

Analyse der Ziele von gesundheitsorientierten Bewegungs- und Sportprogrammen

Georg Wydra¹, Christian Kaczmarek¹, & Andrea Dincher¹

¹Universität des Saarlandes

Schlüsselwörter: Gesundheitssport, Rehasport, didaktische Analyse

Einleitung und Fragestellung

Die Festlegung von Zielen, Inhalten und Methoden stellt eine zentrale Aufgabe einer didaktischen Analyse dar. Aufgabe der Sportpädagogik ist es hierbei, den gesamten Menschen in seinen vielfältigen Beziehungen in den Blick zu nehmen. Vor dem Hintergrund der Dominanz biomedizinischer Aussagen in Gesundheits- und Rehasport stellt sich die Frage, ob die entsprechend formulierten Modelle aus einer sportpädagogischen Perspektive tragfähig sind.

Methodik

Bei der Analyse der Zielstellungen von gesundheitsorientierten Bewegungs- und Sportprogrammen sollen biomedizinische, rehawissenschaftliche, psychologische, handlungstheoretische und pädagogisch-bildungswissenschaftliche Aspekte in den Blick genommen und im Rahmen eines bildungstheoretischen Diskurses miteinander verbunden werden.

Ergebnis

Aus biomedizinischer Perspektive ist die Stärkung physischer Gesundheitsressourcen von besonderer Bedeutung. Aus rehawissenschaftlicher Sicht ist die Nachhaltigkeit zu berücksichtigen (Pfeifer, & Sudeck, 2016). Die Komplexität psychologischer Prozesse im Rahmen von Verhaltensänderungen spiegelt sich in der Vielzahl entsprechender Modellvorstellungen wieder (Göhner, & Fuchs, 2007). Hierbei nimmt die intrinsische Motivation oder Selbstkonkordanz, d. h. das Ausmaß, in dem die Zielintension mit persönlichen Interessen, Werten und Sinnzuschreibungen übereinstimmen, einen bedeutenden Stellenwert ein. Sowohl aus handlungstheoretischer (Nitsch, 1986) als auch sportpädagogischer Sicht (Klafki, 2005) erscheint es wichtig, die Sinnfindung durch Sport in den Mittelpunkt zu rücken. Die von Klafki (2005) formulierte Bewegungskompetenz erscheint vor dem skizzierten Hintergrund als ein tragfähiges Konzept, um die Forderungen, die von den verschiedenen Stakeholdern an den Gesundheits- und Rehasport herangetragen werden, gerecht zu werden.

Literatur

- Göhner, W., & Fuchs, R. (2007). *Änderung des Gesundheitsverhaltens. MoVo-Gruppenprogramme für körperliche Aktivität und Gesunde Ernährung*. Göttingen: Hogrefe.
- Klafki, W. (2005). Bewegungskompetenz als Bildungsdimension. In R. Laging, & R. Prohl (Hrsg.), *Bildung und Bewegung* (S. 15 - 24). Hamburg: Czwalina.
- Nitsch, J. R. (1986). Zur handlungstheoretischen Grundlegung der Sportpsychologie. In H. Gabler, J. R. Nitsch, & R. Singer (Hrsg.): *Einführung in die Sportpsychologie* (S. 188 - 270). Schorndorf: Hofmann.
- Pfeifer, K., & Sudeck, G. (2016). Körperliche Aktivität. In J. Bengel, & O. Mittag (Hrsg.) *Psychologie in der medizinischen Rehabilitation – Grundlagen der Rehabilitationspsychologie* (S. 215 - 228). Springer: Heidelberg.