

Bewegungsarme Gesellschaft?

Analysen zum Thema Kinder, Jugendliche und Sport

Werner Schmidt

Ziel der folgenden Ausführungen ist es, einen Einblick in die veränderte Welt junger Menschen zu geben. Während die sozialen Ungleichheiten im Gesundheits- und Bildungsbereich zunehmen, scheint es dem Sport eher zu gelingen, Problemgruppen an sich zu binden. Abschließend werden kompensatorische Präventionsmaßnahmen für den Kinderbereich benannt.

Theoretische Grundlagen

Der Blick zurück in die 50er Jahre soll helfen, ein differenziertes Verständnis für heutige Kinder- und Bewegungswelten zu erhalten.

Heranwachsende Kinder konnten über ein breites Spektrum vielfältiger Bewegungs- und Spielaktivitäten im wohnnahen Raum verfügen. Auf dem Bürgersteig, der Spielstraße, auf Hintergrundstücken und dem öffentlichen Spielplatz konnten sie jeden Tag den Raum durch informelle Bewegungs- und Spielmöglichkeiten explorieren und erkunden. Aus heutiger Sicht können diesen Bewegungsaktivitäten im Alltag drei wesentliche Effekte zugesprochen werden.

1. Motorischer Aspekt:

Entwicklung der Grob- und Feinmotorik durch tägliche informelle Bewegungszeiten

2. Sozialer Aspekt:

Entwicklung moralischen Handelns durch Vereinbarung und Einhaltung von Vernunftregeln

3. Kognitiver Aspekt:

Entwicklung von sinnvollen Spielstrategien durch tägliche Übung und Erwerb kognitiver Schemata (Raumorientierung) durch Exploration wohnnaher Streifräume

Im Gegensatz dazu begann der institutionalisierte Sport (= Sportverein) erst im Alter von 11 bis 12 Jahren. Heutige Kinderwelten besitzen im Gegensatz dazu eine verminderte Qualität. Städtische Bebauung und Versiegelung offener Räume haben ihnen – gegenüber den 50er Jahren – 7/8 der ehemals informellen Bewegungs- und Spielräume genommen. Die Zunahme des Straßenverkehrs um über 500% (!) hat ihnen das Spiel auf der Straße entzogen.

Der Verlust informeller Bewegungsaktivitäten soll heute durch institutionalisierte Sportaktivitäten im Verein kompensiert werden. Sportkarrieren beginnen heute bereits mit 4-6 Jahren, allerdings reduziert auf 1-2 Stunden pro Woche (unter Anleitung von Übungsleitern und Trainern) im Gegensatz zu früheren täglichen Bewegungsaktivitäten.

Geht man davon aus, dass sich das endogene Potenzial (P = Anlagefaktoren) von Kindern nicht verschlechtert

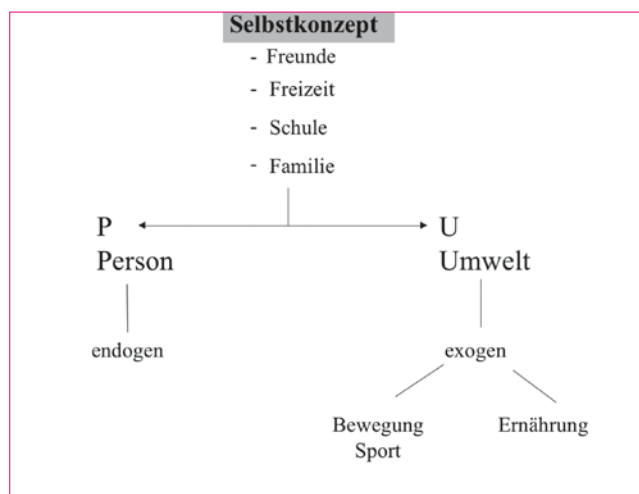


Abb. 1: Darstellung der Entwicklung als Interaktion von Person und Umwelt

hat, so ist die Veränderung der wohnnahen Umwelt (= U) als wesentliche Ursache für eine Zunahme möglicher Entwicklungsdefizite im Bereich von Bewegung und Spiel anzusehen.

Ein weiterer Problembereich ergibt sich durch die veränderte Energiezufuhr (= Ernährung). Unsere „Wirtschafts-Wunderwelt“ produziert in allen Bereichen XXL – Portionen, ohne dass Kinder lernen konnten, als Konsumenten vernünftig mit diesem Überangebot umzugehen.

Entscheidend für die individuelle Entwicklung dürfte also sein, ob heutige Familien ihre Kinder so „schützen“ und „unterstützen“, dass diese frühzeitig lernen, mit den veränderten Umweltangeboten (Bewegung, Spiel und Ernährung) „vernünftig“ umzugehen.

Primäre Folgen riskanter (= bewegungsärmerer) Bewegungs- und Lebensstile

Die primären Folgen geringerer Bewegungsaktivitäten im Alltag und das oftmals gestörte Verhältnis von Energiezufuhr und Energieumsatz (= Ernährung) sind offenkundig. Fehlen die täglichen Bewegungsanreize, kommt es zu Symptomen am Herz-Kreislauf-System und am aktiven und passiven Bewegungsapparat. Mit anderen Worten: Nur das, was täglich „trainiert“ wird, kann sich entwickeln.

Die im 1. Deutschen Kinder- und Jugendsportbericht (Schmidt u.a., 2003) durchgeführten Meta-Analysen zeigen, dass in einem Zeitraum von 25 Jahren die Durchschnittswerte für Ausdauer (= 6-Minuten-Lauf), Schnelligkeit (= 20-Meter Lauf), Schnellkraft (= Standweitsprung) und Beweglichkeit (= Rumpfbeugen) um ca. 10–15 % nachgelassen haben. Symptom des Bewe-

gungsmangels unserer Kinder sind auch die auffälligen Haltungsschwächen und Koordinationsstörungen. Die kinderfeindlichere Bewegungsumwelt in den Städten hat nicht nur die Kleinkinder (3-6 Jahre) von der Straße vertrieben, sondern zunehmend ihre Gesundheit negativ beeinflusst. Die weiteren Folgen sind offenkundig: Weniger Bewegung und erhöhte Energiezufuhr führen auch zu Übergewicht und Adipo-

	1986	1990	1996	2002
Zahl untersuchter Kinder	5.327	5.528	6.296	6.466
Koordinationsstörung	7,8	7,7	14,6	13,9
Haltungsschwäche	9,6	7,4	8,4	10,1
Übergewicht	5,6	6,5	7,4	7,1

Abb. 2: Befunde von Schulanfängern (Schmidt, 2003, S.41), Angaben jeweils in Prozent

sitas (= krankhaft hohes Übergewicht). Im Rahmen der Lebensstilforschung ist auffallend, dass die Zahlen für Erstklässler (Anstieg von 5,6% auf 7,1% / vgl. Abbildung 2) relativ moderat ansteigen. Neuere Längsschnitt-Studien zeigen jedoch, dass bis zur 8.Klasse bereits 15% (!) der Schulkinder als übergewichtig gelten.

Zwischenfazit:

Die Veränderung der nahen Bewegungsumwelt (vor allem in den Städten) hat dazu geführt, dass die Risikofaktoren für eine gesunde, kindliche Entwicklung zugenommen haben.

Zunahme sozialer Ungleichheiten

Ein differenzierterer Blick auf heutige Kindheiten zeigt gleichzeitig, dass in den 50er Jahren ehemals existente standardisierte Kindheiten (= Straßenspielkultur) heute nicht mehr existieren. Die Vielfalt heutiger Kindheitsmuster hat eher dazu geführt, dass Kinder je nach Elternhaus, Wohnumwelt und institutioneller Unterstützung (Kindergarten, Grundschule) unterschiedliche Chancen für ihre individuelle Entwicklung erhalten.

Die in Abbildung 3 aufgeführten Schwellen/Stufen sollen verdeutlichen, dass Kinder in Abhängigkeit von den elterlichen Ressourcen, (d.h. Unterstützungsmechanismen) unterschiedliche Chancen für ihre Entwicklung erhalten.



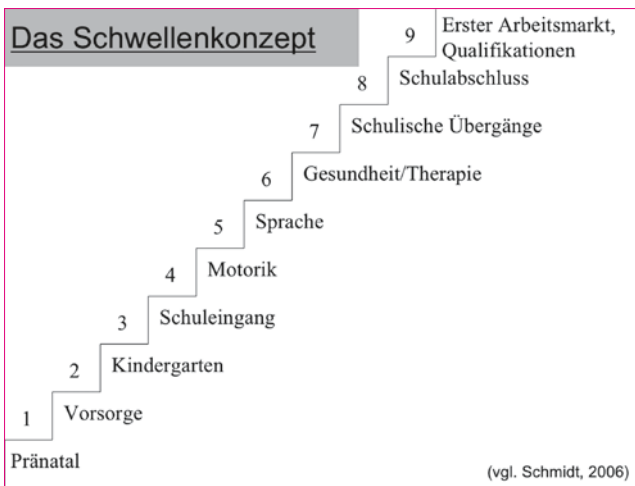


Abb. 3: Das Schwellenkonzept (Schmidt, 2006)

- ▶ Psychophysische Stress-Faktoren (z.B. Rauchen, Alkoholkonsum, Suchtabhängigkeiten) der Mutter in der pränatalen Phase (= Stufe 1) erhöhen die Wahrscheinlichkeit einer Früh- bzw. Risikogeburt oder das mögliche Untergewicht bei Geburt um ein Vielfaches.
- ▶ Obwohl Vorsorgeuntersuchungen (U1 – U9) kostenlos sind, nehmen weniger als 10% der Migranten aus dem außereuropäischen Bereich (Schwerpunkt: Afrika) derartige Gesundheitsüberprüfungen wahr. Mit anderen Worten: Die Institutionen wissen nichts über den Gesundheitszustand dieser Kinder bis zur Einschulungsuntersuchung mit 6 Jahren!
- ▶ Je nach Stadtteil besuchen 57% – 98% aller Kinder einen Kindergarten. Während deutsche Kinder zu 80% drei Jahre lang gefördert werden, reduziert sich der Förderanteil in den von uns identifizierten Risikogruppen (z.B. Migranten s.o.) auf nur ein halbes Jahr.
- ▶ Während sich die Rückstellungsquote bei Schuleingangsuntersuchungen deutscher Kinder auf 3% reduziert, steigt sie in anderen Gruppierungen (kinderreiche Familien und Familien mit Migrationshintergrund) auf 25% an.
- ▶ Im Falle motorischer und sprachlicher Störungen sind fast alle Kinder mit positivem Unterstützungspotenzial der Eltern in Behandlung, wohingegen die Behandlungsquote von Kindern mit Migrationshintergrund (Schwerpunkt: Osteuropa und Afrika) 0% beträgt!
- ▶ Hinsichtlich schulischer Übergänge zum Gymnasium schwanken die Zahlen je nach Unterstützungspotenzial der Eltern zwischen 7,0% und 81,7%. Die Sonderschule für Lernbehinderte besuchen dagegen 40% der libanesischen Kinder und 37% der Kinder aus Ex-Jugoslawien.
- ▶ 30,6% deutscher Kinder erwerben einen Schul-

abschluss mit Hochschulreife. Im Falle überdauernder Sozialhilfe reduziert sich diese Quote auf 4,6%(!) (vgl. Schmidt, 2006, S.37). Wie unterschiedlich die Hintergründe für Migration zu bewerten sind, zeigen folgende Zahlen: Während 55,8% der spanischen Migranten das Abitur schaffen, reduziert sich diese Quote bei Kindern aus der Türkei (9,8%), aus Afghanistan (2,9%) und dem Libanon (1,2 %) um ein Vielfaches.

- ▶ Neuere Gewerkschaftszahlen gehen davon aus, dass 15% der Schulabgänger keine Chance auf dem ersten Arbeitsmarkt haben. Im Falle von Risikofaktoren (kinderreich, Migrationshintergrund, Alleinerziehende ohne Schulabschluss) erhöht sich diese Quote um das Dreifache.

Zwischenfazit:

Die Sozialstrukturdaten von der pränatalen Phase bis zum Eintritt in den Arbeitsmarkt dokumentieren, dass Kinder mit geringem Unterstützungspotenzial der Eltern gravierende Benachteiligungen im Hinblick auf Gesundheit, Bildung sowie motorische und sprachliche Entwicklung zu erleiden haben.

Die idealtypische Schule als Kompensationsinstanz ?

Bei Schulbeginn gehen fast alle Schüler – unabhängig von der Herkunft – gerne zur Schule.

Wie Kinder sich die Schule vorstellen

(vgl. Schmidt, 2002, S. 76)

Rang	Aussage	Jungen		Mädchen	
		Nenn.	%	Nenn.	%
1	Viel Bewegungsraum und Spielangebote auf dem Pausenhof	86	81,1	58	49,6
2	Freundliche, verständnisvolle, gerechte und hilfsbereite Lehrerinnen	45	42,5	57	48,7
3	Konflikte zwischen Schülern vermeiden, freundlichen Umgang pflegen	33	31,1	46	39,3
4	Sportanlagen bauen/erweitern; Schwimmbad, Tennis, Sporthalle	27	25,5	29	24,8
5	Lange Pausen, ausreichende Erholungszeiten schaffen	26	24,5	29	24,8
6	Weniger Kopflernen, mehr Angebote in Musik, Kunst, Sport, Handwerk	23	21,7	26	22,2
7	Schulgelände bepflanzen, Pflanzen pflegen, Garten anlegen	22	20,8	25	21,4
8	Unterricht später beginnen, Zeiten variieren, Klingel abschaffen	13	12,3	31	26,5
9	Schule für den Aufenthalt vor und nach dem Unterricht öffnen	7	6,6	25	21,4
10	Ausflüge, Fahrten, Wanderungen, Erkundungen außerhalb der Schule	13	12,3	17	14,5
11	Geselligkeit pflegen (z.B. Feste und Feiern selbst organisieren)	10	9,4	20	17,1
12	Angebote für freies Spiel schaffen	14	13,2	16	13,7

Abb. 4: Wie Kinder sich die Schule vorstellen (vgl. Schmidt, 2002, S.76)

Reduziert man die in Abbildung 4 dargestellte TOP 12 auf drei übergreifende Faktoren, so lässt sich folgendes feststellen:

1. Eine Vielzahl von Kindern (siehe Platz 2 und 3) wünscht sich positive zwischenmenschliche Beziehungen, zwischen Lehrkräften und Schülern, zwischen Jungen und Mädchen.
2. Unübersehbar ist der Wunsch nach einem vielfältigen informellen und institutionellen Bewegungs-, Spiel- und Sportangebot (siehe Platz 1, 4, 6 und 12).
3. Über den 45 Minuten – Unterricht und Leistungseinteilungen hinaus wünschen sich viele Schüler ein vielfältiges, geselliges und sozial orientiertes Schulleben (siehe Platz 5, 7, 8, 9, 10 und 11).

Leider scheint die „reale“ Schule schon früh für viele Kinder zum Problem zu werden. 30% der Jungen und 20% der Mädchen geben bereits mit 10 Jahren (!) an, nicht gerne zur Schule zu gehen (vgl. Schmidt, 2006, S.24).

„Schlechte Schulleistungen, ein negatives Selbstbild und ausgeprägte Schulangst ergeben zusammen ein komplexes Syndrom, das für Schulversagen kennzeichnend ist“ (Schmidt, 2006, S.24).

Zwischenfazit:

Im Gegensatz zur idealtypischen Schule scheint die reale Schule schon früh die in anderen Bereichen diagnostizierte unterschiedliche Unterstützung fortzuschreiben. Mit anderen Worten:

Schlechte Schulleistungen, Klassenwiederholungen, Abstufungen in eine niedrigere Schulart und Zurückstellungen beim Schulanfang, all diese Formen subjektiv wahrgenommenen Versagens bedeuten nicht nur zeitliche Verzögerung, sondern sind mit sozialen Abwertungen, negativen Etikettierungen und Identitätsschädigungen verbunden. Besonders betroffen sind Kinder mit zu niedrigen (oder zu hohen) Leistungserwartungen der Eltern.

Die herausragende Bedeutung des Sportengagements

Im Sinne unserer interaktiven theoretischen Grundlegung darf jedoch nicht vergessen werden (siehe Abb. 1), dass im Laufe der Entwicklung die Akzeptanz durch Freunde, die soziale Integration in informellen Sportgruppen und das aktive Sportengagement im Verein (Leistungs- und Sympathieakzeptanz) einen wesentlichen Beitrag leisten können, die Selbstakzeptanz bzw. „das Bild von sich selbst“ zu verbessern bzw. langfristig zu stabilisieren oder zu kompensieren.

Zur Bedeutung des Sports

- 80% aller Nachmittagstermine entfallen auf den Sport
- 51,4% (Jungen und Mädchen) sind 8 Jahre lang Mitglied eines Sportvereins
- SchülerInnen schätzen die Bedeutung des Sportunterrichts sehr hoch ein
- 79,5% aller Jungen und 80,2% aller Mädchen beurteilen den Sportverein mit sehr gut bzw. gut
- 71,1% aller Jungen und 72,9% aller Mädchen beurteilen den Trainer/Übungsleiter mit den Noten sehr gut bzw. gut

Abb. 5: Zur Bedeutung des Sports

Effekte des Sporttreibens

- Regelmäßige Sportaktivitäten haben bessere subjektive Gesundheits- und Befindlichkeitseinschätzungen zur Folge
- 72,8% aller Jungen und 68,8% aller Mädchen bleiben im Sportverein, weil sie den sozialen Zusammenhalt bzw. die Gruppenzugehörigkeit sehr positiv einschätzen
- Regelmäßige Sportaktive weisen eine größere psychosoziale Belastungsresistenz auf
- SchülerInnen fühlen sich im Sport subjektiv wesentlich wohler als in anderen Fächern oder der Schule
- Sport fördert soziales Engagement (→ 28% aller Jugendlichen zeichnen sich durch freiwilliges Engagement aus)
- SchülerInnen nehmen Sportlehrer als besonders fürsorglich, sozial kompetent und menschlich angenehm wahr

Abb. 6: Effekte des Sporttreibens

Hinsichtlich der angesprochenen sozialen Problematik bleibt gleichfalls festzuhalten, dass die Vereinsmitgliedschaft von Jungen mit Migrationshintergrund höher (!) liegt als die Durchschnittsquote deutscher Jungen (vgl. Schmidt, 2006, S.112). Zwar reduziert sich ihre Mitgliedschaft auf die Sportarten Fußball und Kampfsport, gleichwohl gilt es zu konstatieren, dass während ihrer achtjährigen (!) Mitgliedschaft durchaus soziale Anknüpfungspunkte gegeben sind.

Zusammenfassende Analyse

Wir haben gezeigt, dass

- ▶ die Bebauung und „Zubetonierung“ städtischer Ballungsräume das kindliche Bewegen und Spielen heutzutage im wohnnahen Raum erschweren,
- ▶ soziale Ungleichheiten früh einsetzen und eine positive kindliche Entwicklung gefährden,
- ▶ die reale Schule durch Überbetonung der Leistungskomponente von der Grundschule an das Selbstkonzept schwächerer Schüler nicht stärkt,
- ▶ Allein die Integration in informelle Sportgruppen



und das langfristige Engagement im Sportverein scheinen einen wesentlichen Beitrag zur Verbesserung der sozialen Lage zu leisten.

Präventionsmaßnahmen

Wenn wir durch frühzeitige, institutionelle Förderung einen verbesserten Beitrag zum individuellen Selbstkonzept vieler Kinder leisten wollen, gilt es, verstärkte Fördermaßnahmen in Kindergarten und Grundschule für so genannte Risikogruppen durchzuführen. Darüber hinaus gilt es, von früh an durch begleitende Maßnahmen das Aktivitätspotenzial vieler Kinder zu stärken. Dazu zählen

- ▶ eine Reaktivierung wohnnaher Bewegungsräume und die Bereitstellung sicherer Wege (in der Nachbarschaft, zu Kindergarten und Grundschule, zu informellen Kindertreffs), um die Bewegungsaktivitäten im Alltag zu erhöhen und das Aktivitätspotenzial zu verbessern,
- ▶ die Einrichtung von Bewegungskindergärten, um das Kinderleben in und durch Bewegung und Spiel zu rhythmisieren,
- ▶ die Bereitstellung „bewegter Spielplätze“, um das Miteinander zu fördern,
- ▶ „Bewegte Grundschulen“, die die Kreativität und Phantasie der Kinder fördern, ihrem Tätigkeits- und Bewegungsdrang entgegenkommen und ihre Fähigkeiten zum Entdecken, Gestalten und Spielen fördern.

Kinderwelt ist Bewegungswelt

Zeit zu lassen, für den alltäglichen Dialog von Kind und Bewegung bedeutet, Zeit zu haben für die ganzheitliche Entwicklung körperlicher, psychischer, sozialer und kognitiver Fähigkeitenpotenziale.

Literatur:

SCHMIDT, W. (2002): Sportpädagogik des Kindesalters. Hamburg: Czwalina

SCHMIDT, W.; HARTMANN-TEWS, I.; BRETTSCHEIDER, W.-D. (2003 u. 2006): Erster Deutscher Kinder- und Jugendsportbericht. Schorndorf: Hofmann.

SCHMIDT, W. (2006): Kindersport-Sozialbericht des Ruhrgebiets. Hamburg: Czwalina

Sport in der Jugendhilfe –

Möglichkeiten der Förderung von Mädchen und Jungen?

Bettina Rulofs

Es gehört inzwischen zu den Qualitätskriterien der Jugendhilfe nach den unterschiedlichen Lebensbedingungen von Mädchen und Jungen zu fragen und diese bei der Planung von Maßnahmen zu berücksichtigen. Auch wenn es um die Frage nach den Potenzialen von Sport in der Jugendhilfe geht, lohnt sich ein geschlechtersensibler Blick auf die sport- und körperbezogenen Lebenswirklichkeiten von Jugendlichen. In diesem Beitrag wird daher zunächst das Sporttreiben von Mädchen und Jungen sowie ihr Umgang mit dem Körper beleuchtet, um darauf aufbauend konzeptionelle Ansätze der Förderung insbesondere von Mädchen durch Sport aufzuzeigen.

Mädchen und Jungen im Sport

Jugendliche Lebenswelten und die Möglichkeiten der Freizeitgestaltung durch Sport haben sich in den letzten Jahrzehnten stark gewandelt, auffällig ist insbesondere eine deutliche Zunahme der Sportbeteiligung bei den Mädchen. Die ehemals stark von jungen Männern