



**Fonds für Unterrichts- und Schulentwicklung
(IMST-Fonds)**

S3 „Themenorientierung im Unterricht“

MIT INTELLIGENTEM KNOWHOW ZU KÖRPERLICHEN FITNESS

Fit mit Köpfchen

Kurzfassung

ID 1385

Regine Maier

GRg4, Wiedner Gymnasium / Sir Karl Popperschule

Wien, Juli 2009

Konstruierte Kontraktion

Schüler/innen entwickeln ein Modell für die Muskelkontraktion



Im Fach Biologie und Umweltkunde werden Lehrinhalte, die Bau und Funktion des menschlichen Körpers betreffen, weitgehend theoretisch unterrichtet. Es fehlen der Bezug und die Vernetzung zur Praxis, die ihrerseits im Sportunterricht isoliert in Form von Ausdauer- und Krafttraining dargeboten wird. Mit dem Projekt „Fit mit Köpfchen“ wird die Verknüpfung der beiden Fächer angestrebt. So kann das Wissen über den Bewegungsapparat das Verständnis für ein sinnvolles Krafttraining bewirken oder die Kenntnis über energetische Zellprozesse den Ausdauertrainingsplan optimieren.

Das Projekt „Fit mit Köpfchen“ wurde mit zwei Schüle/innen-Gruppen eines Gymnasiums im vierten Wiener Gemeindebezirk durchgeführt. Die erste Gruppe gehört zur sogenannten Sir-Karl-Popper-Schule, einem Oberstufenzweig für Hochbegabte. Das Projekt „Fit mit Köpfchen“ lief mit dieser Gruppe im Rahmen eines modular geführten Wahlkurses „Sportbiologie und Trainingslehre“. Ein wesentliches Unterrichtsprinzip für die Begabungsförderung stellt die Individualisierung des Lernprozesses dar, welche auch für die Projektgestaltung eine grundlegende Rolle spielte. Die zweite Schüler/innen-Gruppe belegte das jahrgangsübergreifende Wahlpflichtfach „Biologie und Umweltkunde“ und absolvierte das Projekt in einer mehrwöchigen Unterrichtssequenz. Bei der Gestaltung dieser Unterrichtssequenz konnten schon erste Erfahrungen aus dem modularen Kurs berücksichtigt werden.

Angestrebt wurde eine erhöhte Motivation der Schüler/innen, die durch das lebensnahe und fächerübergreifende Thema einen besseren Zugang zu gesundheitsrelevanten und naturwissenschaftlichen Fragen finden sollten. Doch nicht nur das griffige Thema, sondern auch eine vielfältige Unterrichtsgestaltung sollte zu einer intensiven Auseinandersetzung mit den angebotenen Inhalten führen. Zu den ausgewählten methodisch-didaktischen Elementen zählten u. a. Kooperatives Lernen, offene individualisierte Lernphasen, konstruktivistische Lernprozesse. Die Auseinandersetzung mit neuen Unterrichtformen brachte für die Projektleiterin eine veränderte, und vielleicht auch professionalisierte Lehrtätigkeit, so dass nicht nur bei den Schüler/innen, sondern auch bei der Lehrerin ein Entwicklungspotenzial freigelegt wurde

Die Evaluation erfolgte durch Schüler/innen-Arbeiten, wie Lernzielkontrollen und Portfolio, aber auch durch eine externe Betreuerin, die mit Fragebogen und Interviews die Meinung der Schüler/innen zu dem Projekt „Fit mit Köpfchen“ erhob. Die Rückmeldungen zum Projekt waren grundsätzlich sehr positiv, Verbesserungsvorschläge werden für zukünftige Module mit dem Thema Sport berücksichtigt werden und auch in andere themenzentrierte Projektphasen einfließen.