

Inhalt

Vorwort der Herausgeber „Edition Schulsport“	10
1 Einführung	12
2 Grundlagen der Gesundheitsförderung	18
2.1 Gesundheit und Gesundheitsförderung <i>(Reinhard Erlemeyer)</i>	18
2.1.1 Zum Verständnis von Gesundheit	19
2.1.2 Der salutogenetische Ansatz nach A. Antonovsky	21
2.1.3 Gesundheitsförderung nach E. Beckers	23
2.2 Beiträge des Sports zur Gesundheit <i>(Eckart Balz)</i>	28
2.2.1 Beiträge des Sports zur Gesundheit sind elementar	29
2.2.2 Beiträge des Sports zur Gesundheit sind mehrdimensional	31
2.2.3 Beiträge des Sports zur Gesundheit sind ambivalent	33
2.3 Schülergesundheit <i>(Ralf Sygusch, Clemens Töpfer & Susanne Tittlbach)</i>	38
2.3.1 Voraussetzungen der Schüler: Gesundheitsverständnis, Gesundheitsmotiv und Gesundheitsstatus	38
2.3.2 Fazit	49
2.4 Zur Gesundheit von Sportlehrkräften <i>(Valerie Kastrup)</i>	56
2.4.1 Anforderungen und Belastungen im Sportlehrerberuf	57
2.4.2 Ressourcen und Bewältigung im Sportlehrerberuf	70
2.4.3 Gesundheitliche Situation von Sportlehrkräften	72
2.4.4 Fazit	74

2.5	<i>Gute gesunde Schule</i> (Valerie Kastrup & Petra Vogel-Deutsch)	80
2.5.1	<i>Gute gesunde Schule</i> – Charakteristik	80
2.5.2	Ein Beispiel: die <i>Gute gesunde HCA-Schule</i>	85
2.5.3	Reflexionen zum Werdegang der <i>Guten gesunden HCA-Schule</i>	97
3	Themenfelder der Gesundheitsförderung im Schulsport	105
3.1	Gesundheitspädagogische Perspektivierung (Eckart Balz)	105
3.1.1	Zur Genese der Gesundheitsperspektive	105
3.1.2	Zur Aktualität der pädagogischen Perspektive	107
3.1.3	Zur Perspektivierung der Gesundheitskompetenz	109
3.1.4	Zwischenbilanz	112
3.2	Gesundheit testen (und trainieren) lernen (Tim Mergelkuhl & Christian Schweihofen)	115
3.2.1	Gesundheit testen – ja, aber was gehört dazu?	116
3.2.2	Wie kann das Testen und Trainieren von Gesundheit im Sportunterricht thematisiert werden?	119
3.2.3	Fazit	122
3.3	Befindlichkeiten reflektieren und verbessern (Jana Lohre & Valerie Kastrup)	125
3.3.1	Die Dimensionen der Befindlichkeit	127
3.3.2	Möglichkeiten zur Thematisierung von Befindlichkeit im Sportunterricht	133

3.4	Unterrichtsvorhaben gesundheitlich akzentuieren (<i>Reinhard Erlemeyer</i>)	139
3.4.1	Praxisnahe Zugänge zur biologischen Funktionsfähigkeit	141
3.4.2	Praxisnahe Zugänge zur soziokulturellen Leistungsfähigkeit	142
3.4.3	Praxisnahe Zugänge zur individuellen Gestaltungsfähigkeit	143
3.5	Gesundheit fächerübergreifend unterrichten (<i>Tim Mergelkuhl</i>)	149
3.5.1	Fächerübergreifender Unterricht – eine Idee ohne Umsetzung?	150
3.5.2	Was ist fächerübergreifender Unterricht? Und wie kann er gestaltet werden?	154
3.5.3	Fazit	159
3.6	Gesundheitsförderung im Schulleben konkretisieren (<i>Eckart Balz</i>)	164
3.6.1	Außerunterrichtlicher Schulsport, Bewegte Schule, Ganzttag	164
3.6.2	Spektrum der Schulstufen und Schulformen	168
3.6.3	Schülerinnen und Schüler als Akteure	171
4	Praxisbeispiele zur Gesundheitsförderung im Schulsport	177
4.1	Ein Unterrichtsvorhaben zur „Sensibilisierung der Wahrnehmung“ (<i>Reinhard Erlemeyer & Achim Hinnenthal</i>)	177
4.1.1	Beschreibung des Unterrichtsvorhabens	178
4.1.2	Fazit	187

4.2	„Rückenschule reloaded“ – ein Unterrichtsvorhaben (<i>Katrin Neumann</i>)	190
4.2.1	Vorüberlegungen zur Konzeption des Unterrichtsvorhabens	190
4.2.2	Darstellung der längerfristigen Unterrichtszusammenhänge	193
4.2.3	Rahmenbedingungen für das Unterrichtsvorhaben	193
4.2.4	Ziele des Unterrichtsvorhabens	193
4.2.5	Methodisch-didaktische Rahmung des Unterrichtsvorhabens	195
4.2.6	Darstellung des Unterrichtsvorhabens	198
4.2.7	Kritische Betrachtung des Unterrichtsvorhabens	210
4.3	Fitness-(Tests) im Test – Gesundheitsförderung fächerübergreifend (<i>Tim Mergelkuhl</i>)	223
4.3.1	Fitnessstests erfahren und einschätzen	223
4.3.2	Fitness – eine Frage der Definition	227
4.3.3	Tests im Testverfahren	231
4.3.4	Testentwicklung	236
4.3.5	Fazit	239
4.4	Rollstuhlbasketball in der Schule (<i>Patrick Thiele</i>)	248
4.4.1	Beschreibung des Unterrichtsvorhabens	248
4.4.2	Darstellung der einzelnen Unterrichtseinheiten	253
4.4.3	Fazit	258
4.5	Gesundheit im Schulleben – ein Beispiel (<i>Elisabeth Sahre & Rosemarie Schwarz</i>)	261
4.5.1	Der Anfang – oder was bedeuten <i>Gims</i> und <i>Opus</i> ?	262
4.5.2	Konkrete Umsetzung	263
4.5.3	Ausblick	270
	Bildnachweis	274