

Das erweiterte EAG-Modell



Im Lehrmittel «Sporterziehung» – an welchem sich diese Broschüre auch orientiert – findet sich als Hilfe für die Gestaltung von Bewegungslernprozessen ein dreistufiges Phasenmodell. Aus pädagogisch-didaktischen Gründen ist dieses EAG-Modell für den Unterricht im Handlungsfeld «Bewegung und Gesundheit» ausdifferenziert und erweitert worden. Soll bisheriges Verhalten nachhaltig verändert werden, empfiehlt sich die Beachtung folgender Entwicklungsphasen: «Sensibilisieren – Erwerben», «Anwenden – Umsetzen» und «Gestalten – Beibehalten».

Differenziertes EAG-Modell



1. Phase: Sensibilisieren – Erwerben

In Phase 1 gilt es, Kinder und Jugendliche über Bewegung und Sport für die Gesundheit zu sensibilisieren. Durch vielfältige Bewegungsmöglichkeiten soll der eigene Körper sinnhaft erfahren und bewusst erlebt werden, sollen die gesundheitlichen Wirkungen reflektiert werden. Dadurch können Gesundheitsressourcen ausprobiert, erschlossen und erweitert werden.

Sensibilisieren – Erwerben

EAG



2. Phase: Anwenden – Umsetzen

In dieser Phase soll durch wiederholtes Üben in vielfältiger Form (Bewegen – Entspannen, Leisten – Erholen) gesundheitsförderliches Verhalten vertieft und stabilisiert werden. Gelegenheit dazu bieten fast alle schulischen Situationen (Bewegungsunterricht, Bewegter Unterricht, Aktive Pause, Sportanlässe).

Anwenden – Umsetzen

EAG



3. Phase: Gestalten – Beibehalten

Gesundes Bewegungsverhalten soll in der letzten Phase nach individuellen Bedürfnissen situativ variabel gestaltet und auch auf außerschulische Lebensbereiche (Familie, Freizeit, Sportverein) übertragen werden. Damit wird Bewegung in den Alltag integriert und ermöglicht längerfristige Wirksamkeit.

Gestalten – Beibehalten

EAG