

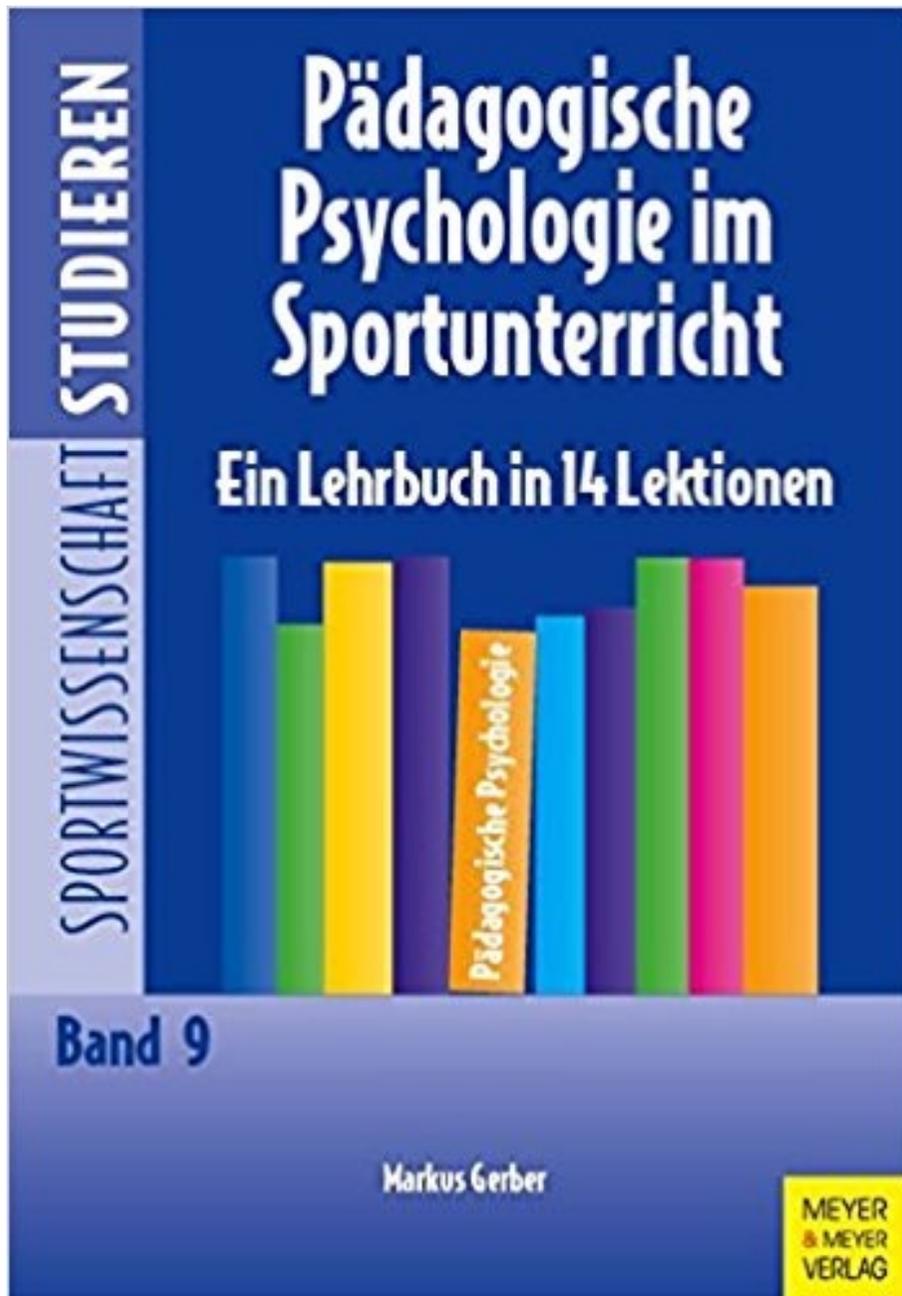


Universität
Basel

Schüler*innen im Sportunterricht motivieren

Prof. Dr. Markus Gerber

Departement für Sport, Bewegung und Gesundheit, Universität Basel
Sportwissenschaftliches Café, Hessisches Ministerium für Kultus,
Bildung und Chancen
09. Dezember 2024



WELCHE KOMPETENZEN GEHÖREN IN DEN RUCKSACK EINER SPORTLEHRPERSON?



Bewerten von Leistungen



Die Tatsache, dass manche Lehrpersonen ein natürliches Talent aufweisen, um Kinder und Jugendliche zu unterrichten, darf nicht darüber hinwegtäuschen, dass **viele Eigenschaften, die ein erfolgreiches Unterrichten erleichtern, erworben werden können (TÜCKE, 2005).**



Bedeutung pädagogisch-psychologischer Kompetenzen

181 Lehramtskandidaten/-innen während Referendariatsjahr im Hinblick auf **pädagogik-psychologische Kompetenzen (PPK)** getestet

Deren 7968 Schüler/-innen wurden zwei Jahre später zur Unterrichtsqualität befragt

(Voss et al., 2014)



Wie misst man pädagogisch-psychologische Kompetenzen?

Wissen über Schülerheterogenität

Gefühle der Hilflosigkeit treten besonders dann auf, wenn ein Misserfolg ...

- (A) auf internale, stabile Ursachen, wie z. B. mangelnde Intelligenz, zurückgeführt wird.
 - (B) auf internale, veränderbare Ursachen, wie z. B. geringen Fleiß, zurückgeführt wird.
 - (C) auf externale, stabile Ursachen, wie z. B. die Schwierigkeit der Aufgaben, zurückgeführt wird.
 - (D) auf externale, veränderbare Ursachen, wie z. B. Zufall oder Pech, zurückgeführt wird.
-

Deklaratives Wissen

Wissen über Klassenführung

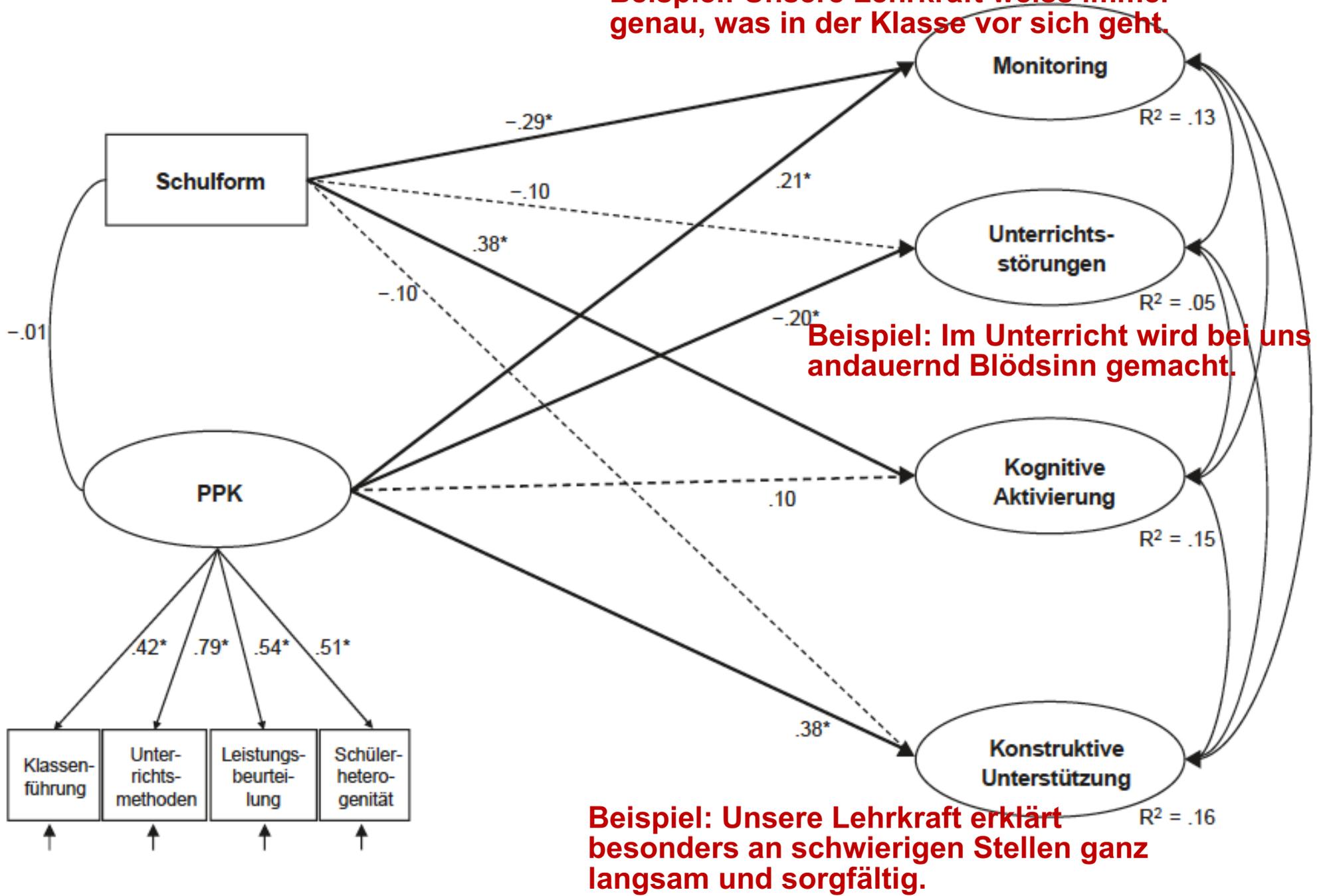
Unterrichtssituation (Videoclip): Die Klasse vertieft gerade ein Thema. Die Schülerinnen und Schüler sind mit einer spannenden Aufgabe beschäftigt. Es wird diskutiert, die Lehrkraft stellt immer wieder Fragen. Die Schülerinnen und Schüler sind größtenteils bei der Sache. In der zweiten Reihe sitzt Mario. Er ruft etwas in die Klasse, was mit dem Thema nichts zu tun hat. Auf seine Antwort hin beginnen einige Schüler zu kichern und zu albern. Die Lehrkraft geht darauf nicht ein und versucht die inhaltliche Diskussion am Leben zu erhalten. Mario setzt sich zurück, verschränkt die Arme und beteiligt sich nicht mehr. Irgendwann beginnt er in seiner Tasche zu kramen und einen Tennisball herauszunehmen, den er dann in den Händen hält. Die Klasse kümmert sich nicht darum und arbeitet weiter. Mario beginnt, den Ball leicht in die Luft zu werfen und wieder zu fangen.

Fragen im Anschluss an das Video:

- (A) Was machen die Schüler(innen), was den Unterricht stört? Bitte beschreiben Sie möglichst konkret alle Verhaltensweisen und Vorkommnisse, die Sie gesehen haben und die mögliche Quellen für Unterrichtsunterbrechungen und Störungen darstellen.
- (B) Ein Junge der Klasse hat mit einem Ball gespielt. Stellen Sie sich vor, Sie sind die Lehrkraft und befürchten, dass er irgendwann beginnen wird, mit dem Ball herumzuwerfen. Was könnten Sie tun, um dies zu verhindern, ohne die Klasse in ihrer inhaltlichen Diskussion zu unterbrechen? Bitte nennen Sie alle konkreten Maßnahmen, die Sie einleiten könnten.

Prozedurales Wissen

Beispiel: Unsere Lehrkraft weiss immer genau, was in der Klasse vor sich geht.



Beispiel: Im Unterricht wird bei uns andauernd Blödsinn gemacht.

Beispiel: Unsere Lehrkraft erklärt besonders an schwierigen Stellen ganz langsam und sorgfältig.

Kernanliegen des Sportunterrichts ist es, die Motivation zum Sporttreiben zu fördern oder zumindest aufrechtzuerhalten.



Weniger als 50% der Schüler bringen ein hohes Motivationsniveau mit (Ullrich-French & Cox, 2009)

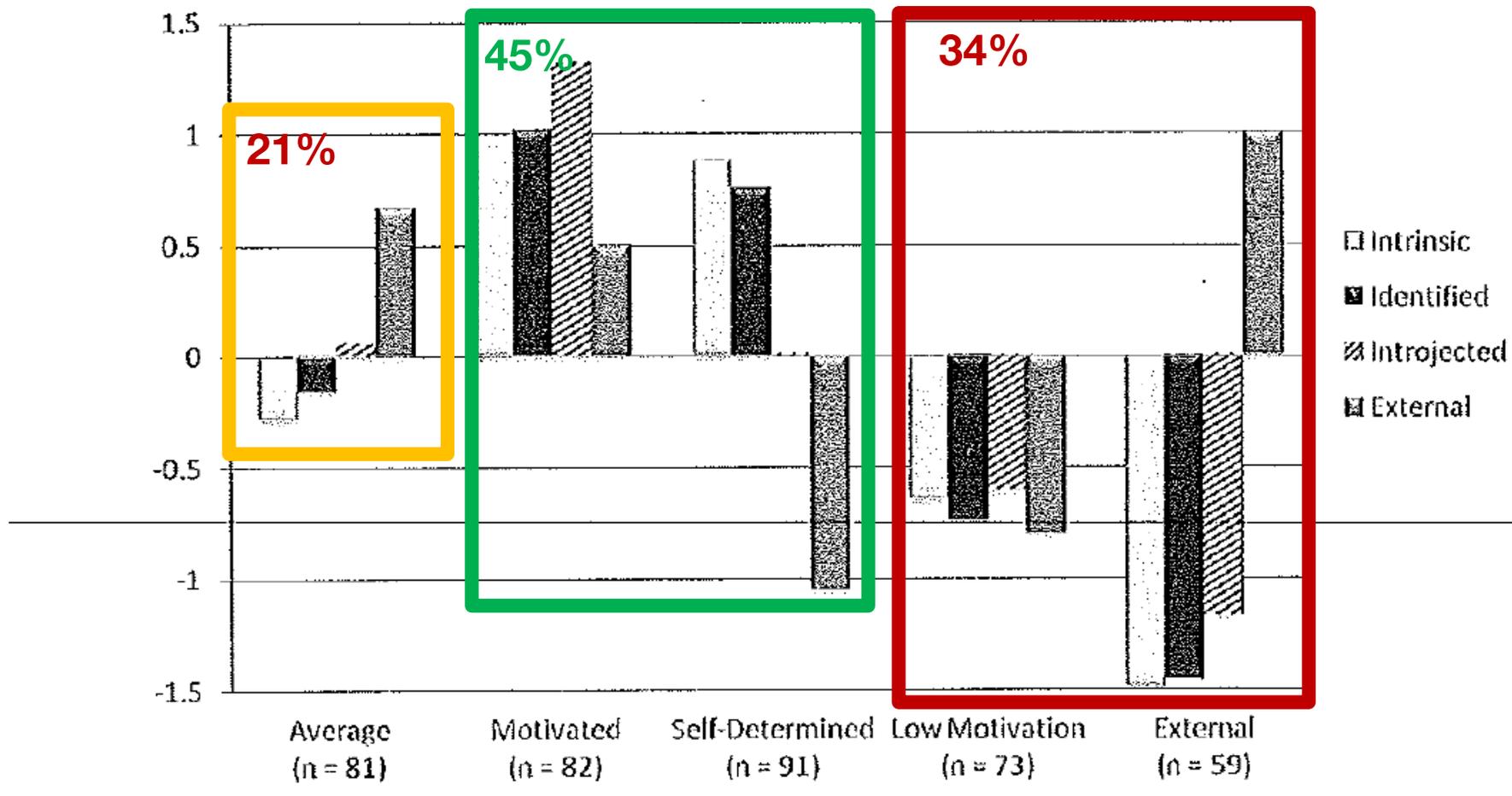
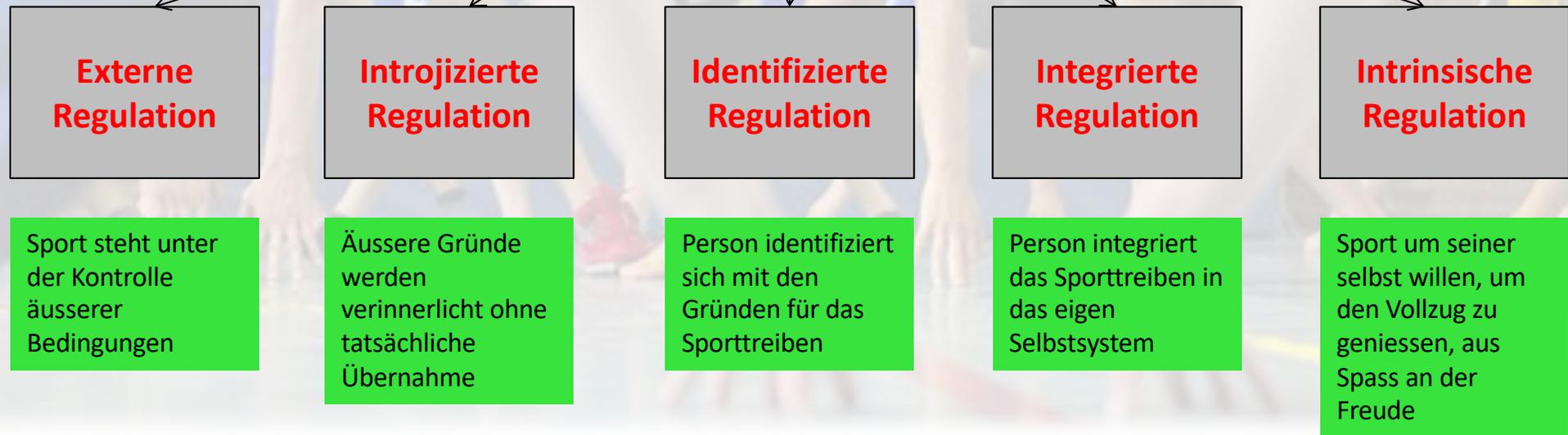


Figure 1 — Results of *k*-means cluster analysis (*N* = 386).

6.-8. Klasse, 386 Schüler/-innen

Motivation zum Sporttreiben



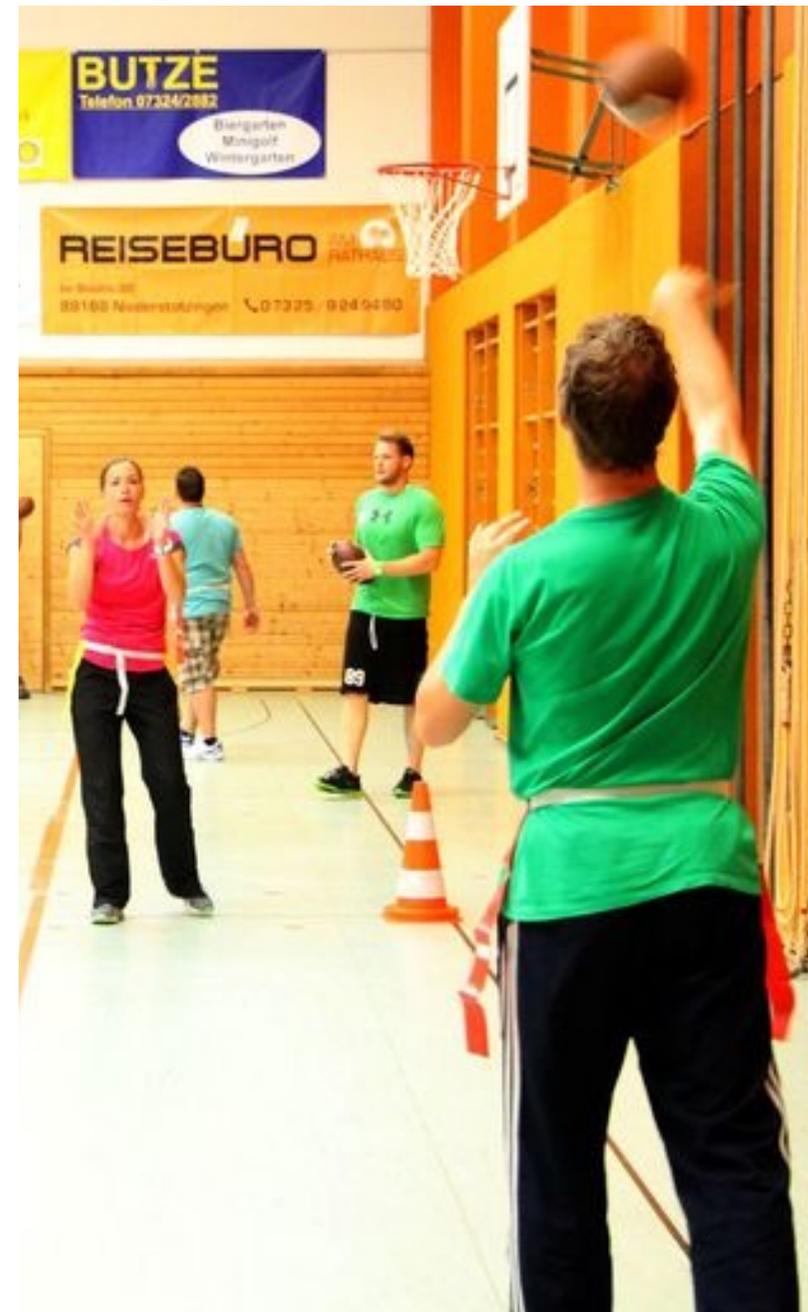
← niedrig **Grad an Selbstbestimmung** hoch →

aufgezwungen („mustivation“)



frei gewählt („motivation“)

Für Sportlehrpersonen besteht eine Kernkompetenz darin, die Motivation der Schüler von einem psychologischen Status des ‚Müssens‘ hin zu dem des ‚Wollens‘ zu verändern. Mit anderen Worten geht es darum, den Konflikt zwischen dem, was von einem Schüler erwartet wird und dem, was er natürlich tun würde, allmählich zu überwinden.



Individuelles Interesse als Anker unseres Handelns

→ Erstkontakt zu vielen Sportarten erfolgt im Sportunterricht



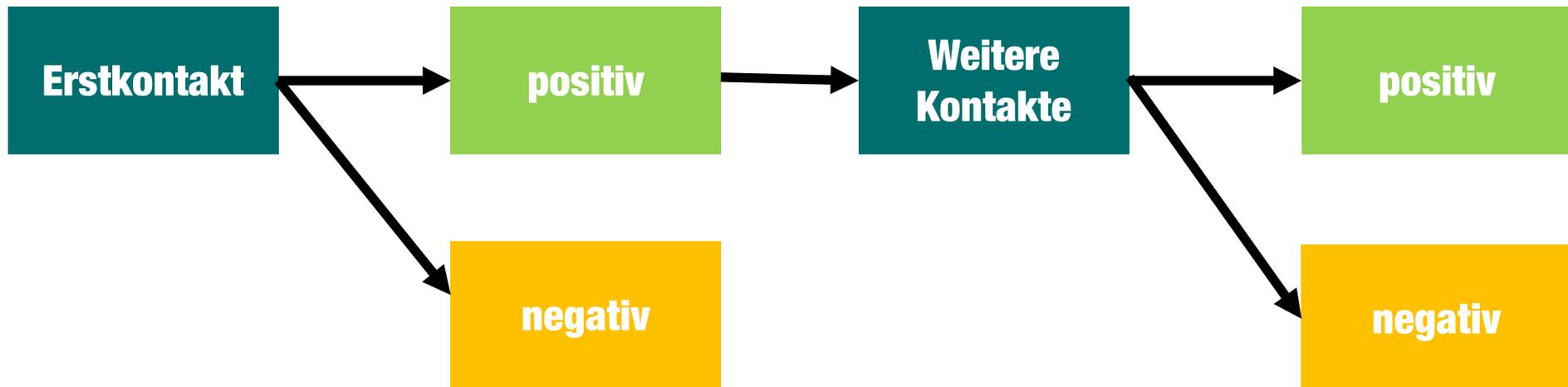
Umwelt hat massgebenden Einfluss darauf, wo der Anker gesetzt wird.

Situationales Interesse

Individuelles Interesse

Catch-Komponente

Hold-Komponente



Anregungsfaktoren
Vorübergehende und initiale Lernbereitschaft

Dauerhafte Lernbereitschaft

Es ist relativ einfach, situationales Interesse zu wecken. Die Schwierigkeit liegt darin, dieses längerfristig aufrechterhalten zu können!

**Erfolgreiche Sportlehrkräfte
verfügen über ein reiches
Repertoire an
Motivationsstrategien, das
ihnen hilft, bei den Lernenden
Interesse und Freude an
körperlicher Aktivität zu
wecken.**



Aufgabe

KÖNNEN SIE SICH AN EINE/N LEHRER*IN ERINNERN, DEM/DER ES GELANG, SIE FÜR EIN BESTIMMTES UNTERRICHTSFACH ZU MOTIVIEREN?

WODURCH HAT SICH DIESE LEHRPERSON BZW. DEREN UNTERRICHT AUSGEZEICHNET?

Theorie der Selbstdetermination (Deci & Ryan, 2000)

Menschen sind auf der Suche nach der Erfüllung von drei psychologischen Grundbedürfnissen, und zwar dem Bedürfnis nach ...

1. **Autonomie**
2. **Kompetenz**
3. **Sozialer Eingebundenheit**



Diese Grundbedürfnisse erklären, warum bestimmte Aktivitäten einen hohen Anreiz haben und deshalb motivierend wirken.

Wie stärke ich das **Kompetenzerleben** meiner Schüler*innen im Sportunterricht?

Vier Quellen der Selbstwirksamkeit

Verbale Überzeugung durch andere

Eigene Erfahrungen

Wahrnehmung des eigenen physiologischen und emotionalen Erregungszustandes

Stellvertretende Erfahrungen / Beobachtungslernen



Welches ist die wichtigste Informationsquelle?

Bad Is Stronger Than Good

Roy F. Baumeister and Ellen Bratslavsky
Case Western Reserve University

Catrin Finkenauer
Free University of Amsterdam

Kathleen D. Vohs
Case Western Reserve University

The greater power of bad events over good ones is found in everyday events, major life events (e.g., trauma), close relationship outcomes, social network patterns, interpersonal interactions, and learning processes. Bad emotions, bad parents, and bad feedback have more impact than good ones, and bad information is processed more thoroughly than good. The self is more motivated to avoid bad self-definitions than to pursue good ones. Bad impressions and bad stereotypes are quicker to form and more resistant to disconfirmation than good ones. Various explanations such as diagnosticity and salience help explain some findings, but the greater power of bad events is still found when such variables are controlled. Hardly any exceptions (indicating greater power of good) can be found. Taken together, these findings suggest that bad is stronger than good, as a general principle across a broad range of psychological phenomena.

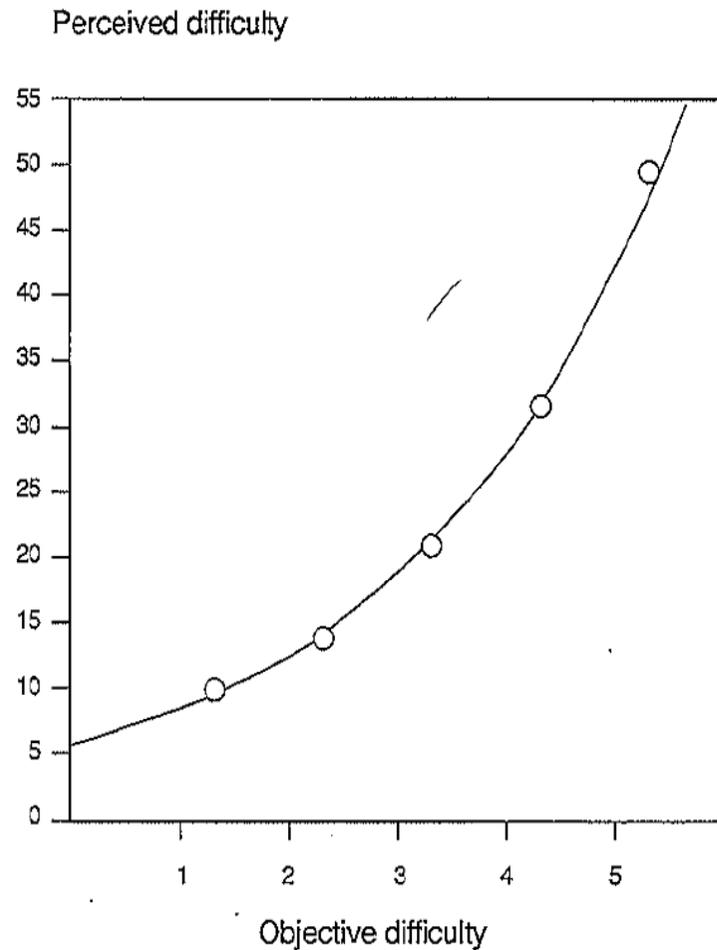
Wie stärke ich das **Kompetenzerleben** meiner Schüler*innen im Sportunterricht?

- Den Unterricht sorgfältig planen und den Lernprozess strukturieren
- Einen Überblick über die Ziele und Inhalte einer weiter gefassten Lernsequenz geben (z.B. in Form eines Semesterplans)
- Einen Überblick über den Ablauf einer Lektion geben
- Den Unterricht abwechslungsreich gestalten; Variationen zwischen und innerhalb von Übungen anbieten
- Für die Schüler erreichbare Ziele setzen; Aufgaben angemessen vereinfachen und erschweren

Balanceakt zwischen Über- und Unterforderung



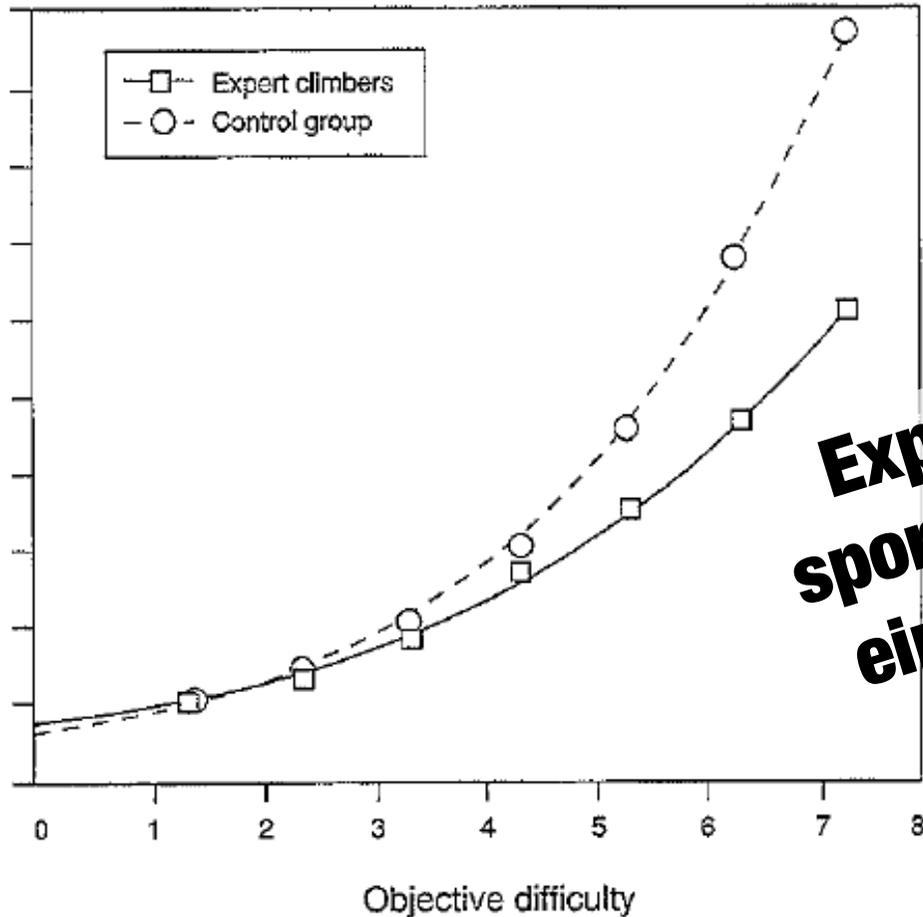
Delignières & Famose (1992)



Delignières, D., & Famose, J.-P. (1992). Perception de la difficulté, entropie et performance. *Science & Sports*, 7, 245-252.

Delignières & Famose (1999)

Perceived difficulty



**Exponentialfunktion setzt bei
sportschwachen Schülern früher
ein als bei sportstarken Peers!**

Delignières, D. (1999). Perceived difficulty, resources investment, and motor performance. In Y. Vanden Auweele, F. Bakker, S. Biddle, M. Durand & R. Seiler (Eds.), *Psychology for physical educators* (pp. 211-232). Champaign: Human Kinetics.

Wie stärke ich das **Kompetenzerleben** im Sportunterricht?

- Den Unterricht sorgfältig planen und den Lernprozess strukturieren
- Einen Überblick über die Ziele und Inhalte einer weiter gefassten Lernsequenz geben (z.B. in Form eines Semesterplans)
- Einen Überblick über den Ablauf einer Lektion geben
- Den Unterricht abwechslungsreich gestalten; Variationen zwischen und innerhalb von Übungen anbieten
- Für die Schüler erreichbare Ziele setzen; Aufgaben angemessen vereinfachen und erschweren
- Prozessziele setzen (Fokus auf eigenen Leistungsfortschritt richten)
- Lernziele systematisch evaluieren
- Genaue Anweisungen geben, Verständnis prüfen, Aufgaben selber vorzeigen
- Schüler als positive Rollenmodelle einsetzen
- Konstruktives Feedback geben; Lösungswege mit den Schülern gemeinsam entwickeln
- Für Sicherheit sorgen

Wie kann ich dem Bedürfnis meiner Schüler*innen nach **Autonomie gerecht werden?**

Wie kann ich dem Bedürfnis meiner Schüler*innen nach **Autonomie** gerecht werden?

- Schülern aktiv zuhören, Schüler nach ihrer Meinung und ihrem Erleben fragen
- Anregungen, Vorschläge und Fragen zulassen
- Mit den Schülern Kompromisse eingehen, gemeinsam Ziele entwickeln
- Relevanz einzelner Aufgaben, Übungen oder Organisationsmassnahmen erläutern
- Schüler Aktivitäten selber wählen lassen
- Binnendifferenzierung ermöglichen: Lerntempo, Reihenfolge von Übungen, Verwendung von Materialien, Schwierigkeitsgrad durch Schüler bestimmen lassen
- Negative Emotionen der Schüler akzeptieren, anstatt diese unmittelbar beseitigen zu wollen
- Möglichkeiten zu selbständigem Erproben, Üben und Problemlösen anbieten
- Schüler ermutigen, längerfristig und beharrlich auf ein Ziel hinzuarbeiten

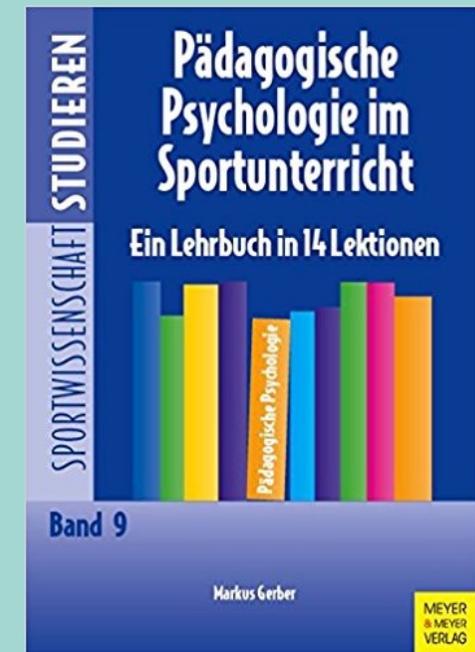
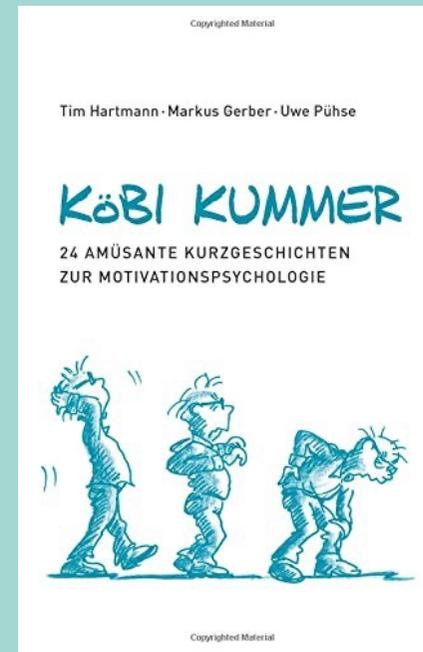
Wie kann ich das Gefühl der **sozialen Eingebundenheit** im Sportunterricht fördern?

- Namen der Schüler lernen, Schüler mit dem Vornamen ansprechen
- Nähe und den Kontakt mit den Schülern suchen
- Mit den Schülern Zeit verbringen
- Eine warme, freundschaftliche Atmosphäre schaffen
- Den Schülern gut zuhören, sich in die Perspektive der Schüler versetzen, Empathie zeigen, sich für die Anliegen der Schüler einsetzen
- Positives Feedback geben
- Kooperation zwischen Schülern fördern
- Auf einen respektvollen und wertschätzenden Umgang unter den Schülern achten
- Auf Klassenführung achten



Universität
Basel

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit.



E-Mail markus.gerber@unibas.ch

X/Twitter [MGerber_Unibas](https://twitter.com/MGerber_Unibas)

Internet <https://psyhpa.dsbg.unibas.ch>

<https://bewegungsberatung.dsbg.unibas.ch>

Klassenführung

Klassenführung bezieht sich auf alle **Strategien**, die darauf abzielen, eine **Umgebung** zu schaffen und aufrechtzuerhalten, die das Unterrichten zulässt und dem **Lernen zuträglich** ist (LUKE, 1989).

Klassenführung ist eine wesentliche Komponente der **Unterrichtseffizienz** (SIEDENTOP & TANNEHILL, 2000).





Was kennzeichnet erfolgreiche Klassenführung?

1. Disziplinierung
2. Allgegenwärtigkeit und Überlappung
3. Reibungslosigkeit und Schwung
4. Gruppenmobilisierung
5. Abwechslung und Herausforderung



Jacob S. Kounin

Schaffen von Ordnungsstrukturen

Regeln

Routinen/Rituale

Bsp: Allgemeine Verhaltensregeln im Sportunterricht

- Wir erscheinen pünktlich in unserer Sportausrüstung im Unterricht.
- Wir gehen sorgsam mit dem Material um und helfen eigenständig beim Auf- und Abbauen.
- Wir hören anderen zu, wenn diese sprechen und melden uns, wenn wir etwas nicht verstanden haben.
- Wir sind bereit, mit allen (auch mit leistungsschwächeren) Schülern zusammenzuarbeiten und diese beim Lernen zu unterstützen.
- Wir kommunizieren sachlich und geben anderen konstruktive Rückmeldungen.