

DIETRICH KURZ

## KINDER BRAUCHEN BEWEGUNG: ÜBERLEGUNGEN ZUR PÄDAGOGISCHEN VERANTWORTUNG DES SPORLEHRERS IN HOCHINDUSTRIALISIERTEN GESELLSCHAFTEN

"Da es aber dem Herrn nicht länger gefiel, daß sein Sohn, die gebahnten Plätze verlassend, sich querfeldein herumtrieb, schenkte er ihm Wagen und Pferd.

'Nun brauchst Du nicht mehr zu gehen',  
waren seine Worte.

'Nun sollst Du nicht mehr gehen,  
war deren Sinn.

Und nun konnte er nicht mehr gehen,  
war deren Wirkung."

(Günter Anders, zitiert nach  
EULERING 1986, 105)

Was wir in ausreichender Menge haben, schätzen wir nicht hoch; erst wenn es knapp zu werden beginnt, erkennen wir seinen Wert. So ist es auch mit den Bewegungen unseres Körpers. Solange unsere Arbeit vor allem körperliche Arbeit ist und die alltäglichen Besorgungen viel körperliche Bewegung enthalten, schätzen wir Bewegung nicht hoch. Wir sind vielmehr dankbar für jedes Fahrzeug und jede Maschine, die uns Bewegungen abnehmen, und halten es für ein Merkmal des Fortschritts, daß wir uns immer weniger bewegen müssen. Aber dieser Fortschritt macht uns krank.

Kinder haben zunächst noch ein natürliches Bedürfnis, sich viel und vielfältig zu bewegen. Für sie bedeutet Bewegung Leben. Lehrer wissen wie schwierig es ist, Kinder soweit zu bringen, daß sie eine Schulstunde lang ruhig sitzen. Aber wenn wir Erwachsenen ihnen die Bewegungsräume wegnehmen und ihnen vorleben, daß Erwachsen-Sein bedeutet, Bewegung zu meiden, dann ahmen sie uns nach und werden bald so bequem wie wir. Die Risiken, die die wachsende Bewegungsarmut für die Entwicklung unserer Kinder und für ihr späteres Leben mit sich bringt, erkennen wir von Jahr zu Jahr deutlicher. Es sind nicht nur Risiken für die körperliche Gesundheit, sondern weit mehr.

Je weiter die Industrialisierung fortschreitet, desto deutlicher werden diese Zusammenhänge. Besonders an den Kindern zeigt sich, daß nicht alles, was wir sonst "Fortschritt" nennen, für sie gut ist. Die Sportlehrer und Bewegungserzieher müssen in dieser Hinsicht besonders aufmerksam sein. Ihre Aufgabe wird immer wichtiger und schwieriger. Sie müßten daher auch immer besser ausgebildet und immer besser bezahlt werden. Das Geld, das dafür angelegt wird, bringt hohe Zinsen. Politisch Verantwortliche davon zu überzeugen, ist jedoch leider immer noch sehr schwer.

Die folgende Skizze faßt Argumente in einer Weise zusammen, wie sie besonders den politisch Verantwortlichen immer wieder vorgehalten werden müßten. Es kommt daher in diesem Text nicht auf alle Differenzierungen an, die die Fachdiskussion aktuell beschäftigen; beabsichtigt ist vorwiegend eine Übersicht über Zusammenhänge, die im Interesse der heute heranwachsenden Kinder im Blick bleiben müssen. Dem Leser wird schnell auffallen, daß das Wort "Sport" in einem recht weiten Verständnis verwendet wird; wenn er für das pädagogische Fach steht, wird es gelegentlich fast deckungsgleich mit "Bewegungserziehung". Zur Erinnerung stehen im Text gelegentlich beide Bezeichnungen nebeneinander.

Sechs Grundauffassungen zu Bewegungserziehung und Sport der Kinder

1. Die Bewegungserziehung und die sportliche Grundausbildung eines Kindes beginnen nicht erst in der Schule

Die Bewegungserziehung eines Kindes beginnt bereits im Mutterleib. Hier schon wirkt das Bewegungsverhalten der Mutter auf die körperliche und motorische Entwicklung des Ungeborenen. Die Bewegungserziehung setzt sich in der Wiege, auf dem Wickeltisch und im Kinderzimmer fort; sie hat danach noch lange ihren wichtigsten Ort in der Wohnung und deren nächster Umgebung. Es ist für das ganze Leben von großer Bedeutung, wie dieser nächste Bewegungsraum des kleinen Kindes ausgestattet ist, welche Bewegungen in ihm möglich sind und angeregt werden, welche Bewegungen er verhindert. Mindestens ebenso wichtig ist jedoch, in welcher Richtung Eltern und ältere Geschwister auf das Kind einwirken und welche Einstellung sie zu Bewegung und Sport haben. Gute empirische Untersuchungen belegen, daß für viele Kinder bereits mit dem Schulbeginn der Weg vorgezeichnet ist, ob sie ein bewe-

gungsaktives und sportliches Lebens führen werden oder nicht (KEMPER 1982, WILLIMCZIK 1981, ZIMMER 1981; zusammenfassend BAUR 1986).

2. Die Aufgabe des Sportlehrers bezieht sich auf die Bewegungskarriere der Kinder

Der Begriff "Bewegungskarriere", den BAUR (1986) einführt, soll alle Aspekte der Entwicklung eines Menschen zusammenfassen, die sich auf sein Bewegungsverhalten und seine körperliche Entwicklung beziehen. Die Bewegungskarriere schließt mehr ein als die Sportkarriere, zunächst einmal die gesamte körperliche Entwicklung und die Entwicklung des Bewegungskönnens und der Bewegungsgewohnheiten, aber auch die durch Bewegung erschlossenen Erfahrungen. Die Bewegungskarriere schließt aber auch die Entwicklung des Bildes ein, das sich Kinder von sich selbst entwerfen, insbesondere des Bildes von ihrem Körper und von ihren Möglichkeiten und Grenzen, Bewegungen zu erlernen und zu verbessern. Dies sind besonders für ein Kind wichtige Teile des Bildes, daß es sich von sich selbst macht; und dieses "Selbstbild" oder "Selbstkonzept", wie wir es nennen, ist bedeutsam für das Handeln und Erleben eines Menschen insgesamt (FILIPP 1984). Das Selbstbild entwickelt das Kind aber nicht allein, sondern in der sozialen Interaktion mit anderen Menschen, auch anderen Kindern. Aus dem, was das Kind von anderen und mit anderen erfährt, macht es sich das Bild darüber, was es ist und was es kann. Auch dies gehört noch in den Zusammenhang der Bewegungskarriere, denn es beeinflusst die Bereitschaft, sich körperlich anzustrengen, Bewegungen zu erlernen, Sport zu treiben und auch im Alltag bewegungsaktiv zu sein.

3. Je jünger die Kinder sind, desto größer sind die Chancen der Bewegungserziehung in der Schule

Bevor die ersten ausgebildeten Sportlehrer ihren Einfluß auf die Bewegungskarriere des Kindes beginnen, ist im Elternhaus und seiner Umgebung schon viel - oft bereits das Wichtigste - geschehen. Doch auch ein Kind, dem der Weg in ein bewegungsarmes Leben bereits vorgezeichnet scheint, kann durch eine gute Bewegungserziehung in der Schule noch umgestimmt werden. Das wird jedoch immer schwerer, je später man damit beginnt. Deshalb ist die Bewegungserziehung in den ersten Schuljahren besonders wichtig.

In offensichtlichem Widerspruch dazu wird in der Bundesrepublik das Fach "Sport" in der Grundschule immer noch nicht so gefördert, wie es im Interesse der Kinder nötig wäre. Die drei Wochenstunden Unterricht sind zu wenig, wenn zusätzlich nicht an jedem Schultag eine Bewegungspause vorgesehen ist, in der die Schüler rennen, toben, klettern und spielen können. Davon jedoch sind wir noch weit entfernt. Darüber hinaus wird der Sportunterricht in den Grundschulen zu mehr als der Hälfte von Lehrkräften erteilt, die für das Fach nicht ausgebildet sind, und auch die Fachlehrer, die als ausgebildet gelten, haben im Fach wesentlich weniger Ausbildungszeit gehabt als die Kollegen, die in der Sekundarstufe I oder II unterrichten.

Das Vorurteil, daß die Aufgaben der Lehrer mit dem Alter der Schüler immer schwieriger werden, ist für das Fach Sport in besonderer Weise belastend. Mehr vielleicht noch als in anderen Fächern gilt hier: Die Schwierigkeit der zu vermittelnden Fertigkeiten nimmt zwar im Verlauf der Schullaufbahn zu; aber die Breite der Unterrichtsthemen und die Vielfalt der Zusammenhänge, die ein pädagogisch verstandener Sportunterricht im Auge zu halten hat, nimmt mit dem Alter der Schüler eher ab. Das bestehende Gefälle in Ausbildungszeit und -qualität, Bezahlung und sozialem Ansehen zwischen Lehrern verschiedener Schulstufen ist daher sachlich unberechtigt und pädagogisch, d.h. im Interesse der Entwicklung der Kinder, fatal.

#### 4. Die Sportlehrer in der Schule haben viele Mit- und Gegenerzieher

Die Möglichkeiten und Grenzen des Sportlehrers in der Schule können nicht verstanden werden, wenn man die mächtigen Einflüsse außer acht läßt, die neben Elternhaus und Schule auf die Bewegungskarriere des Kindes wirken. Auf jeweils unterschiedliche Weise sind hier vor allem

- die Spielkameraden
- das Fernsehen
- der Sportverein

von Bedeutung (BAUR 1986, 163-215; KURZ 1979, 117-143).

Die etwa gleichaltrigen anderen Kinder, mit denen ein Kind spielt, beeinflussen seine Entwicklung bis in das Jugendalter hinein. Was die Kinder miteinander tun und welches Gewicht dabei

Bewegung und Sport haben, prägt ihre Einstellungen nachhaltig. Alle Kinder bei uns sitzen im Durchschnitt in jeder Woche etwa zehn Stunden vor einem Fernsehapparat und lernen auch dort viel über Körperpflege, Bewegung und Sport. Sie sehen z.B. große Sportveranstaltungen, lernen Sportstars zu verehren, aber sie sehen in anderen Filmen auch, daß feine Leute fast nie zu Fuß gehen, sondern möglichst mit dem Auto fahren, und die Werbung empfiehlt ihnen vieles, was sie mit ihrem Körper machen sollen - nicht immer nur das, was Sportlehrer auch empfehlen würden. Manche Kinder werden aber in anderen Institutionen neben der Schule noch von fachlich qualifizierten Lehrkräften in ihrer Bewegungskarriere gefördert. In der Bundesrepublik Deutschland sind 50 % aller Kinder ab 6 Jahren in einem Sportverein und haben dort mindestens zwei, oft aber auch viel mehr Stunden in der Woche ein häufig schon sehr spezialisiertes Training in einer Sportart.

Insgesamt gesehen, findet also nur ein kleiner Teil der Bewegungs- und Sporterziehung in der Schule statt. Wie groß der Einfluß der Schule dennoch ist, hängt entscheidend davon ab, wie gut die schulischen Erzieher ihre Maßnahmen auf das abstimmen, was ihre vielen Mit- und Gegenerzieher tun.

##### 5. Auch Räume und Bauten bestimmen die Bewegungskarriere eines Kindes

Von dem Architekten GROPIUS soll der Satz stammen: "Bauen bedeutet das Gestalten von Lebensvorgängen." Für die Kinder gilt das ganz besonders. Wie wir Häuser und Wohnungen bauen, Straßen und Wege anlegen, Hügel planieren, Bäume fällen, Grundstücke einzäunen, Verbotsschilder aufstellen, erweitern oder beengen wir ihnen auch die Bewegungswelt (SCHERLER 1979, 16-24). In der Bundesrepublik haben z.B. alle neueren, etwas höheren Häuser einen Fahrstuhl, auf den man hingewiesen wird, aber eine Treppe, die man suchen muß. An solchen Zeichen lernen Kinder, daß es modern ist, Fahrstuhl zu fahren und daß man die Treppe nur im Notfall benutzt. Aber welche Bewegungsspiele erfinden Kinder auf einer Treppe, wenn sie sich dort bewegen dürfen, und wie langweilig ist nach kurzer Zeit der Fahrstuhl!

Der Bewegungserzieher muß daher mit den Kindern und für die Kinder nach Bewegungsräumen in ihrer Wohnumgebung suchen und ihnen Anregungen geben, wie man die vorhandenen Räume, u.U. auch gegen

ihren offiziell vorgesehenen Zweck, als Bewegungsräume nutzen kann (BALZ 1987). Er muß seinen Einfluß geltend machen, daß diese Räume für Kinder reicher und nicht noch ärmer werden. Besonders in den Städten ist das eine schwere, aber für unsere Kinder lebenswichtige Aufgabe. Und wenn es ihm sonst nicht gelingt, dann muß er in seiner Schule anfangen:

Mindestens der Pausenhof jeder Schule muß ein interessantes Bewegungsgelände für Kinder sein. Eine alte Forderung heißt daher mit Recht: Bewegungserziehung in der Schule darf nicht nur ein Fach für einige Stunden sein. Sie muß ein Erziehungsprinzip für die ganze Schule sein - ein Prinzip, von dem mehr Lehrer überzeugt sind als nur die Sportlehrer.

#### 6. Die Bewegungskarriere des Kindes ist die Grundlage für aktives Bewegungsleben und Sport im Alter

In den hochentwickelten Industrieländern wissen inzwischen viele Erwachsene und ältere Menschen, daß sie für ihre Gesundheit regelmäßige Bewegung brauchen. In der Bundesrepublik Deutschland strömen seit einigen Jahren immer mehr ältere Menschen in die Sportvereine, angelockt von den Versprechungen, dort fänden sie nicht nur Gesundheit, sondern auch Geselligkeit, Freude, Selbstbestätigung und vieles andere, was das Leben im Alter bereichern kann. Wer auch in höherem Lebensalter noch Sport treibt, weiß, wie wertvoll das für ein gesundes und schönes Leben sein kann. Aber es ist schwer, mit dem Sport oder einem bewegungsaktiven Leben in höherem Alter noch anzufangen, wenn man als Kind Bequemlichkeit gelernt und keinen Sport betrieben hat. Der gute Wille und die Einsicht reichen im Alter bei den meisten Menschen nicht aus; sie versuchen es vielleicht einmal mit mehr Bewegung oder sogar mit Sport, aber hören bald wieder auf. Die Versäumnisse der Bewegungserziehung in der Kindheit wirken bis in das hohe Alter nach.

#### Symptome des Bewegungsmangels bei Kindern

"Kinder brauchen Bewegung" ist das Motto dieser Skizze. Daß dies wahr ist, erkennen wir an den Symptomen der Fehlentwicklung bei Kindern, die zu wenig Bewegung haben. Je weiter die Industrialisierung fortschreitet, desto deutlicher und vielfältiger werden diese Symptome des Bewegungsmangels. Sie sind daher in der Bundesrepu-

blik Deutschland deutlicher als in anderen Ländern, in den Großstädten deutlicher als auf dem Land. Was sind diese Symptome des Bewegungsmangels bei Kindern? Die folgende Skizze unterscheidet fünf Gruppen von Symptomen; die Reihenfolge geht vom Bekannteren zum weniger Bekannten, vom Gesicherten zum weniger Gesicherten.

### 1. Symptome am aktiven und passiven Bewegungsapparat

Am längsten bekannt und als Folge von Bewegungsmangel erklärbar sind die Haltungsanomalien, besonders an der Wirbelsäule. Sie treten schon bei unseren Kindern immer häufiger auf und sind die Vorboten der vielen ernstesten Wirbelsäulenerkrankungen, unter denen erwachsene Menschen leiden. Meistens ist die wichtigste Ursache, daß die Muskulatur, die die Wirbelsäule hält, durch zu wenig Bewegung immer schwächer wird und die Beweglichkeit der Gelenke zu wenig gefordert wird. Neuerdings wissen wir auch, daß die Bandscheiben regelmäßige Massage durch Bewegung brauchen, damit sie versorgt werden und funktionstüchtig bleiben (WEINECK 1986, 303-306). Dasselbe gilt übrigens auch für die Knochen, die Gelenke, die Sehnen und Bänder: Sie erhalten ihre Qualität durch die Bewegungsanforderungen, denen sie vor allem in der Wachstumszeit im Kindesalter ausgesetzt sind. Was nicht von Kind an immer wieder gefordert wurde, bleibt schwach und reißt oder bricht später leicht (TITTEL 1978, 59-78). Wir beobachten eine Zunahme von Sportverletzungen aus kleinen Anlässen; auch sie sind eine Folge der allgemeinen Unterforderung.

### 2. Symptome am Herz-Kreislauf-System und am Leistungstoffwechsel

Seit mehreren Jahren ist allgemein bekannt, daß mangelnde Ausdauerbelastung ein Grund der vielen Herz-Kreislauf-Erkrankungen ist. An Erkrankungen dieser Art sterben in der Bundesrepublik etwa die Hälfte aller Menschen. Dies Schicksal beginnt oft schon mit dem Bewegungsmangel im Kindesalter. Immer mehr Kinder fallen in Untersuchungen auf, deren Ausdauerleistung unter einem kritischen Grenzwert liegt, so daß wir um ihre Gesundheit sorgen müssen (WEINECK 1986, 299-307; CICURS/HAHMANN 1982, 65-79). In letzter Zeit haben Forschungen herausgestellt, daß nicht nur Herz, Lunge und Blutgefäße durch Ausdauerbelastungen trainiert werden müssen, damit sie gesund bleiben, sondern daß auch das gleichzeitige Training des Leistungstoffwechsels für die Gesundheit entscheidend ist.

### 3. Symptome in der Bewegungskoordination

Symptome des Bewegungsmangels unserer Kinder sind auch die vielen auffälligen Koordinationsschwächen, die durch Tests erfassbar sind. Dem Sportlehrer fallen diese Schwächen auch an den vielen Unfällen im Unterricht auf, die auf einen Mangel an Bewegungsgeschick zurückzuführen sind: Kinder stoßen im Spiel zusammen und verletzen sich, weil sie nicht rechtzeitig ausweichen; sie brechen sich die Finger, weil sie einen Ball nicht richtig fangen können; sie verletzen sich schwer, weil sie einen leichten Sturz nicht auffangen können. Wir können aus den Statistiken der Unfallversicherung ablesen, daß diese Verletzungen immer mehr zunehmen.

Wichtig ist aber auch, daß diese Mängel in der Bewegungskoordination meistens auch mit Wahrnehmungsschwächen verbunden sind (KURZ 1978, 22f.). Das Kind, das den Ball nicht fangen konnte, hat ihn oft erst zu spät gesehen und seine Flugbahn und Geschwindigkeit nicht richtig eingeschätzt. Die Theorie der Psychomotorik lehrt, daß die Entwicklung der Bewegungskoordination im Kindesalter und die kognitive Entwicklung eng miteinander zusammenhängen. Koordinationsstörungen bei Kindern sind daher oft Ausdruck allgemeiner Entwicklungsstörungen (SCHILLING 1977, 361-373).

Die bis hier beschriebenen Symptome des Bewegungsmangels sind in der Bundesrepublik Deutschland inzwischen sehr weit verbreitet. Für Kinder, die solche Symptome haben, wurde ein zusätzlicher Pflichtunterricht von zwei Wochenstunden eingeführt, den speziell ausgebildete Leibeserzieher erteilen sollen. 30 % aller Schulkinder, so schätzt man, müßten diesen Unterricht bekommen - leider sind wir von der Erfüllung dieser Forderung noch weit entfernt. Aber Untersuchungen zeigen auch, daß zwei zusätzliche Schul-Stunden für die meisten Kinder nicht ausreichen (RUSCH 1983, BRODTMANN 1985).

Am Ende dieser Skizze erfolgen noch einige Erläuterungen dazu, welche Bewegungen Kinder denn brauchen, damit diese Erscheinungen des Bewegungsmangels nicht auftreten; dabei ist der Blick auf diese drei ersten Gruppen gerichtet. Zuvor sind jedoch noch einige Andeutungen zu weiteren Symptomen des Bewegungsmangels notwendig, die noch nicht so gut erforscht, aber vielleicht



nicht weniger wichtig sind.

#### 4. Symptome in der Selbsteinschätzung und der Motivation

Erfolge und Mißerfolge bei Bewegungsaufgaben sind für Kinder sehr wichtig für die Entwicklung ihres Selbstbildes. Im Unterschied zu Aufgaben, die sie durch Denken oder Sprechen lösen, können sie bei Bewegungsaufgaben besser selber beurteilen, wie gut sie sie gelöst haben, und brauchen nicht Erwachsenen als Gutachter. Kinder, die wenig Erfahrung mit Bewegungsaufgaben haben, können sich daher nicht realistisch einschätzen, sie trauen sich zu viel oder zu wenig zu, sind überängstlich oder tollkühn, machen für Erfolge oder Mißerfolge immer anderes verantwortlich. Solche Kinder gibt es immer, und es ist kaum möglich, durch Untersuchungen zu erhärten, ob dies Symptom unter den Bedingungen des Bewegungsmangels häufiger wird. Manche erfahrenen Erzieher behaupten es. Eine empirisch gut begründete Richtung der Sportpädagogik möchte gerade für die Grundschule hier ansetzen (HECKER u.a. 1979, KLEINE 1980).

#### 5. Symptome im sozialen Verhalten gegenüber anderen Kindern

In Bewegungsspielen lernen und üben Kinder nicht motorische Fertigkeiten; sie lernen und üben auch, Regeln zu vereinbaren, einzuhalten und - wenn nötig - zu ändern. Diese Fähigkeiten sind für ihr Leben jetzt und später unverzichtbar. Die zurückgehende Kinderzahl in den Familien der Bundesrepublik und der immer größere Anteil an Einzelkindern bringen es mit sich, daß die Gelegenheiten zum Erlernen des Umgangs mit anderen Kindern abnehmen, Spiel und Sport mit Gleichaltrigen sind auch aus diesem Grund ein wichtiger Beitrag zur Entwicklungsförderung. Sportlehrer sind durch die Diskussion um das "soziale Lernen" auf diesen Aspekt der Unterrichtsgestaltung aufmerksam geworden; sie möchten den Kindern im Unterricht mehr Gelegenheiten geben, sich selbst zu organisieren. Aber sie müssen immer wieder erkennen, daß die Kinder damit überfordert sind und daß die Unterrichtszeit in der Schule nicht ausreicht, ihnen das Fehlende beizubringen. Fast jeder kennt diese Situation: Zehn Kinder wollen etwas spielen; aber sie können sich nicht einigen, welches Spiel und nach welchen Regeln; vielleicht fangen sie dann doch an, streiten sich aber bald wieder - und am Schluß ist die Zeit vorbei, und alle sind traurig, daß sie nicht zum Spiel gekommen

sind. (Erwachsenen soll es manchmal ähnlich gehen.) Auch dies sind Symptome des Bewegungsmangels unserer Kinder. Weil die Kinder vereinzelt leben und weil ihnen die frei und gefahrlos zugänglichen Spielplätze fehlen, sind die typischen Bewegungsspiele der Kinder immer seltener geworden, viele sind bereits vergessen. Und deshalb fehlt ein wichtiges Übungsfeld für den Umgang mit anderen unter selbstvereinbarten Regeln.

Im Rahmen dieses Beitrags konnte es nur darum gehen anzudeuten, wie vielfältig die Folgen des Bewegungsmangels unserer Kinder sind. Sie betreffen also Körper, Motorik, Wahrnehmung, Motivation und soziales Verhalten. So vielfältig wie die Folgen des Bewegungsmangels sind die Aufgaben des Sportlehrers. Sie werden in unserer Welt immer bedeutsamer und immer schwieriger. Der Sportlehrer allein kann in zwei oder drei Schulstunden in der Woche nicht ersetzen, was vielen Kindern in einhundert Stunden jeder Woche entzogen wird. Es kommt daher darauf an, daß wir genauer erkennen, was unseren Kindern denn fehlt, damit wir überall, nicht nur in den Schulstunden für Sport, suchen, wo und wie wir es ihnen wieder bieten können. Daher folgt hier eine kurze Reflexion auf die Frage:

Welche Bewegungen brauchen Kinder heute besonders?

Diese Frage wird hier nicht vollständig beantwortet, sondern in einer exemplarischen Beschränkung auf die drei ersten Gruppen von Symptomen des Bewegungsmangels. Dann kann man folgende These aufstellen: Es ist der größte Fehler in der typischen Bewegungskarriere der Kinder in unserer hochtechnisierten Welt, daß sie viel zu früh und zu einseitig zu dem werden, was wir Erwachsenen leider sind: Sitzmenschen, Stehmenschen und - vielleicht noch - Fußgänger. Kinder dürfen nicht so schnell zu Spezialisten dieser Bewegungsmonokultur der Erwachsenen werden. Sie müssen zwar auch viel gehen, besser noch: laufen, und viele Kinder tun schon da zu wenig. Kinder brauchen jedoch auch immer wieder Bewegungsaufgaben mindestens sechs anderer Typen:

1. Bewegungsaufgaben, bei denen sie zwar sitzen, stehen, gehen oder laufen, aber mit erhöhten Anforderungen an ihr Gleichgewicht: Bergab oder im Slalom laufen, balancieren, Roller oder Rollschuh, Ski oder Schlittschuh, Skateboard fahren, Fahrrad fahren  
...

2. Bewegungsaufgaben, bei denen sie sich von den Beinen und vom Boden lösen, sich also typischerweise in die dritte Dimension bewegen, dabei die Arme das Gewicht des Körpers in Stütz und Hang zumindest mittragen: Klettern und Turnen an Bäumen, Tauen, Ringen, Stangen, Recks ...
3. Bewegungsaufgaben, bei denen der Kopf seine gewohnte Position verläßt und nicht mehr oben bleibt: Rollen und Räder, Hängen und Schaukeln kopfunter, Stehen auf dem Kopf oder auf den Händen, Kopfsprünge, Salti ...
4. Bewegungsaufgaben, bei denen sich die Schwere des Körpers zeitweilig zu verlieren scheint: Springen, besonders mit Absprung-hilfen wie Sprungbrett und Trampolin, Schaukeln, aber auch Schwimmen und Tauchen ...

Die Typen 5 und 6 der besonders notwendigen Bewegungsaufgaben für Kinder liegen auf einer jeweils anderen Ebene:

5. Bewegungsaufgaben, bei denen es darum geht, die eigene Bewegung auf Fremdbewegungen abzustimmen: einen Ball fangen, auf ein sich bewegendes Ziel werfen, Seilspringen, Tanzen, Zweikämpfe ...
6. Bewegungsaufgaben, deren Wiederholung oder Dauer das Herz mehr als zehn Minuten lang etwa doppelt so schnell schlagen läßt wie in Ruhe, besonders beim Laufen, Schwimmen, Radfahren ...

Wenn wir gesunde Kinder beobachten, die in einer bewegungsanregenden Umgebung aufwachsen, sehen wir, daß sie sich alle diese Bewegungsaufgaben immer wieder von sich aus stellen. Sie haben ein natürliches Gespür dafür, was sie brauchen. Doch unter den Bedingungen unserer technischen Zivilisation und durch das schlechte Vorbild der Erwachsenen werden viele Kinder schnell zu Spezialisten einer Sitz- und Stehkultur.

#### Pflicht und Kür

In der Bundesrepublik werden immer mehr Kinder schon sehr früh angeleitet, bestimmte "große" Sportarten zu betreiben wie Fußball, Tennis, Leichtathletik, Kunstturnen, Schwimmen usw. Viele Eltern, Lehrer und Trainer meinen, das sei ein guter Ausgleich gegen den Bewegungsmangel unserer Zeit. Außerdem glauben sie, nur wer mit einer Sportart früh genug beginne, könne in ihr einmal gut werden.

Vor dieser Auffassung ist zu warnen: Alle Kinder brauchen bis mindestens bis zu ihrem 12. oder 13. Lebensjahr immer wieder vielseitige Bewegungsaufgaben in allen sechs eben beschriebenen Typen. Das ist die Pflicht. Sie kann auf verschiedene Art erfüllt werden, auch durch ein buntes Angebot von Elementen aus vielen Sportarten. Aber Kinder, die diese vielseitige Bewegung nicht haben, entwickeln sich nicht optimal, sind gesundheitlich gefährdet, anfällig für Verletzungen und werden auch im Sport nicht gut - so früh sie auch beginnen. Besonders die frühe und einseitige Spezialisierung auf Sportarten, die den einseitigen Bewegungsanforderungen des typischen Alltags der Erwachsenen ähnlich ist, tut Kindern nicht gut. Daher ist es eine bedenkliche Entwicklung, daß auch der Sport der Kinder und die schulische Leibeserziehung immer mehr zu einem "Fußgängersport" werden, in dessen Mittelpunkt die Ballspiele stehen. Es gibt keinen Grund aus dem Kinder nicht Fußball oder Tennis spielen und nicht auch schon früh Fußball und Tennis trainieren können. Auch diese Spiele enthalten ja einige der entwicklungsnotwendigen Bewegungsaufgaben - aber eben längst nicht alle. Für Kinder kann eine Spezialisierung auf irgendeine Sportart eine schöne Kür werden - entwicklungsfördernd und erfolgsversprechend wird sie erst, wenn davor und daneben auch die Pflicht absolviert wird. Im Grunde brauchen wir in Schule und Verein eine zeitgemäße Renaissance des alten vielseitigen Kinderturnens, das ja viel mehr enthielt als die Übungen und Geräte der heute gültigen Wettkampfordnungen für die Sportart Turnen.

## Literatur

- BALZ, E.: Bewegungsräume als Handlungs- und Erfahrungsdimension des Schulsports (Vortrag auf dem 8. Sportwissenschaftlichen Hochschultag). Manuskript Bielefeld 1987.
- BAUR, J.: Körper- und Bewegungskarrieren. Dialektische Analysen zur Entwicklung von Körper und Bewegung im Kindes- und Jugendalter. Unveröffentlichte Habilitationsschrift. Paderborn 1986.
- BRODTMANN, D.: Rahmenrichtlinien für Schulsonderturnen und Sportförderunterricht. Niedersächsisches Kultusministerium (Hrsg.). Hannover 1985.
- CIRCUS, H./HAHMANN, H. (Red.): Lehr- und Arbeitsbuch Schulsonderturnen. Bonn 1982, 65-79.

- EULERING, H.: Siedlungsstrukturen und Sporträume. In: Landessportbund Nordrhein-Westfalen e.V./Kultusminister des Landes Nordrhein-Westfalen (Hrsg.): Breitensportentwicklung Nordrhein-Westfalen. Duisburg 1986, 105-115.
- FILIPP, S.-H.: Selbstkonzept-Forschung. Probleme, Befunde, Perspektiven. Stuttgart 1984<sup>2</sup>.
- HECKER, G./KLEINE, W./WESSLING-LÜNEMANN, G./BEIER, A.: Interventionsstudien zur Entwicklungsförderung der Leistungsmotivation im Sportunterricht. In: Zeitschrift für Entwicklungspsychologie und pädagogische Psychologie 11 (1979), 153-169.
- KEMPER, F.-J.: Motorik und Sozialisation. Bad Homburg 1982.
- KLEINE, W.: Leistungsmotiv-Schulung im Grundschulsport. Schorndorf 1980.
- KURZ, D.: Bewegungserziehung im Elementar- und Primarbereich. In: E. HAHN u.a. (Hrsg.): Kind und Bewegung. Schorndorf 1978, 19-32.
- KURZ, D.: Elemente des Schulsports. Schorndorf 1979.
- RUSCH, H.: Sportförderunterricht und Schulsonderturnen. Schorndorf 1983.
- SCHERLER, K.: Umwelt als Bewegungsraum. In: Sportpädagogik 3 (1979), H. 6, 16-24.
- SCHILLING, F.: Bewegungsentwicklung, Bewegungsbehinderung und das Konzept der "Erziehung durch Bewegung". In: Sportwissenschaft 7. Jg. (1977) 361-373.
- TITTEL, K.: Beschreibende und funktionelle Anatomie des Menschen. Stuttgart, New York 1978.
- WEINECK, J.: Sportbiologie. Erlangen 1986.
- WILLIMCZIK, K.: Bewegungsverhalten und -störungen im Grundschulalter. Entwicklung, Ursachen, Abbaumöglichkeiten. Stuttgart 1981.
- ZIMMER, R.: Motorik und Persönlichkeitsentwicklung bei Kindern im Vorschulalter. Schorndorf 1981.