



Pädagogische Gesamtstrategie zur Entwicklung des Themenfelds 'Bewegung, Sport und Gesundheit' im schulischen und schulpartnerschaftlichen Setting in NÖ

Für die PH NÖ:

Univ.-Prof. HR MMag. DDr. Erwin Rauscher
Rektor der Pädagogischen Hochschule NÖ

Für den LSRfNÖ:

Hofrat Hermann Helm
Amtsführender Präsident des Landesschulrates für NÖ

Für den Fachbereich seitens des LSRfNÖ:

OStR Mag. Wolfgang Kaindl
Fachinspektor für Bewegungserziehung und Sport

Für den Fachbereich seitens der PHNÖ:

OStR Mag. Eugen Mann
Fachbereich Bewegung, Sport und Gesundheit

Für das Land Niederösterreich:

Dr. Petra Bohuslav
Landesrätin für Jugend, Bildung und Sport

Baden, vereinbart am:

19. November 2008

Konzept Bewegung und Sport, Gesundheit an der PH NÖ

1 Mission Statement

Um einer ganzheitlichen Entwicklung und umfassenden Bildung junger Menschen Rechnung zu tragen, wird es auch im Verantwortungsbereich der Pädagogischen Hochschule Niederösterreich liegen, bewegungsorientierte und gesundheitsfördernde Prozesse anzubahnen, zu begleiten und weiter zu entwickeln.

Es werden Maßnahmen im Bereich der Aus-, Fort- und Weiterbildung zu setzen und Rahmenbedingungen zu schaffen beziehungsweise weiter zu entwickeln sein, damit dieses Ziel durchgängig (in allen Schularten und jeglichen Altersstufen) umgesetzt werden kann. Dabei sollen Elemente der Schulpartnerschaft in die Gesamtstrategie einbezogen werden.

Die genannten Zielsetzungen sind nicht nur im Hinblick auf die neuen Lehrpläne (Lehrplan 1999 / Unterstufe; Lehrplan 2006 / Oberstufe) für den Gegenstand "Bewegung und Sport" zu sehen, sondern finden sich auch in den Grundgedanken der Weltgesundheitsorganisation wieder. (Ottawa-Charta, 1986)

"Gesundheitsförderung zielt auf einen Prozess, allen Menschen ein höheres Maß an Selbstbestimmung über ihre Gesundheit zu ermöglichen und sie damit zur Stärkung ihrer Gesundheit zu befähigen. Um ein umfassendes körperliches, seelisches und soziales Wohlbefinden zu erlangen, ist es notwendig, dass sowohl einzelne als auch Gruppen ihre Bedürfnisse befriedigen, ihre Wünsche und Hoffnungen wahrnehmen und verwirklichen sowie ihre Umwelt meistern bzw. verändern können. In diesem Sinne ist die Gesundheit als ein wesentlicher Bestandteil des alltäglichen Lebens zu verstehen und nicht als vorrangiges Lebensziel. Gesundheit steht für ein positives Konzept, das in gleicher Weise die Bedeutung sozialer und individueller Ressourcen für die Gesundheit betont wie die körperlichen Fähigkeiten. Die Verantwortung für Gesundheitsförderung liegt deshalb nicht nur bei dem Gesundheitssektor sondern bei allen Politikbereichen und zielt über die Entwicklung gesünderer Lebensweisen hinaus auf die Förderung von umfassendem Wohlbefinden hin."

2 Grundlagen

2.1 Lehrpläne

Die Lehramtsausbildung zu PflichtschullehrerInnen und zu BewegungserzieherInnen muss so gestaltet sein, dass die Umsetzung der Lehrpläne im Unterricht gewährleistet ist

- Lehrpläne "Bewegung und Sport",
 - Sportkunde
 - Wahlpflichtgegenstand "Theorie des Sports und der Bewegungskultur"
- Bestimmungen der bewegungserzieherischen Schulveranstaltungen bzw. schulbezogene Veranstaltungen in allen Schularten

2.2 Bildungs- und Lehraufgabe: Bewegung und Gesundheit

Bewegung und Gesundheit als allgemeines Bildungsprinzip in den österreichischen Lehrplänen

3 Prinzipien

Die moderne Sport- und Bewegungserziehung ist einer stetigen Weiterentwicklung unterworfen, wobei sich Ziele und Werthaltungen ändern und sie sich daher immer neuen, der Zeit angepassten Herausforderungen stellen muss. In der heutigen Zeit kommt, bedingt durch die Tatsache, dass die Erlebniswelt der Kinder und Jugendlichen immer bewegungsärmer wird, dem Schulsport besonders große Bedeutung zu.

Die neuen Lehrpläne geben Antworten auf den gesellschaftlichen Wandel der letzten Jahre. Als Ausdruck dieses Wandels kam es auch zur Umbenennung des Unterrichtsfaches von „Leibesübungen“ auf „Bewegung und Sport“. Wobei der neue Name zugleich auch Programm ist. War der alte Lehrplan noch von Sportarten dominiert, so gehen die neuen Lehrpläne darüber hinaus und stellen die Bewegungserziehung in den Mittelpunkt. Die Erschließung der Bewegungs- und Spielkultur wird ebenso angestrebt wie die Freude am Sport. Beide Handlungsansätze sollen zu lebenslangem Sporttreiben hinführen. **(Erziehung zum Sport)**

Bewegung und Sport an den Schulen kommt in seiner Gesamtbetrachtung neben seinen wichtigen kurzfristigen Wirkungsbereichen auch durch seine längerfristigen Auswirkungen große Bedeutung zu. Die Entwicklung der Persönlichkeit junger Menschen in körperlicher, kognitiver und emotionaler Hinsicht soll durch Bewegung, Spiel und Sport gefördert werden - soziales Lernen und Werteeerziehung sollen diesen Prozess begleiten. **(Erziehung durch Sport)**

Daraus folgt, dass der gesamte Bildungsweg in der Aus-, Fort- und Weiterbildung darauf abzielen hat, dass bei den PädagogInnen genau dieses Verständnis einer Sport-, Bewegungs- und Gesundheitskultur geschaffen wird, um auch bei der Unterrichtserteilung wirken zu können.

4 Strategie

4.1 Grundsätze an der PH NÖ

- Bewegung und Sport, Gesundheit als Teil der 'Corporate Identity' und des 'Corporate Behaviour' der PH NÖ
- Umsetzung bewegungs- und gesundheitsorientierter Elemente in jedem Department der PH NÖ im Sinne eines langfristigen Entwicklungsprozesses
- Gesamtkoordination der genannten Ziele und Strategien
- Verwirklichung derselben im Rahmen der budgetären Rahmenbedingungen
- Entwicklung der Bereitstellung von Information in fachbezogenen Themenfeldern durch Nutzung zeitgemäßer Medien / Technologien

4.2 Zielsetzungen

4.2.1 Orientierungsrichtlinien für die Erstausbildung an der PHNÖ

Allgemeiner Ansatz

Als Grundlagen zur Sicherung des erforderlichen Ausbildungsniveaus werden die Hochschul-Curricula-Verordnung und die Lehrpläne für BESP zu sehen sein.

Volksschule / Allgemeinbildende Sonderschule

- Beachtung und Erhaltung eines erforderlichen Grundniveaus der Ausbildung (Fachpraxis/ Fachdidaktik/ Fachwissenschaft/schulpraktische Arbeit) und einer ausreichenden Übungszeit, um die Fach- und Handlungskompetenz zu sichern (Einrichtung von Tutorien, kleine Gruppengrößen)
- Notwendigkeit von Eingangsvoraussetzungen (motorische Eignung) bzw. Erbringung dieser im Laufe der Ausbildungszeit (Thema: Tutorien)
- Schaffen eines Grundniveaus des Eigenkönnens in Anlehnung an bestehende Sportabzeichen (z.B.: ÖLTA; ÖStA; Abzeichen der Österreichischen Wasserrettung)
- Schaffung von Zusatzqualifikationen zu einer Unterrichtserteilung in Bewegung und Sport an VS/SS/PTS, die nicht die Ressourcen der Grundausbildung beschränken dürfen bzw. keine Einschränkungen der restlichen Ausbildung (Präsenzfrage) zur Folge haben dürfen (z.B.: zusätzliche Wahlmöglichkeit in den letzten Semestern, um die sportpraktischen, sportorganisatorischen und gesundheitsorientierten Kompetenzen zu vertiefen)
Thema: Bewegungsexperte - Fachmodul Sport: "Bewegtes Lernen"; Organisation von Bewegungsnachmittagen - Schulsportfesten; bewegungsorientierte Pausengestaltung; Entspannung im Regelunterricht; Ausgleichsgymnastik/ Haltungsschulung; ...
- Ermöglichung einer Ausbildung zum "Wintersport-/ Schneesportexperten" ohne Benachteiligung im "Regelstudium"
Bei Bedarf Verzahnung des Fortbildungsangebotes mit jenem der Erstausbildung
Ziel: mindestens 1 LehrerIn / Schulstandort
- Sommersportexperte
Bei Bedarf Verzahnung des Fortbildungsangebotes mit jenem der Erstausbildung (z.B. PH Wochen)
- Möglichkeiten der Berücksichtigung der für den Schulsport relevanten Alternativsportarten
- Verpflichtender Besitz des 1. Abzeichens der Österreichischen Wasserrettung (Helferschein) und einer "Erste Hilfe" – Ausbildung (Sicherung derselben durch PH-interne Angebote)
- Kooperationen mit Praxisschulen zur Verbesserung der Fachpraxis sind anzustreben (schulpraktische Betreuung durch Fachwissenschaftler)
- Pädagogische Qualifikationen bei außerschulischen Kooperationen (externer Sportexperte)

Hauptschule / Polytechnische Schule

- Beachtung und Erhaltung eines erforderlichen Niveaus der Grundausbildung (Fachpraxis/ Fachdidaktik/ Fachwissenschaft/ schulpraktische Arbeit)
- Ausreichende Zeitressourcen, um die notwendigen Eigenkompetenzen und Fach- und Handlungskompetenzen von BewegungserzieherInnen erwerben zu können
z.B.: fachspezifische Unterrichtsplanung durchführen können, den Unterricht systematisch beobachten und reflektieren lernen
Ziel: Unterricht in BESP soll ausschließlich durch Fachlehrer erfolgen
- Ausbildung "Wintersport-/ Schneesportexperte"
Bei Bedarf Verzahnung des Fortbildungsangebotes mit jenem der Erstausbildung
Ziel: mindestens 1 LehrerIn / Schulstandort
- Sommersportexperte
Bei Bedarf Verzahnung des Fortbildungsangebotes mit jenem der Erstausbildung
(z.B. PH Wochen); Erlebnispädagogik "Outdoor"
- Möglichkeiten der Berücksichtigung der für den Schulsport relevanten Alternativsportarten
- Besitz des 2. Abzeichens der Österreichischen Wasserrettung (Retterschein) und einer "Erste Hilfe" – Ausbildung

4.2.2 Inhaltliche Schwerpunkte im Bereich der gesamten LehrerInnenbildung

a) Berufsbegleitende Zusatzqualifikationen

- Einrichtung von Lehrgängen zur Qualifizierung von in "Bewegung und Sport" ungeprüften APS KollegInnen nach Bedarf
- BegleitlehrerInnenausbildung (Schi Alpin; Snowboard; Schi Nordisch) zur Sicherstellung des aktuellen Niveaus (ausreichend ausgebildete Wintersportwochen – BegleitlehrerInnen an jedem Schulstandort)
- Ausbildungslehrgänge, die unter anderem auch eine Mitgestaltung/ Unterrichterteilung auf Sommersportwochen ermöglichen: Schwerpunkt auf "freizeitwertige" Sommersportarten ("Lifetime" Sportarten/ Naturerlebnis: Klettern/ Mountainbiken/ Rudern/ Kraft- und Fitnesstraining/ Choreografien/ Badminton/ Frisbee/ Zirkuskünste/.....)
- Methodikseminare
 - mit schleudernden Geräten (Minitramp,...)
 - Helferschein/ Retterschein/ Lehrschein
- Outdoor- und Freizeitpädagogik
 - z.B.: Kurzturnen, Pauseturnen; Nachmittagsbetreuung; Freizeitgestaltung auf Sportwochen
- Motopädagogik (VS Bereich)

b) Berufsbegleitende Fortbildung: Fachbezogene Schulentwicklung/ Unterrichtsqualität

- Seminarreihen für VS und ungeprüfte APS Lehrer/innen (qualitätsvolle Unterrichterteilung) in den Regionen
Fachthemen:
 - kleine Spiele; die großen Ballspiele; Schwimmunterricht; Schaffen motorischer Grundlagen durch LA/ Turnen; Sicherheit im Sportunterricht; Tanz
 - Theorieaspekte von Bewegung und Sport: Gestaltung/ Planung eines modernen Sportunterrichts; Organisationsrahmen; Handreichungen – motorische Tests, Sportabzeichen, Übungskarten,...
- Jährliche Durchführung einer zweitägigen, schulartenübergreifenden AG Tagung BESP
- Auffrischungsangebote für Sportarten mit erhöhtem Sicherheitsrisiko (z.B.: Sportklettern, Schwimmen (Methodik), Mountainbiken, Eislaufen, ...) zur Sicherung des Ausbildungsniveaus
- Qualitätsmaßnahmen/ Qualitätssicherung:
 - "blended learning"
 - Anliegen der Unterrichtsplanung – z.B.: neue Lehrmittel (eLBuS), etc.
 - Anliegen der Sicherheit bzw. Rechtsinformationen
 - Gestaltung des Unterrichts zu schwierigen Situationen: große Schülergruppen; kleine Sportstätten; im Schwimmbad; am Eislaufplatz; ...
 - Wahrung von aktuellen Qualitätsansprüchen für Sportarten mit schnell wechselnden Anforderungsprofilen (z.B.: Tanz, Fitness, ...)
- Fortbildungen zu Themen der Sportwissenschaft (Sportkunde) für Lehrer/innen im Fach "Sportkunde" und im Wahlpflichtgegenstand TSBK - Gestaltung der Reifeprüfung
- Fortbildung - Wintersportwochen zur Sicherstellung des aktuellen Niveaus/ ebenso Koordination der ReferentInnen

- Outdoorpädagogik: (Erlebnischarakter, Natur, ..) mit fächerübergreifender Ausrichtung
z.B.: Neugewichtung und zeitgemäße Orientierung der "Wandertage"
- Verknüpfung von Sport und Technik sowie Sport und Wirtschaft in den jeweiligen
Fortbildungsveranstaltungen:
z.B. Angebot gesundheitsorientierter Module bei fachspezifischen Fortbildungen
(Wirtschaft, Technik)
- Fächerübergreifende Anliegen: interkulturelles Lernen; Integration; Gewaltvorbeugung

c) Gesundheitsförderung

- "Gesundheitskoordinator – Bewegungskoordinator" - Ausbildung in Modulen wie z.B.:
 - Qualitätssicherung (Schulsportmanager) - neue sportbiologische/
sportphysiologische Erkenntnisse (Auswirkungen für die Praxis), Haltungs- und
Bewegungsapparat; Gewalt und Aggression im Schulsport/
Konfliktlösungsstrategien durch BESP
 - Koordination von Bewegungsprojekten (und Kooperationen)
 - Entwicklung von Jahresarbeitsprogrammen
- Theorieaspekte des Sports
 - Auffrischungen/ Einführungen in "Erster Hilfe"
 - Trainingslehre
 - Erörterung aktueller fachdidaktischer Fragestellungen unterlegt mit
praxisorientierten Fallbeispielen
 - Motorische Tests (Klug und Fit, u.a.) und Muskelfunktionsprüfungen
- Gesundheitsaspekte
 - Gesunde Ernährung und Sport
 - Psychohygiene der LehrerInnen – "Burn out" - Vorbeugung
 - Sportbiologie
 - Orthopädie und Haltungsschulung
 - bewegungsfreundliche Pausengestaltung – Körperbewusstsein (Pilates, Yoga, ...)
- Schulärztetagungen:
Anbahnung der Abhaltung einzelner Module gemeinsam mit den PädagogInnen im
Hinblick auf die Bedürfnisse und Problemstellungen an Schulen - Entwicklung von
Projektkonzepten (einschließlich Schulpsychologie)

4.2.3 Übergreifende Ansätze

- Berücksichtigung der Anliegen der Institutionen LSR/ BMUKK unter Einbeziehung der Anliegen der PHNÖ in die Planung von Aus- und Fortbildungsveranstaltungen zur optimalen Umsetzung der Lehrpläne von BESP; Unterstützung und Ergänzung gesundheitsfördernder Projekte
- Themenorientierung – fächerübergreifende Anliegen
z.B.: Sicherheit und Risikomanagement; Bewegung und Umwelt; Sport und Gewalt; Fit for Business;...
- Gestaltung der Schule als gesundheitsförderliche Lebenswelt – BESP in der Freizeitbetreuung, Bewegtes Lernen im Unterricht, Entspannung im Unterricht, Bewegungs- und Erfahrungsräume (Bewegte Pausen),...
- Bausteine zur Stärkung von persönlichen Gesundheitsressourcen
 - physisch (Fitness/ Maßnahmen für ältere KollegInnen)
 - psychisch (Befindlichkeit, Entspannung, Atmung)
 - sozial (Partnerverhalten, Teamfähigkeit,...)
- Entwicklung von Qualitätszertifikaten im Bereich BESP für Schulen
- Erprobung und Begleitung wissenschaftlicher Modelle
- Einbeziehung von BESP – Studierenden der PH NÖ in all den Modulen, die zur Praxisvertiefung beitragen können (kann gleichzeitig ein Ansatz zur Neuorientierung an den Schulstandorten sein; Anbahnung zur Selbstreflexion im bestehenden System)
- Abstimmung mit den bestehenden Arbeitsgemeinschaften im Bereich BESP
- Regelmäßiger Einbau von Elementen aus BESP sowie Gesundheitserziehung in Fortbildungen von Führungskräften des Bildungssektors (Schulaufsichtsbeamte, Direktoren, Administratoren, Abteilungsvorständen – schulartenübergreifend)
- Kooperationen mit bestehenden Einrichtungen [Sozialversicherungsträger, Ärztekammer (Sportärzte), Diätologenverband, NÖ Landesregierung, Gesundheit Österreich GmbH (GÖG), Sportakademie, ...] sind in geeignetem Maß anzustreben
- Unterstützung des Projekts "Gesunde Schule"
- Anbahnung von bedarfsorientierten Kooperationen mit Universitäten in fachwissenschaftlichen Teilbereichen (Synergien), z.B. Sportbiologie, Sportpsychologie
- Beobachtung und Evaluierung von Entwicklungen und Ergebnissen im Bereich internationaler Institutionen: European Association for Sociology of Sport (EASS), International Council of Sport Science and Physical Education (ICSSPE), International Society of Sport Psychology (ISSP), International Council of Health, Physical Education, Recreation, Sport and Dance (ICHPER-SD)

4.3 Hochschulsport an der PH NÖ - "Bewegte Hochschule"

4.3.1 Infrastruktur

- Sanierung der Sportanlagen der PH NÖ (Turnsäle, Außenanlagen)
- Ergänzung um Anlagen für multisportive Nutzung (z.B.: Motorikpark, Funcourts für kleine Spiele, Kletterbereich, ...)
- Optimierung des Nutzungssystems für die adaptierten Außenanlagen inklusive des bestehenden Hallenbades (derzeitige und mögliche Nutzer: Praxisvolksschule PH, weitere Badener Schulen, Vereine, Bedienstete der PH)

4.3.2 Bewegungs-, Sport- und Gesundheitsorientierung:

Die PHNÖ arbeitet an einer stufenweisen Konzeptionierung bewegungs- und gesundheitsorientierter Strategien und Bereitstellung entsprechender Angebote im Sinne einer 'gesunden Hochschule'.

- für **Studierende**
 - Gesundheitsangebote (Entspannungstechniken; Ernährung; Kräftigen und Dehnen; Mobilisierung; Beweglichkeit; ...)
 - Spiele (Ballsparteinheiten im Wechsel), Schwimmen, Gerätturnen, LA, etc. – auch zur Unterstützung des Selbststudiums / Verbesserung des Eigenkönnens der Studierenden
 - Outdoorpädagogik (Outdooraktivitäten, Wochenendseminare, ...)
 - Wintersporttage
 - Sportfest für Studierende
- für **Lehrende und MitarbeiterInnen**
 - Maßnahmen, Angebote und Veranstaltungen (Indoor-Training) präventiven Charakters und zur Optimierung des Lebensstils mit Themenbereichen wie zum Beispiel:
 - Lebensbalance (Stressmanagement, Ernährung, ...)
 - präventivmedizinische Beratung
 - Bewegungsorientierte Angebote wie:
 - Ausdauertraining: z.B. Tanz, Nordic Walking, Schneeschuhwandern, Langlauf, ...
 - Ausgleich von Muskeldysbalancen: z. B. Pilates, Rückenschule, Kräftigen und Dehnen, ...
 - Selbstverteidigung (Selbstwertgefühl; Beweglichkeit; Reaktionsschnelligkeit)
 - Entspannungstechniken: z.B. Yoga, Qi Gong, Tai Ji, ...
 - große Sportspiele

4.3.3 Finanzierungsoptionen

Varianten

- Programm für Studierende:
 - Studiengebühren (soweit gesetzlich verankert)
 - Kursgebühren
 - allfällige (extra zu vereinbarende) Landes- und Bundeszuschüsse
- Angebote für Lehrende und MitarbeiterInnen: Budget "Indoor Training"
- Teilrechtsfähiger Bereich der PH NÖ
- Gründung eines Vereins der "Freunde des Sports an der PHNÖ" / Sportvereins (Absolventen, ehemalige Lehrende, Wirtschaftstreibende ..)

Mitwirkung an der Erstellung der Gesamtstrategie:

Für die PHNÖ:

Prof. Mag. Gerhard Angerer
OStR Mag. Eugen Mann
Mag. Manfred Ostermann

Für den LSRfNÖ:

FI OStR Mag. Wolfgang Kaindl