

Vorwort

Seit 1982 bin ich nun schon in der Ausbildung für Montessori-Pädagoginnen und -Pädagogen tätig – zunächst als Dozent, dann auch als Leiter des Instituts für ganzheitliches Lernen und seit 2014 als Pädagogischer Leiter der Akademie Biberkor.

In all den Jahren wurde ich immer wieder gefragt, was man bei „Montessori“ zum Thema Sport finden könne. Hierzu konnte ich immer nur auf wesentliche Aussagen Montessoris zum Thema Bewegung verweisen, die sich aber meistens nur auf den Aufbau der Bewegungen von Kindern bis 6 Jahren beziehen – natürlich vor allem aus ihrer Sicht als Ärztin – und zudem nicht auf die Bedeutung der sozialen Kompetenzen eingehen.

So traf ich auch auf Fred Frebel, der vor vielen Jahren bei mir einen Montessori-Lehrgang besuchte. Er arbeitete zu dieser Zeit an einer staatlichen Montessori-Schule in Berlin – unter anderem auch im Bereich Sport.

Da ich in dieser Schule viele Jahre lang als Berater tätig war und dort auch meine Lehrgänge veranstaltete, hatte ich immer wieder Gelegenheit, mit Fred Frebel zu sprechen, der natürlich auch wissen wollte, was Montessori zum Thema „Sport“ zu sagen hatte. Da ich ihm keine Literaturhinweise für den Sportunterricht geben konnte, kreisten unsere Gespräche immer wieder um das Thema Resonanz:

- Wie überträgt sich deine Leidenschaft und Freude für das Fach auf die Kinder?
- Welche Auswirkungen hat das auf die Bewegungsfreude der Kinder?
- Wie beeinflusst das die soziale Kompetenz der Kinder untereinander und zu der Lehrperson?

Nun bin ich sehr glücklich darüber, dass es Fred Frebel gelungen ist, die Erkenntnisse aus diesen Überlegungen und Gesprächen sowie aus seiner langjährigen praktischen Erfahrung in dem vorliegenden Buch einer breiten Öffentlichkeit zur Verfügung zu stellen.

So ist dieses Buch eine wesentliche Bereicherung für alle Pädagoginnen und Pädagogen, die im Sinne der Montessori-Pädagogik einen zeitgemäßen – vor allem auch inklusiven – Sportunterricht anbieten wollen.

Ich danke dir, Fred!

Claus-Dieter Kaul

Vorwort	3
Einleitung	7

Teil I

Grundlagen Montessoris	8
Die vorbereitete Umgebung	8
Der freie Umgang mit dem Material	8
Das Lernen in altersheterogenen Gruppen	8
Die Beobachtung des Lernprozesses	8
Montessori und Sportunterricht	9
Klassenorganisation	10
Stundenplan und Hallenverteilung	10
Rituale und Regeln	11
Breites sensomotorisches Angebot	11
Kooperative Partnerübungen	12
Vielfältiges Bewegungsangebot und Freiarbeit	13
Inklusion	14
Freiwilligkeit	15
Sportunterricht nach Montessori versus Leistungsgedanke	16
Literatur	17

Teil II

1. Erwärmungsphase	18
Rundläufe zur Erwärmung	18
Vielfältige Rundlauf-Stationen	18
Variation der Laufrichtung und Extraübungen auf Diagonalen	22
2. Das Turnen	22
Sicherheit als oberste Priorität beim Turnen	22
Kombination Geräteturnen und Freiarbeit	23
Einführung in ein Gerät	24
Bockspringen/Sprung	24
Ringe	26
Reck	28
Barren	33
Boden	35
3. Einfache Spiele	37
Fairness und Spielehrlichkeit	37
Mannschaftseinteilung	38
Übungen mit Stofftieren	39
Murmel-Zielspiel	39
Luftballontennis	39
Brückenwächter	39
Mattenrutschen	40
Mattenklappen	40
Ritterburg	40
Massensprints	41
Brennball	41
Monstertennis/Monsterball	42

Keulenkegeln	42
Kegel abwerfen	43
Völkerball	43
Inselvölkerball	44
Bankvölkerball	44
Doppel-Bankvölkerball	45
Völkerball für die Kleinen	45
4. Die großen Sportspiele	45
Vorbereitende Übungen	46
Handball	46
Basketball	47
Volleyball	49
Fußball	51
5. Leichtathletik	52
Messen und Bewerten	52
Ausdauerlaufen	53
Sprint	56
Staffel	57
Weitsprung	59
Hochsprung	60
Stabweitsprung	62
Werfen	62
Selbstständiges Lernen: Leichtathletik im Stationenbetrieb	64
Zu den Bundesjugendspielen	64
6. Weitere sportliche Aktivitäten	65
Tischtennis-Tennis	65
Jonglieren	65
Waveboard fahren	65
Kugelbalance	71
Aluroller fahren	72
Rollbrett fahren	72
Badminton	72
Ringern	72
Kaminklettern	73
Slacklining	74
Draußen unterwegs	75
„Utopie des Sportunterrichts“	76
Dank an alle Schülerinnen und Schüler	76