

Unsere Schule und das heutige Sportverständnis

Das Prinzip des Schneller-Höher-Weiter hat auch bei uns seine Berechtigung – alles andere wäre weltfremd. Wettkämpfe können anspornen und das Einschätzen der eigenen Leistung schulen. Wie bei der Bildung des Kopfbereichs dominieren auch im sportlichen Wettkampf die Kräfte der Analyse, des Bewusstseins und der Individualisierung.

Wettkämpfe erst ab der dritten Klasse

Wenn die Schüler mit der einsetzenden Pubertät beginnen, ihren Körper ganz individuell zu ergreifen, hat dieses Prinzip seine volle Berechtigung.

Deswegen werden Wettkämpfe erst ab der dritten Klasse nach und nach eingesetzt.

Grundsätzlich ist für uns das Ziel sportlicher Betätigung aber nicht das Erreichen einer – wie auch immer definierten – Wettkampfform, sondern die Leistungsfähigkeit und Freude bei der Erfüllung selbst gestellter Aufgaben.

Hauptsache, es macht Spaß?

Ja, Sportunterricht muss Spaß machen. Emotionen gehören dazu, wie man an der Psychomotorik, der Erlebnispädagogik oder den Trendsportarten beobachten kann. Sport aus Spaß wird als legitimer Ausgleich zu kognitiver oder eintöniger Arbeit gesehen. Aber wir erwarten mehr. Beispielsweise unterstützt „Werfen“ als emotionales Erlebnis den Schüler, wenn er etwas „äußern“ will, und „Fangen“, wenn er einen neuen Lerninhalt „aufnimmt“. Über die Brücke der Emotionen verbessert Bewegung die anderen schulischen Fähigkeiten. Durch diesen emotionalen Aspekt werden auch motorisch schwächer begabte Kinder in ihrem Lernwillen angesprochen und integriert.

Fitness und starke Muskeln?

Ja, in einem gesunden Körper lebt ein gesunder Geist. Körperkult und das Krafttraining bedürfen jedoch eines Ausgleichs. Eingebettet in einen großen Raum bedarf unser Körper in seiner Gestalt und Funktion einer Ausrichtung zu allen Seiten. So wendet beispielsweise der Hochspringer seine Aufmerksamkeit nach vorne, um gut springen zu können, der Fechter achtet mit seiner Beinarbeit auf ein elastisches und zugleich kraftvolles Verhältnis zum Boden.

Bothmer-Gymnastik

Dieses raumorientierte Bewegungskonzept fördern wir u.a. durch die Bothmer-Gymnastik – eine Reihe von Übungen, die auf die verschiedenen Entwicklungsstufen des Kindes abgestimmt sind und in ihrem Ursprung auf die erste Waldorfschule in Stuttgart zurückgehen.