitwurf: Das Feld sollte dabei halb so breit wie die erwartete Weite sein und wird so benutzt, dass Rückenwindwürfe möglich sind. Von 5 Versuchen zählt der Weitesten.

Freestyle: Dies ist eine sehr kreative Wettkampfform und wird meist in Teams von 2-3 Personen gespielt. Erlaubt ist dabei alles, was man mit der Frisbee machen kann und es gilt, die originellste, schwierigste und unterhaltsamste Show zu bieten. Als Jury dienen die anderen Teams, die ebenfalls am Wettkampf teilnehmen.

Ultimate spielen (25 min)

Nachbesprechung (5 min)

6.3.4 Stundenbild 3 – Ausfallschritt und Täuschungsmanöver

Das nachfolgende Stundenbild beschreibt eine abgewandelte und bearbeitete Einheit angelehnt an Böttcher (2003), die für die Sporthalle konzipiert wurde. Zentrales Anliegen

dieser Doppelstunde ist die Verbesserung der Spielfähigkeit, insbesondere der Schulung des Timings.

Aufwärmen (20 min):

Paarweises Einlaufen mit einer Frisbee: Durch diese Organisationsform lässt sich die größtmögliche Wurfintensität organisieren. Das Einwerfen soll ohne weitere Anweisungen erfolgen, damit die Schülerinnen und Schüler Freiraum bekommen, sich wieder mit der Frisbee vertraut zu machen und sich auf das Wurfgerät einzustellen. Dabei bleibt den Lernenden selbst überlassen, wie sie sich organisieren, welche Wurfart und welchen Abstand sie wählen.

Paarweises Einlaufen im großen Kreis: Dabei wird die Scheibe wie folgt gepasst:

- Nebeneinander im Abstand von ca. 2 m laufen und passen.
- Eine Person läuft vorwärts, die andere rückwärts; das Gesicht zeigt zueinander.
- Im Seitgalopp; Gesichter zeigen zueinander.
- Partnerweise nebeneinander, die Hälfte der Paare läuft in Gegenrichtung (als Gegenverkehr).
- Die Pärchen werden auf immer engeren Raum zusammengetrieben und sollen sich die Scheibe weiterhin zupassen und dabei durcheinander laufen. Dadurch werden zusätzlich das periphere Sehen und die Orientierung geschult.

Wiederholung, Übungsphase 1 (10 min):

Die Schülerinnen und Schüler sollen sich partnerweise die Frisbee abwechselnd mit der Vor- und Rückhand zuwerfen. Es werden zwar sehr kurze Entfernungen gewählt (rund 3 m), dafür sollen sich die Lernenden die Scheiben sehr schnell zuwerfen, wodurch eine hohe Wiederholungszahl zustande kommt. Die Lehrperson geht währenddessen durch die Reihen und gibt Tipps. Danach soll ein/e Schüler/in die Vorhandtechnik verbal erklären und anschließend demonstrieren. Dieselbe Vorgehensweise soll auf die Rückhand angewendet werden.

Übungsphase 2 (15 min):

Ein/e Schüler/n soll versuchen, an der Lehrkraft vorbei zu einer anderen Person zu werfen. Die Problemstellung lautet dabei, wie die Werferin oder der Werfer vorgehen kann, wenn sich jemand in der Wurfbahn befindet. Die Übenden sollen in weiterer Folge einen Ausfallschritt mit Rückhandwurf kombinieren und Täuschungen durchführen, um an der Person vorbei zu werfen. Diese Übungsform soll in Dreiergruppen durchgespielt werden, wobei immer ein/e Schüler/in das „Hindernis“ darstellt.

Spielphase 1 (15 min):

Nun sollen die Schülerinnen und Schüler ihre erprobten Fertigkeiten im Spiel anwenden. Dazu wird das Überzahlspiel „Viergegenzwei-Eck“ angewendet, bei dem es das Ziel ist, die Scheibe so lange wie möglich in den eigenen Reihen zu behalten und die Überzahl auszunutzen. Vier Schülerinnen und Schüler bilden ein Viereck von etwa 5 x 5 m und versuchen, sich die Frisbeescheibe ohne Fehler zuzuwerfen, während die beiden innerhalb des Vierecks die Pässe verhindern müssen. Die Äußeren dürfen nicht laufen, während die Inneren das Passspiel natürlich nur mit Bewegung unterbinden können. Wer einen Fehler begeht muss in die Mitte und diejenige Person, die schon länger verteidigt hat darf hinaus. Diese Spielform fördert neben dem Werfen und Fangen auch die Wahrnehmung, das Treffen von Entscheidungen sowie schnelles Handeln. Außerdem besitzt sie eine ähnliche Spielidee wie das Zielspiel, trainiert das Verteidigungsverhalten sowie das Werfen mit Ausfallschritt und schult die Anwendung von Täuschungen.

Kognitive Phase (10 min):

Die Schülerinnen und Schüler sollen sich in Gruppen Gedanken zum Zielspiel Ultimate machen und über mögliche Veränderungen der Regeln oder der Spielidee nachdenken. Die Lehrperson unterstützt diesen Prozess mit Fragen und Provokationen.

Spielphase 2 (25 min):

Im Anschluss daran wird auf 3 Feldern mit 6 Teams nach den von der Gruppe veränderten Regeln Ultimate Frisbee gespielt. Sollte es zu keinen Ideen oder Beiträgen von Seiten der Lernenden kommen, werden die richtigen Regeln beibehalten und ganz normales Ultimate gespielt.

Reflexion (5 min):

In einer abschließenden Reflexionsphase schildern die Schülerinnen und Schüler ihre positiven und negativen Erfahrungen mit den abgeänderten Regeln und schlagen passende Veränderungen vor.

6.4 Zusammenfassung

Dieses Kapitel beschäftigte sich mit relevanten Literaturstellen, die auf ihre Tauglichkeit für den schulischen Unterricht hin analysiert wurden. Es stellte sich heraus, dass zum Trendsport Le Parkour/Freerunning am meisten Literatur bezogen auf das Unterrichtsfach Bewegung und Sport gefunden werden konnte. Dabei gibt es sowohl Beispiele für den Anfängerunterricht, als auch Umsetzungsmöglichkeiten für fortgeschrittene Kinder und Jugendliche. Durch die vielfältigen Bewegungsformen im Parkoursport lässt sich hier auch eine Vielzahl an Vorschlägen für die Vermittlung im Unterricht finden. Zum Thema Slacklines finden sich zwar ebenfalls einige Bände, die sich sehr genau mit der Trendsportart beschäftigen, allerdings liegt das Hauptaugenmerk dabei meist auf der historischen Entwicklung, der Ausrüstung und dem Aufbau sowie den verschiedenen Arten von Slacklines und oftmals werden die auftretenden Kräfte näher erläutert. Außerdem geben die Autorinnen und Autoren detaillierte Anweisungen vom Erlernen der ersten Schritte auf der Line über leichte spielerische Möglichkeiten bis hin zu waghalsigen Tricks. Eigene Kapitel mit dem Thema Slacklines im Schulsport sind eher mangelhaft, lassen sich aber nichtsdestotrotz in einigen aufgezeigten Bänden finden. Für das Spiel mit der Frisbee finden sich viele Literaturstellen und es lassen sich eine Fülle an Übungen mit der Scheibe herausarbeiten, die ideal im Unterrichtsfach Bewegung und Sport aufgegriffen werden können. Die Trendsportart Ultimate Frisbee wird zwar häufig nebenbei erwähnt, konkrete Umsetzungsmöglichkeiten für die Schule beschreiben aber ebenfalls weniger Autorinnen und Autoren als bei Parkour/Freerunning. Durch den Charakter des Sportspiels kann Ultimate aber mit abgewandelten Vermittlungsmethoden herkömmlicher Mannschaftssportarten geschult werden, was sich auch teilweise in den dargestellten Stundenplanungen erkennen lässt.

Die konkreten Unterrichtsvorschläge sollen aufzeigen, dass mit einfachen Mitteln und (meist) wenig Aufwand die ausgewählten Trendsportarten bestens in das Unterrichtsfach Bewegung und Sport integriert werden können. Dabei liegt bei allen drei Sportarten das Hauptaugenmerk auf dem Anfängerunterricht beziehungsweise bei Schülerinnen und Schülern, die nur wenig Erfahrung mit diesen Bewegungen besitzen. Trotzdem wurden ebenso Stundenbilder veranschaulicht, bei denen schon eine gewisse Vorerfahrung und Übung mitgebracht werden muss. Teilweise wurden Aufwärm- und Abschlussinhalte aufgezeigt, jedoch nur, wenn sich diese auch direkt auf die Sportart bezogen. Allgemeine Erwärmungsmaßnahmen oder auch unspezifische Entspannungsübungen sollten nicht extra detailliert erläutert werden, obwohl sie ebenfalls in die ein oder andere aufgelistete Stundenplanung passen würden. Die Übungsanweisungen wurden genau ausformuliert

und mit Hilfe der Abbildungen veranschaulicht. Wichtig bei der Auswahl der Stundenbilder erschien, dass ein Einblick in die Trendsportart gegeben und unterschiedliche Bereiche veranschaulicht werden sollten. Auch der Zeitrahmen wurde nicht immer so gewählt, dass auch alle Inhalte in der vorgegeben Zeit umsetzbar sind, doch das Aufzeigen vieler Varianten und Möglichkeiten stand hierbei klar im Vordergrund. Somit können bei der praktischen Umsetzung der Beispiele durchaus Übungen weggelassen oder verlängert, aus einer Stundenplanung zwei Einheiten gestaltet oder Inhalte passend abgeändert werden.

7 Resümee

Ausgehend von der Thematik der vorliegenden Arbeit wurden in der Einleitung der Stellenwert und die Verbreitung von Trendsportarten in der Gesellschaft angesprochen und Hinweise gegeben, wieso neuartige Bewegungsformen eine Legitimation im Unterrichtsfach Bewegung und Sport erfahren sollten. Während im Unterricht noch überwiegend traditionelle Sportarten vermittelt werden, steigt die Zahl der Kinder und Jugendlichen, die in ihrer Freizeit Trendsportarten nachgehen. Die Schule muss sich somit die Frage stellen, wie sie mit dieser Entwicklung umgeht. Neben der Relevanz der Thematik wurden auch gegenwärtige Thesen beschrieben, die in Verbindung mit Trendsport stehen. Diese führten zur Hauptfragestellung der Arbeit und einige Unterfragen konnten zusätzlich zusammengefasst werden. Nach der Beschreibung der methodischen Vorgangsweise und einer kurzen Erläuterung der Hermeneutik, stellte der Überblick über die Gliederung der Arbeit den Abschluss des ersten Kapitels dar.

Nachfolgend galt es, die theoretischen Grundlagen von Trendsport zu erforschen und Begriffe zu bestimmen. Dazu erfolgte eine genaue Analyse der Termini Trend, Sport sowie Trendsport, wobei abschließend eine eigene Definition für Trendsport gefunden wurde, die für den weiteren Verlauf als Maßstab galt. Es wurde aufgezeigt, dass eine Definition der Begriffe schwer zu erfassen ist, da es eine Vielzahl an Auslegungen und Sinndeutungen gibt. Obwohl sich die Wissenschaft schon lange mit dieser Thematik beschäftigt, wurde noch keine allgemeingültige Definition von Trendsport dargelegt. Es folgte eine Darstellung der Entstehung einer Trendsportart, um sich der Phasen in diesem Verlauf bewusst zu werden. Dadurch wird eine neue Bewegungskultur einordbar und man erkennt, in welchem Stadium sie sich gerade befindet. Im nächsten Abschnitt wurden die Kriterien einer Trendsportart charakterisiert und verschiedene Zugänge von unterschiedlichen Autorinnen und Autoren verdeutlicht. Bei einem Überblick über aktuelle und frühere Trendsportarten wurde offensichtlich, dass der Versuch einer vollständigen Auflistung aller heutigen Trendsportarten aufgrund der Vielzahl, unterschiedlichen Auffassungen und Heterogenität als unmöglich erscheint.

Im Kapitel „Trendsport in der Institution Schule“ galt es verschiedene Kriterien zu beleuchten, wieso Trendsportarten ihre Berechtigung im Unterrichtsfach Bewegung Sport erhalten sollten. Dabei wurden viele Argumente für eine Integration aufgezählt und näher beschrieben sowie eine Analyse von geeigneten und ungeeigneten Sportarten für den schulischen Unterricht gegeben. Daneben sollten aber auch Argumente gegen eine Einbindung von Trendsport in die Schule und Probleme bei so einem Vorhaben erläutert

werden, damit keine einseitige Auseinandersetzung mit dem Thema entstand. Ebenfalls wichtig zu erwähnen war, dass der Trendsport die traditionellen und etablierten Sportarten nicht verdrängen darf, sondern neuartige Bewegungsformen als ergänzende Inhalte angesehen werden sollten, die den Unterricht bereichern können.

Auch der Lehrplanbezug spielt auf diesem Gebiet eine große Rolle, da Trendsportarten viele Aspekte aus den österreichischen Lehrplänen erfüllen. Hier können ebenfalls Kriterien abgeleitet werden, die eine Trendsportart für eine Integration in den Unterricht berechtigt. Ferner können sportdidaktische Prinzipien für den Trendsport angewendet und neben eigenen Vermittlungskonzepten für Trendsportarten diese auch teilweise mit herkömmlichen Methoden geschult werden. Allerdings sei zu erwähnen, dass nicht mit jeder Methode auch jede Sportart beziehungsweise Teilelemente davon vermittelt werden können.

In weiterer Folge wurden die ausgewählten Trendsportarten Le Parkour/Freerunning, Slacklinen und Ultimate Frisbee näher beschrieben, wobei großer Wert auf den Kriterien als Trendsportart sowie auf der Legitimation zur Vermittlung im Unterrichtsfach Bewegung und Sport gelegt wurde. Durch diesen Überblick sollte verdeutlicht werden, wie diese Trendsportart entstand, welche charakteristischen Eigenschaften sie besitzt, wie der Sicherheitsgedanke vermittelt wird und welche grundlegenden Techniken vorherrschen. Diese Zusammenschau sollte ebenfalls als Vorbereitung auf den praktischen Teil in Kapitel 6 dienen, in dem einige Umsetzungsmöglichkeiten der Trendsportarten aufgezeigt wurden. Diese dienen als Beispiele, wie Stundenbilder mit trendsportlichen Inhalten aussehen könnten. Die Umsetzungsmöglichkeiten zu den einzelnen Trendsportarten erheben natürlich keinen Anspruch auf Vollständigkeit, da sie nur als kleiner Auszug eines riesigen Themenbereichs zu sehen sind und Anregungen zur weiteren Vertiefung in die Thematik geben sollen. Allerdings können sie als Grundlage für verschiedene Unterrichtsvorhaben herangezogen und auf die entsprechende Zielgruppe angepasst, erweitert und modifiziert werden.

8 Schlussbetrachtung und Ausblick

Schließt man nun am Ende dieser Arbeit den Kreis und sieht sich die anfangs formulierten Fragestellungen an, wird deutlich, dass eine zufriedenstellende Beantwortung erfolgt ist.

- Welche Trendsportarten können in das Unterrichtsfach Bewegung und Sport aufgenommen werden und wie lauten dabei die Kriterien für eine Eignung als Schulsport?

Neben den hier detailliert beschriebenen Trendsportarten, welche die Kriterien für den Unterricht erfüllen, gibt es auch noch unzählige andere Trendsportarten, die für den schulischen Unterricht geeignet sind. Doch dazu müssen die Kriterien nach Balz (Abschnitt 3.4) und der Lehrplanbezug (Abschnitt 4.1) eingehalten werden, die Sportarten sollten den pädagogischen Sinnperspektiven (Abschnitt 4.2.) und sportdidaktischen Prinzipien (Abschnitt 4.3) entsprechen sowie sich in den Argumenten für eine Integration von Trendsportarten (Abschnitt 3.2) wiederfinden. Weiters muss eine Durchführbarkeit in der Halle oder am Sportplatz bestehen, die Sportart darf kein zu hohes Sicherheitsrisiko mit sich bringen beziehungsweise zu hohe Ansprüche an Geräte stellen und sie muss in den Kontext der Schule passen. Außerdem muss die Trendsportart methodisch und didaktisch entsprechend vermittelbar sein (Abschnitt 4.5) und natürlich die Trendsportkriterien (Abschnitt 2.3) erfüllen.

- Wie kann man Trendsport im Unterrichtsfach Bewegung und Sport integrieren, ohne ihn dabei zu verfälschen oder seinen Reiz zu schmälern?

Dies ist sicherlich eine der schwierigsten Aufgaben bei der Integration von Trendsportarten in das Unterrichtsfach Bewegung und Sport. Es muss eine gewisse Distanz zur Bewegungskultur und der Szene der Kinder und Jugendlichen gewahrt bleiben, um nicht den Charakter der Sportart zu verfälschen und ihr den Reiz zu nehmen. Diese Problematik wurde in Abschnitt 3.3 näher beleuchtet. Hier muss auf die Kompetenz der Lehrerinnen und Lehrer gebaut werden, die kritisch abwägen müssen, welche Bewegungshandlungen für den Unterricht pädagogisch sinnvoll sind (Abschnitt 4.6). Ebenso müssen geeignete Vermittlungsstrategien gefunden werden, wie man im Unterrichtsfach Bewegung und Sport Trendsportarten thematisiert, ohne dabei ihre jugendkulturellen Einflüsse zu verfälschen. Dieser Aspekt findet sich auch in der nächsten Unterfrage wieder.

- Wie sollen neue Sportarten im Unterricht inszeniert und vermittelt werden?

Wie in Abschnitt 4.5 beschrieben, kann man Trendsportarten vermehrt mit einem mehrdimensionalen und offenen Methodenkonzept verwirklichen. Dadurch bleiben der

informelle Charakter und der Einfluss der Lernenden als Expertinnen und Experten gewahrt. Doch auch herkömmliche Vermittlungsstrategien wie induktive und deduktive Lehrmethode, Ganzheitsmethode, analytisches Verfahren oder methodische Reihen eignen sich, einige Elemente und Techniken von Trendsportarten zu lehren. Allerdings muss man hier wiederum aufpassen, durch geordnete Regeln und Vermittlungsschritte nicht den Reiz der Sportart zu mindern.

- Was können Kinder und Jugendliche aus erzieherisch-pädagogischer Sicht im Feld der Trendsportarten lernen? Was sind hierbei die didaktischen und pädagogischen Chancen und Möglichkeiten?

Abschnitt 4.4 beschreibt unter anderem die vermittelbaren Kompetenzen durch Trendsport, die in die Bereiche Handlungsfähigkeit durch Sport und Erziehung im Sport münden. Sowohl Lange und Sinning (2012) als auch das 9-Thesen-Modell für eine Integration von Trendsportarten nach Laßleben (2009) zeigen erzieherisch-pädagogische Möglichkeiten auf, die mit Trendsport geschaffen werden können (Abschnitt 3.2). Hierbei sollen vor allem die Begleitung und Förderung von Sozialisation, Selbstbestimmung, Selbstständigkeit sowie der eigenen Urteilsbildung erwähnt und auf die Aspekte Beitrag zu mehr Lebensnähe, kritische Reflexion des Sports, Unterstützung einer dauerhaften Sportausübung und chancengleicher Zugang zu Trendsport verwiesen werden. Dazu fördern Trendsportarten die Motivation, erreichen durch ihren oftmals erlebnisorientierten Charakter die Aufmerksamkeit der Schülerinnen und Schüler, besitzen meist einen hohen Aufforderungscharakter und können Lernenden, die mit etablierten Sportarten schlechtere Erfahrungen gemacht haben, einen erneuten positiven Zugang zum Sporttreiben bieten.

- Welche Probleme können bei einer Institutionalisierung von Trendsportarten auftreten?

Die Probleme bei einer Integration von Trendsportarten in den Schulsport wurden vor allem in Abschnitt 3.2 unter den Gegenargumenten sowie in Abschnitt 3.3 ausführlich beschrieben. Vor allem die viel zitierte Besonderheit neuartiger Bewegungshandlungen, nämlich die Dezentralisierung von sozialen Organisationen und der informelle Charakter, kann in der Schule verloren gehen. Damit verschwindet auch der Reiz des Trendsports, was den Sinn der Vermittlung in einer Bildungseinrichtung in Frage stellt.

- Wie kann man Lehrende des Unterrichtsfachs Bewegung und Sport unterstützen, Trendsportarten im Unterricht zu thematisieren?

Eine Vielzahl an Lehrerinnen und Lehrern möchten sich mit Trendsportarten auseinandersetzen (vgl. Abschnitt 3.2), weshalb in dieser Arbeit auch der Verweis auf geeignete Literaturstellen erfolgte, die sich mit den angeführten Trendsportarten im schulischen Unterricht beschäftigen. Auch die Argumente für eine Integration von

Trendsport, die Kriterien für eine Eignung als Schulsport sowie die dargestellten Umsetzungsmöglichkeiten sollen helfen, sich der Thematik zu nähern und neuartige Bewegungsformen im Unterricht zu behandeln.

Die vorliegende Arbeit soll somit ihren Beitrag zur Diskussion von Trendsportarten im Unterrichtsfach Bewegung und Sport leisten und dafür plädieren, dass trotz einiger Bedenken und Probleme bei einer Integration die Vorteile und Argumente für die Einbindung von Trendsport in den Unterricht überwiegen. Anhand des Versuchs, die Legitimation von Trendsport im Unterrichtsfach Bewegung und Sport zu verdeutlichen und aufgrund der aufgezeigten Möglichkeiten zur Vermittlung von Trendsportarten wird ersichtlich, dass neuartige Bewegungsformen einen Bestandteil des schulischen Unterrichts bilden sollten. Trendsportarten beeinflussen die Lebenswelt der Schülerinnen und Schüler, deshalb müssen sie auch im Unterrichtsfach Bewegung und Sport angemessen thematisiert werden.

Literaturverzeichnis

- Aregger, K. & Buholzer, A. (2002). *Didaktische Prinzipien. Studienbuch für Unterrichtsgestaltung*. Aarau: Sauerländer.
- Baccarini, M. & Booth, T. (2008). *Essential Ultimate. Teaching, Coaching, Playing*. USA: Human Kinetics.
- Bächle, F. & Hepp, T. (2010). Slackline im schulischen Unterricht [Elektronische Version]. *INFO. Fachbereich Sport*, 1 (35), 15-21.
- Balz, E. (2001). Trendsport in der Schule. *sportpädagogik*, 25 (6), 2-8.
- Bauer, T. (2008). *Das Phänomen Le Parkour – subkulturelle Bewegungsform mit kulturindustriellem Marktpotential und pädagogischen Verwertungschancen*. Frankfurt am Main: Examicus.
- Böttcher, T. (2003). *Ultimate Frisbee – Ein genetisches Unterrichtskonzept für eine 6. Klasse*. Zugriff am 29.01.2013 unter http://www.discsport.net/download/Examensarbeit_Boettcher.pdf
- Breuer, C. & Michels, H. (2003). Trendsport – Modelle, Orientierungen und Konsequenzen (Einführung). In C. Breuer & H. Michels (Hrsg.), *Trendsport – Modelle, Orientierungen und Konsequenzen* (S. 11-17). Aachen: Meyer & Meyer.
- Breuer, G. & Sander, I. (2003). *Die Genese von Trendsportarten im Spannungsfeld von Sport, Raum und Sportstättenentwicklung*.
- Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Kultur (2012). Zugriff am 23.01.2013 unter http://www.bmukk.gv.at/schulen/unterricht/lp/lp_abs.xml
- Döhring, V. & Gissel, N. (2009). *Sportunterricht planen und auswerten. Ein Praxisbuch für Lehrende und Studierende*. Baltmannsweiler: Schneider.
- Dudenredaktion (Hrsg.) (2001). *Duden. Fremdwörterbuch* (7., neu bearb. u. erw. Aufl.). Mannheim, Leipzig, Wien, Zürich: Dudenverlag.
- Dudenredaktion (Hrsg.) (2002). *Duden. Das Bedeutungswörterbuch* (3., neu bearb. u. erw. Aufl.). Mannheim, Leipzig, Wien, Zürich: Dudenverlag.
- Fetz, F. (1996). *Allgemeine Methodik der Leibesübungen* (10., überarb. u. erw. Aufl.). Wien: ÖBV.
- Glindemann, A. (2001). *Ultimate Frisbee im Schulsport und im Sportunterricht*. Hamburg: Universität Hamburg, Fachbereich Sportwissenschaft.

- Größing, S. (2007). *Einführung in die Sportdidaktik. Lehren und Lernen im Sportunterricht* (9., überarb. u. erw. Aufl.). Wiebelsheim: Limpert.
- Grotehans, D. (2009). Die Welt ist eine Scheibe – Ultimate Frisbee im Sportunterricht. In M. Giese (Hrsg.), *Erfahrungsorientierter und bildender Sportunterricht. Ein theoriegeleitetes Praxishandbuch* (S. 243-262). Aachen: Meyer & Meyer.
- Horx, M. & Wippermann, P. (1996). *Was ist Trendforschung*. Düsseldorf: Econ.
- Horx, M. (1995). *Trendbuch 2. Megatrends für die späten neunziger Jahre*. Düsseldorf: Econ.
- Kleindl, R. (2010). *Slackline – die Kunst des modernen Seiltanzens*. Aachen: Meyer & Meyer.
- Koisser, M., Kloiber, M. & Szabó, T. (2011). „Le Parkour“ und Freerunning bereichern Schulsportwochen. *Bewegungserziehung* (Sommersportwochen), 16-24.
- Kroiß, A. (2007). *Der Trendsport Slacklines und seine Anwendbarkeit im Schulsport*. Schriftliche Hausarbeit zur Ersten Staatsprüfung für das Lehramt an Gymnasien. München: TU München.
- Kunert, M. (2010). *Frisbee® Scheiben im Schulsport* (5. Aufl.). Mainz: DiscSport Verlag.
- Kurz, D. (2004). Von der Vielfalt sportlichen Sinns zu den pädagogischen Perspektiven im Schulsport. In P. Neumann & E. Balz (Hrsg.), *Mehrperspektivischer Sportunterricht. Orientierungen und Beispiele* (S. 57-70). Schorndorf: Hofmann.
- Küßner, G. (2002). *Beach-Volleyball im Sportunterricht. Konzeption, Implementation und quasiexperimentelle Wirkungsanalyse eines Unterrichtsmoduls für eine Trendsportart*. Hamburg: Czwalina.
- Lamprecht, M. & Stamm, H. (1998). Vom avantgardistischen Lebensstil zur Massenfreiheit. Eine Analyse des Entwicklungsmusters von Trendsportarten. *Sportwissenschaft*, 28 (3-4), 370-387.
- Lange, H. & Sinning, S. (2012). *Neue Sportarten und Bewegungsfelder für den Sportunterricht. Innovatives Lehren und Lernen im Lichte der Themenkonstitution*. Baltmannsweiler: Schneider Verlag Hohengehren.
- Lange, H. (2007). Trendsport für die Schule – Ein bewegungspädagogischer Zugang. In H. Lange (Hrsg.), *Trendsport für die Schule* (S. 6-31). Wiebelsheim: Limpert.

- Laßleben, A. (2009). *Trendsport im Schulsport. Eine fachdidaktische Studie.* (TrendSportWissenschaft. Neue Methoden, Neue Sportarten, Neue Theorien. Band 13). Hamburg: Czwalina.
- Miller, F. & Friesinger, F. (2010). *Slackline. Tipps-Tricks-Technik* (3. Aufl.). Deiningen: Steinmeier GmbH.
- Mittelstraß, J. (Hrsg.). (2008). *Enzyklopädie Philosophie und Wissenschaftstheorie* (2., neu bearb. u. wesentlich ergänzte Aufl.). Stuttgart/Weimar: J. B. Metzler.
- Neumann, P., Kittsteiner, J. & Laßleben, A. (2004). *Faszination Frisbee®. Übungen, Spiele, Wettkämpfe.* Wiebelsheim: Limpert.
- Österreichischer Lehrplan AHS-Oberstufe (2004). Zugriff am 23.01.2013 unter http://www.bmukk.gv.at/medienpool/13837/bsp_lehrplan06_pg.pdf
- Österreichischer Lehrplan AHS-Unterstufe (2000). Zugriff am 23.01.2013 unter http://www.bmukk.gv.at/medienpool/788/bewegungundsport_ust.pdf
- Österreichischer Slackline Verband (2012). Zugriff am 30.12.12 unter <http://www.slacklineverband.com>
- Parinella, J. & Zaslow, E. (2004). *Ultimate. Techniques and Tactics.* USA: Human Kinetics.
- Prechtl, P. & Burkard, F.-P. (Hrsg.). (2008). *Metzler Lexikon Philosophie. Begriffe und Definitionen* (3., erw. u. aktualisierte Aufl.). Stuttgart/Weimar: J.B. Metzler.
- Reinschmidt, C. & Reinschmidt, V. (2012). *Trendsport in der Schule – mehr als nur Klettern.* Mülheim an der Ruhr: Verlag an der Ruhr.
- Risse, H. (1921). *Soziologie des Sports.* Berlin: Reher.
- Rittelmeyer, C. & Parmentier, M. (2007). *Einführung in die pädagogische Hermeneutik* (3., unveränderte Aufl.). Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft.
- Rochhausen, S. (2010). *Parkoursport im Schulturnen. Le Parkour & Freerunning-Praxishandbuch für das Hallentraining mit Kindern und Jugendlichen* (3. ergänzte Aufl.). Norderstedt: Books on Demand GmbH.
- Scheruga, P. (2007). *Ein multimediales und interaktives Nachschlagewerk für Ultimate Frisbee als professionelle Lernhilfe bei Lehr- und Trainertätigkeit.* Wien: Universität Wien, Institut für Sportwissenschaft.

- Scheruga, P., Napieralski, T. & Furlan, A. *Ultimate – Frisbee. Die Sportart ohne Schiedsrichter*. Zugriff am 28.1.2013 unter <http://www.fssport.de/texte/FrisbeeSchule.pdf>
- Schildmacher, A. (1998). Trends und Moden im Jugendsport. In J. Schwier (Hrsg.), *Jugend – Sport – Kultur. Zeichen und Codes jugendlicher Sportszenen* (S. 63-76). Hamburg: Czwalina.
- Schlesinger, T. & Weigelt, Y. (2006). Sportevents als Bestandteil der schulischen Sport- und Bewegungskultur. In A. Thiel, H. Meier & H. Digel (Hrsg.), *Der Sportlehrerberuf im Wandel. Jahrestagung der dvs-Sektion Sportsoziologie in Zusammenarbeit mit den Sektionen Sportpädagogik und Sportgeschichte vom 17.-19. November 2005 in Tübingen* (S. 186-195). Hamburg: Czwalina.
- Schmidt-Sinns, J. (2011). Freerunning: Wie Wagnis beim Wall Flip verkörpert wird. *sportunterricht*, 60, 9-12.
- Schmidt-Sinns, J., Scholl, S. & Pach, A. (2010). *Le Parkour und Freerunning. Das Basisbuch für Schule und Verein*. Aachen: Meyer & Meyer.
- Schulsport NRW (2007). Schulsportentwicklung. Pädagogische Grundlagen. Zugriff am 30.10.2012 unter http://www.schulsportnrw.de/info/01_schulsportentwicklung/rahmenvorgaben.html
- Schwier, J. (1998). Do the right things – Trends im Feld des Sports [Elektronische Version]. *dvs-Informationen*, 13 (2), 7-13.
- Schwier, J. (2003). Was ist Trendsport? In C. Breuer & H. Michels (Hrsg.), *Trendsport – Modelle, Orientierungen und Konsequenzen* (S. 18-32). Aachen: Meyer & Meyer.
- Sieland, P. (2003). *Trendsportarten in der Schule. Situationsanalyse, empirische Studie und hochschuldidaktische Konsequenzen*. Berlin: Dissertation.de.
- Sigg, D. (2009). *Trendsport, ein Sport für die Schule? Eine empirische Untersuchung*. München: Grin.
- Söll, W. (2000a). Das Sportartenkonzept in Vergangenheit und Gegenwart. *Sportunterricht*, 49 (1), 4-8.
- Söll, W. (2000b). Zum pädagogischen Stellenwert von Trendsportarten. *Sportunterricht*, 49 (12), 377-382.
- Spürkman, B. (2004). *Einführung in die Trendsportart Ultimate Frisbee unter besonderer Berücksichtigung der Entwicklung von spielerischen Fähigkeiten – eine*

- Unterrichtsreihe in einer 8. Klasse.* Zugriff am 29.01.2013 unter http://www.discsport.net/download/Examensarbeit_Spuerkmann_anonym.pdf
- Stumm, P. (2004). *Sport und Globalisierung: Trendsportarten in Deutschland, Italien und Spanien.* Wiesbaden: Roswitha Stumm Buchverlag.
- Volery, S. & Rodenkirch, T. (2012a). *Lehrmittel – Slacklinen im Sportunterricht. Lektionsaufbau für den Sportunterricht auf Sekundar- und Mittelschulstufe, 4 Doppellektionen & Prüfungslektion* (2. Aufl.). Zugriff am 29.12.2012 unter <http://www.slacktivity.ch/slackline-downloads/Slackline-Lehrbuch-schule.pdf>
- Volery, S. & Rodenkirch, T. (2012b). *Slacklinen. Praxiswissen vom Profi zu Ausrüstung, Technik und Sicherheit.* München: Bruckmann.
- Volkamer, M. (2003). *Sportpädagogisches Kaleidoskop. Texte, Episoden und Skizzen zu sportpädagogischen Problemen. Ein Lesebuch.* Hamburg: Czwalina.
- Wahrmann, H. (1983). *Frisbee. Freizeitspaß und Wettkampfsport.* Weilheim: Druckerei Jones.
- Weiß, O. (1999). *Einführung in die Sportsoziologie.* Wien: WUV-Universitätsverlag.
- Witfeld, J., Gerling, I. E. & Pach, A. (2010). *Parkour und Freerunning. Entdecke deine Möglichkeiten.* Aachen: Meyer & Meyer.
- Wolf, N. (2010). *Le Parkour – Zur Entwicklung einer Trendsportart. Ein neuer Sport? Ein neuer Trendsport? Ein neuer Extremsport?* Saarbrücken: VDM Verlag Dr. Müller.
- Wopp, C. (2006). *Handbuch zur Trendforschung im Sport. Welchen Sport treiben wir morgen?* Aachen: Meyer & Meyer.
- Zak, H. (2011). *Slackline. Das Praxishandbuch.* München: BLV Buchverlag.

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Trendportfolio (Wopp, 2006, S. 15)	20
Abbildung 2: Definitionsansätze von Trendsport (modifiziert nach Breuer & Michels, 2003, S. 13)	26
Abbildung 3: Sechs Trends im Feld des Trendsports (Lange & Sinning, 2012, S. 55)	32
Abbildung 4: Potentielle Trendsportarten (Schwier, 1998, S. 9)	36
Abbildung 5: Ausgewählte Trendsportarten (Schwier, 2003, S. 21)	37
Abbildung 6: Zum Spannungsfeld zwischen Verschulung und phänomenalen Lerngelegenheiten (Lange & Sinning, 2012, S. 41)	43
Abbildung 7: Auflösung des Verschulungssystems (Lange & Sinning, 2012, S. 69)	51
Abbildung 8: Pädagogische Perspektiven (Schulsport NRW, 2007)	59
Abbildung 9: Übersetzung der sechs Sinnperspektiven in ein Trendsportartenkonzept (Lange & Sinning, 2012, S. 72)	61
Abbildung 10: Handlungsfähigkeit im Sport und Erziehung durch Sport als Aufgabe des Sportunterrichts (Größing, 2007, S. 117)	69
Abbildung 11: Schematischer Konzeptvergleich (Küßner, 2002, S. 81)	72
Abbildung 12: Gegenüberstellung von induktiven und deduktiven Unterrichtsverfahren (vgl. Größing, 2007, S. 210)	74
Abbildung 13: Das zugrunde liegende Verständnis des „Sich-bewegen-Lernens“ (Lange & Sinning, 2012, S. 76)	78
Abbildung 14: Methodisch-didaktische Aspekte von Parkour/Freerunning (Schmidt-Sinns et al., 2010, S. 41)	90
Abbildung 15: Roulade (Koisser et al., 2011, S. 19)	93
Abbildung 16: Kong Vault (Koisser et al., 2011, S. 20)	93
Abbildung 17: Dash Vault (Koisser et al., 2011, S. 20)	93
Abbildung 18: Präzisionssprung (Koisser et al., 2011, S. 19)	93
Abbildung 19: Cat Jump (Koisser et al., 2011, S. 21)	94
Abbildung 20: Passe Muraille (Koisser et al., 2011, S. 21)	94

Abbildung 21: Tic Tac (Koisser et al., 2011, S. 21)	94
Abbildung 22: Demi Tour (Koisser et al., 2011, S. 22).....	95
Abbildung 23: Wallspin (Koisser et al., 2011, S. 22).....	95
Abbildung 24: Wallflip (Koisser et al., 2011, S. 23).....	95
Abbildung 25: Möglicher Aufbau eines Slackline-Setups in der Sporthalle (Volery & Rodenkirch, 2012a, S. 2)	102
Abbildung 26: Offizielle 175-Gramm Scheibe (Baccarini & Booth, 2008, S. 3)	110
Abbildung 27: Wurfbewegung Rückhand (Scheruga, Napieralski & Furlan, S. 4).....	115
Abbildung 28: Griff beim Rückhand-Wurf (Scheruga et al., S. 4).....	116
Abbildung 29: Wurfbewegung Vorhand (Scheruga et al., S. 5)	116
Abbildung 30: Griff beim Vorhand-Wurf (Scheruga et al., S. 5)	117
Abbildung 31: Wurfbewegung Upsidedown (Scheruga et al., S. 6)	117
Abbildung 32: Beispiel eines Aufbaus (Witfeld et al., 2010, S. 277)	129
Abbildung 33: Kastentreppe zum Armsprung (Witfeld et al., 2010, S. 277)	129
Abbildung 34: Beispielparcours (Schmidt-Sinns et al., 2010, S. 268).....	130
Abbildung 35: Aufwärmparcours (Rochhausen, 2010, S. 36)	133
Abbildung 36: Gerätebrennball (Rochhausen, 2010, S. 94)	136
Abbildung 37: Aufbauplan Slacklinien (Kroiß, 2007, S. 78)	143
Abbildung 38: Aufbau einer Highline (Bächle & Hepp, 2010, S. 20)	148
Abbildung 39: Wurfübung 1 (Scheruga, 2007, S. 134)	155
Abbildung 40: Wurfübung 2 (Scheruga, 2007, S. 135)	155

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Zusammengefasste Trendsportdefinitionen	27
Tabelle 2: Phasen der Entwicklung von Trendsportarten.....	28
Tabelle 3: Trendsportarten 2012	38
Tabelle 4: Parkoursport-Disziplinen im Vergleich.....	85

Anhang

Internetverweise, die nach Trendsportarten des Jahres 2012 durchsucht wurden (Zugriff im Oktober 2012):

<http://gosporting.de/trendsportarten/>

<http://www.fitnessundvitalcoach.com/fit-und-vital-4-all/2012/05/trendsportarten-2012/>

<http://www.fitundgesund.at/fitness/trendsportarten.46.htm>

<http://www.focus.de/sport/trendsportarten/>

<http://www.funSPORTing.de/Sports/trendsport/trendsport.html>

http://www.olympiaworld.at/de/sport_aktiv/trendsport/

<http://www.polkadotmittens.com/sport-fitness/trendsportarten-2012-von-slackline-bis-ultimate-frisbee/>

<http://www.trendSPORTs.de/trendsportarten-2012/>

<http://www.trainingsworld.com/sportarten/mehr-sport/>

<http://www.wien.gv.at/freizeit/sportamt/arten/trendsport/>

Zitate:

David Belle: <http://www.youtube.com/watch?v=JUeHrPazTtY>, Zugriff am 19.12.2012

Scott Balcom: <http://slackline.net/>, Zugriff am 03.01.2013

World Flying Disc Federation (WFDF): <http://www.wfdf.org/>, Zugriff am 28.01.2013

Eidesstattliche Erklärung

Ich erkläre hiermit, dass ich die vorliegende Arbeit selbstständig und ohne Benützung anderer als der angegebenen Hilfsmittel angefertigt habe. Die aus fremden Quellen direkt oder indirekt übernommenen Gedanken sind als solche gekennzeichnet.

Die Arbeit wurde bisher in dieser Form keiner Prüfungsbehörde vorgelegt oder veröffentlicht.

Wien, April 2013

Peter Piniel

Lebenslauf

Peter Piniel, Bakk.rer.nat.

Ausbildung:

Juni 2003	Matura am BRG 4, Wiedner Gürtel 68
2004-2008	Bakkalaureatsstudium Sportmanagement
Seit SS 2009	Magisterstudium Sportwissenschaften
Seit WS 2009	Lehramtsstudium Bewegung und Sport und Geschichte, Sozialkunde und Politische Bildung

Auslandsaufenthalt:

WS 2010/11	Auslandssemester an der Universität Huelva (Spanien)
------------	--

Zusatzqualifikationen:

2004	Snowboard Begleitlehrerausbildung
2005	Österreichischer Rettungsschwimmerschein
2006	Nordic Walking Instructor

Berufliche Erfahrungen:

2005-2012	Ski- und Snowboard-Begleitlehrer bei diversen Schulsikikursen
2005-2013	Snowboardlehrer Skischule Seiser, Mönichkirchen am Wechsel
2005	Vienna Sportfestival
2006	World Sailing Games, Neusiedl am See
2007	Austrian Masters Beach Volleyball, St. Pölten
2007	Bäder Tour + Österreich am Ball, Wien
2008	Surf Weltcup, Podersdorf
2008	Fußball Europameisterschaft: Adidas Fanzone, Wien
2010	World Sports Festival, Südstadt Niederösterreich
2010-2012	freier Angestellter bei der Sportunion Wien
Seit Sept. 2012	Lehrtätigkeit am Goethe-Gymnasium, Wien 14