

„Wir gewöhnen Kindern die Bewegung ab“

Der Wissenschaftler Klaus Bös plädiert für eine Stunde sportliche Aktivität pro Tag in der Schule

Interview: David Thinner

„Bewegung ist dringend notwendig“: Das sagt Professor Klaus Bös. Der 71-Jährige beschäftigt sich am Institut für Sport und Sportwissenschaft in Karlsruhe vor allem mit der Motorikforschung.

Professor Klaus Bös, warum müssen sich Kinder bewegen?

Kinder haben von Natur aus einen normalen Bewegungsdrang. Das Problem ist, dass wir den Kindern die Bewegung immer mehr abgewöhnen. Früher war man draußen aktiv, heute drinnen. Es wird alles virtuell erlebt. Die Bewegung steht in großer Konkurrenz zu vielen Angeboten. Die Bewegung hat kein Alleinstellungsmerkmal. Aber die Bewegung ist sehr wichtig für die Persönlichkeitsentwicklung. Kinder müssen ihren Körper ausprobieren. Das Problem der Übergewichtigkeit verschlimmert sich. Heute haben Kinder teilweise Krankheiten, die früher Menschen im Alter von 40, 50 Jahren hatten. Je älter ein Mensch wird, desto mehr Bewegung benötigt er.

Wie kann der Bewegungsdrang bei den Jugendlichen wieder erhöht werden?

Das ist eine ganz schwierige Frage. Vor allem müssen die Jugendlichen bei der Gestaltung von Sport und Bewegung miteinbezogen werden. Das fängt beim Schulsport an. Un im Verein verstärkt sich Problem um ein vielfaches. Es gibt nur noch wenig Angebote, die nicht auf Wettkampf ausgerichtet sind. Es macht keinen Sinn, den Schulsport so zu gestalten, wie sich das der Lehrer vorstellt. Die Kinder wollen das machen, was ihnen Spaß bereitet. Der Sportunterricht muss anstrengend sein. Die Kinder müssen schwitzen.

Immer wieder wird darüber diskutiert, ob eine obligatorische Sportstunde in der Grundschule Sinn machen würde. Wie sehen Sie das?

Ich bin nach wie vor der Meinung und fordere das auch: Es



Die Bewegung ist wichtig für die Persönlichkeitsentwicklung der Kinder, sagt Klaus Bös.

Foto: Shutterstock



Wissenschaftler Klaus Bös: „Sportunterricht muss anstrengend sein.“ Foto: M. Breig

muss eine tägliche Sportstunde in der Grundschule geben. Aber ich bin auch nicht so blauäugig zu glauben, dies auch für das Lyzeum zu fordern. Wenn die Kinder nicht in der Grundschule für Sport und Bewegung begeistert werden, dann bekommt man das auch später nicht hin.

Welche Bedeutung haben die Eltern in der Bewegungserziehung der Kinder?

Die Eltern sind als Bewegungsvorbilder entscheidend. Wenn sie keine Zeit oder Lust haben, wirkt sich das auf die Kinder aus. Bei den unteren sozialen Schichten ist dies stärker ausgeprägt. Die Eltern

haben eine entscheidende Funktion, wenn die Kinder sieben, acht Jahre haben. Dann sind die Eltern gefordert. Wichtig sind auch die sozialen Vergleichsgruppen. Als Eltern hat man Glück, wenn das Kind in einer Gruppe ist, in der Bewegung ein Thema ist. Wenn dies nicht der Fall ist, wird es schwierig.

Mit Prävention könnte ein Teil der Probleme im Ansatz gelöst werden. Könnten Sie sich Prävention als Schulfach vorstellen?

Ich denke nicht, denn das Schulprogramm darf nicht überfrachtet werden. Wir können nicht alles in der Schule abhandeln. Ir-

gendwann muss man auch im Leben lernen. Man muss sich davor hüten, alles in die Schule packen zu wollen.

Was halten Sie vom Konzept „Bewegte Schule“?

Ich befürworte das, aber ich habe auch die Sorge, dass man dafür den Sportunterricht streicht.

Wo steht die Bewegungserziehung in zehn Jahren?

Jeder muss sich viel stärker bewusst werden, dass Bewegung dringend notwendig ist - auch in zunehmenden Alter. Bewegung ist eng mit unserer Gesundheit verknüpft.

Hilfestellung für die Lehrer

In der Grundschule werden die motorischen Basiskompetenzen der Kinder in vier Kategorien getestet

Wie gut können sich Kinder bewegen: Seit dem Schuljahr 2014/2015 werden in der Grundschule die motorischen Basiskompetenzen (Mobak) ermittelt. Diese Testaufgaben sollen es den Lehrern ermöglichen, einen Überblick über die physischen Fähigkeiten der Kinder zu erhalten.

In vier Kategorien werden die Schüler getestet: sich bewegen, etwas bewegen, sich im Wasser bewegen und sich mit etwas bewegen. Die Lehrer vergeben dann jeweils ein grünes oder rotes Licht. „Etwa ein Drittel der Kinder im Zyklus vier haben ein rotes Licht.“

Das ist viel. Es gibt viele Kinder, die bei den Tests etwas schlechter abschneiden, aber auch viele, die gut sind. Die Schere geht immer mehr auseinander. Dieses Phänomen wird auch in anderen Ländern beobachtet“, erklärt Claude Scheuer, Forscher an der uni.lu.

Scheuer: „Sport als Fach hat keinen großen Stellenwert“

Eine andere Feststellung ist, dass es in der Kategorie „etwas bewegen“, signifikante Unterschiede zwischen Jungen und Mädchen gibt. „Das ist nicht überraschend und kam auch in verschiedenen



Claude Scheuer beschäftigt sich an der Universität mit dem Thema Bewegung und Schule. Foto: uni.lu

Studien immer wieder vor.“ Des Weiteren sehe man, dass es bei Kinder mit Migrationshintergrund auch schwächere Resultate gibt.

Die Schulen im Großherzogtum sind nicht verpflichtet, an diesen Tests teilzunehmen: „Wir sind aus der Projektphase heraus. Seit 2018 bieten wir Mobak in den vier Zyklen an. Etwa zehn bis 15 Prozent aller Schulen nehmen teil. Wir hatten uns kein konkretes Ziel gesetzt. Im Moment sind wir mit den Zahlen zufrieden“, so Scheuer: „Mobak ermittelt ein Mindestniveau. Wir bieten den Lehrern dann eine Hilfestellung an, um ein För-

derkonzept für die schwächeren Kinder auszuarbeiten. Eine Studie müsste zeigen, welche Auswirkungen Mobak generell hat.“

Scheuer stellt auch fest, dass „der Sport als Fach keinen großen Stellenwert hat und die Bewegung keine große Rolle spielt. Von den Kindern wird immer öfter verlangt, ruhig sitzen zu bleiben. Die Frage ist, auf welchem Weg wir mehr Bewegung in die Schule bekommen können. Das Bewusstsein ist vorhanden, dass die Bewegung eine wichtige Rolle spielt. Es passiert etwas, aber es benötigt Zeit.“ dat