

Zusammenfassung

Die vorliegende Ausarbeitung befasst sich mit der sportmotorischen Testung von Schülern¹ der Sekundarstufe II, im Rahmen eines fächerverbindenden Unterrichts Sport und Biologie. Die Unterrichtseinheit wurde mit fünf Oberstufenkursen im Fitnessstudio durchgeführt. Die Tests zur Erhebung der Daten für Schnellkraft und Kraftausdauer wurden zu Beginn und Ende des sechswöchigen Unterrichtsprojekts durchgeführt. Die Arbeitsmaterialien für das gesamte Unterrichtsvorhaben und die sportmotorischen Tests wurden im Rahmen eines Masterprojekts der Universität Bielefeld ausgearbeitet. Zum Einstieg dieser Arbeit werden kurz einige theoretische Grundlagen zum fächerverbindenden Unterricht, sowie zu den, für die Testung entscheidenden, motorischen Hauptbeanspruchungsformen gelegt. Da der Inhaltsbereich der motorischen Hauptbeanspruchungsformen ein sehr umfangreiches Feld darstellt, wurde die Gewichtung auf den Kraftbereich gelegt, da die Testung auf diesen Teilbereich abzielt. Im Anschluss an die Betrachtung der Besonderheiten im Bezug auf Krafttraining, werden die Ergebnisse der Studie dargestellt und zu den theoretischen Grundlagen in Bezug gesetzt. Die Studie zeigt im Bezug auf die Entwicklung der Kraftfähigkeiten keine eindeutigen Ergebnisse, sondern ausschließlich Tendenzen. Zusammenfassend lässt sich sagen, dass statistisch betrachtet keine deutlich stärkere Leistungszunahme der Kraftfähigkeiten durch einen fächerverbindenden Unterricht gegeben ist. Die Begründung hierfür könnte zum einen in der begrenzten Laufzeit der Studie von sechs Wochen liegen. Bei einer verlängerten Laufzeit insbesondere des Trainings und der verknüpften Inhalte könnten sich die beobachtbaren Tendenzen durch weitere Erhebungszeitpunkte verstärken und eine deutliche Entwicklung erkennbar werden lassen. Die Anknüpfungspunkte und Ausblicke an diese Arbeit werfen jedoch die Frage der Durchführbarkeit über einen so langen Zeitraum im Schulkontext auf. Diese Arbeit gibt Anregungen und Veränderungsvorschläge für die erneute Durchführung einer solchen Studie, die aber im Bezug auf die Besonderheiten im Schulalltag kritisch betrachtet werden sollten.

¹ Zur besseren Lesbarkeit verwende ich in der gesamten Arbeit regelmäßig die maskuline Anredeform, womit aber stets ausdrücklich beide Geschlechter gemeint sind!

