

# Inhaltsverzeichnis

	Vorwort	5
<b>1</b>	Sport – was ist das? .....	6
<b>2</b>	Zum Begriff Sport .....	7
<b>3</b>	Anfänge des Sports .....	8
<b>4</b>	Sport in der mykenisch-kretischen Kultur .....	9
<b>5</b>	Olympische Spiele im alten Griechenland .....	10
<b>6</b>	Sport bei den Römern .....	11
<b>7</b>	Sport im Mittelalter im deutschen Raum .....	12
<b>8</b>	Sport in der Frühen Neuzeit (16.-18. Jahrhundert) .....	13
<b>9</b>	Die Bildung der Turnbewegung unter F. L. Jahn .....	14
<b>10</b>	Die Entstehung von Turnvereinen .....	15
<b>11</b>	Turnorganisationen nach der Deutschen Revolution 1848/1849 .....	16
<b>12</b>	Aus den Statuten des Männer-Turnvereins zu Buxtehude (1862) .....	17
<b>13</b>	Der moderne englische Sport .....	18
<b>14</b>	Die (deutsche) Turnbewegung und der moderne englische Sport .....	19
<b>15</b>	Weitere Entwicklung des Sports in Deutschland bis ca. 1900 .....	20
<b>16</b>	Radsport .....	21
<b>17</b>	Der Werdegang des Sports in Deutschland ca. 1900-1918 .....	22
<b>18</b>	Anfänge des internationalen Sports .....	23
<b>19</b>	Sport in der Weimarer Republik (1919-1933) .....	24
<b>20</b>	Sport in Deutschland im Zeitraum 1933-1945 .....	26
<b>21</b>	Sport in Deutschland nach dem Ende des 2. Weltkrieges .....	26
<b>22</b>	Sport in der Bundesrepublik Deutschland und in der Deutschen Demokratischen Republik bis 1990 – Blatt 1 + 2 .....	27-28
<b>23</b>	Sport in der Bundesrepublik Deutschland seit 1990 – Blatt 1 .....	29
<b>23</b>	Sport in der Bundesrepublik Deutschland seit 1990 – Blatt 2 .....	30
<b>24</b>	Olympische Spiele der Neuzeit – 10 Fragen/10 Antworten – Blatt 1 .....	31
<b>24</b>	Olympische Spiele der Neuzeit – 10 Fragen/10 Antworten – Blatt 2 .....	32
<b>24</b>	Olympische Spiele der Neuzeit – 10 Fragen/10 Antworten – Blatt 3 .....	33
<b>25</b>	Mädchen und Frauen im Sport – Blatt 1 .....	34
<b>25</b>	Mädchen und Frauen im Sport – Blatt 2 .....	35

# Inhaltsverzeichnis

<b>26</b>	Historische Gründe, Sport zu treiben.....	36
<b>27</b>	Meinungen zum Thema Sport.....	37
<b>28</b>	Sport positiv bewertet.....	38
<b>29</b>	Sport in der Kritik.....	39
<b>30</b>	Fairplay im Sport – Partnerarbeit.....	39
<b>31</b>	Amateure und Profis.....	40
<b>32</b>	Breitensport und Leistungssport im groben Vergleich .....	41
<b>33</b>	Behindertensport.....	42
<b>34</b>	Sport und Politik .....	43
<b>35</b>	Sport für Freundschaft und Frieden .....	44
<b>36</b>	Sport, ein Wirtschaftsfaktor.....	45
<b>37</b>	Sport und Gesellschaft.....	46
<b>38</b>	Neue Entwicklungen im Sport – Blatt 1.....	47
<b>38</b>	Neue Entwicklungen im Sport – Blatt 2 .....	48
<b>39</b>	Piktogramme – Symbole von Sportarten – Blatt 1.....	49
<b>39</b>	Piktogramme – Symbole von Sportarten – Blatt 2.....	50
<b>40</b>	Wissenswertes über eine Sportart .....	51
<b>41</b>	Training im Sport.....	52
<b>42</b>	Allgemeine Trainingslehre.....	53
<b>43</b>	Weiteres zum Training .....	54
<b>44</b>	Vorbeugung von Verletzungen – Auf- und Abwärmen .....	55
<b>45</b>	Sportverletzungen und ihre Behandlungen.....	56
<b>46</b>	Sport und Ernährung .....	57
<b>47</b>	Mein Sport-Profil.....	58
<b>48</b>	Mein Sportverein .....	59
<b>49</b>	Mein Sport-Idol .....	60
<b>50</b>	Wir befragen Passanten zum Thema Sport.....	61
<b>51</b>	Quizwettkampf – Blatt 1.....	62
<b>51</b>	Quizwettkampf – Blatt 2.....	63
<b>52</b>	Sportarten raten von A bis Z .....	64
	Lösungen .....	65-72

# Vorwort

Liebe Kolleginnen, liebe Kollegen,

Sport ist durchaus ein interessantes, bildungsrelevantes Fach(gebiet). Diesem Fach(gebiet) wird in vielen allgemeinbildenden deutschen Schulen leider allenfalls eine zweit-rangige, wenn nicht sogar nur eine sehr geringe Bedeutung beigemessen.

Vor diesem Hintergrund befasst sich der vorliegende Band mit der allgemeinbildenden Relevanz des Sports. Dabei wird das umfangreiche Fach(gebiet) unter diversen Aspekten betrachtet. Die Betrachtung der historischen Entwicklung des Sports bildet im Band den Ausgangspunkt und zugleich einen Schwerpunkt. Die Vergangenheit trägt wesentlich zum Verständnis der Gegenwart bei, ist quasi der „Schlüssel zur Gegenwart“. Außer der **Geschichte des Sports** werden etliche weitere Gesichtspunkte behandelt: **Mädchen und Frauen im Sport, Sport und Politik, Breiten- und Leistungssport, Training im Sport, Sport und Ernährung ...** Es geht einerseits um Positives des Sports, demgegenüber aber auch um Negatives. Zudem hält der Band mehrere Quizspiele zum Thema Sport bereit.

Der Band bietet unterschiedliche Informations- und Arbeitsblätter für die Schüler(innen). Für die Heranwachsenden gilt es, auf den Arbeitsblättern Textverständnis und Ausdrucksvermögen zu beweisen. Im Weiteren wird des Öfteren nach der Meinung zu Ereignissen sowie Entwicklungen gefragt. Vorgesehen ist der Band in erster Linie für den Einsatz in der Sekundarstufe I. Er kann jedoch auch als Grundlage im Unterricht der Sekundarstufe II dienen.

Möge der Band dazu beitragen, dass Heranwachsende ...

- Sport nicht nur als Zuschauer erleben, sondern selbst Sport treiben, möglichst das ganze Leben lang;
- die positiven Dinge des Sports wertschätzen;
- negatives im Bereich des Sports erkennen, kritisieren sowie deshalb notwendige Veränderungen möglichst unterstützen.

Auch in diesem Sinne viele Erfolge beim Einsatz der im Band präsentierten Materialien wünschen Ihnen der Kohl-Verlag und

*Friedhelm Heitmann*

# 1 Sport – was ist das?

Sport wird allgemein zu den Freizeitaktivitäten gezählt, also nicht zur Arbeit. Auch wenn es keine überall anerkannte Definition des Begriffes Sport gibt, lässt sich sagen: Sport ist der Sammelbegriff für vielfältige (nicht auf die Arbeit bezogene) Formen der vor allem körperlichen Betätigung. Es gibt sehr viele Formen und Arten des Sports. Bereits mehr als 1 000 verschiedene Sportarten sollen – weltweit betrachtet – derzeit ausgeübt werden. Die Entwicklung von weiteren neuen Sportarten setzt sich fort.

Die Bandbreite des Sports reicht vom reinen Spielen (= Spielsport) bis hin zum Hochleistungssport (= Spitzensport). Nicht nur körperliche Fähigkeiten werden beim Sport verlangt, sondern auch geistige (so z.B. vor allem beim Schach). Ausgegangen wird davon, dass aktives Sporttreiben in der Regel das geistige Vermögen der betreffenden Sportler(innen) steigert. Sport ist u. a. Ausdruck von Kultur. Mit der Bezeichnung Kultur<sup>1</sup> ist insgesamt all das gemeint, was die Menschen verschiedener Völker geschaffen haben.

Der Sport mit seinen Sportarten verändert(e) sich im Laufe der Zeit bedingt durch historische, politische, wirtschaftliche und gesellschaftliche Ereignisse sowie Entwicklungen. Dadurch, dass in den weiterentwickelten Staaten (z.B. Deutschland) (viel) mehr Freizeit als früher zur Verfügung steht, haben die Menschen dort mehr Möglichkeiten, Sport zu treiben oder dabei Zuschauer zu sein.



**Aufgabe 1:** *Erkläre, was mit dem Begriff Sport gemeint ist!*

---

---

---



**Aufgabe 2:** *Wie viele verschiedene Sportarten soll es geben?*

---

---

---



**Aufgabe 3:** *Welche Fähigkeiten werden beim Sport gefordert?*

---

---

---



**Aufgabe 4:** *Wodurch verändert(e) sich der Sport mit seinen Sportarten?*

---

---

---

In der **Deutschen Demokratischen Republik** wurde im Laufe der Zeit mehr und mehr Wert auf Sport gelegt, besonders aber auf den Hochleistungssport. Man ging dazu über, mit der Suche nach Sporttalenten bereits im Kindergarten zu beginnen. Internationale Erfolge im Sport sollten dazu beitragen, dass die DDR als selbstständiger Staat von noch mehr anderen Staaten anerkannt wird. Im Weiteren war es Bestreben der DDR, auf dem Gebiet des Sports die Überlegenheit des Sozialismus gegenüber dem Kapitalismus aufzuzeigen. Sehr leistungsfähige Sportler(innen) wurden in der DDR stark gefordert und gefördert. Diese Sportler konnten quasi ihre Sportart berufsmäßig ausüben und wurden bei großen sportlichen Erfolgen mit Vorteilen gegenüber der sonstigen Bevölkerung belohnt (z.B. bessere Wohnungen). Verantwortliche im DDR-Sport schreckten nicht davor zurück, Sportlern(innen) zur Leistungssteigerung Dopingmittel zu verabreichen.

Sport diente in der DDR auch dazu, die Gesundheit der Arbeitskräfte zu unterstützen. Nach sowjetischem Vorbild wurden in Betrieben Betriebssportgemeinschaften gegründet. Betriebssportgemeinschaften in der Landwirtschaft bekamen Namen wie z.B. Traktor ..., im Handel Empor ..., im Verkehr Lokomotive ..., im Bergbau Aktivist ... oder Wismut ..., in der chemischen Industrie Chemie ..., im Metallbau Stahl ..., in der Energiewirtschaft Turbine ..., im Maschinen- und Fahrzeugbau Motor ... Sportorganisationen von Soldaten hießen Vorwärts ... Sportorganisationen der Polizei und Staatssicherheit Dynamo ... Beeinflusst, ja gesteuert durch die DDR-Sportführung ging die Zahl der herkömmlichen Sportvereine mit der Zeit im Staat immer weiter zurück.



Auch in der **Bundesrepublik Deutschland** wurde Hochleistungssport betrieben – u. a. aus nationalistischen Prestigegründen, wenngleich insgesamt gesehen nicht in dem gleichen Maße wie in der DDR. Den ersten sehr großen sportlichen Erfolg errang die BRD mit dem Gewinn der Weltmeisterschaft durch die deutsche Fußballnationalmannschaft im Jahr 1954. In der BRD kam es nach dem 2. Weltkrieg zu vielen Wiedergründungen von durch die Nationalsozialisten aufgelösten Sportvereinen und auch zu Neugründungen von Sportvereinen. So einigen Sportfunktionären aus der nationalsozialistischen Zeit gelang es, nach dem 2. Weltkrieg ihre Laufbahn in Sportverbänden der BRD fortzusetzen. Im Hochleistungssport der BRD entstanden Bundesleistungszentren. Bundesligen in immer mehr Sportarten wurden gebildet. Ein Beispiel: Im Jahr 1963 schuf der Deutsche Fußball-Bund die 1. Bundesliga im Fußballsport. Mit der Zeit setzte sich im Leistungssport der BRD der Profisport (= Berufssport) durch. In zunehmend mehr Sportarten konnten Sportler(innen) Sport zu ihrem Beruf machen; zahlreiche Aktive wurden quasi „Söldner im Sport“. Neben dem Leistungssport gewann in der BRD aber auch der Breitensport (= Freizeitsport) an Bedeutung und Zulauf.

Aufgrund des begonnenen und verlorenen 2. Weltkrieges war Deutschland 1948 von den Olympischen Spielen ausgeschlossen. 1952 nahm die BRD erstmals an den Olympischen Spielen teil, die DDR jedoch nicht. An den Olympischen Spielen von 1956 nahm eine gesamtdeutsche Mannschaft teil, bestehend aus BRD- und DDR-Sportlern – trotz der Rivalitäten zwischen beiden Staaten. Ab 1968 starteten die BRD und die DDR mit getrennten Teams bei den Olympischen Spielen. Die DDR überholte die BRD mit Erfolgen im Hochleistungssport. Bei den Olympischen Sommerspielen 1988 in Seoul erreichte die BRD mit 11 Goldmedaillen und insgesamt 40 Medaillen den 5. Platz im Medaillenspiegel. Die DDR dagegen belegte bei diesen Olympischen Spielen mit 37 Goldmedaillen und insgesamt 102 Medaillen den 2. Rang im Medaillenspiegel hinter der Sowjetunion, aber noch vor den USA.

Zwischen der BRD und der DDR gab es Sportverkehr in Form von vereinbarten sportlichen Wettkämpfen. Von der BRD-Seite wurden die Sportbegegnungen in der Regel als mögliche Annäherung beider Staaten betrachtet, von der DDR-Staatsführung gewöhnlich aber als Vergleich der sportlichen Leistung und Demonstration der Stärke des DDR-Sports.



EA

**Aufgabe 1:** *Kreuze an, welche der Aussagen richtig und welche falsch sind!*

		Richtig	Falsch
a	Die Suche nach Sporttalenten fing in der DDR in der Schule an.		
b	Sport sollte in der DDR dazu beitragen, die Überlegenheit des Sozialismus gegenüber dem Kapitalismus zu belegen.		
c	Betriebssportgemeinschaften im Fahrzeug- und Maschinenbau hießen in der DDR Motor ...		
d	Die BRD wurde mit der Nationalmannschaft erstmals im Jahr 1974 Fußballweltmeister.		
e	Sportfunktionäre aus der nationalsozialistischen Zeit durften keine führenden Positionen in Sportverbänden der BRD übernehmen.		
f	Mit der Bezeichnung „Söldner im Sport“ sind Berufssportler („Profis“) gemeint.		
g	Drei Jahre nach ihrer Gründung durfte die BRD mit Sportler(innen) erstmals an Olympischen Spielen teilnehmen.		
h	Die DDR war im Hochleistungssport stets erfolgreicher als die BRD.		
i	Der Einsatz von Dopingmitteln trug nicht zu den Erfolgen der DDR im Sport bei.		
j	Der Sportverkehr mit der DDR hatte für die BRD das Ziel, die Annäherung beider Staaten zu erreichen.		



EA

**Aufgabe 2:** *Verbessere nun die falschen Sätze in deinem Heft/deinem Ordner!*





**Aufgabe 3:** Setze die folgenden 10 Verben in der richtigen Verbform in den anschließenden Sätzen an der jeweils richtigen Stelle ein!

**bekommen – erweitern – gewinnen – gehen – realisieren –  
richten – sein – steigern – treiben – werden**

- a) Bekannt wurde später: Auch manche Sportler(innen) aus der BRD hatten bereits vor 1990 Dopingmittel zu sich genommen, um die eigene Leistung zu \_\_\_\_\_.
- b) In den östlichen Bundesländern \_\_\_\_\_ aus zahlreichen Betriebssportgemeinschaften (bürgerliche) Sportvereine.
- c) Beispielsweise \_\_\_\_\_ aus der 1956 gegründeten BSG Aktivist Schwarze Pumpe im Jahr 1991 die TSV Hoyerswerda hervor, daraus 2002 der FC Lausitz Hoyerswerda und daraus 2016 durch einen Zusammenschluss der Hoyerswerdaer FC.
- d) In der BRD gelang es den allermeisten Sportvereinen immer mehr Mitglieder zu \_\_\_\_\_.
- e) Die Vereine \_\_\_\_\_ ihr Angebot an verschiedenen Sportarten.
- f) Sportvereine \_\_\_\_\_ und haben Konkurrenz durch kommerzielle Anbieter von Sport wie z.B. Fitness-Centern.
- g) Das Interesse etlicher Sportvereine \_\_\_\_\_ sich auch auf die Förderung des Breitensports.
- h) Sehr bedenklich ist: In der BRD \_\_\_\_\_ sehr viele Erwachsene, aber ebenfalls Heranwachsende übergewichtig.
- i) Schon allein aus gesundheitlichen Gründen ist es wichtig, aktiv Sport zu \_\_\_\_\_.
- j) Im Schulsport wird das schon lange bestehende Vorhaben von 3 Sportstunden je Schulwoche oftmals nicht \_\_\_\_\_.



**Aufgabe 4:** Beantworte im Heft/Ordner:  
Welche Meinung hast du ...



- a) zum Einsatz von Dopingmitteln im Sport?
- b) zum Treiben von Sport im Fitness-Center?
- c) dazu, dass sehr viele Erwachsene und Heranwachsende übergewichtig sind?



**Aufgabe:**

Auf diesem Blatt findest du 10 Blöcke mit Stichwörtern für die Beantwortung der 10 Fragen auf Blatt 2 und 3. Beantworte diese Fragen aber in vollständigen Sätzen!

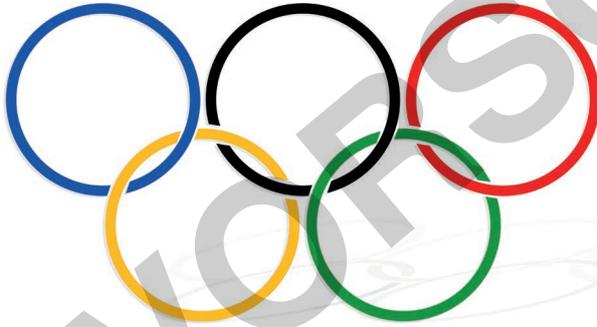
- Olympische Sommerspiele 1896 in Athen,
- Olympische Winterspiele 1924 in Chamonix

- Garmisch-Partenkirchen (1936),
- Berlin (1936),
- München (1972)

- Darstellung der Erdteile:
- Asien,
  - Amerika,
  - Afrika,
  - Europa,
  - Australien/Ozeanien

- Amateure,
- später auch Berufssportler („Profis“) zugelassen auf Beschluss des IOC im Jahr 1987

- Der Franzose Baron Pierre de Coubertin (1863–1937),
- Idee: Sportler aus aller Welt in freundschaftlichen Wettkämpfen;
- der Franzose lehnte jedoch Frauen als Sportlerinnen bei Olympischen Spielen ab.



- Das Internationale Olympische Komitee (IOC);
- gegründet 1894 in Paris,
- heutiger Sitz der Organisation in Lausanne

- USA und zahlreiche weitere westliche Staaten (auch die BRD) wegen des Einmarsches sowjetischer Soldaten in Afghanistan im Jahr 1979;
- Sowjetunion und weitere Ostblockstaaten (u.a. DDR) wegen angeblicher Gefährdung ihrer Athleten in den USA

- USA,
- Russland/Sowjetunion,
- Deutschland,
- Großbritannien,
- China,
- Frankreich

- Deutschland,
- Russland/Sowjetunion,
- Norwegen,
- USA,
- Kanada,
- Österreich

- Europa,
- Amerika,
- Asien,
- Australien/Ozeanien

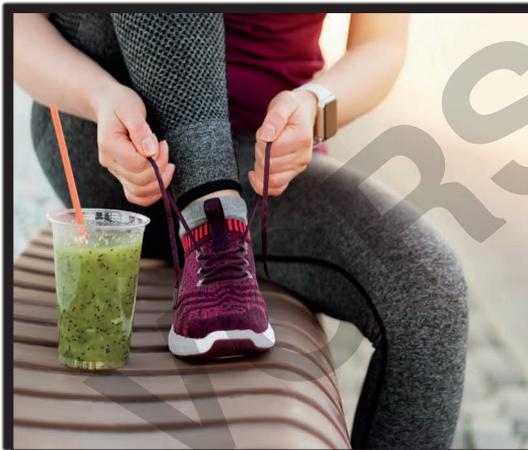


# 46 Sport und Ernährung

Wer Sport treibt, sollte auch auf seine Ernährung achten. Für die Aktiven gilt es, gesund zu essen. Auf keinen Fall Sport mit vollem Magen/Bauch treiben. Die Einnahme der letzten vollständigen Mahlzeit sollte mindestens 2 Stunden vor dem Sporttreiben liegen. Süßes vorm Sport zu essen, ist nicht zu empfehlen. Dagegen ist das Essen einer Banane, besser noch eines Apfels vorher ratsam, vor allem wenn Ausdauerleistungen zu erbringen sind. Das Essen einer halben Banane sowie das Trinken von ca. 0,3 Liter Mineralwasser sollte geeignet sein, um 1 Stunde Jogging durchzuhalten. Auf alle Fälle ist ab etwa 2 Stunden Ausdauersport zwischendurch eine Nahrungsaufnahme sinnvoll, ja angebracht. 1 Apfel bzw. 1 Banane werden dabei eher empfohlen als ein Energieriegel.

Insgesamt gesehen wird den Sportler(inne)n empfohlen, vielseitig und ausgewogen zu essen. Pflanzliche Lebensmittel sollten die Grundlage der Ernährung bilden: Getreideprodukte aus Vollkorn, Kartoffeln, Gemüse, Obst. Angeraten wird, viel Gemüse und Obst zu sich zu nehmen. Getreideprodukte gilt es in Maßen zu essen, entsprechend dosiert Fisch, Eier, Milch, Milchprodukte, Nudeln ...

Der Körper der Sportler(innen) benötigt auch Fette (enthalten u. a. in Fleisch und Wurst), wenngleich nur in (sehr) begrenzter Menge. Ganz wichtig es, ausreichend zu trinken um sportlich leistungsfähig zu sein und zu bleiben. Vorgeschlagen werden Mineralwasser, Fruchtsaftschorle, Früchtetees, Kräutertees. Die Getränke sollten wenig Kohlensäure und wenig Zucker enthalten sowie nicht (zu) kalt sein.



**Aufgabe:** *Besorge dir im Internet und/oder in Büchern weitere Informationen zum Thema Sport und Ernährung; notiere sie stichwortartig.*

---

---

---

---

---

---