

# EINBLICK



Schule in  
Bewegung  
Sport  
am  
Gutenberg

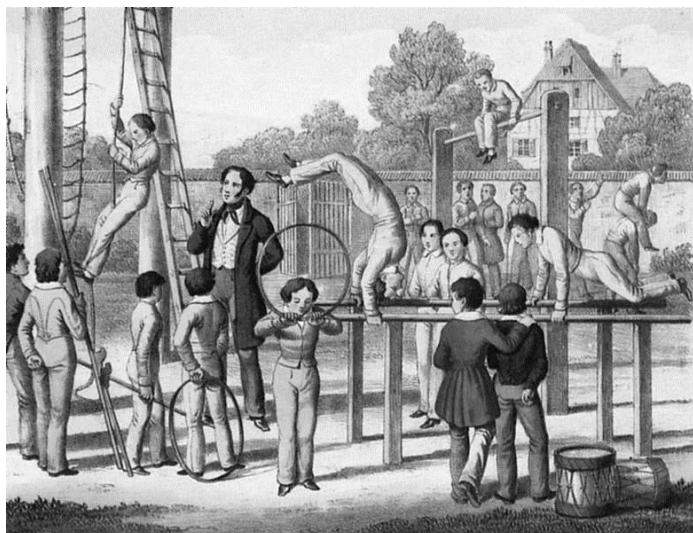
**Ausgabe 2/2014**

Gutenberg-Gymnasium Mainz, An der Philippschanze 5, 55131 Mainz  
Tel. 06131/9061550 Fax. 06131/9061556 [mail@gutenberg-gymnasium.de](mailto:mail@gutenberg-gymnasium.de)

# Sport macht Schule – Schule macht Sport

## VORWORT

---



Am 18. Juni 1811 eröffnete Friedrich Ludwig Jahn, der „Turnvater“, den ersten öffentlichen Turnplatz in der Berliner Hasenheide. Sein Zweck war die Leibesertüchtigung junger Männer zur Entwicklung wehrtauglicher Fähigkeiten. Seither hat sich der Sport zum Glück rasant weiterentwickelt und verändert. Heute ist Sport vor allem vielfältig: Hinsichtlich der Sportarten,

der Sportstätten, der Vermittlungsformen und der sportlichen Ziele.

Auch an der Schule ist Sport heute vielfältig wie nie: Von Aerobic bis Zumba gehen die Angebote. Es gibt Sportarten, Unterrichtseinheiten und AG-Angebote wie Turnen und Tanzen, Fußball und Fechten, Akrobatik, Badminton, Cheerlea-



ding und einiges mehr. Das Gutenberg ermöglicht Sport aber auch außer-  
unterrichtlich: Zum Beispiel beim Ekidenlauf des Mainzer Marathons, bei Ju-  
gend trainiert für Olympia oder beim jährlichen Sportfest.

Zwei Erfahrungen lassen sich eng mit Sport in der Schule verbinden. Sport  
bringt Körper und Geist in Bewegung, verkörpert im besten Sinne des Wortes,  
was ganzheitliches Lehren und Lernen heißen kann – und Sport vermittelt Er-  
fahrungen: Natürlich Bewegungserfahrungen und Erfahrungen über die  
Leistungsfähigkeit des Körpers, aber auch von Gemeinschaft und Kooperation,  
Spaß und Fairness. Nicht von ungefähr ist Sport das Lieblingsfach vieler Schüle-  
rinnen und Schüler.

„Es lebe der Sport“ singt der österreichische Liedermacher Reinhard Fendrich.  
Die Sportlehrerinnen und Sportlehrer des Gutenberg-Gymnasiums arbeiten an  
einem Ziel: Dass sich Schülerinnen und Schüler Fendrichs Titel zu eigen machen  
und sportliche Handlungsfelder für sich entdecken, für ein lebenslanges Aktiv-  
sein.

Für die Fachschaft Sport: Dorothee Weißer

**Verantwortlich für Texte und Layout (i. S. d. Presserechts):** Für die Schule: Dorothee Weißer;  
für den Schulelternbeirat (SEB): Petra Jung , Sabine Aulenbacher, Kirsten Kropp.

**Fotos (zur Verfügung gestellt von):** Karlheinz Berkessel, Markus Brenner, Peter Freilingen,  
Tilman Gerlach, Martin Russ, Martin Sondermann, Dorothee Weißer.



**Der Druck des Einblicks wird finanziert vom**

**Verein der Ehemaligen und der Förderer des  
Gutenberg-Gymnasiums e.V.**

An der Philippschanze 5, 55131 Mainz Tel.: 06131/906 1550, Fax 06131/906  
1556

**Bankverbindung:** Sparkasse Mainz, BLZ 550 501 20, Konto-Nr.: 4 55 26

**BIC** MALADE51MNZ, **IBAN** DE53550501200000045526

Vereinsregister: Amtsgericht Mainz: 14VR0911

E-Mail: foerderverein.gutenberg-gymnasium@gmx.de

Das Formular für die Beitrittserklärung finden sie unter <http://www.gutenberg-gymnasium.de/index.php?id=725>.

# Von Träumen und der Realität

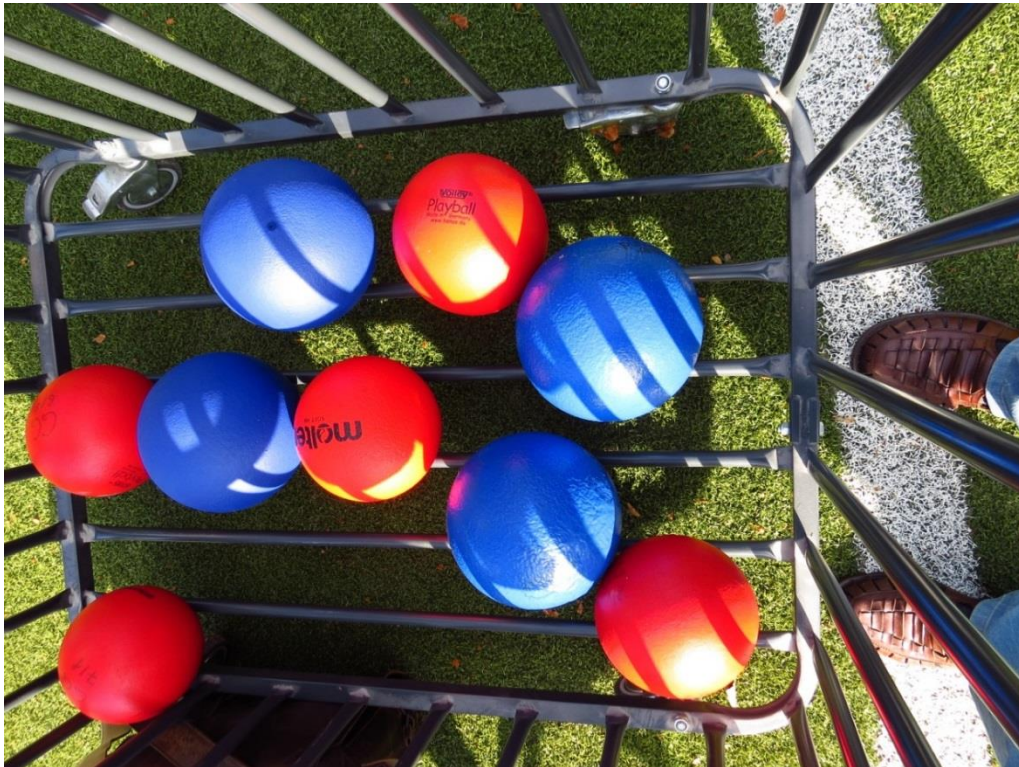
## DIE RAHMENBEDINGUNGEN FÜR DEN SPORT AM GUTENBERG

---

Dorothee Weißer hat einen Traum: „Eine dritte Sporthalle.“ Die Leiterin der Fachschaft Sport am Gutenberg-Gymnasium ist indes Realistin genug, um direkt anzufügen: „Ich weiß ja, dass die Stadt kein Geld hat...“ Mit der Einführung des Ganztagsangebots am Gutenberg im Jahr 2012 sind jedoch neue Herausforderungen auf Weißer und ihre Kollegen zugekommen. Die Folge: „Momentan können wir keine Sport-AGs für die Ganztagschüler in den Sporthallen anbieten.“ Von den Hallenengpässen abgesehen aber, sagt Weißer weiter, seien die Lehrer am Gutenberg zufrieden mit den Rahmenbedingungen für das Fach, das an diesem Gymnasium in der Oberstufe auch als Leistungskurs ge-



wählt werden kann. Ob Handball, Fußball, Basketball, Volleyball, Leichtathletik, Geräteturnen und Gymnastik, aber auch Hockey, Badminton, Trampolin oder Klettern: Die beiden erst 2005 in Betrieb genommenen Sporthallen, die Nutzung der beiden Hallen der benachbarten Ludwig-Schwamb-Schule sowie die geographische Nähe zum Sportplatz des Mainzer Turnvereins (MTV) von 1817 sorgen dafür, dass am Gutenberg-Gymnasium nicht nur traditionelle, sondern auch solche Sportarten unterrichtet werden können, für die an anderen Mainzer Schulen keine Zeit oder kein Platz ist. Dorothee Weißer: „Gerade unsere beiden Hallen sind sehr gut ausgestattet – egal, ob es um große Turngeräte oder Bälle geht. Da haben wir alles, was wir brauchen.“



Vorbei die Zeiten, in denen jeder noch so abgewetzte Medizinball benutzt werden musste, bis er auseinander bröselte. Dorothee Weißer: „Wenn Material kaputt geht, bemühe ich mich immer um Ergänzung. Die Stadt finanziert dieses so genannte Verbrauchsmaterial immer umgehend. Erst kürzlich haben wir neue Springseile, Bälle, viele neue Matten – darunter eine für Hochsprung – sowie drei neue Barren bekommen.“

Überhaupt scheint die Kooperation mit der Stadt als zuständigem Schulträger zu funktionieren. Was man auch daran festmachen kann, dass das Gutenberg die beiden Hallen der Ludwig-Schwamb-Schule freitags während der Unterrichtszeit nutzen kann. Dorothee Weißer: „Das entlastet uns, weil unsere beiden Hallen sowieso komplett ausgebucht sind.“ Wenn das GG – wie aus der Presse mehrfach zu entnehmen war – nun aber wieder größer werden soll, könnte die Situation wieder angespannter werden.

Für einen Wermutstropfen hat die Stadt bereits gesorgt: Das Beachvolleyball-Feld musste für den Bau einer Kindertagesstätte auf einem Teil des 1817-Sportgeländes weichen – ohne, dass es ersetzt wurde. Nicht nur zum Verdruss der 1817er, die dort regelmäßig gut besuchte, beliebte Turniere veranstalteten. Auch die Gutenberglers vermissen das Beachvolleyball-Feld. Dorothee Weißer: „Wir sind sehr traurig, dass es geopfert wurde.“

Der Leiterin der Fachschaft Sport ist bewusst, wie wichtig Kooperationen für ihre Schule sind. Die Sport-Leistungskurse des Gutenberg-Gymnasiums beispielsweise weichen wegen der besseren Bedingungen für die Sparten Leichtathletik und Geräteturnen häufig in die Wettkampfhalle des Sportinstituts der Universität aus. Und zum Schwimmen geht es in die Traglufthalle nach Mombach: „Damit haben wir uns arrangiert.“

Schwimmen erachten Weißer und ihre Kollegen im Übrigen als so wichtig, dass es künftig neben den Klassenstufen 6, 8 und 11 auch in Klassenstufe 7 ein halbes Jahr auf dem Stundenplan steht. Dass immer weniger Kinder zufriedenstellend schwimmen können, bereitet der Sportlehrerin Sorgen – auch wenn sie dieser Umstand nicht wirklich wundert: „In den ganzen Fun-Bädern wird heute ja nicht wirklich geschwommen, sondern gerutscht oder im Whirlpool gesessen.“



Wer sich länger mit der Fachschafts-Leiterin unterhält, merkt schnell: Das Gutenberg ist eine Schule in Bewegung – auch in der Pause. In der „Arena“ auf dem Hof wird eifrig gekickt, an zwei Körben können Basketball-Fans auf Punktejagd gehen und gleich nebenan stehen vier fest installierte Tischtennisplatten. „Die werden auch intensiv genutzt“, sagt Dorothee Weißer. Und dann gibt es da noch das Konzept „Bewegte Pause“ für die Schüler und Schülerinnen der Klassen 5 bis 7. Weißer: „Da werden beispielsweise ‚Pedalos‘ und Soft-Frisbees ausgeliehen. Die Ausleihe wird von älteren Schülern betreut.“ Egal in welchem Alter – die Kinder und Jugendlichen am Gutenberg führen eben ein bewegtes Schülerleben.

**Petra Jung**

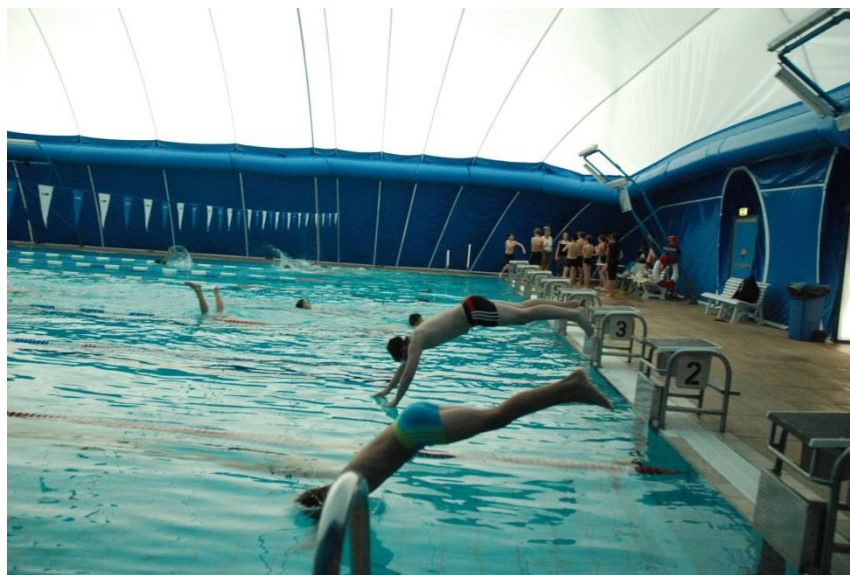
# Wie ein Fisch im Wasser

## EINBLICK IN EINE STUNDE SCHWIMMUNTERRICHT IN KLASSE 6

---

### 9.35 Uhr, Minute 0: Von der Schule in den Bus

Es klingelt zur großen Pause. Zum Glück haben schon alle Schüler ihre Hausaufgaben notiert. Ich habe jetzt zehn Minuten Zeit, bis der Bus zum Schwimmbad fährt. Also: Licht ausmachen, Klassenraum abschließen, den letzten Schüler rausscheuchen, Kurz sprint vom Biosaal ins Lehrerzimmer, Taschentausch, mit der Sporttasche wieder ein Sprint auf den Schulhof. Die 6er stehen schon da. Kurz durchzählen. Einer fehlt – steht das auch im Klassenbuch? Drei Sekunden blättern, nein, der Schüler müsste da sein. Nicht dass wir jemanden vergessen. Der Bus steht schon bereit. Der Busfahrer zeigt auf seine Uhr. „Ja, ich weiß, tut mir leid. Ein Schüler hatte seine Schwimmsachen im Klassenraum vergessen.“ Ein letzter Blick: Alle sind jetzt im Bus. Noch ein Blick: Sitzen auch alle oder halten sich wenigstens fest? Kurzes Durchschnaufen für 15 Minuten – dann ist der Bus am Schwimmbad.



### 10 Uhr, Minute 25: Aus dem Bus ins Bad

Ankunft am Bad. Die Uhr läuft. Wir haben ab jetzt genau 55 Minuten: Ins Bad rein, umziehen, Unterricht, aus dem Bad raus, Bus erwischen. Also: Schüler in die Umkleide scheuchen, selber umziehen. Jetzt sollten die ersten eigentlich schon aus der Umkleide kommen. Die Zeit ist knapp. Wieder antreiben. Dann stehen alle am Becken.

## 10.10 Uhr, Minute 35: Beginn der Sportstunde

Ein Blick durch die Schwimmhalle, die Situation heute: vier Klassen, 120 Sechstklässler, 15 Schüler pro Schwimmbahn auf 50 m Länge. Lautstärke und Enge inklusive. Also: Klasse zusammentreiben, so nah wie möglich zusammenstehen. Sonst verstehen gar nicht alle, was Sache ist. Die vier Schülerinnen da hinten kriegen nichts mit, sie müssen noch näher ran. Jetzt kann's endlich mit dem Schwimmen losgehen. Alle haben ein Schwimmbrett, springen nacheinander rein – klappt doch! Heute im Programm: Brustschwimmen, der Beinschlag. Dazu: Ausatmen mit dem Gesicht im Wasser. Die Grundlagen für sportliches Brustschwimmen eben. Da und dort und da drüben sieht das schon richtig gut aus, ja – Atmung schön ins Wasser, lange Gleitphase, kräftiger Beinschlag. Klappt auch. Schön zu sehen, dass sich so viele wie ein Fisch im Wasser fühlen.

## 10.15 Uhr, Minute 40: Problemlösungen

Aus den Augenwinkeln ist zu sehen: Da steigt schon ein Schüler aus dem Wasser. Kann nicht mehr. Nach gerade mal 50 Metern. Kurze Rückmeldung. Der Beinschlag ist nicht effektiv, das strengt viel zu sehr an. Klar, dass es da nicht weitergeht. Also: Tipps geben. Gesicht ins Wasser legen, ins Wasser reinblubbern. „Ich trau mich nicht“, sagt der Schüler. Er hat zu wenig Erfahrung mit dem Wasser. Deswegen gibt's ein Sichtungsschwimmen in der fünften Klasse. Und wer da nicht sicher schwimmt, hat noch Zeit, einen richtigen Schwimmkurs zu machen. In der sechsten Klasse ist Schwimmen kein Anfängerunterricht. Kurz als Gedächtnisstütze eine kleine Notiz ins Buch: Mit den Eltern Kontakt aufnehmen. Die anderen bekommen neue Aufgaben. Weiter geht's.

## 10.40 Uhr Minute 65: Alles auf den Startblock

So, zuletzt noch vom Startblock springen. Kein einfaches Unterfangen. Die Schüler sollen nach dem Sprung nicht direkt im Wasser umdrehen, sondern erst mal vom Startblock wegschwimmen – und dann weiter oben aus dem Wasser steigen. Jetzt funktioniert es. Ist auch nötig. Nicht auszudenken, wenn da einer dem anderen auf den Rücken springen würde. Auch der Startsprung vom Beckenrand klappt bei den meisten. Hier noch eine Hilfe geben und da nochmal motivieren. Dann läuft die Sache. Aber da schubsen sich zwei Schüler am Beckenrand. Das darf doch nicht wahr sein. Da muss man dazwischen gehen – aber darf die anderen 28 Sechstklässler nicht aus den Augen verlieren.



## 10.55 Uhr, Minute 80: Ab in die Umkleide

Ein Blick auf die Uhr. Schon wieder so spät? Ok, dann nichts wie raus. Kurz abduschen und schnell anziehen, am besten immer zu zweit in eine Kabine, sonst schaffen wir das nie. Dahinten geht mal wieder der Spind nicht auf. Jetzt heißt es kurz anpacken. Wenigstens hat keiner den Schlüssel verloren. Die Zeit rast. Die Föne summen. Dass da die Sicherung nicht rausfliegt, ist ein Wunder. Zum Glück ist es heute noch nicht so kalt. Kein Problem also, wenn die Haare nicht knochentrocken sind. So, jetzt alle rausscheuchen - in zwei Minuten fährt der Bus!

## 11.10 Uhr, Minute 95: Ab in den Bus

So, nochmal alle abzählen. Alle da. Geschafft. Kurzer Rückblick: Da haben heute ganz schön viele doch wieder einen guten Schritt nach vorne gemacht. Schwimmen bringt's. Jetzt nur noch bis zur Schule kommen. Und dann: Bis nächste Woche. Nochmal die Stunde Revue passieren lassen. Was müssen wir wiederholen? Schon ist der Bus an der Schule. Wieder geht es im Sprintmodus weiter. Die nächste Klasse steht schon vor dem Biosaal.

### ***Dorothee Weißer***

**Infos:** Schwimmen ist eine unverzichtbare Kulturtechnik. Allerdings stellt die Deutsche Lebensrettungsgesellschaft (DLRG) fest: „Nur jeder zweite Schüler kann am Ende der vierten Klasse richtig schwimmen“. Bis zu Beginn der sechsten Klasse sollte daher jede Schülerin und jeder Schüler mindestens das bronzene Schwimmabzeichen absolviert haben, denn, so die DLRG, seien Kinder allgemein erst ab dem Bronzeabzeichen gute Schwimmer.

Darauf baut der Schwimmunterricht am Gutenberg-Gymnasium auf. In den Jahrgangsstufen 6, 7 und 8 wird jeweils ein halbes Schuljahr geschwommen. Ziel ist es, sportliches Schwimmen in verschiedenen Schwimmstilen (Brustschwimmen, Kraulschwimmen, Rückenkraul) sicher zu beherrschen und über längere Strecken ausdauernd anwenden zu können. Außerdem wird die Fähigkeit zu tauchen gefördert. Dazu gehören sowohl Streckentauchen als auch Tauchen bis zum Boden des Schwimmbads.

Das Gutenberg-Gymnasium führt in der fünften Klasse ein sogenanntes Sichtungsschwimmen durch. Falls elementare Grundlagen fehlen, wird der Kontakt mit den Eltern gesucht.

# Surfen nicht nur im Netz

## DER LEISTUNGSKURS SPORT AM GG

---

Den Leistungskurs Sport können nicht nur Schüler wählen, die Leistungssport betreiben oder Sport studieren wollen. Dennoch sind für die Kurswahl einige Voraussetzungen zu nennen:

- Gesundheit und sportliches Leistungsvermögen;
- Ein vielseitiges Interesse an Sport;
- Bereitschaft zu Anstrengung und sportlicher Kooperation;
- Grundlegende Fähigkeiten in Leichtathletik, Turnen, Gymnastik;
- Schwimmen und mindestens zwei Mannschaftsspielen;
- Grundlegende Kenntnisse in Deutsch, Biologie und Physik

Der Leistungskurs Sport wird in der Regel mit sieben Wochenstunden unterrichtet, wobei etwa 50 Prozent des Unterrichts auf die Theorie und etwa 50 Prozent auf die Praxis entfallen.

Hierbei sollen soweit wie möglich die Beziehungen zwischen Theorie und Praxis sportlichen Handelns verdeutlicht werden, das heißt:

- Die sportliche Praxis wird Anlass und Ausgangspunkt für Fragestellungen des Theoriebereichs.
- Die im Theorieunterricht erworbenen Kenntnisse und Methoden finden bei der Lösung von Aufgaben und Problemen im Bereich der Sportpraxis Anwendung.
- Fachübergreifender beziehungsweise fächerverbindender Unterricht ermöglicht den Einblick in Inhalte und Methoden anderer Wissensgebiete.

Im Leistungskurs Sport erfolgt eine Ausbildung in den Individualsportarten Leichtathletik, Schwimmen, Turnen –ergänzt durch Gymnastik und Tanz– sowie in zwei Spielen, davon mindestens einem Mannschaftsspiel.

Da im Leistungsfach Sport vielfältige sportliche Erfahrungen gesammelt werden sollen, wird bei einem einwöchigen Kurs in das Skifahren eingeführt. Auch „Schnupperangebote“ in weitere Sportarten, wie zum Beispiel Surfen, Badmin-

ton, Klettern, Triathlon u. a. können je nach Lehrkraft und Verfügung von Sportanlagen erfolgen.

Die sportliche Handlungskompetenz bildet das Ziel des Unterrichts im Leistungskurs Sport. Darunter versteht man den Erwerb von Kenntnissen aus den Bereichen „Sportliches Training“, „Bewegungslernen“, „Handeln im Sportspiel“ und „Sport und Gesellschaft“ sowie die Sportpraxis. Außerdem sollen Fähigkeiten zur Organisation von Sport, zu sportlicher Kooperation, zu wissenschaftlicher Arbeitsweise, zum Anwenden fachspezifischer und fächerübergreifender Methoden und zum Urteil über Ziele, Inhalte und Formen des Sports erlangt werden.

Der Leistungskurs Sport gehört zu den Fächern, bei denen ein fünftes Prüfungsfach im Abitur gewählt werden muss. Je nach Kurskombination (mit Deutsch/Fremdsprache und Mathematik/Naturwissenschaften) wird neben der mündlichen Abiturprüfung in einem gesellschaftswissenschaftlichen Fach noch eine zweite mündliche Prüfung aus dem mathematisch-naturwissenschaftlichen oder dem sprachlichen Bereich abgelegt. Die Gesellschaftswissenschaft kann durch Religion/Ethik und die Naturwissenschaft kann durch Informatik ersetzt werden.

**Markus Brenner**

## Freunde fürs Leben

### DER LEISTUNGSKURS SPORT AUS SCHÜLERSICHT

---

Im August 2012 nahm das Abenteuer Leistungskurs Sport 2012 -2015 seinen Anfang: Zum ersten Mal trafen 29 Elftklässler in ihrem neuen „Wohnzimmer“, der Sporthalle, zusammen. Unser LK-Lehrer Herr Brenner klärte uns nach einer intensiven und lustigen Vorstellungsrunde über alle wichtigen Dinge wie Notengebung, Wettkämpfe oder Lernziele auf und los ging es mit Sport in Praxis und Theorie. Heute, über zwei Jahre später, blicken wir zurück: Natürlich auf unsere Leistungen, die schwarz auf weiß in den Zeugnissen festgehalten sind. Aber



es sind nicht die Noten, die jedem Einzelnen ganz besonders in Erinnerung bleiben. Es sind die vielen Momente, die wir zusammen erlebt haben. Wir haben Wettkämpfe wie den Triathlon und den Leichtathletik-Vierkampf bestritten, zusammen gekämpft und manchmal auch verloren, danach gefeiert und am nächsten Morgen mehr oder weniger effektiv weiter trainiert. Aber immer alle gemeinsam!

Sportlich haben wir vieles erlebt: Neben dem weiten Spektrum an Sportarten, welche wir im Unterricht erlernt haben, waren wir neun Tage zur Skiausbildung in Neukirchen (Österreich) und haben ein verlängertes Wochenende im Surfcamp am Veluwemeer in Holland an unseren Windsurfkünsten gefeilt. Die Theorie hat uns manchmal zum Verzweifeln gebracht, doch Herr Brenner hat es geschafft, auch komplizierte Sachverhalte verständlich und interessant zu vermitteln.

Jedem, der Spaß am Sport hat, können wir den Sport-LK nur empfehlen. Es sind zweieinhalb Jahre, in denen man über fünf Stunden pro Woche zusammen Sport macht, auch zusammen lernt und dabei eine Menge Spaß hat. Eine Zeit, in der man Freunde fürs Leben findet!

### **Sport LK13**

## Genuss für Augen und Ohren

### DIE JAKRO-AG AM GUTENBERG

---

Schachkrobatik; Das Piratenbuch; Manege frei; Besuch auf dem Mars; Vier Jahreszeiten; Was ist der Mensch?; Sternzeichen; Alles nur geträumt.

Das waren die großen Highlights der Jakro-AG, die für die Zuschauer immer ein Genuss für Augen und Ohren sind.

Bei unseren Aufführungen, die einmal pro Jahr stattfinden, werden mit Jongliergeräten, Turngeräten und Alltagsgegenständen gemeinsam erfundene Geschichten erzählt und mit Musik untermalt.

Ein Konzept, das seinesgleichen sucht.



Freude am Ausprobieren, Kreativität und Lust an Bewegungstheater, das macht die Gruppe unter der Leitung von Dorothee Weißer und Tobias Götten aus. Hier fühlen sich Turnerinnen genauso wohl wie diejenigen Kinder, die Jongliergeräten oder dem Einrad Leben einhauchen.

*Tobias Götten*



# Auf Fritz Walters Spuren

## FUSSBALLER BEI „JUGEND TRAINIERT FÜR OLYMPIA“

---

Mit etwa 800 000 Teilnehmerinnen und Teilnehmern ist „Jugend trainiert für Olympia“ der größte Schulsportwettbewerb der Welt. Auch das Gutenberg-Gymnasium Mainz meldet hier regelmäßig Jungen- und Mädchenmannschaften im Fußball an, die die Schule vertreten. Die Schülerinnen und Schüler werden hier nach Alter in sogenannte Wettkampfklassen (WK) eingeteilt (vom WK I (ältester Jahrgang) bis zum WK IV (jüngster Jahrgang)).

Die bislang größten Erfolge:

- 8. Platz im Bundesfinale WK IV Jungen 2008
- Landesschulsieg im WK I Jungen 2014, Landesfinale 2012
- Landesschulsieg im WK IV Jungen 2008, Landesfinale 2007
- Schulmeister Südwestdeutscher Fußballverband 2014 im WK III Mädchen
- Schulmeister Südwestdeutscher Fußballverband 2007 und 2008 im WK IV Jungen

Einmal pro Woche trainieren die jüngeren Jahrgänge, um den taktischen Anforderungen gerecht zu werden. Die AGs werden von Tobias Friedsam (seit 2005) und Martin Sondermann (seit 2009) geleitet.



Schulmeister SWFV 2014

Auf der Schulhomepage finden Sie unter „Arbeitsgemeinschaften“/ „Fußball-AG“/ „Jugend trainiert für Olympia“ immer wieder aktuelle Artikel, die das fußballerische Können unserer Schülerinnen und Schüler beschreiben.

Neben „Jugend trainiert für Olympia“ meldet das Gutenberg-Gymnasium regelmäßig Mannschaften für die **Hallenfußballrunde „Fritz-Wal-**

ter-Cup“. Neben einigen Einzügen in die Zwischenrunden und Landesfinals gelang hier 2009 der größte Erfolg: Der Gewinn der Deutschen Vize-Meisterschaft im Futsal (Hallenfußball nach FIFA-Regeln) in Mühlheim/Ruhr.

### *Sondermann/Friedsam*



## Auch beim Fairplay vorne dabei

### GG-HANDBALLERINNEN BEI „JUGEND TRAINIERT FÜR OLYMPIA“

---

Seit dem Schuljahr 2011/12 nehmen GG-Teams am Wettbewerb „Jugend trainiert für Olympia“ in der Sportart Handball teil. Die Idee zur Teilnahme entstand im Rahmen der Handball-AG, die im gleichen Schuljahr ins Leben gerufen wurde. Mittlerweile setzen sich die GG-Mannschaften hauptsächlich aus Vereinsspielerinnen der SG Bretzenheim zusammen. Aber auch Mädchen, die nicht im Verein spielen, ergänzen uns hervorragend. Mit großem Engagement und tollen Leistungen vertreten die Mädchen unsere Schule nun schon seit einigen Jahren auf eine äußerst positive Art und Weise. Neben ihrer Spielstärke punkten unsere Teams vor allem auch in Sachen Fairplay, was uns natürlich sehr freut.

Im Jahr 2013 erreichten unsere Ältesten souverän den Landestitel in Rheinland-Pfalz, ein Jahr später konnte unser jüngstes Team erst im Landesfinale gestoppt werden – die bislang besten Platzierungen in diesem Wettbewerb.

Mittlerweile kennt man das Gutenberg-Gymnasium wohl auch in der tiefsten Pfalz, wo wir schon mehrfach in der Pfalzhalle in Hassloch erfolgreich Turniere bestritten haben.

Wir freuen uns auf viele weitere spannende und möglicherweise weiterhin so erfolgreiche Jahre mit unseren Handball-Teams und begrüßen natürlich jederzeit gerne Neuzugänge! Ansprechpartner für die Handball-AG ist Herr Brenner.

### ***Markus Brenner***



## Schüler gegen Lehrer

### VON EINEM BESONDEREN MATCH AM GUTENBERG

---

Gibt es etwas Schöneres als eine 1 in Mathe? Ja! Zum Beispiel, seine Lehrer in einem Basketball- oder Fußballspiel zu besiegen. Nur, dass die 1 in Mathe natürlich wesentlich leichter zu erreichen ist...Damit dürfte sich andeuten, dass dieser Text von einem völlig neutralen Mitglied der Gutenberger Lehrermannschaft verfasst wurde. Es ist schon eine ganze Menge Ehrgeiz bei den „noch ziemlich fitten“ Lehrern des Gutenberg- Gymnasiums im Spiel, wenn es gegen die eigenen aufbegehrenden Schützlinge geht. Und so hat das Lehrerteam auch schon einige Fußballspiele für sich entscheiden können. Aber der Spaß steht im Vordergrund; und, ja, unsere Lehrer können auch gut verlieren. So geschehen in einem unvergesslichen Basketballmatch gegen ein Team von Oberstufenschülern: Nach hartem Kampf gewannen die Schüler mit einem Punkt Vorsprung. Das ist der Stoff, aus dem positive Schulerinnerungen gemacht werden!

***Friedemann Lange***

# „Ein schlagfertiges Team“

## DAS GG ALS AUSRICHTER DER VOLLEYBALLTURNIERE DER MAINZER GYMNASIEN

---

„Guten Tag! - Guten Schlag ! - Gutenberg!“ so lautet der leicht martialische Schlachtruf der Volleyballmannschaft der Lehrerinnen und Lehrer des Gutenberg-Gymnasiums.



Mit den „Schlägen“ sind selbstverständlich ausschließlich Schmetterbälle, also die Angriffsschläge im Spiel, gemeint. Damit diese gut gelingen, wird donnerstagabends im Lehrersport regelmäßig gemeinsam gespielt und trainiert. Zweimal im Jahr ist es dann soweit, und das Kollegium des Gutenberg -Gymnasiums lädt die Volleyballteams der Lehrerinnen und Lehrer anderer Mainzer Gymnasien zu sich ein.

Bei den sogenannten „Osterhasen- und Nikolausturnieren“, die das Gutenberg Gymnasium nun schon seit mehr als fünf Jahren regelmäßig ausrichtet, kommt es dann in beiden Turnhallen zum offenen Schlagabtausch. Dann wird in lockerer Atmosphäre gespielt, geredet, gekämpft und gelacht. Der Sieg ist dabei zwar wichtig, aber nicht alles. Mit einem guten Teamspirit und viel Leidenschaft schaffen es die „Gutenberger“ immer wieder, auch Spiele gegen die Top-Teams für sich zu entscheiden, aber auch die Lehrerinnen und Lehrer vieler Mainzer Gymnasien in positiver Atmosphäre zusammenzubringen.

*Friedemann Lange*

## Vom Kampf um Medaillen

### SPORTFESTE AM GG – BUNDESJUGENDSPIELE UND SPIELFESTE

---

Jedes Jahr zum Schuljahresende organisiert die Fachschaft Sport für die gesamte Schülerschaft ein großes Sportfest. Dabei wechseln sich die klassischen Bundesjugendspiele mit einem spaßbetonten Spielfest ab, um nicht nur die individuellen Leistungen zu messen und zu vergleichen, sondern auch den freudigen Charakter des Sports hervorzuheben.







Alle zwei Jahre kämpft also bei den Bundesjugendspielen in den Klassen 5 bis 7 jeder Schüler für sich allein um die Teilnahme-, Sieger- oder Ehrenurkunde in den leichtathletischen Disziplinen Sprint, Weitsprung und Schlagballweitwurf. Die Klassen 8 bis 10 ermitteln in Spielturnieren jeweils den Stufensieger in diversen Sportarten (Basketball, Ultimate Frisbee, Fußball, Volleyball). Die MSS führt ein großes Volleyballturnier durch, das von einem der Leistungskurse Sport organisiert wird.

Beim Spielfest durchläuft jede Klasse (Stufen 5 bis 10) mehrere liebevoll bis ins Detail ausgestaltete Spielstationen. So durften beispielsweise die Klassen schon unter dem Motto „In acht Stationen um die Welt“ in der „Arktis“ über „Eisschollen hüpfen“, über wackelige „Dschungelbrücken“ balancieren oder mit dem „Heißluftballon“ den „Himalaya“ überqueren. Wichtig ist hierbei der Teamcharakter der Spiele, um das Gemeinschaftsgefühl der einzelnen Klassen zu stärken. Natürlich können solche besonderen Tage nur gelingen, wenn auch die Nicht-Sportlehrer Weiten messen, Zeiten stoppen oder ihre Klassen als Riegenführer von Station zu Station .

### ***Katharina Handstein***



# Wie einst japanische Botenläufer

## DER EKIDENLAUF BEIM GUTENBERG-MARATHON

---



Seit nun 13 Jahren: Treffpunkt, Sonntag, Muttertag, 7.45 Uhr auf dem Domplatz: Und sie sind da, die motivierten Schülerinnen, Schüler, Lehrerinnen und Lehrer. Es werden T-Shirts verteilt und Mannschaften (teils neu wegen Ausfällen) endgültig eingeteilt. Ein Gruppenfoto, dann geht es zu Fuß zu den Wechselstationen. Und dort herrscht geduldiges Warten, bis das kontrollierte Chaos ausbricht, wenn die Staffelpartner von über 500 Staffeln zum Wechsel kommen. Aber die GGler und ihre Lehrer sind schon routiniert.

Fünf Schüler und Schülerinnen laufen zusammen in Staffelform einen Halbmarathon, das heißt jeder zirka fünf Kilometer; dabei wird eine Schärpe wie einst bei japanischen Botenläufern (Ekiden) übergeben.

Das alles läuft in verschiedenen Altersklassen während des Gutenberg-Marathons ab. Nicht nur der Name stellt eine Nähe her, sondern auch die Freude der Gutenberglerner am Laufen. Der Fachschaft ist daran gelegen, möglichst viele Schülerinnen und Schüler zu motivieren. Am eindrücklichsten gelang dies 2004, als 42 Mannschaften, das sind 240 Läuferinnen und Läufer (damals jeder Fünfte) teilnahmen! Jedes Jahr wird das GG ausgezeichnet als „Schule mit den meisten Mannschaften“. Im Vordergrund steht für das GG der Teamgedanke; deswegen gibt es fast durchweg Klassenstaffeln, denen es um das gemeinsame Antreten geht. Dennoch gab und gibt es immer auch Teams, vor allem aus den Sport-Leistungskursen, die bewusst auf das Treppchen schielen.

Auch wenn die Teilnehmerzahlen des GG sinken und die Konkurrenz immer stärker wird, bleibt denen, die mitmachen, folgendes:

Das Erlebnis der größten rheinland-pfälzischen Schulveranstaltung mit 2500 Schülern, die Teilnahme an einer professionellen Großveranstaltung, bei der mal kein Auto durch die Straßen fährt, das Beobachten von Handbikern, Top-Marathonis, 8000 Laufbegeisterten, das Erspüren der eigenen Möglichkeiten und Grenzen, das Anfeuern und Angefeuert-werden, das Teamgefühl.

**Tobias Götten**

## Sahnehäubchen für Ausdauerfreaks

### TRIATHLON AM GG

---

Schon viele Jahre liegt es zurück, dass am Gutenberg-Gymnasium zum ersten Mal ein Triathlon durchgeführt wurde. „Testkaninchen“ war der Leistungskurs Sport des Jahres 2003, der sich als erster aufmachte, um die drei Ausdauerdisziplinen Schwimmen, Radfahren und Laufen ohne Pause aneinanderzureihen. Dabei galt es schnellstmöglich 500 Meter im Schwimmbecken, 25 km auf dem Rad und 5 km laufend zurückzulegen, was für Triathlon-Novizen eine echte Herausforderung darstellt.



Nach anfänglicher Skepsis der Schüler, ob sie der Belastung wohl gewachsen sein werden, stellten sich sportlicher Ehrgeiz und freundschaftliche Konkurrenz schnell ein und der Wettkampf bildete fortan einen festen Bestandteil der Leistungskurspraxis. Mittlerweile

ist die spaßeshalber geführte „Ewige-Besten-Liste“ zentrale Motivation eines jeden Kurses. So wundert es nicht, dass sich auch Equipment und Zeiten im Laufe der Jahre erheblich verbessert haben. Neben der konditionellen Leistung stehen aber vor allem das Sammeln von Grenzerfahrungen und das Erfolgsgefühl nach bewältigter Dreifachanforderung im





Vordergrund. Selbstvertrauen und Gemeinschaftsgefühl werden gestärkt und beim gemütlichen Ausklang kann man das Erlebte noch einmal Revue passieren lassen.

Ermutigt durch die überwältigenden Teilnehmerzahlen beim Ekidenlauf lag es nahe, auch für die Schüler und Schülerinnen der Unter- und Mittelstufe einen Triathlon anzubieten. Hier bot sich erstmals 2010 die Möglichkeit, am Schüler-Triathlon des Triathlon-Vereins TCEC Mainz teilzunehmen.

Die Zehn- und Elfjährigen schwammen 100 Meter, fuhren 5,6 Kilometer Rad und liefen 900 Meter, während alle älteren 300 Meter im Schwimmbecken zurücklegten, 11,2 Kilometer Rad fuhren und 2,1 Kilometer liefen. Strecken, die für jeden machbar sind, die aber trotzdem die Möglichkeit bieten, die eigenen Grenzen auszuloten, und das Glücksgefühl über die eigene Leistung zu erleben. „Finisher-T-Shirts“, Medaillen und Pokale für die Sieger belohnten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer für ihre Leistungen und ließen sie mit stolz geschwellter Brust wieder nach Hause gehen.

Die Zusammenarbeit mit dem TCEC Mainz währte vier Jahre und gipfelte 2013 in einem großen Triathlon im Rahmen des ZDF-Fernsehgartens - ein ganz besonderes Erlebnis für die Schülerinnen und Schüler des Gutenberg-Gymnasiums, das in allen vier Jahren mit bis zu 45 Schülerinnen und Schülern die größte Gruppe stellte. Umstrukturierungen beim TCEC Mainz führten dazu, dass der Verein ab 2014 keinen Schülertriathlon ausgerichtet hat. Dafür plant die Fachschaft Sport einen Gutenberg-Jubiläumstriathlon.

***Karlheinz Berkessel***



# Eine Lawine der guten Taten

## DIE SPENDENLÄUFE AM GG

---

In Worten „Einhundertzwölftausend Euro“, genau genommen 112 500 Euro in 300 Minuten – nicht an der Börse, nicht bei Jauch, nein, sondern erreicht bei Spendenläufen des Gutenberg-Gymnasiums.

2013 war bereits der fünfte Lauf, an dem die gesamte Schulgemeinschaft 60 Minuten lang Runde um Runde um den Sportplatz des MTV 1817 zog, um durch Sponsoren Gelder für einen guten Zweck zu erlaufen.

Zusammen mit der SV, den Schulsanitätern und der Technik-AG wird dieses Großprojekt der Fachschaft Sport stets so vor- und nachbereitet, dass der normale Schulalltag kaum tangiert wird. Eigenverantwortung der Schüler wird großgeschrieben. Da kann es auch mal mit den Geldern dauern...

Allein gelassen werden die Schülerinnen und Schüler bei der sportlichen Vorbereitung aber nicht. Nach den Sommerferien ist gemäß Lehrplan eine Ausdauerleistung vorgesehen, so dass als Nebeneffekt auf den Spendenlauf am letzten Tag vor den Herbstferien hingearbeitet werden kann.

Doch neben dem konditionellen Aspekt ist der eigentliche Reiz das Spiel mit den Sponsoren. Wieviel Euro werden mir mein Opa, meine Nachbarin, meine Freundin geben müssen? 949 Euro eines einzelnen Schülers, also zirka 30 Euro pro Runde, waren 2004 eine wahre Motivation und überragende Ausbeute!

Jedoch geht es ja nicht nur um Geld: Notsituationen, Krankheiten besser verstehen, in Kontakt mit Betroffenen und Vertretern von Organisationen kommen: All das weitet den Blick raus aus der Schule hin zu wenig beachteten Menschen. Der bewegendste Lauf diesbezüglich war 2004 der für Alina, eine an Leukämie erkrankte Mitschülerin.

Allen Läufen ist das erhebende Gefühl gemeinsam, wenn sich 1000 Schüler einer Lawine oder Welle gleich nach dem Startschuss in Bewegung setzen. Anfänglich skeptische Schülerinnen und Schüler werden von der Atmosphäre „überrannt“. „Innenbahn frei“ rufen die Schnellen, auf der Außenbahn wird irgendwann gegangen. Innerhalb der Klasse werden die Runden gezählt, auch wenn das schwer fällt, da man die Übersicht leicht verlieren kann. Deswegen feuert man einfach alle an. Angepeitscht von schneller Musik erlebt sich die Schulgemeinschaft ganz intensiv auf engstem Raum.

Eine unvergessliche Dynamik ist zu spüren und der Wille: Wir wollen gemeinsam uns bewegen – etwas bewegen! Wir drehen uns nicht nur um uns selbst!

***Tobias Götten***



### 2003: Lauf gegen die Flut

Elb-Flut-Opfer erhalten 13 300 Euro; unter anderem wird mit dem Geld eine Schule saniert.

### 2004: Lauf für Alina

Für die DKMS (Dt. Knochenmarkspende Vereinigung) werden unglaubliche 30 000 Euro erlaufen. Zudem nehmen hunderte von freiwilligen Bürgern im Gutenberg-Gymnasium an einer Typisierungssaktion teil. Durch diese Spendersuche wurde für eine Freundin von Alina ein Knochenmarkspender gefunden, was sehr, sehr selten ist.

### 2007: DMSG-Lauf

Die Deutsche Multiple-Sklerose-Gesellschaft, bei der die Mutter einer Schülerin arbeitet, bekommt für die Begleitung ihrer Kranken 24 000 Euro.

### 2010: SEARA-Lauf

25 700 Euro für den Verein „Seara“, der in Brasilien arme und alleingelassene Mütter und deren Kinder betreut. Eine Schülergruppe macht Gruppenstunden und Aktionen unter ehrenamtlicher Begleitung.

### 2013: Lauf für Winterburg

Dieses Mal werden für das geliebte Schullandheim 18 500 Euro erlaufen. Hiermit können sehr teure Feuerschutzmaßnahmen u.a. finanziert werden.

## Laufend Gutes tun

### DER 10-STUNDEN-LAUF FESTIGT DAS GEMEINSCHAFTSGEFÜHL AM GG

---

Bereits zum zweiten Mal haben die Oberstufenschüler unserer Schule an einem auf Initiative der Schott AG veranstalteten 10-Stunden-Lauf mit großem Engagement und ausgezeichneter Kondition teilgenommen. Die Spenden des Laufes (jede Spende pro Runde wird mit einem Sponsor vereinbart) kommen dem Kinderneurologischen Zentrum zugute, mit dem eine Kooperation besteht.



Dass unsere Schüler, Eltern und Kollegen gern zum Erfolg solcher Veranstaltungen beitragen, haben wir hier am Gutenberg schon oft unter Beweis gestellt. Das Besondere an dieser Veranstaltung aber

ist, dass ein sehr starkes Gemeinschaftsgefühl unter allen Beteiligten entsteht, das offensichtlich zu außergewöhnlichen Leistungen antreibt. Das zu sehen und zu erleben macht diesen Lauf zu einem ganz besonderen Ereignis.

**Annette Zähme**

## Auf dem Weg zum WM-Titel

### RUDERN – EIN RÜCKBLICK



Vom 16. bis 20. September 2007 fand in Berlin das Bundesfinale des Wettbewerbs „Jugend trainiert für Olympia“ statt. Im Rudern hatte sich das Mädchenteam des Gutenberg-Gymnasiums im der Bootsklasse Gig-Doppelvierer mit Steuermann zuvor durch den Sieg beim Landesfinale in Treis-Karden qualifiziert.



Nach der Anreise konnte die Mannschaft am Montag auf der historischen Olympiaregattastrecke von 1936 in Grünau auf dem Langensee trainieren. Tags darauf begann der eigentliche Wettkampf mit den Vorläufen am Morgen und den Hoffnungsläufen am Nachmittag. In der Bootsklasse Gig-Doppelvierer Wettkampfklasse II b (15-17 Jahre) waren mit dem Gutenberg-Gymnasium insgesamt zwölf Boote gemeldet. Im Vorlauf belegte das Boot nur den fünften Platz und konnte sich auch im

Hoffnungslauf nicht mehr für das große Finale qualifizieren. Einen Tag später fand dann das kleine Bundesfinale statt, bei dem sich das Boot einen leistungsgerechten zehnten Platz in der Gesamtwertung erkämpfte.

Für Anna Meffert, Anna Frisch, Claudia Seck und Mara Holzenthal endete der Ausflug zu "Olympia" mit der abendlichen Abschlussfeier in der Max-Schmeling-Halle; für den Steuermann Moritz Moos könnte der seinerzeit in Berlin begonnene Traum von Olympia erst der Anfang gewesen sein. Er ist inzwischen ein Weltklasseruderer geworden und konnte bereits U23-Weltmeistertitel sowie vordere Platzierungen bei den Weltmeisterschaften feiern. Ihm wünschen wir auf dem Weg zu den olympischen Spielen in Rio 2016 alles Gute!!!

**Tilman Gerlach**

# Das sportliche Jahr im Überblick

## SEPTEMBER

---

Beginn der Wettkämpfe "Jugend trainiert für Olympia"

## OKTOBER

---

Fachpraktische-Abiturprüfung Leistungskurs 13 Teil 1

## DEZEMBER

---

Sichtungsschwimmen Jahrgangsstufe 5  
Nikolaus-Volleyball-Turnier der Lehrer-Kollegien

## JANUAR

---

Skiausbildung Leistungskurs 11

## FEBRUAR

---

Fachpraktische-Abiturprüfung Leistungskurs 13 Teil 2

## APRIL

---

Oster-Volleyball-Turnier der Lehrer-Kollegien

## MAI

---

Teilnahme am Ekidenlauf (Mainzer Marathon)  
Triathlon Leistungskurs 11

## JUNI

---

Surfausbildung Leistungskurs 11  
Teilnahme am 10-Stundenlauf

## JULI

---

Sportfest bzw. Bundesjugendspiele  
Schüler-Lehrer-Spiel

