

Das Körpergefühl unserer Kinder nimmt ab!?

Die Interpunktion im obigen Titel mit Ausrufungs- und Fragezeichen soll sicherstellen, dass der Titelinhalt als Hypothese aufgefasst wird. Die Argumentationsbasis für diese Hypothese liefern vornehmlich Erkenntnisse des Forschungsprojektes „Lebens- und Bewegungswelten von Kindern“, das innerhalb der letzten drei Jahre am Institut für Sportdidaktik der Deutschen Sporthochschule Köln realisiert werden konnte.

Körpergefühl und Bewegung – zwei unzertrennliche Größen

Körpergefühl, man spricht auch von Kinästhesie, ist eine sinnesähnliche Qualität des Menschen. Synonym wird daher auch vom kinästhetischen Sinn des Menschen gesprochen. Darunter wird die Fähigkeit verstanden, die Eigenbewegung des Körpers und der einzelnen Körperteile in dem umgebenden Raum und in Relation zueinander „erfühlen“ oder wahrnehmen zu können. Die Wahrnehmung der Körperbewegung weist drei Dimensionen auf: raumbezogen als Richtung und Weite, zeitbezogen als Dauer und Geschwindigkeit und dynamikbezogen als Intensität.

Mit dem Begriff „Körpergefühl“ oder „Kinästhesie“ sind vornehmlich körperinterne Analyse-, Regel- und Steuerungsprozesse der menschlichen Bewegung angesprochen. Ihre Qualität bestimmt in hohem Maße die motorische Lernfähigkeit des Menschen, insbesondere die Koordination und Kontrolle einer Körperbewegung wie die Entwicklung einer Bewegungsvorstellung oder eines Bewegungsgedächtnisses.

Im Zusammengehen dieser Qualitäten motorischen Lernens gründet u. a. die Bedeutung kinästhetischer Erfahrung für das Eindämmen von Unfallrisiken

bei Kindern durch gezielte Bewegungsförderung. Derartige Überlegungen schließen weiterhin die Vorstellung ein, dass das Körpergefühl durch Üben in den vielfältigen Formkreisen menschlicher Bewegung positiv beeinflussbar ist. Damit ist die Brücke zur zweiten der unzertrennlichen Größen geschlagen.

Kinder erwerben Körpergefühl in täglich erfahrbarer Bewegungsvielfalt. Selbst das Spielen findet nicht selten als ein Spiel in Bewegung statt. Bewegung stellt somit für Kinder ein natürliches, inhalts-, raum- und zeitoffenes Bedürfnis dar, das eine ganzheitliche Entwicklung, u. a. die eines angemessenen Körpergefühls, anregen und sichern hilft. Hierzu steht die gesamte Lebensphase der Kindheit zur Verfügung: also ca. 12 Lebensjahre.

Das Projekt „Lebens- und Bewegungswelten von Kindern“

Die Bedeutung regelmäßiger Bewegung für die Gesamtentwicklung des Kindes gilt als unbestritten. Unbestritten ist ebenso, dass sich die Bedingungen für Kindsein in Industriestaaten vornehmlich entlang der Faktoren Raum, Zeit, Familie, Medien und Technik gewandelt, möglicherweise verschlechtert haben. Unzureichend untersucht ist der Stellenwert kindlicher Bewegung und der davon abhängigen Entwicklungsbedingungen innerhalb eines solchen Wandels. Notwendig sind Informationen qualitativer wie quantitativer Art und das Einbringen derartiger Befunde in politische Entscheidungsprozesse.

Hier setzt das Projekt „Lebens- und Bewegungswelten von Kindern“ an. Der Alltag von Kindern wird auf der Tages-

zeitschiene protokolliert, um die Dauer bewegungsbezogener wie bewegungsunbezogener Tätigkeiten zu erfassen. Jeder Aktivität wird zusätzlich die genaue Angabe des Raumes (z. B. Wohnzimmer, Garten, Straße, Spielplatz, Wiese), der sozialen Gruppierung (z. B. allein, mit Eltern, Freundin, Erzieherin) sowie der jeweils gleichzeitigen Tätigkeit von Mutter, Vater und Geschwister (schlafen, arbeiten, fernsehen, lesen u. a. m.) zugeordnet. Bewegungsspezifische wie -unspezifische Alltagstätigkeiten von Kindern können somit in ihrer Inhalts-, Zeit-, Raum-, Sozial- und Familiendimension als besonderer Sozialaspekt separat und kombiniert analysiert werden.

Daten von über tausend Werk- und Wochenendtagen wurden an 5- bis 12-jährigen vornehmlich Mittelschichtkindern beiderlei Geschlechts bisher erhoben. Mehrere Querschnittsanalysen in Drei-Jahres-Intervallen sollen eine Längsschnittanalyse ermöglichen, in der ein vordringliches Erkenntnisinteresse der Studie gesehen wird.

Der Arbeitsschwerpunkt „Vorschulische Bewegungserziehung“

Eingebunden in das Projekt „Lebens- und Bewegungswelten von Kindern“ ist ein Arbeitsschwerpunkt zur vorschulischen Bewegungserziehung, exemplarisch für institutionalisierte, professionalisierte und pädagogisch-didaktisch vorstrukturierte Lebens- und Bewegungswelten von Kindern.

Konzeptionen des Bewegungslernens im frühen Kindesalter werden analysiert sowie Untersuchungen zu den organisatorischen, materiellen und personellen Rahmenbedingungen einer Bewegungserziehung durchgeführt.

Die Untersuchungen werden ergänzt durch Projekte „vor Ort“, in denen

lehrpraktische Konzepte zur Anwendung kommen. Diese Lehrpraxis lässt sich kennzeichnen durch ein ganzheitliches Verständnis der Erziehung zur und durch Bewegung.

Unser auf Zeit gesichertes Wissen – als Ausrufungszeichen des Projekts

Das Projekt „Lebens- und Bewegungswelten von Kindern“ lässt Aussagen über die Bedingungen des heutigen Bewegungsverhaltens von Kindern zu. Über sie kann nur indirekt aufgrund der angenommenen Wechselwirkungen von Bewegung und Motorik auf die Qualität abhängiger Entwicklungsprozesse wie z. B. die Entwicklung des Körpergefühls geschlossen werden. Dazu aussagekräftige Befunde werden zu sieben thematischen Inhaltskomplexen skizzenhaft zusammengefasst, die die Bewegungsvielfalt von Kindern jeweils positiv oder negativ beeinflussen können:

Zeit:

Kinder weisen einen durchschnittlichen täglichen Bewegungsumfang von zwei Stunden auf, der jedoch von Einzeltag zu Einzeltag und von Kind zu Kind erheblichen Schwankungen unterliegen kann (von 0 bis ca. 7 Stunden).

Raum:

Kinder nutzen zwar eine breite Palette unterschiedlichster Bewegungsräume. Die Aktivitätszeiten in Räumen, die raumgreifende, weitläufige und selbstbestimmte Bewegungen ermöglichen, binden jedoch geringere Zeiten. Die von den Kindern genutzten Innenräume lassen jedoch nur in beschränktem Maße kindgemäße Bewegung zu.

Inhalt:

Das insgesamt erfasste Bewegungsspektrum lässt sich im Sinne einer kindgemäßen Bewegungsvielfalt interpretieren. Deutliche tages- und kindbezogene Schwankungen fallen jedoch auch hier auf. Das Bewältigen von Wegstrecken als

eine Besonderheit des Bewegungsinhalts kann ein erhebliches Bewegungspotential beinhalten, wird jedoch verstärkt passiv (Kfz, öffentliche Verkehrsmittel) denn aktiv (zu Fuß, Rad, Inliners) und somit überwiegend unter der Kontrolle Erwachsener praktiziert.

Medien:

Der Konsum vernehmlich visueller Medien (Fernsehen, Video) beeinträchtigt den Bewegungsumfang von Kindern, jedoch nicht in der weithin angenommenen Wenn-Dann-Beziehung „viel Fernsehen, wenig Bewegung“. Die Wechselwirkungen sind deutlich komplexer Natur.

Sozialstruktur:

Bewegung in der Familie oder mit den Eltern bindet im Vergleich zu anderen Sozialformen des Bewegens die geringsten Zeiten. Generell ist festzustellen, dass die Sozialform „Paar“ in Relation zu größeren Gruppierungen überwiegt.

Soziographie:

Die vorgestellten Befunde variieren zum Teil in Abhängigkeit von den Variablen Alter, Geschlecht, Familienstand und Wohnregion.

Institution:

Die vorgefundenen Rahmenbedingungen in ausgewählten Kindergärten erschweren häufig die Durchsetzung einer neuzeitlich ausgerichteten Bewegungserziehung und können nur mühsam aufgebrochen werden. Ein Beispiel: Angesichts der beruflichen Alltagsprobleme der ErzieherInnen bleibt kaum ein Freiraum für die Auseinandersetzung mit einer Bewegungserziehung.

Das Fragezeichen des Projekts

Das Projekt „Lebens- und Bewegungswelten von Kindern“ zeigt Beeinträchtigungen der Bewegungsbedingungen

heutiger Kinder auf, die negative Auswirkungen auf die Ausbildung eines ausreichenden Körpergefühls nicht ausschließen. Eine dramatisch schlechte Bewegungssituation lässt sich jedoch nicht belegen.

Für eine valide Beurteilung der Hypothese „Das Bewegungsgefühl der Kinder nimmt ab“ fehlen allerdings Längsschnittdaten oder historisches Vergleichsmaterial.

Die Befunde des Projekts stellen sowohl eine Warnung als auch eine Beruhigung dar. Woraus sich folgende Fragen ergeben: Wird diese Gesellschaft ihre zukünftigen kindheitspolitischen Entscheidungen von bereits vorfindbaren Warnungen oder von noch auffindbaren Beruhigungen leiten lassen? Vertraut sie weiterhin auf die Fähigkeit von Kindern, auch defizitäre Bedingungen erfinderisch zu nutzen und für kindliche Bewegungs- und Spielbedürfnisse umzudeuten? Wird sie die Bewegungs- und Entwicklungssituation heutiger Kindheit morgen bis zu einem Grenzwert ausreizen, der möglicherweise außer Kontrolle gerät? Oder sieht sie die Gefahr, dass Defizitäres unter einen Minimalwert steigerbar ist, der auch für Kinder die Chance des Erfindens und Umdeutens nimmt? Ist sie bereit, ihre ökonomischen Interessen wieder mit menschlichen und dann auch kindlichen Interessen zu kreuzen? Die Frage nach den heute noch offenen Entwicklungsmöglichkeiten des Körpergefühls von Kindern verdichtet sich somit exemplarisch zur Frage nach dem Gefühl dieser Gesellschaft für ihre Kinder – bereits heute wie morgen!

W. Kleine/H.J. Engler/C. Podlich

Literaturnachweise:

Wilhelm Kleine: Entwöhnen wir unseren Kindern die Bewegung? in: Zeitschrift Sportunterricht Jg. 46 (1997) 11, S. 487-493; Bewegung im Kinderzimmer, Meyer & Meyer Verlag, Aachen 1998; Tausend gelebte Kindertage, in: Schriftenreihe „Kindheit und Bewegung“, Meyer & Meyer Verlag, Aachen, in Vorbereitung
P. Röhling: Sportwissenschaftliches Lexikon, Hofmann Verlag, Schorndorf 1983, 6. Aufl.