Zeitschrift: Jugend und Sport : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 36 (1979)

Heft: 7

Artikel: Lehr- und Lerntafeln : Möglichkeiten eines effektiven Unterrichts

Autor: Reinfrank, Volker

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-994580

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 10.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Lehr- und Lerntafeln – Möglichkeiten eines effektiveren Unterrichts

Volker Reinfrank

Im traditionellen Sportunterricht (Frontalunterricht) ist der Lehrer die einzige Informationsquelle für die Schüler. Allzu oft ist er gezwungen, seine Bewegungsbeschreibungen, Erklärungen und Korrekturen zu wiederholen und immer wieder erneut vorzumachen. Es ist für ihn unmöglich, alle Schüler zugleich zu beobachten und ihnen die – lernpsychologisch so wichtige – unmittelbare Verstärkung zu geben, oder ihre Fehler sofort zu korrigieren.

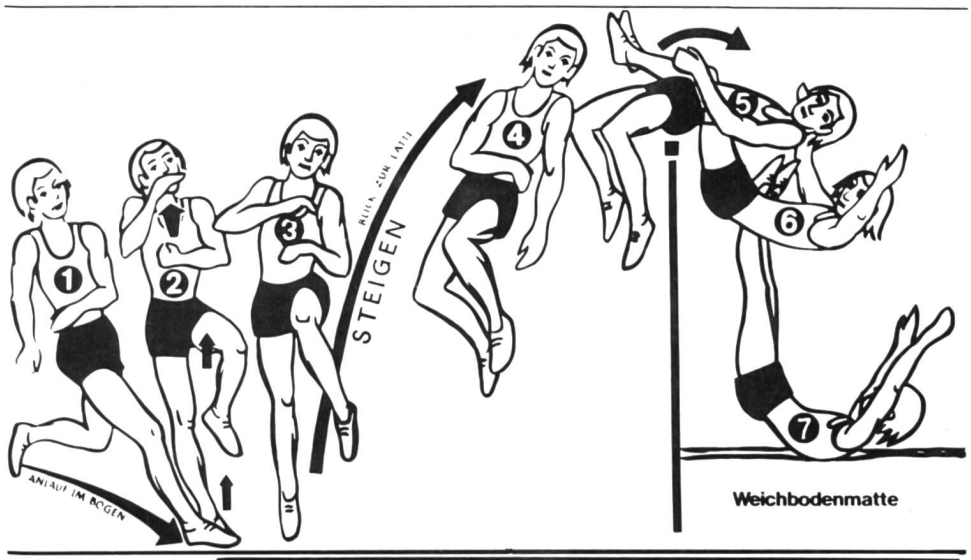
Zur Lösung dieses Problems wurden in den vergangenen Jahren neue didaktische Materialien und Medien entwickelt (Arbeits/Übungskarten, Programmhefte, Schülerlehrbücher, und vieles andere). Vielen ist jedoch die Tendenz gemeinsam, den Unterrichtsprozess in eine Vielzahl von Einzelaktionen aufzulösen, ganz abgesehen von den häufig sich ergebenden Störfaktoren: Bei Programmheften und Schülerbüchern die zu grosse Ablenkung aufgrund der Möglichkeit, weiterzublättern, Materialverschleiss und die Überforderung durch den umfangreichen Textteil.

Um zu garantieren, dass der Lehrer den Unterrichtsablauf als Ganzes kontrollieren und steuern kann – wofür das häufig kleinformatige Material nicht geeignet ist –, bedarf es *grossformatiger* Anschauungs- und Informationsmittel. Nur sie gewähren die gleichzeitige und ständige Information aller Schüler über die gesamte Übungszeit hin.

Zur Steigerung der Effektivität und Intensität des Unterrichts habe ich deshalb Lehr- und Lerntafeln entwickelt, welche ohne grossen organisatorischen und zeitlichen Aufwand einsetzbar sind. Diese unzerbrechlichen und wetterfesten Tafeln enthalten eine ganzheitliche in drei bis sechs Einzelphasen zerlegte Bewegungsdarstellung, versehen mit einem gut lesbaren und leicht verständlichen Basistext. (Grösse: 65 × 70 cm, Material: 2 mm dicker Kunststoff, Farben: schwarz/weiss). Die Tafel ist doppelseitig mit gleichem Bild und Text versehen, damit bei der Verwendung des speziell entwickelten Ständers eine optimale Nutzung der gebotenen Informationen gegeben ist. Selbstverständlich kann die Tafel auch überall aufgestellt oder aufgehängt werden.

Anwendungsbereich: Grundsätzlich sind Tafeln, sowohl im konventionellen Unterricht als auch im sogenannten teilprogrammierten Unterricht zu verwenden. Im herkömmlichen Frontal- oder Gruppenunterricht stellen sie ein visuelles Medium dar, das die Informationen des Lehrers ergänzt und akzentuiert. Im differenzierten, mehr schülerzentrierten Unterricht steht die Tafelinformation gleichwertig neben der des Lehrers und kann somit die Grundlage für eine Korrektur der Schüler untereinander bilden. Nachdem der Lehrer durch Erklären und Vormachen die neuen Bewegungsabläufe eingeführt hat, sind die Schüler mit Hilfe der Tafeln in der Lage, sich gegenseitig zu beobachten und zu verbessern, was den Lehrer stark entlasten wird. Der erzielte Effekt ist zweifach positiv: Die Schüler befinden sich in ständiger Aktivität;

Der Lehrer erklärt an der Tafel.



Absprung
senkrecht hoch

❶❷ Fuß in Laufrichtung – Strecken!
Dabei energisch:
❸ Schwungbein (Knie) nach oben-innen

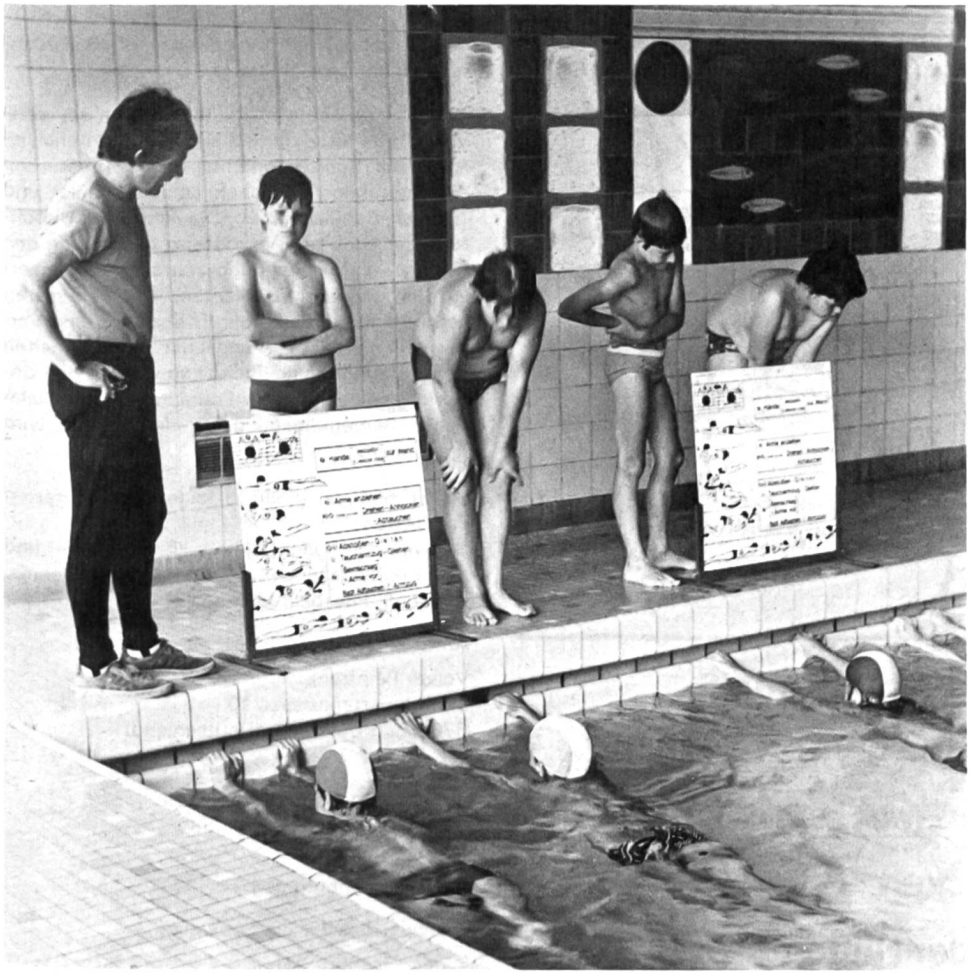
Flug
locker steigen

❹❺ Beine hängen lassen – Hüfte hoch!
Danach:
❻ Unterschenkel nach oben schlagen

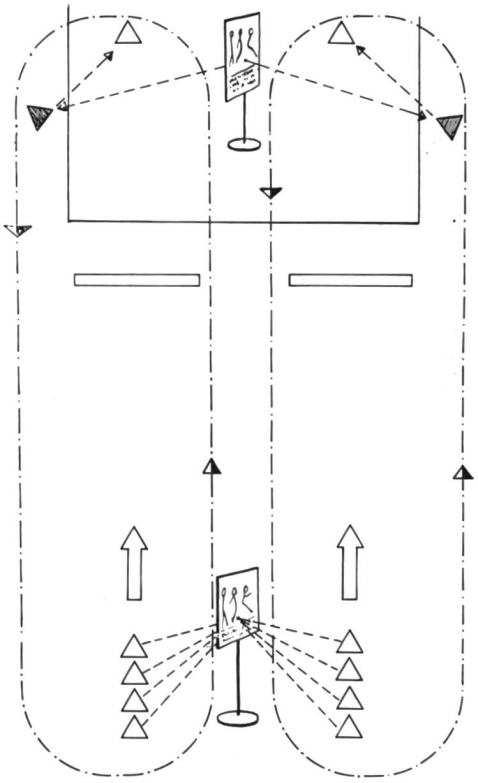
Landung
Muskeln anspannen

❼ Auf rundem Rücken

Leichtathletik: «Flop.» Weitere Tafeln: Tiefstart, Weitsprung, Kugelstoss.



Effektiver Unterricht: Lehrer, Schüler + Lehr- und Lerntafeln tragen gemeinsam zum Lernerfolg bei.

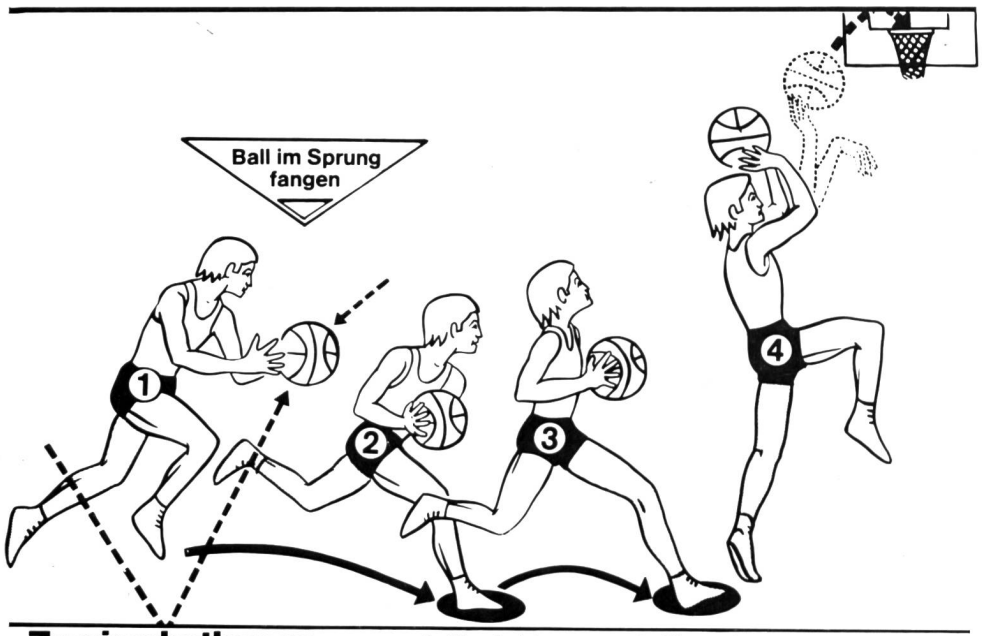


Einsatz der Tafeln beim Weitsprung: Vor dem Anlauf: Information über den Bewegungsablauf. Nach dem Sprung: Korrektur durch einen Mitschüler. Dadurch ergibt sich eine ständige Rückmeldung; die Gefahr des Einschleifens von Fehlern wird verringert. Auch beim Einsatz nur einer Tafel (vor dem Anlauf) wird der Lernprozess intensiviert. Durch die ständige Information von Bild und Text können Effekte des mentalen Trainings erzielt werden.

aufgrund der jederzeit gegenwärtigen Informationen von Bild und Text der Tafeln wird ein bewussterer Vollzug der Bewegung erreicht.

Damit werden wesentliche Forderungen der allgemeinen Sportmethodik erfüllt:

- Die Übenden erhalten laufend Rückmeldungen (Fehler können sich automatisieren).
- Die Korrigierenden setzen sich aktiv mit der Tafelinformation auseinander und können durch das Beobachten Effekte des mentalen Trainings erzielen.
- Die Schüler lernen ohne Zeitverlust nicht nur den Bewegungsablauf schneller zu beherrschen, sondern auch zu erklären.
- Die Schüler lernen sich gegenseitig akzeptieren, da jeder als «Lehrer» eingesetzt werden kann.



Zweierrhythmus: 1. Kontakt 2. Kontakt

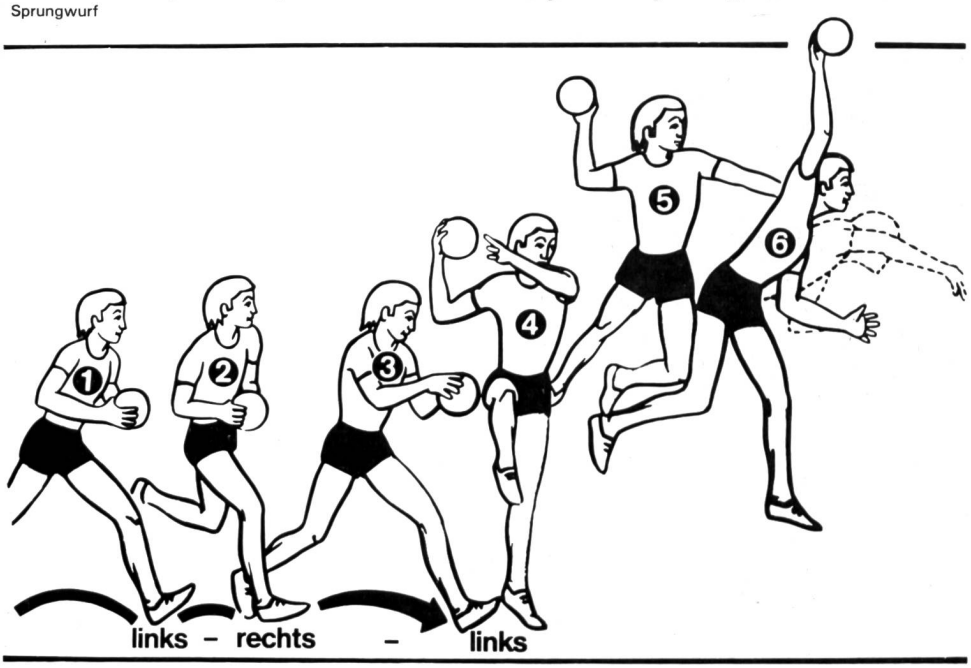
Nach Dribbling oder Zuspiel
- ❶ **Ball im Sprung fangen**
- Danach: ❷❸ **Zwei Bodenkontakte**

Korbleger:

❹ **Absprung steil nach oben**
Und:
❹ **Ball im höchsten Punkt werfen**

Benutze Zielviereck!

Basketball Zweier-Rhythmus/Kertleger. Weitere Tafeln: – Passen – Fangen – Dribbling – Abstoppen/Sternschritt – Standwurf – Sprungwurf



❶❷❸ **Nach Ballannahme: 3-Schritt-Rhythmus**

❸ **Letzter Schritt = Stemmschritt**

❹ **Absprung in die Höhe (weit ausholen!)**

❺❻ **Beim Wurf: Körper strecken**

❻ **Oberkörper knickt in der Hüfte ab**

Handball: Dreier-Rhythmus/Sprungwurf. Weitere Tafeln: – Ballannahme/Kernwurf – Fangwurf

- Schüler und Lehrer tragen gemeinsam zum Unterrichtserfolg bei.
- Die Motivation zur Mitarbeit wird gesteigert.
- Die Unterrichtsform kann frei gewählt werden.
- Der Lehrer kann die Tafeln unabhängig von bestimmten Methoden einsetzen.
- Den Schülern wird kein Material direkt in die Hand gegeben; sie sind also in ihrer Bewegungsfreiheit überhaupt nicht eingeschränkt, denn die Tafeln stehen frei im Raum oder hängen gut sichtbar an der Wand oder am Gerät. Bild und Text sind aus grosser Entfernung gut erkennbar.

Insgesamt gesehen sollen die Tafeln bei der Einführung neuer Techniken eine erste Bewegungsvorstellung vermitteln. Als ständige Information während des Unterrichts sollen sie einmal eine Entlastung für den Lehrer sein und die Lehrerinformation ergänzen, zum anderen den Schülern auch die Möglichkeit geben, sich jederzeit selbst zu informieren oder auch sich untereinander grob zu korrigieren.

Die Lehr- und Lerntafeln stellen somit ein wertvolles Hilfsmittel dar, da sie zu einer Intensivierung des Sportunterrichts und Verbesserung der Interaktion zwischen Lehrer–Schüler und Schüler–Schüler führen. Die schnellere Hinführung zur Grobform vergrössert gleichzeitig den Übungs- und Anwendungszeitraum von neu erlernten Bewegungsabläufen. Die grösseren Lernerfolge werden mehr Erfolgserlebnisse vermitteln, mehr Spass und Lust zum Erarbeiten neuer Übungen und Techniken werden den Unterricht beleben– mehr Freiraum für das spielerische Bewegungsbedürfnis der Schüler wird gewonnen.

Bisher sind 45 Tafeln in folgenden Sportarten erschienen:
Schwimmen, Leichtatlethik, Turnen, Hilfe- und Sicherheitsstellungen, Basketball, Tennis, Handball, Fussball, Volleyball.

Anfragen richten Sie bitte an:

Volker Reinfrank
Schlossgartenstrasse 10
6702 Bad Dürkheim (Deutschland)
Tel. 06322/7227

Zu beziehen sind die Tafeln bei:

Leonhard Erhard Söhne
Postfach 3
8803 Rothenburg o.d.T.

Alleinvertrieb für die Schweiz:

Alder, Eisenhut AG
9642 Ebnat-Kappel