

ALDRIAN Ulrike

DIE AUSPRÄGUNG KOORDINATIVER FÄHIGKEITEN - EIN VERGLEICH ZWEIER ALTERS-GRUPPEN

Schlüsselwörter: *Koordinative Fähigkeiten, koordinative Ausprägung, Altersgruppen, Testparcours, Einzeltests, Bewegungsökonomie, Wahrnehmung, Bewegungsdefizit, Bewegungsverhalten*

Ausgangspunkt

Die Bereitschaft körperliche Leistung zu erbringen und die allgemeine Bewegungsaktivität nimmt bei Kindern und Jugendlichen tendenziell ab (KLEINE,1997). Auffallende koordinativ- motorische Defizite, beobachtet an 17/18-jährigen SchülerInnen im Vergleich zu 10/12-jährigen SchülerInnen, scheinen diese Annahme zu bestätigen. Morphologische Beobachtungen zeigen bei einfach strukturierten bzw. komplexen Bewegungsaufgaben ein schlechteres Abschneiden der Gruppe der 17/18- jährigen SchülerInnen, wobei geschlechtsspezifische Differenzen in dieser Altersgruppe augenscheinlich sind (MEINEL/SCHNABEL,1998). Offensichtlich sind auch nachlassende Bewegungs- und Sportaktivitäten der Mädchen beider Altersgruppen, verbunden mit einer offensichtlich fehlenden Bewegungsökonomie (ZIMMERMANN,1995). 10/12-jährige Knaben zeigen die größte Bewegungsfreude. In der Altersgruppe der 17/18-Jährigen ist jedoch eine klare Tendenz zur Reduktion erkennbar (ALDRIAN,2002).

Zielperspektive

In Anlehnung an vorhandene sportwissenschaftliche Fachliteratur ist eine geschlechtshomogene Ausprägung der koordinativen Fähigkeiten in der Altersgruppe der 10/12-Jährigen bestätigt, während der motorische Reifungsprozess einen koordinativen Ausprägungsvorsprung in der Gruppe der 17/18-Jährigen erwarten lässt. Im Bereich der kombinatorisch- koordinativen Bewegungshandlung (Messinstrument- Testparcours) sollen Stabilisierungstendenzen der Bewegungstätigkeit für die Gruppe der 17/18-jährigen kennzeichnend sein, wobei signifikante geschlechtsspezifische Differenzen in dieser Altersgruppe wahrscheinlich sind. Angesichts der Tatsache einer vermehrten Rhythmikschulung der Mädchen, wird in beiden weiblichen Altersgruppen eine größere Bewegungsökonomie im Bereich der Rhythmusfähigkeit erwartet. Eine gefestigte Ausprägung der Bewegungskoordination der 17/18-jährigen kann jedoch angezweifelt werden.

Methode

Anhand einer Querschnittsuntersuchung in beiden Altersgruppen, wurden im Wintersemester 2000/2001 fünf „fundamentale“ koordinative Fähigkeiten mittels Einzeltests und mittels eines Testparcours untersucht. Die Einzeltests setzen sich aus jeweils drei Testübungen zusammen, welche in Summe fünfzehn Tests ergeben. (Reaktionsfähigkeit: Fallstabilität, Reaktion Rückenlage; Reaktion Bauchlage. Motorisches Gleichgewicht: Stabbalancieren; einbeiniges Schwebestehen, Schwebgehen mit Drehung. Orientierungsfähigkeit : Sprungdrehung; Rolle vorwärts; Ball durch die Beine an die Wand. Differenzierungsfähigkeit: Ball prellen und fangen; Zielwerfen; Ballwerfen – fangen. Rhythmusfähigkeit: Schritt- Sprung; Hockwenden; Schnurspringen). Der Testparcours untersuchte die Fähigkeit des kombinatorischen Bewegungsverhaltens. Das Testverfahren wurde in den Turnstunden durchgeführt, wobei jeweils in einer Doppelstunde ein koordinativer Fähigkeitsbereich getestet wurde. Die verwendeten koordinativen Tests lehnen sich teilweise an bereits standardisierte Tests an, einige sind altersadäquat neu konstruiert. Die Retest-Reliabilität bestätigte die Testzuverlässigkeit. Der große Altersunterschied der beiden Testgruppen verlangte entsprechendes Augenmerk auf Trennschärfe und Testökonomie. Eine geschlechtsdifferenzierte Testdurchführung verhindert die Einflussnahme zusätzlicher Störfaktoren. Die Teststationen wurden, nach theoretischer Hintergrundinformation über die Untersuchung, von den Probanden selbst aufgebaut.

Ergebnisse

Auffallend differente, geschlechtsspezifische Leistungsergebnisse in beiden Altersgruppen werden aufgezeigt. Die Auswertung des Testparcours ergibt keinen Unterschied zwischen den beiden altersunterschiedlichen Testgruppen ($p = 0,08$). Die drei Einzeltests zur Reaktionsfähigkeit, zeigen nur geringe Unterschiede zwischen den beiden Testgruppen. Signifikante Differenzen zugunsten der 17/18-Jährigen, ergeben sich auf dem Gebiet des Objektgleichgewichts, des statischen Gleichgewichts und der Differenzierungsfähigkeit. Bereiche, die in der Alltagsmotorik Anwendung finden und somit einer gewissen Automatisierung unterworfen sind. Die

Rhythmusfähigkeit wird leistungsmäßig von den 17/18-jährigen Mädchen dominiert, obwohl dieser „Vorsprung“ in keinem Verhältnis zu den vermehrten Übungseinheiten steht. Die Tests zur Orientierungsfähigkeit ergeben signifikant bessere Ergebnisse für die 17/18-jährigen Testpersonen.

Die Testergebnisse zeigen nur dann signifikante Unterschiede auf, wenn ein kombinatorischer Bewegungsvollzug fehlt, oder wenn alltägliche Bewegungshandlungen diese Fähigkeitsbereiche schulen (z.B. Objektgleichgewicht).

Konsequenzen

Vier Stunden Turnunterricht pro Woche von der fünften bis zur siebenten Schulstufe, drei Stunden von der achten bis zur elften Schulstufe und nur zwei Stunden Turnunterricht pro Woche in der zwölften Schulstufe sind verantwortlich für die Entwicklung einer ökonomischen Bewegungsaktivität und für eine Anzahl von weiteren Bildungs- und Lehraufgaben.

Kinder und Jugendliche erleben die Alltagswelt als motorisierte, mit Verboten ausgestattete, eingeengte, überbehütete Welt, in der die Bewegung im Sportverein oder im Turnunterricht stattzufinden hat, wobei das natürliche Bewegungsbestreben umweltbedingt und durch gesellschaftliche Normen bestimmt, unterdrückt, oftmals sogar verhindert wird. Die Alltagsmotorik muss Kindern und Jugendlichen die Möglichkeit zu Bewegungstätigkeiten geben, bei denen es nicht auf das Ergebnis ankommt, sondern die Selbstzweck sind. Die Möglichkeit zur motorische Kreativität und zum schöpferischen Tun soll den Kindern als Basis für weiteres eigenständiges Handeln dienen. Motorische Koordinationsvorgänge erlangen erst durch ein vielfältiges und variables Bewegungsprogramm eine größere Bewegungsökonomie. Bewegung darf aber nicht nur in einem organisierten Rahmen stattfinden, sondern Bewegung muss Teil unseres Lebens in einer harmonischen Umwelt sein.

Mag. Dr. Ulrike Aldrian Institut für Sportwissenschaft Graz A-8010 Graz, Mozartgasse 14/1 E-Mail: aldr@a1.net
--