

Georg Wydra; Pavla Hakikiova;

Christoph Haberer

Sportwissenschaftliches Institut

der Universität des Saarlandes

**Zur Umsetzung der Idee der
täglichen Bewegungszeit –
Ergebnisse einer Befragung**

In: Anspruch und Wirklichkeit des Sports
in Schule und Verein.

Berichtsband über die Jahrestagung
der dvs-Sektion Sportpädagogik
vom 3. - 5.6. 1999 in Regensburg
(im Druck)

Zur Umsetzung der Idee der täglichen Bewegungszeit – Ergebnisse einer Befragung

Einleitung und Problemstellung

„Gesunde Schule“, „Bewegte Schule“, „Bewegungserziehung im Unterricht“, „Es bewegt sich“ – die Reihe vergleichbarer Ausdrücke ließe sich beliebig fortsetzen. Gemeinsam ist ihnen das Anliegen, den Sitzzwang der traditionellen kognitiv ausgerichteten Schule zu überwinden und das Prinzip Bewegung stärker als in der Vergangenheit in die schulische Erziehung einfließen zu lassen (vgl. ILLI 1998; PÜHSE 1995; WASMUND-BODENSTEDT 1992).

Die Argumentationsmuster sind dabei unterschiedlich: Zum einen soll die zusätzliche Bewegung die Gesundheit von Kindern und Lehrern fördern (vgl. WILDT 1997). Zum anderen stehen genuin pädagogische bzw. entwicklungspsychologische Aspekte im Vordergrund (vgl. ZIMMER 1992). Auch unterscheiden sich die Ansätze hinsichtlich ihrer Tragweite. Weitreichende Konzepte wollen Bewegung zu einem Prinzip des Unterrichts werden lassen und fordern entsprechende organisatorische und bauliche Veränderungen in der Schule (vgl. ILLI 1998). Andere begnügen sich damit, Bewegungspausen im normalen Unterricht zu fordern, um auf diese Weise ausgleichend zum stundenlangen Sitzen zu wirken.

Bei der Bewertung der täglichen Bewegungszeit ist zu bemerken, dass die Propagierung entsprechender Konzepte durch die Kultusministerien in die Zeit der flächendeckenden Abschaffung der dritten Sportstunde in Deutschland fällt. Hier drängt sich für den kritischen Beobachter der Verdacht auf, dass das öffentlich vorgetragene Bekenntnis zur Bedeutung der Bewegung für die gesunde Entwicklung der Kinder lediglich als Lippenbekenntnis zu interpretieren ist, und dass die Einführung der täglichen Bewegungszeit der Kompensation der fehlenden Sportstunde dienen soll (vgl. DSB 1998).

Publikationen und Weiterbildungsveranstaltungen zu diesem Thema gibt es viele.¹ Im Saarland werden entsprechende Weiterbildungsangebote für Lehrerinnen und Lehrer der Grundschule (Klassenstufe 1 bis 4) seit der Einführung der täglichen Bewegungszeit im Jahr 1996 durchgeführt. Es stellt sich die Frage, inwieweit diese Weiterbildungsveranstaltungen dazu beitragen konnten, die Idee der täglichen Bewegungszeit auch in der Praxis des Unterrichts zu forcieren.

¹ Von der Regensburger Projektgruppe um Eckhart Balz ist eine umfangreiche Literaturliste erstellt worden, die im Internet aufgerufen werden kann (<http://www.uni-regensburg.de/Einrichtungen/Sportzentrum/instspoz/litlist.htm>).

Methodik

Ziel der vorliegenden Untersuchung war die Evaluation der Weiterbildungsangebote zur täglichen Bewegungszeit im Saarland. Es wurde ein Fragebogen entwickelt, der sich mit folgenden Themenkomplexen beschäftigte:

- Fragen zur inhaltlichen Gestaltung der Weiterbildungsveranstaltung
- Fragen zur Umsetzbarkeit der dargebotenen Übungs- und Spielformen
- Fragen zur Zielstellung und Effektivität der täglichen Bewegungszeit in der Praxis
- Fragen zum Verhältnis zwischen täglicher Bewegungszeit und Sportunterricht

Im Schuljahr 1998/99 gab es im Saarland in der Grundschule 2163 Klassen mit insgesamt 46 417 Schülern. An Weiterbildungsveranstaltungen zur täglichen Bewegungszeit nahmen in den letzten drei Jahren ca. 500 Lehrerinnen und Lehrer teil. Dies entspricht einem Anteil von ca. 23 % aller Grundschullehrerinnen und -lehrer.

Ca. 250 Lehrerinnen und Lehrer wurden im Rahmen von pädagogischen Tagen vor Ort in den Schulen mit der Thematik konfrontiert. Diese Lehrerinnen und Lehrer wurden aufgrund der besseren Erreichbarkeit als Stichprobe ausgewählt.

Die Untersuchung musste zunächst durch das saarländische Ministerium für Bildung, Kultur und Wissenschaft genehmigt werden.² Lehrer, die an pädagogischen Tagen zur täglichen Bewegungszeit teilgenommen hatten, wurden auf dem Dienstweg angeschrieben, und gebeten, den beigefügten Fragebogen auszufüllen. Die Anonymität wurde gewährleistet. Die Fragebögen sollten auf dem Dienstweg zurückgeschickt werden. Der Rücklauf dieser Fragebogenaktion betrug 20,8 %.

Aufgrund des geringen Rücklaufes, der zum Teil auf die Verschickung der Fragebögen kurz vor den Osterferien zurückzuführen ist, wurde an den betreffenden Schulen eine Wiederholung der Befragung durchgeführt. Diese wurde von einem Diplomanden durchgeführt. Bei dieser Befragung antworteten zusätzlich 62 Lehrerinnen und Lehrer, wodurch sich die Rücklaufquote auf insgesamt 46 % (n=115) erhöhte.

Der Anteil der Frauen an der Untersuchung betrug 60,9 % und der der Männer 39,1 %. Das Durchschnittsalter der Lehrerinnen und Lehrer betrug 48,5 Jahre (SD 9 Jahre), wobei die Altersspanne von 26 bis 63 Jahren reichte. Die durchschnittliche Unterrichtspraxis betrug 24,5 Jahre (SD 10,5 Jahre), mit einer minimalen Unterrichtserfahrung von einem und einer maximalen von 40 Jahren.

² Es sei an dieser Stelle dem Schulsportreferenten des Ministerium für Bildung, Kultur und Wissenschaft, Herrn F.-J. Kiefer, recht herzlich für seine Unterstützung gedankt.

Ergebnisse

Fragen zur inhaltlichen Gestaltung der Weiterbildungsveranstaltung

61,7 % der Lehrerinnen und Lehrer erwarteten durch die Veranstaltung allgemeine Anregungen zur Bewegungserziehung, 59,1 % neue Übungsformen und Spiele und 21,7 % wollten neue Geräte kennen lernen. Diese Erwartungen wurden bei 81,7 % erfüllt. Als Gründe für die nicht erfüllten Erwartungen nannten zwölf Personen, dass die vorgestellten Übungen nur für die Sportstunde geeignet seien, vier Personen, dass die Übungen zu funktionell seien, und drei Personen, dass die Übungen nicht durchführbar seien. Als ausreichend beurteilten 72,2 % das Angebot an Spiel- und Übungsformen. Vermisst wurden von 14 Lehrerinnen und Lehrern Übungen, die leicht zu organisieren und durchzuführen sind, von 13 mehr Übungen zur Entspannung, Wahrnehmung, Körpererfahrung und von drei mehr Hilfen zum Ordnungsrahmen. Die Veranstaltung wurde von 82,6 % als abwechslungsreich bezeichnet, für 60,9 % wurden genügend viele theoretische Hintergrundinformationen geliefert, nur 13,9 % fanden, dass eine einzige Veranstaltung dieser Art ausreichend sei und 80 % würde die Veranstaltung weiter empfehlen.

Fragen zur Umsetzung der Übungs- und Spielformen

61,7 % der Befragten gaben an, dass die Übungs- und Spielformen in Ihrer Klasse durchführbar seien. Die Durchführbarkeit scheiterte, weil die Klassenzimmer zu klein sind (n=27), die Ausstattung fehlt (n=22) oder die Kinder für die vorgestellten Übungen zu klein sind (n=3).

Ausprobiert haben 79,1 % die Übungen, wobei von der Gesamtstichprobe 73 % nur bestimmte Spiel- und Übungsformen durchgeführt haben. Im Mittelpunkt standen dabei Entspannungs- und Lockerungsübungen für Körper und Geist (n=42), Übungen, bei denen man wenig Platz braucht (n=40), Übungen bei denen die Bewegung im Vordergrund steht, wie bei Lauf-, Fang-, Ballspielen (n=38) , Übungen mit Musik (n=23) und Übungen mit verschiedenen Materialien bzw. Geschicklichkeitsübungen (n=20).

Fester Bestandteil des Unterrichts ist die tägliche Bewegungszeit bei 48,7 %. Als Gegengründe wurde von n=43 gesagt, dass sie zuwenig Zeit hätten bzw. es wichtigere Dinge gäbe. Zu wenig Platz gaben n=31 als Hinderungsgrund und zwei gaben an, dass der Sportunterricht ausreichend sei. 59 Lehrerinnen und Lehrer führen die Übungs- und Spielformen nur im Unterricht durch.

36,5% der Befragten gaben an, dass sie einen bestimmten Rhythmus bei der Anwendung hätten. 65,2 % entscheiden sich eher spontan für die Durchführung einer Bewegungspause, wobei die Zeit vor und nach längeren Konzentrationsphasen von 22,6 % aller Befragten als Indikation angegeben wurde.

Fragen zur Zielstellung und Effektivität in der täglichen Praxis

Die Übungs- und Spielformen werden von 91,3 % der Gesamtstichprobe als Ausgleich gegen das lange Sitzen angesehen, 82,6 % wollen damit Aggressionen abbauen, 80 % die Entspannung und 76,5 % die Konzentration fördern. Als Prinzip, weil Bewegung einfach dazugehört, sehen 68,7 % die Bewegungspause. 63,5 % wollen damit Ruhe in die Klasse bringen.

Die gesteckten Ziele werden in der Regel von 72,2 % der Gesamtstichprobe erreicht. Nur 13 % erreichen die gesteckten Ziele nie und 7,8 % nur manchmal. Bewährt haben sich die Spiel und Übungsformen wenn die Klasse unruhig ist (81,7 %), wenn es um die Konzentration geht (59,1 %), bei Antriebslosigkeit und Motivationsproblemen (40,9 %), um Anspannung und Stress abzubauen (39,1 %) und bei schlechtem Wetter (34,8 %).

Verhältnis zwischen Sportunterricht und täglicher Bewegungszeit

Das, was im Rahmen der täglichen Bewegungszeit gemacht wird, hat bei 44,3 % einen Einfluß auf die Planung des Sportunterrichts: Übungen, Spiele und Inhalte werden in den Sportunterricht integriert und dort eingeübt (n=41) bzw. Übungen werden in den Bewegungspausen benutzt, um Bewegungsabläufe, die im Sportunterricht eingeübt wurden, zu verbessern (n=14). Die tägliche Bewegungszeit wird von 94,8% nicht als Ersatz für den Sportunterricht gesehen. Nur fünf Lehrerinnen bzw. Lehrer sehen dies anders.

Diskussion

Bei der Betrachtung der Ergebnisse fällt zunächst die geringe Rücklaufquote auf. Sie kann einerseits als Indiz für die hohe Belastung von Lehrerinnen und Lehrern im Schuldienst erachtet werden (vgl. BARTH 1995). Des weiteren könnte sie aber auch als Beleg für die fehlende Zentralität des Untersuchungsgegenstandes für die Mehrzahl der Angesprochenen gewertet werden.

Die Veranstaltungen zur täglichen Bewegungszeit wurden durchweg positiv bewertet. Aber nur 61,7 % der Befragten gaben an, dass die Übungsvorschläge auch umsetzbar seien. Die Rahmenbedingungen – Raumgröße, Ausstattung aber auch die zu bewältigende Stofffülle – verhindern bei mehr als der Hälfte der Befragten die Einführung der täglichen Bewegungszeit.

Die Antworten zu den Fragen nach den intendierten Zielen bzw. in welchen Situationen sich die Bewegungspausen bewährt haben, offenbaren, dass es den Lehrerinnen und Lehrern weniger um einen Beitrag zur Bewegungserziehung als vielmehr um die symptomorientierte Instrumentalisierung der Bewegung zur Förderung von Ruhe, Entspannung und Konzentration bzw. den Abbau von Aggressionen geht.

Trotz der guten Erfahrungen, die die Lehrerinnen und Lehrer gemacht haben, ist die tägliche Bewegungszeit bei nur 48,7 % zu einem festem Bestandteil des Sport-

unterrichts geworden. Hierbei ist jedoch zu beachten, dass sie weniger das Resultat planvollen Handelns als vielmehr spontaner Entscheidungen aufgrund der Unterrichtssituation darstellt. Es zeigt sich hier, dass Verhaltensänderungen auf Seiten der Lehrerinnen und Lehrer, die zum großen Teil seit Jahrzehnten im Schuldienst tätig sind, nicht durch eine einzige Weiterbildungsveranstaltung erzielt werden können. Es ist zu vermuten, dass mit zunehmendem zeitlichen Abstand zu der Weiterbildungsmaßnahme ein Rückfall in die alten Verhaltensmuster erfolgt und die tägliche Bewegungszeit dann von wesentlich weniger Lehrerinnen und Lehrern durchgeführt wird.

Gegenwärtig kann man nicht davon ausgehen, dass die tägliche Bewegungszeit als Ersatz für die weggefallene dritte Sportstunde angesehen werden kann. Zwar scheinen die befragten Lehrerinnen und Lehrer der Idee der täglichen Bewegungszeit gegenüber positiv eingestellt zu sein, aber weniger als Hälfte von ihnen hat bisher diese zu einem festen Bestandteil ihres Unterrichts werden lassen. Es ist davon auszugehen, dass die Befragten eine positive Auslese darstellen, und dass die Verweigerer eine andere Einstellung zur Thematik haben. Des Weiteren ist zu berücksichtigen, dass zur Zeit erst ein Viertel der saarländischen Grundschullehrerinnen und -lehrer an Weiterbildungsveranstaltungen teilgenommen hat. Die Hypothese, die tägliche Bewegungszeit könne die abgeschaffte dritte Sportstunde kompensieren, verliert vor diesem Hintergrund jede Rechtfertigung. Dies wird auch von den Lehrerinnen und Lehrern so gesehen: 94,8 % sehen die tägliche Bewegungszeit nicht als Ersatz für den Sportunterricht.

Damit die Idee der täglichen Bewegungszeit im real existierenden Grundschulunterricht tatsächlich erfolgreich umgesetzt wird, bedarf es flächendeckender, umfangreicherer und wiederholter Weiterbildungsangebote. Diese können zwar gefordert werden. Aber vor dem Hintergrund chronisch leerer öffentlicher Kassen werden diese, wie die dritte Sportstunde, auch weiterhin ein Wunsch bleiben.

Literaturverzeichnis

- BARTH, A.-R: Burnout bei Lehrern: Was betrifft mich das „Burnout-Syndrom“? In: sportunterricht 44 (1995), 141 - 151.
- DSB (Deutscher Sportbund): Gehört Schulsport noch zum öffentlichen Bildungsangebot? Dokumentation der Anhörung des Deutschen Sportbundes zum Schulsport am 16. Juni 1997 in Frankfurt. Frankfurt 1998.
- ILLI, U.: Vom Sitzen als Belastung zum Konzepten der „Bewegten Schule“. ILLI, U./BREITHECKER, D./MUNDIGLER, S. (Hrsg.): Bewegte Schule - Gesunde Schule. Aufsätze zur Theorie. Zürich 198, 1 - 19.
- PÜHSE, U.: Bewegte Schule - eine bewegungspädagogische Perspektive. In: sportunterricht 44 (1995), 416 - 426.
- WASMUND-BODENSTEDT, U.: Die tägliche Bewegungszeit in der Grundschule. In: Leibesübungen - Leibeserziehung 46 (1992) 3, 28 -30.
- WILDT, B.(Hrsg.): Gesundheitsförderung in der Schule. Luchterhand, Neuwied 1997.
- ZIMMER, R. Psychomotorik - Ein Ansatz zur ganzheitlichen Erziehung in der Grundschule. In: ALTENBERGER, H./MAURER, F.: Kindliche Welterfahrung in Spiel und Bewegung,. Klinkhardt, Bad Heilbrunn 1992, 119 - 130.