

Zur Effizienz unterstützender Maßnahmen für das Unterrichtsfach Bewegung und Sport (Leibesübungen) an Innsbrucker Volksschulen

Inge Werner, Brigitte Kofler, Christian Raschner

Institut für Sportwissenschaften, Universität Innsbruck

Einleitung

Vielfach wird die Sorge geäußert, dass sich unsere Kinder immer weniger, und damit vielleicht einmal zu wenig bewegen. In den letzten Jahrzehnten hat die motorische Leistungsfähigkeit, insbesondere die koordinative Leistungsfähigkeit von Schulanfängern deutlich abgenommen (z.B. Breuer u.a., 1998, Graf u.a., 2003). Es sollten alle Anstrengungen unternommen werden, diese Defizite wieder auszugleichen. In mehreren Studien konnte der positive Effekt von zusätzlichen Bewegungsangeboten (Juen, 1999) oder gar einer täglichen Sportstunde (Obst und Bös, 1997) auf die motorische Leistungsfähigkeit von Volksschulkindern nachgewiesen werden. Leider werden zusätzliche Bewegungsangebote an Volksschulen nicht in erforderlichem Ausmaß angeboten. Damit gewinnen Maßnahmen, die auf die Inhalte der bestehenden Turnstunden abzielen, an Bedeutung. Ziel der vorliegenden Studie ist, den Effekt von begleitender Unterstützung der VolksschullehrerInnen (Fortbildung, schriftliche Unterlagen, Übungsmaterial) auf die Effizienz der motorischen Förderung der Kinder im ersten Schuljahr im Rahmen des Regelturnunterrichts zu untersuchen. Aufgrund der zentralen Bedeutung der Lauf- und Sprungkoordination und des Gleichgewichts für viele bewegungsorientierte Freizeitaktivitäten wurde speziell dieser Bereich der Gesamtkörperkoordination betrachtet.

Methode

An der Untersuchung nahmen 12 Innsbrucker Volksschulklassen aus sechs verschiedenen Schulen teil. 247 Schüler, davon 121 weiblich und 126 männlich, wurden am Anfang (im Oktober 2002) und gegen Ende des ersten Schuljahres (im Mai 2003) untersucht. Neben Alter, Größe und Gewicht wurden Leistungswerte aus vier motorischen Tests erhoben: Gleichgewichtstest (möglichst lange die Gleichgewichtsposition innerhalb von 30 Sekunden halten), Stationslauf, Sprungparcours und Laufparcours über niedere Hürden (in möglichst kurzer Zeit, Fehler über Zeitzugaben ausgeglichen). Alle Tests genügen den Gütekriterien und sind für den Volksschulbereich erprobt (Mathes, 2001). In der Versuchsgruppe (135 Schüler aus 3 Schulen) wurden die LehrerInnen im Bereich Koordinationsschulung speziell fortgebildet, erhielten Unterstützung zur Stundengestaltung in Form von Stundenbildern und Zugang zu kindgerechtem Unterrichtsmaterial. In der Kontrollgruppe (112 Schüler aus 3 Schulen) erfolgte keine besondere Betreuung.

Die erhobenen Daten wurden im SPSS statistisch ausgewertet. Verglichen wurden die Veränderungen insbesondere die Leistungszuwächse von Versuchs- und Kontrollgruppe. Die Prüfung auf Normalverteilung erfolgte mit dem Kolmogorov-Smirnov-Test, die Unterschiede wurden mit dem t-Test bzw. dem Mann-Whitney U-Test geprüft. Das Signifikanzniveau wurde mit 5% (signifikant) bzw. 1% (stark signifikant) festgesetzt.

Ergebnisse

Körpergröße und Körpergewicht nehmen in beiden Gruppen vergleichbar zu. Auch die Leistungsverbesserung im Gleichgewicht vom Vortest zum Nachtest verläuft in beiden Gruppen parallel. Die Versuchsgruppe erreicht einen auf dem 1%-Niveau gesicherten größeren Leistungszuwachs als die Kontrollgruppe im Stationslauf, im Sprungparcours und im Laufparcours. Abbildung 1 zeigt im Überblick die Vor- und Nachtestwerte der Versuchs- und Kontrollgruppe in den vier motorischen Tests.

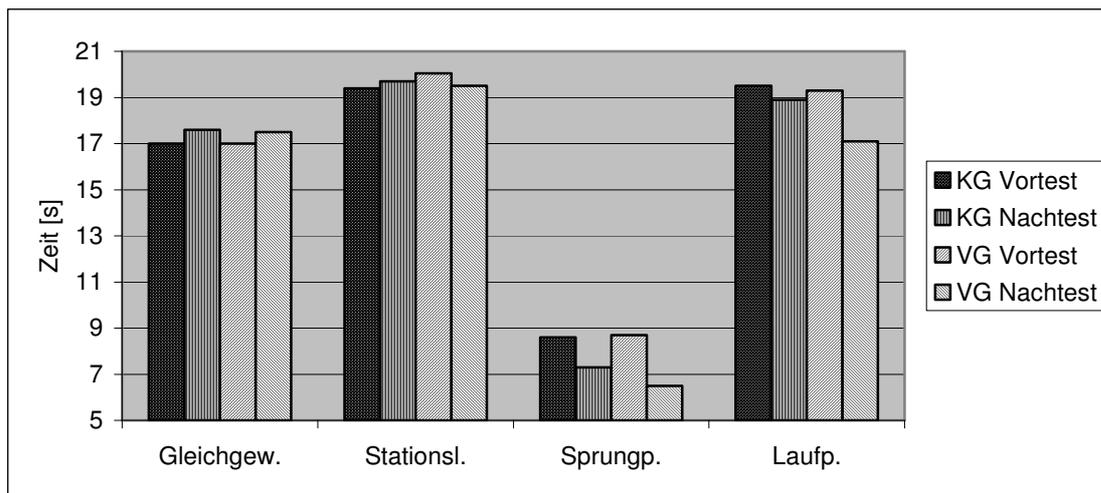


Abbildung 1. Ergebnisse der motorischen Tests der Versuchs- und Kontrollgruppe

Die Verbesserungen liegen für die Versuchsklassen zwischen 3% und 25% des Ausgangswertes, während die Kontrollklassen im Schnitt nur bis zu 13% erreichen. Im Stationslauf werden in der Kontrollgruppe sogar durchschnittlich etwas längere Laufzeiten im Nachtest gemessen. Die Verbesserungen sind sowohl in der Versuchs- als auch in der Kontrollgruppe im Sprungparcours prozentuell am größten, für das Gleichgewicht mit 3% bzw. 4% (Verbesserung der Standleistung um durchschnittlich eine halbe Sekunde) vergleichsweise niedrig. Die Leistungsveränderungen sind nicht geschlechtsspezifisch.

Diskussion und Schlussfolgerungen

Aus organisatorischen Gründen war es nicht möglich, die Gruppeneinteilung erst aufgrund der Eingangstestwerte ausgeglichen vorzunehmen. Eine Überprüfung der Eingangswerte von Versuchs- und Kontrollgruppe ergab allerdings keine Unterschiede in Größe und Gewicht und drei der motorischen Tests. Die Unterlegenheit der Versuchsgruppe im Stationslauf ist vielleicht ein kleiner Vorteil, größere Leistungsfortschritte über das Jahr zu erzielen. Da sich die Kontrollgruppe tendenziell verschlechterte, ist bei circa gleichen Nachtestwerten auch hier ein positiver Effekt abzulesen. Obwohl die Stunden nicht protokolliert wurden, ist durch die Begleitmaßnahmen eine qualitative Veränderung des Unterrichts in den Versuchsklassen anzunehmen. Es waren die LehrerInnen der Kontrollklassen sicher auch motiviert, die Kinder gut auf die motorischen Nachtests vorzubereiten, dennoch ist der Unterschied nachzuweisen. Die Studie konnte zeigen, dass sich durch begleitende Unterstützung der LehrerInnen für den Regelunterricht in den Volksschulen sehr positive Effekte ergeben. Dies führt zur Aufforderung, den LehrerInnen umgehend mehr fachliche Unterstützung für ihren Turnunterricht zukommen zu lassen.

Literatur

- Graf, C. et al. (2003). Zusammenhänge zwischen körperlicher Aktivität und Konzentration im Kindesalter – Eingangsergebnisse des CHILT-Projektes. *Deutsche Zeitschrift der Sportmedizin*, 9, 242 – 246.
- Juen, S. (1999). *Einfluss zusätzlicher Leibesübungen im Grundschulalter auf das sportmotorische Eigenschaftsprofil*. Unveröffentlichte Dissertation, Universität Innsbruck.
- Mathes, A. (2001). *Trainierbarkeit der koordinativen Fähigkeiten bei hörbehinderten und normalhörenden Volksschulkindern unter dem Aspekt des differentiellen Lernens*. Unveröffentlichte Diplomarbeit, Universität Salzburg.
- Obst, F. & K. Bös (1997). Akzeptanz und Wirkung zusätzlicher Sportstunden in der Grundschule. *Sportpraxis*, 2, 44 – 54.
- Breuer, C. u.a. (1998). Lebensweltbezogene Ansätze in der Bewegungsförderung von Kindern im Vorschulalter. *Praxis der Psychomotorik*, 1, 13 – 16.