

**Clemens Töpfer**

## Gesundheitskompetenzen im Sportunterricht fördern

### Summary

Health is an integral part of physical education. The concrete educational goals associated with it, however, remain blurred. In this context, the development of health competences in the context of movement, play and sport is currently being discussed and demanded. This article aims to create transparency with regard to the discourse on the health-related educational mandate in physical education. Building on this, the construct of sport-related health competence will be explained in more concrete terms. With a view to teaching practice, recommendations for methodical implementation are finally supplemented.

### Zusammenfassung

Das Thema Gesundheit ist ein fester Bestandteil von Sportunterricht. Die konkreten Bildungsziele, die damit verbunden sind, bleiben jedoch diffus. In diesem Zusammenhang wird aktuell die Entwicklung von Gesundheitskompetenzen im Kontext von Bewegung, Spiel und Sport diskutiert und gefordert. Der Beitrag möchte zunächst bezüglich des Diskurses zum gesundheitlichen Bildungsauftrag des Sportunterrichts Transparenz schaffen. Darauf aufbauend wird das Konstrukt der sportbezogenen Gesundheitskompetenz konkreter erläutert. Mit Blick auf die Unterrichtspraxis werden abschließend Empfehlungen zur methodischen Umsetzung ergänzt.

**Schlagworte:** Sportbezogene Gesundheitskompetenz, Gesundheitsförderung, Sportunterricht, Kognitive Aktivierung