

Meine Schulsportwoche, meine verlorene Socke und Ich

Erfahrungsräume mehrtägiger Schulsportveranstaltungen

- Sportwochen dienen klassischerweise der Entwicklung von Sportmotorik. Vor allem eröffnen sich Erfahrungsräume, welche Heranwachsende zur Entwicklung eines gesunden Ichs benötigen.

„Fahrt ihr wieder eine Woche auf Urlaub?“, diesen und ähnlichen Verabschiedungsformeln im Umfeld der Schule sind Lehrkräfte ausgesetzt, wenn sie mit der Organisation oder Betreuung von Sportwochen betraut wurden. Aussagen wie diese veranschaulichen das Bild, welches in der Öffentlichkeit vorherrscht. Dieser Umstand veranlasst uns zur Darstellung der Relevanz und Sinnhaftigkeit von Schulsportwochen.

Zunächst einmal bedarf es der Bewusstwerdung jener Argumente, welche Schulen dazu veranlassen sich gegen die Durchführung einer Sportwoche zu entscheiden. Die finanzielle Belastung der Eltern, die anfallenden Supplierstunden, der zusätzliche Zeit- bzw. Arbeitsaufwand für die betreuenden Lehrkräfte, Verlust von Lernzeiten in den Hauptfächern, der ökologische Aspekt (vor allem bei Wintersportwochen) können als mögliche Gründe aufgezählt werden.

Diese Aspekte dürfen nicht klein geredet werden, sondern bedürfen einer kritischen Reflexion in den entscheidungsbefugten Gremien der Schule. So gilt es bereits in der Anfangsplanung auf diese Aspekte weitestgehend einzugehen. Exemplarisch dafür sind folgende Möglichkeiten:

- Die anfallenden Kosten sind für Eltern möglichst gering zu halten (z.B. keine zugekauften Programmpunkte, Förderungsangebote von Gemeinden, Länder und Bund nutzen, Programme für Nicht-Skifahrer bei Wintersportwochen).
- Lokale bzw. regionale Destinationen sind aus ökologischen und ökonomischen Gründen vorzuziehen (wenn möglich Skigebiete mit Naturschnee, etc.).
- Die Begleitung übernehmen Lehrkräfte mit hohem Unterrichtsanteil in den teilnehmenden Klassen (natürlich unter Berücksichtigung notwendiger Ausbildungen).
- Die Erstellung eines Konzeptes, in dem Entwicklungsmöglichkeiten der Heranwachsenden aufgezeigt werden.

Innerhalb dieses Rahmens findet Bewegung, Sport, Erziehung und Bildung statt. Der alleinige Bezug auf Sportmotorik erscheint daher bei unserer anfangs erwähnten Suche als nicht ausreichend (vgl. König/Stibbe 2016).

Sport und Bewegung kann somit nicht nur als Inhalt angesehen werden, sondern vielmehr als Methode, um Heranwachsende in der Entwicklung eines selbstwirksamen „Ichs“ zu unterstützen.

Die Person an sich ist für ihr Gesundheitsbewusstsein und ihre psychosoziale Gesundheit verantwortlich, weshalb eine fremdgesteuerte Entwicklung nicht möglich erscheint. Derartig komplexe

Prozesse bedürfen vielmehr einer Bewusstwerdung und Gestaltung von Erfahrungsbereichen, innerhalb derer sich das Individuum aktiv mit seiner Umwelt auseinandersetzt. Damit wird nachvollziehbar, dass sich ein gesundes „Ich“ nicht nur durch sportliche Tätigkeit an sich ergibt, sondern im Wesentlichen durch eine gezielte und reflektierte Auseinandersetzung mit sich selbst und Anderen in konkreten Situationen. Ein Auftrag an die Schulsportwoche, welche durch ihr spezifisches Setting dafür als besonders gut geeignet erscheint.

Folgende Erfahrungsbereiche ermöglichen somit Entwicklung und bedürfen einer bewussten Gestaltung:

1. Selbsterfahrung:

Tägliche Bewegungsangebote verstärken die Wahrnehmung des eigenen Körpers. Der Wechsel zwischen Anspannung und Entspannung dient nicht nur der Aufrechterhaltung der eigenen Handlungsfähigkeit, sondern macht zudem den Zusammenhang zwischen Bewegung und dem eigenen Wohlbefinden nachvollziehbar. Der soziale Abgleich in der Peergroup führt dabei zu einem Bewusstsein über die eigenen Fähigkeiten und Schwächen. Pünktlichkeit, passende Ausrüstung und Bekleidung zum richtigen Zeitpunkt, Körperpflege und ja, auch den Ablageort seiner eigenen Socken zu kennen gelten hierbei als notwendiges Selbstmanagement. Solche Erfahrungen erscheinen als unerlässlich für die entwicklungsnotwendige Ablöse vom Elternhaus.

2. Beziehungserfahrung:

Die erste große Liebe, lebenslange Freundschaft oder Feindschaft nimmt schon mal bei Sportwochen ihren Anfang. Beziehungen werden eingegangen und mit Emotionen belegt. Das spezifische Setting mehrtägiger Veranstaltungen – eine Gruppe verbringt Tag und Nacht zusammen – führt ganz banal dazu, dass sich die Teilnehmenden näher kennen lernen. Daraus ergeben sich sowohl Risiken als auch Chancen (z.B.: Lehrerin-Schülerin Beziehung).

3. Gruppenerfahrung:

In der erlebten Gemeinschaft von Sportwochen werden nicht nur die allerschönsten Erfahrungen gemacht (z.B.: Spaß, Unterstützung, Freundschaft, Abschlussdisko), sondern eben auch die allerschlimmsten (z.B.: Ausgrenzung, Überforderung, Bloßstellen, Gruppendruck).

4. Naturerfahrung:

Die Schularbeit in drei Wochen kümmert Lernende beispielsweise wenig. Zu groß ist die Versuchung, die Vorbereitungen aufzuschieben. Bewegung in der Natur erfordert jedoch unmittelbare Reaktionen auf z.B. Regen, Hitze oder örtliche Gegebenheiten. Der Unmittelbarkeitsaspekt der Natur zeigt unmissverständlich Konsequenzen auf und kann gerade bei Heranwachsenden zu Klarheit führen und daher Akzeptanz besser ermöglichen.

Die Aufgabe von gesundheitsförderlichen Bildungsprogrammen ist somit die Ermöglichung von Erfahrungen aus diesen Bereichen, welche die Heranwachsenden – nach Auffassung der Lehrenden – auch wirklich erleben sollten. Ein Blick auf traditionelle Sportwochen lässt jedoch vermuten, dass diese Erfahrungsräume mitunter ungenutzt, d.h. dem Zufall überlassen werden. Sieht man Sinn und Zweck von mehrtägigen Schulsportwochen nicht nur in sportmotorischen Zielsetzungen, gelten daher die bewusste Gestaltung entwicklungsangepasster Erfahrungsräume, eine permanente Reflexion im gesamten Prozess, ein humanistisches Menschenbild der Lehrkraft, so wie eine von wechselseitiger Wertschätzung und gegenseitigem Vertrauen geprägten Lehr- und Lernkultur als Bedingung. Unreflektiertes Risikobewusstsein (z.B. „Skilehrergehabe“) oder ein dominanter sportlicher Leistungsbezug stehen diesem Verständnis konträr gegenüber.

Die Entwicklung von Freude über die gemeinsame Bewegung in der Natur, Identität, Selbstwirksamkeit, Selbstständigkeit und Selbstverantwortung sind somit nicht nur Teilaspekte der psychosozialen Gesundheit, sondern auch mögliche Ziele von Schulsportwochen, ebenso wie das Finden der eigenen Socke.

Literatur:

König, S./Stibbe, G. (2016). Facetten eines Erziehenden Sportunterrichts. Theoretische Ansätze, empirische Studien und praktische Konzepte. Berlin: Logos Verlag.

Autoren:

Stephan Stumpner ist Professor für Fachdidaktik, Bewegung und Sport an der PH OÖ und Kursleiter der Ausbildungskurse Sommer- und Wintersportwoche.

Norbert Zauner ist Professor für Inklusion in Bewegung und Sport an der PH OÖ und Kursleiter div. mehrtägiger Schulsportveranstaltungen (Europaschule).

Am Ende des Beitrags stehen Angaben zum Autor bzw. zur Autorin im Umfang von ca. 100 Zeichen sowie das mitgelieferte Portraitfoto.