

Zeitschrift: Mobile : die Fachzeitschrift für Sport
Herausgeber: Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule
Band: 3 (2001)
Heft: 1

Rubrik: Reflektierte Praxis im Unterrichtsalldag

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: 04.02.2026

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

Reflektierte Praxis

Pius Disler, Dozent für Sportdidaktik
an der Sportlehrerausbildung der ETH Zürich



1. Ziel der Reflexion ist die bessere Vernetzung, also auch die Optimierung der Praxis dank einer konsequenten, zudem an einem in unserer Ausbildung orientierten, klar formulierten Modell. Mit diesem Ausbildungsmodell, verstanden als ein lernwirksames

Instrument zur Verbesserung von Lehr- und Lernprozessen, kann die Praxis gezielter vorbereitet, effizienter durchgeführt und kritisch-wirkungsvoller evaluiert werden. Reflektieren der Praxis ist stets eine vor- und nachbereitende Reflexion in einem dialogischen Informations- und Erfahrungsaustausch mit allen Beteiligten. Die Auswertung des unterrichtlichen Lehrens und Lernens ist ein kriteriengeleitetes Überprüfen, ein kritisches Hinterfragen und lösungsorientiertes Reflektieren, wenn auch meist im Sinne von: «Nach der Tat hält der Praktiker Rat!» Der Dialog ermöglicht primär das Gespräch, dann aber auch eine allfällige Umverteilung der Verantwortlichkeiten im Lernprozess. Dies gilt für alle Bereiche der reflektierenden Evaluation: für die Planung, für die nachbereitende Bewertung und die nach Konsequenzen suchende Beurteilung.

2. Das Prinzip der «Reflektierten Praxis» verfolgt auch das Ziel, vermehrtes Reflektieren des eigenen Tuns und seiner Unterrichtskompetenz anzustreben. Eigenbeurteilung im Sport ist auch ein Thema für die Studierenden. Aufgrund ihres Orientierungswissens in den Bereichen der Biomechanik, der Psychologie und der Bewegungslehre können sie auch selbstständig didaktisch-relevante Erkenntnisse gewinnen, die sie für die Evaluation nutzbar machen können. Beispielsweise zur Herauskristallisierung von Beurteilungskriterien, auch im Zusammenhang mit den verschiedenen Variationen der Bewegungsausführung. Solche Kenntnisse sind auch wesentliche Voraussetzungen für das Ausarbeiten und Anwenden von Tests zur (Eigen-)Beurteilung.

3. Die Bedeutung der «Reflektierten Praxis» als Prinzip erkenne ich vor allem in der Funktion einer verbesserten Sensibilisierung für die Eigenverantwortung, für das Mitdenken in empathischen Prozessen und für die effizientere Ausrichtung auf die gesetzten Ziele im unterrichtlichen Tun. Kurzum: Auch das für das persönliche Lernen notwendige Erwerben der entscheidenden Kompetenzen wird durch das konsequente Reflektieren der Praxis zweifellos optimiert. Sei es im Unterricht oder im Training, die Reflexion stellt eine wichtige Methode zur gezielteren Standortbestimmung des eigenen oder fremden Tuns dar! Die Reflexion kann für künftige Entscheidungen grossen Einfluss haben, denn der kritische Rück-Blick fördert oft den klärenden Aus-Blick!



Foto: Daniel Käsermann

Fragen

1. Was heisst für Sie, die eigene Praxis des Sportunterrichtes und/oder des Trainings zu reflektieren?
2. Welche Mittel wenden Sie an, um Ihre Praxis zu reflektieren?
3. Welche Wirkung erwarten Sie von der reflektierten Praxis für den Unterricht und/oder für das Training?

im Unterrichtsaltag

Esther Reimann, Sportlehrerin am Didaktikum, Institut für Oberstufenlehrkräfte in Aarau



1. Genau hinschauen, nachfragen, Daten sammeln, besprechen – das Gefühl ist wichtig, reicht aber nicht. Ich möchte eine Haltung der gemeinsamen Reflexion erreichen. In Anlehnung an Wyrsch (1997) strebe ich ein umfassendes Verständnis von Unterricht an und stütze die Reflexion des Unterrichts auf vier Auswertungsebenen: Organisations-

ebene (Rahmenbedingungen, Didaktik); Ebene der Lernenden (Selbstreflexion des Lernens, des eigenen Beitrags zum Unterrichtsgeschehen); Personenebene (Lerngruppe, Klasse, Dozent/-in); Ziel- und Inhaltsebene (Transparenz der Ziele, Kohärenz der Inhalte). Die Studierenden müssen erkennen, dass im Lehr-Lern-Dialog die Verantwortung für gelungenen Unterricht bei mir als Lehrende, aber auch bei ihnen als Lernende liegt. Durch das Reflektieren des eigenen Lernens und ihres Beitrags an das Unterrichtsgeschehen und den Lernerfolg von Mitstudierenden möchte ich der Förderung der Selbst- und Sozialkompetenz Rechnung tragen.

2. Ich stelle ein Programm mit klaren Inhalts- und Zielangaben zusammen. Die darin beschriebenen Lernkontrollen werden mit Video aufgenommen und gemeinsam beurteilt. Ein Beispiel: Eine Gruppe zeigt eine Tanzdarbietung. Anhand eines Beurteilungsinstruments wird die Darbietung diskutiert und beurteilt. Für das erfolgreiche Bestehen der Lernkontrolle (Studienleistung) ist eine bestimmte Punktzahl nötig. Weiter organisiere ich schriftliche und mündliche Befragungen und Gespräche. Die Konsequenzen sollen deutlich formuliert werden. Die Resultate dieser Evaluationen werden im Qualitätszirkel besprochen. Qualitätszirkel sind Gruppen von zwei bis vier Dozierenden, die sich regelmässig (2- bis 4-mal jährlich) treffen.

3. Ich erwarte eine Haltung der gemeinsamen Verantwortung für produktiven Unterricht. Ziel ist es, einen Weg von der Konsumhaltung «was wird mir heute geboten» hin zum «wir wollen gemeinsam weiterkommen» zu finden. Ich stelle mir eine Mitverantwortung sowohl für das Produkt (Lernergebnis), insbesondere aber auch für den Prozess (Unterrichtsgeschehen, Lernklima) vor. Das gemeinsame Beurteilen von Lernkontrollen ergibt jeweils ein interessantes Gespräch über Kriterien und ist für die Studierenden eine Standortbestimmung. Von dieser Art der gemeinsamen Beurteilung erhoffe ich mir eine Sensibilität gegenüber Kriterien und eine gewisse Sicherheit im Beurteilen der Bewegungsqualität. Ich wünsche mir, dass die Studierenden ein breites Spektrum von Beurteilungsformen (quantitativ und qualitativ) anwenden und mit ihren Schüler/-innen mit transparenten, auch gemeinsam erarbeiteten Kriterien arbeiten.

Wyrsch, A.: Evaluation. Unterlagen für Lehrveranstaltungen am Didaktikum Aarau 1997.

Martin Joss, Dozent für Sportdidaktik am Institut für Sport und Sportwissenschaft der Universität Bern



1. Unter reflektierter Praxis verstehe ich erstens den Dialog, den ich mit Kolleginnen und Kollegen und den Schülerinnen und Schülern über meinen Unterricht führe. Das zweite wichtige Kriterium ist für mich die persönliche Auseinandersetzung mit der didaktischen, sportwissenschaftlichen

und der sportpraktischen Fachliteratur. Hier kann ich meine alltagsdidaktischen Konzepte überprüfen und anpassen. Diese mehrschichtige Spiegelung der Praxis ergibt ein facettenreiches Bild meiner Arbeit. Dieses Bild unterliegt im Prozess der Reflexion einem ständigen Wandel.

2. In der Planungsphase steht die Lektüre von Fachliteratur im Zentrum. In dieser Reflexionsphase versuche ich zu klären, ob ich in der sportdidaktischen Landkarte dort stehe, wo ich stehen möchte. In einer Art kollegialen Praxisberatung versuche ich meine Fachkollegin und ich die vorgesehenen Unterrichtsthemen mit unseren Erfahrungen und neuen Erkenntnissen zu einem Quartalsplan zu verknüpfen. Diesen dialektischen Diskurs erlebe ich als äusserst fruchtbar. In der Unterrichtspraxis wird der Reflexionsfaden im handlungsorientierten Lehr-Lern-Dialog mit den Schülerinnen und Schülern weitergesponnen. Voraussetzung für das Sprechen über Sport und über Sportunterricht ist die Transparenz der Ziele und der Methoden. Ernsthaft diskutierte Fragen wie «was ist gut gelungen?», «wo lagen die Schwierigkeiten?» oder «wie fahren wir inhaltlich und methodisch weiter?» schärfen das Bild über den eigenen Unterricht. Diese gemeinsamen Analysen schaffen Vertrauen und fördern die Handlungskompetenz der Lernenden und der Lehrenden. Ein hervorragendes Mittel der Reflexion sind die Semester-Lernberichte, die am Seminar Marzili Bern obligatorisch verankert sind. In diesen Berichten müssen sich Schülerinnen und Schüler nicht nur über ihre persönlichen Lernergebnisse, sondern auch über Effizienz, Bedeutsamkeit und Klima des Unterrichts äussern. Mein schriftliches oder mündliches Feedback zu diesen Berichten schliesst den reflexiven Bogen. Es führt mich sehr konkret und direkt in meine Arbeit zurück und bedeutet eine enorme Bereicherung meiner Erfahrungen.

3. Die reflektierte Praxis erhöht meine Handlungssicherheit und führt – so hoffe ich wenigstens – zu einer gewissen Qualitätssicherung meines Sportunterrichts. Ich glaube, dass durch die Reflexion eine positive Routine entsteht, in der sich Erfahrungen kontinuierlich vertiefen und trotzdem kreativ entfalten können. Und schliesslich bin ich überzeugt, dass meine Freude am Beruf sehr stark in der Reflexions- und Feedbackkultur unserer gesamten Schule gründet.