

Stephan Riegger

Sport- und Erziehungswissenschaftler, Freien Universität Berlin, Lehre im Sachunterricht zu Gesundheitsförderung und Bewegungserziehung, Gründer: BERLINbewegt e.V. und Gesunde Stadt e.V.

Berlin, 12/2005

Wieso weshalb, warum – wer nicht spielt wird dumm!

Zum gesunden und intelligenten Aufwachsen in der Stadt – oder: warum die Stadtplaner an der PISA Misere schuld sind.

Das Erstaunliche ist, dass die Stadtstaaten wie Bremen, Berlin und Hamburg auf den hinteren Plätzen der PISA Studienergebnisse auftauchen. Die Frage ist daher, wie das zu erklären ist oder besser – wem kann man dafür die Schuld geben. Der Blick richtet sich damit auf uns Erwachsene und die Institutionen und Einrichtungen, die – neben der Schule – die Lernleistungen der nachwachsenden Generation nachhaltig beeinflussen oder in den vergangenen 20 – 30 Jahren beeinflusst haben. In der Tat muss man diese Zeitspanne zurückgehen, um politische Entscheidungen und vor allem Stadtentwicklungsmaßnahmen und Haushaltsentscheidungen zu Investitionsmaßnahmen in der Kinder- und Jugendhilfe, bei Jugendämtern, bei Bau- und Grünflächenämtern mit Zuständigkeit für die Qualität für Spiel- und Bewegungsraumgestaltung, bei Straßenbauämtern für den Ausbau der Plätze für den bewegten und ruhenden Verkehr usw. beurteilen zu können. Ins Visier kommen dabei:

- Architekten und Stadtbaumeister
- Spielgerätehersteller
- Minister, Senatoren und Stadträte mit den Zuständigkeitsbereichen (Schule, Jugend, Soziales, Gesundheit, Grünflächen, Stadtentwicklung, u.a.)
- Stadtplaner, Amtsleiter für Hochbau, Grünflächen, öffentliches Bauen u.a.
- Hochschullehrer mit den Wissenschaftsbereichen (Lehrer- und Erzieherausbildung, Psychologie, Medizin, Public Health, u.a.)
- Beauftragte für Frauen und Mädchen, Ausländer, Migranten u.a.
- Kiezmanager, Quartiersmanagern, Projektmanager, u.a.

Die Aufzählung hat keinen Vollständigkeitsanspruch. Sie soll lediglich zeigen, welche unterschiedlichen Verantwortlichkeits-, Zuständigkeits- und Arbeitsbereiche mit dem gesunden Aufwachsen von Kindern und Jugendlichen zu tun haben. Die Qualität ihrer Arbeit wirkt sich unmittelbar auf den standortgebundenen „Intelligenzentwicklungsfaktor“ für Kinder, Jugendliche in Ballungsgebieten wie Berlin, Hamburg, Bremen aus. Es ist daher gerechtfertigt, wenn man behauptet: Spielen, Gesundheit und Intelligenzentwicklung sind in vielerlei Hinsicht von den „stadtpolitischen Rahmenbedingungen“ abhängig.

Welche Bedeutung haben die „stadtpolitischen Rahmenbedingungen“ die Intelligenzentwicklung?

Z.B. ist die Bereitstellung qualitativ hochwertiger Spiel- und Bewegungsräume eine gesellschaftlich notwendige Bedingung - vergleichbar mit dem Schutz von Umwelt, Wasser, Luft, Energie, Kultur - für die gesunde Entwicklung der nachfolgenden Generation. Fehlt dieser wichtige Baustein für die Intelligenzentwicklung, hat das

Folgen¹. Fehlt die Spielkultur auf den Straßen, mangelt es an Spiel- und Bewegungsräumen in Wohnungsnähe, ist die Gesellschaft nachlässig mit den Bewegungsbedürfnissen der heranwachsenden Generation, hat das Folgen für deren gesundes Aufwachsen.

Von Knut Dietrich, Gründer des Forums Spielräume in Hamburg, stammt die Charakterisierung der heutigen Stadt als „Spielwüste“. Er weist darauf hin, dass Kinder immer schlechter rechnen können, weil sie nicht mehr auf der Strasse ihre Spiele spielen. Hopse-Spiele, Abzählreime, Gummitwist u.a. enthalten Rechenoperationen und Aufgaben zum Schätzen und Messen und trainieren spielend (in Bewegung) das Gedächtnis. Der Verlust des Straßenspiels ist ein Kulturverlust. Kindern lernen auch deshalb schlecht, weil sie keinen Raum für ihre Spiele mehr haben.

„Wie geht es unseren Kindern?“ Was hält Kinder gesund – und was macht sie klug?

Unsere Kinder können sich nur dann gesund entwickeln, wenn sie möglichst viel spielen. Dagegen steht, dass viele unserer Kinder vollgestopfte Wochenterminpläne vielbeschäftigter Manager haben. Sie werden von den Eltern häufig mit dem Auto gefahren. Wir sprechen bei unseren Kindern heute schon von einer Verinselung ihrer Lebensräume². Soziologen und Pädagogen beschreiben den Lebensstil von Kindern mit den Fachvokabeln: Verinselung, Verhäuslichung, Technisierung des Kinderspiels.

In der Vergangenheit befanden sich Spiel- und Bewegungsräume im Wohnumfeld der Kinder – Ihre Entwicklung verlief in konzentrischen Kreisen um den Ort an dem sie aufwuchsen. Zur heutigen Situation passt das Bild der **4-Scheiben-Kindheit**. Dieses beschreibt die schon früh einsetzende Bewegungsnot der Kinder, die im Auto festgeschnallt auf die Straße schauen, in der Wohnung bleiben und aus dem Fenster schauen, vor dem Fernseher in die Welt der Erwachsenen schauen und vor dem PC sitzen und den Hightech animierten Akteuren bei den Abenteuerspielen zuschauen, die für sie selbst nicht möglich sind.

Die Technisierung des Kinderspiels ist in vollem Gange und noch lange nicht am Ende. Sie hat sehr häufig den Nachteil, dass sie die freie Gestaltung sehr einschränkt und nur wenig Variation zulässt. Man kann beispielsweise auf einen Knopf drücken und dann taucht eine bestimmte Figur auf. Experten bezeichnen diese als monofunktionelle Spielsachen. In den Gebrauchsanweisungen wird vor übermäßigem Gebrauch und den Folgen gewarnt. Die Spiele fesseln, immobilisieren und erzeugen Zwangshaltungen bei den Nutzern³.

Die Stadt: Kinderpolitik und Widersprüche

Niemals in unserer Gesellschaft waren Informationen über Gesundheit so leicht zugänglich, gut und für jedermann verständlich aufbereitet. Alle Aspekte des Körpers, der Pflege, der Gesunderhaltung u.a. werden täglich in der Presse diskutiert, mit praktischen Ratschlägen versehen und durch motivierende Vorher-Nachher Abbildungen angereichert. Dabei ist ein Motiv vorherrschend: die menschliche Bewegung – leicht und locker, angestrengt, gewandt oder statisch kräftig, muskel- oder ausdauerbildend, herzkreislauffördernd oder entspannend und relaxend.

Da kann und braucht kein Schulbuch mitzuhalten – es reicht, Mutters Zeitschriften durchzublättern. Jugendzeitschriften, wie Bravo bieten einfach wie richtig, jugendgerechte Gesundheitsinformationen an. Und: Was tun wir mit unserem Wissen über Gesundheit und Gesunderhaltung und wie steht es in Wirklichkeit – im täglichen Leben - mit dem Kinderspiel in der Stadt?

¹ s. hierzu die Veröffentlichungen der International Play Organisation; des Deutschen Kinderhilfswerks;

² hierzu u.a. Dietrich, K.: Spielräume zum Aufwachsen. In: Sportpädagogik 6/98

³ zu nennen ist hier u.a. die Erfindung des Nintendo als Abenteuerspielplatz im Taschenformat.

Polemiker sagen: „Die Gesellschaft sperrt ihre Kinder ein – und lässt die Hunde frei“. Beobachtungen dazu kann jedermann selbst machen; man schaue sich nur die Verzaunung der Spielanlagen in der Stadt von der richtigen Seite aus an. Den Rest zeigen einem die eigenen Schuhsohlen, wenn man eine Parkwiese oder ein Stadtgrün überquert hat: auch das ist ein Ergebnis der Erwachsenengesellschaft: für Kinder und Jugendliche bedeuten verkotete Grünflächen „Bewegungsfreiheitsberaubung“.

Dass es auch anders geht, beweist der **Bezirk Mitte** von Berlin mit den Leitlinien zur Sportstättenentwicklung⁴. Mit parteiübergreifender Zustimmung in der BVV werden darin alle Grünflächen, Fußwege, verkehrsberuhigte Wasserflächen und Straßen zu Spiel-, Sport- und Bewegungsräumen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene erklärt. Ein erster Schritt in die richtige Richtung. Die Initiative der Bezirksverordneten – gründete sich nicht zuletzt auf die besorgniserregende Frage: Wie geht es unseren Kindern wirklich?

Der nach der kommunalen Reform entstandene Großbezirk „Mitte von Berlin“ ist mit ca. 316.000 Einwohnern der drittgrößte Bezirk in Berlin. Mit 80,1 Einwohnern je ha ist der Bezirk Mitte doppelt so dicht besiedelt wie Berlin insgesamt. Die Schuleingangsuntersuchung ist eine wichtige Quelle für Daten zur Gesundheit der Kinder in einer Kommune. Der Bezirk wird in die Lage versetzt die „Daten für Taten“ zu nutzen und damit Gesundheitsförderung und Gesundheitsplanung zu steuern.

„Ein bedeutendes Problem bei den Schulanfängern ist das starke Übergewicht bei vielen Kindern. Insgesamt sind im Bezirk Mitte 16,3% der Einschüler des Jahrganges 2001/2002 adipös, erheblich mehr als im Berliner Durchschnitt von 1999 (12,7%).“⁵

Angesichts dieser Zahlen kann man dem t-online Bericht von 2002 nur recht geben: es gibt tatsächlich eine Übergewichtsepidemie⁶ - Übergewicht epidemisch verbreitet!

Sichtweisen zum gesundheitlichem Zustand von Kindern heute von A - Z

Einige ausgewählte Aspekte und Sichtweisen zur gesundheitlichen Lage von Kindern und Jugendlichen werden wie folgt zugespitzt oder polemisch skizziert:

Architektur und Stadtentwicklung: Stadtentwicklung und familiäre Wohnkultur vernachlässigen die Bedürfnisse von Kindern und Jugendlichen: die „IKEA-isierung“ der Kinderzimmer findet immer noch unter dem Motto statt: „Kinder beherbergen auf kleinstmöglichem Raum“.

Biologisch/Entwicklungspsychologisch: Wer sich nicht bewegt bleibt dumm – wieso? Weshalb? warum? (eine Sesamstraßenweisheit).

Biologisch/Zoologisch: Kinder und junge Tiere müssen sich in die Gesellschaft einspielen – durch Spiel werden die Kompetenzen für das Erwachsenenleben erlernt, geübt, erprobt, gesichert, vervollkommenet.

Gesellschaftspolitisch: Die Vernachlässigung der Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in den und durch die für sie zuständigen staatlichen und gesellschaftlichen Organisationen bedeutet im Endeffekt: Auflösung des Generationenvertrages.

Juristisch/gesetzlich: Es gibt genügend gesetzliche Regelungen, die eine Beteiligung von Kindern und Jugendlichen begründen, empfehlen, und verpflichtend vorschreiben. Es gibt keine juristische Instanz, die Mitwirkungsrechte von Kindern und Jugendlichen z.B. in der Stadtentwicklung streitbar einklagt. Es gibt auch kein Bundesland, das gesetzliche Maßnahmen für Kinderrechte bis auf die Exekutivebene (Gemeinde,

⁴ S. hierzu die Veröffentlichungen aus dem Jahr 2004 der BVV Mitte von Berlin;

⁵ Berlin: Schuleingangsuntersuchung - Gesundheitsbericht Berlin Mitte (2002/3)

⁶ Definition von Epidemie: Unter einer Epidemie stellt man sich landläufig eine massenhafte Verbreitung von ansteckenden Krankheiten vor – der Begriff ist aber auch – laut WHO – anwendbar für das massenhafte Auftreten von Krankheiten, die zivilisatorisch bedingt sind.

Kommune, Bezirk) durchgesetzt hat – Ausnahme: Schleswig Holstein „Demokratieinitiative; ...ein Land für Kinder. (Änderung der Gemeindeordnung, Planungsbeteiligung, Förderung durch Landesmittel). Es geht doch!

Medizinisch: *Der Gesundheitszustand der nachwachsenden Generation ist besorgniserregend. Zeit: 5 Min nach 12:00 Uhr*

Pädagogisch: *Pädagogen und Erzieher brauchen neues Handwerkszeug für die bewegte und gesunde Schule des 21. Jahrhunderts – bei ihrer Ausbildung wird ihnen dieses aber nicht mit auf den Weg gegeben! Zu fragen sind die Verantwortlichen an Universitäten und in den lehrerbildenden Fachbereichen: warum nicht?*

Pharmakologisch: *Ritalin und seine Varianten sind ein Renner – nie zuvor wurden das Mittel und die Wirkstoffe so häufig verkauft. Die Aktienkurse zeigen den Erfolg.*

Soziologisch/Epidemiologisch: *Gesundheit ist eine Frage der Zugehörigkeit zu einer sozialen Schicht; Sprachkompetenz, Gesundheitswissen, Eltern und ethnische Zugehörigkeit sind entscheidende Faktoren für die Gesundheit von Kindern.*

Sportwissenschaftlich: *Immer mehr Kinder und Jugendliche wenden sich von den traditionellen Schulsportarten ab. Die Anregung zu „lebenslangem Sporttreiben“ geht vom Schulsport nicht mehr aus – wenn es das je tat?*

Versicherungswesen: *Zu viele Menschen beginnen zu früh die Gesundheitskassen zu belasten. Häufig, bevor sie überhaupt Beiträge /oder jemals in ihrem Leben auch nur annähernd die verbrauchten Mittel eingezahlt zu haben. Das Solidarsystem bricht zusammen.*

Volkswirtschaftlich: *Gesundheit/Krankheit ist zu teuer geworden; die gesellschaftliche Entwicklung, Wohlstand und Einkommen, Sozialsysteme sind am Rande ihrer finanziellen Leistungsfähigkeit.*

Pisa und andere Epidemien

Die aktuelle Gesundheitssituation hat einen ungefähren Vorlauf von 20 Jahren – wie im Übrigen auch die Ergebnisse der PISA Studie und anderer Leistungsvergleichsstudien: Die Beeinträchtigungen der schulischen Leistungen im Altersegment „Grundschule“ sind alarmierend und finden ihren Ausdruck in den PISA Ergebnissen. Die Einrichtung von Ganztagschulen und die Entwicklung von Schulprofilen mit klareren Strukturen des Schulalltags, der Leistungsförderung und der Evaluation sind einige der Antworten auf diese Ergebnisse. In das Spektrum der Verursacher der schlechten schulischen Leistungen gehört auch der gesundheitliche Zustand von Schülern und Lehrern.

Folgt man den Veröffentlichungen des Gesundheitsministeriums, den Verlautbarungen der Gesundheitskassen, den Warnungen der Ärztekammern, den Bundesverbänden für Ernährung, Soziales, Familien u.a. so haben die gesundheitlichen Beeinträchtigungen von Kindern und Jugendlichen in einem beängstigenden Ausmaß (epidemisch) zugenommen. Vom Bezirksamt Berlin Mitte wird ein Gesundheitsbericht über die Schuleingangsuntersuchung herausgegeben. Demnach ist vor allen anderen gesundheitlichen Beeinträchtigungen das Übergewicht als Folgeerscheinung von Bewegungsmangel vorherrschend. Mittlerweile wird die Nahrungsmittelwirtschaft von der Verbraucherministerin aufgefordert, in einen Fond zur Bekämpfung des Übergewichts einzuzahlen⁷.

Schule im Teufelskreis

In der Schule kommt zu einem sehr häufig anzutreffenden Phänomen, den ich als „Teufelskreis der Immobilität“ bezeichnen möchte. Dazu gehören u.a. die bewegungsreizarmen Schulhöfe, der statische Unterricht in der Klasse, der Sportunterricht mit

⁷ Der Tagesspiegel, 1/2004

geringem Motivationspotential. Die Folgen dieser Situation verstärken den gesundheitlichen Negativtrend. Zu beobachten sind folgende Phänomene:

- die Unruhe der Schüler im Unterricht,
- die Störungen des Schulalltags durch Gewalt auf dem Schulhof,
- das Anwachsen des Anteils an hyperkinetischen Kindern,
- der immer größer werdende Anteil an übergewichtigen und adipösen Kindern und Jugendlichen,
- die steigende Häufigkeit von Unfällen „aus unerklärlichen Gründen“.

Demgegenüber steht die zugegebenermaßen existierende Hilflosigkeit der Lehrer, deren Aus- und Fortbildungen nicht die Handlungskompetenzen vermitteln, die zur Bewältigung der schulischen Situation notwendig wären⁸.

Aus einem alten Ärztehandbuch stammt das Zitat: „Lehrer wollen eigentlich nur die Köpfe beschulen – es kommen aber immer ganze Kinder in die Schule“.

Zu den sog. limitierenden Faktoren für die schulischen Leistungen gehören das Übergewicht der Kinder, die Bewegungsarmut, das Nachlassen der Konzentrationsfähigkeit und die Hyperaktivität. Unfälle sind zurückzuführen auf den Mangel an motorischen Kompetenzen und Fähigkeiten, den Rückgang der körperlichen Grundfitness, wie: Haltekraft der Finger- und Armmuskulatur, Ganzkörperspannung, Ausdauer, Beweglichkeit von Rumpf und Gelenken; vor allem fallen die Defizite in der Koordinationsfähigkeit von Händen und Augen, der Mangel an Reaktionsschnelligkeit und die fehlende Ausbildung der Selbstschutzreflexe (z. B. der Gesichtsschutzreflex) auf. Letztere sind vermutlich die Ursache für vermehrte Schulunfälle.

Mit allen Sinnen spielen - Besser Lernen durch Bewegung

Enttäuschend, ärgerlich und katastrophal ist es, wenn eine Gesellschaft keinen Gebrauch von den ihr zur Verfügung stehenden Wissensbeständen macht, Vernetzung nicht stattfindet, Distribution in Politik und Exekutive nicht gelingt:

- Der Pädagoge Johann Amos Comenius (1592 – 1670) wies bereits im 16. Jahrhundert darauf hin, dass das Wissen des Menschen auf dessen Sinneswahrnehmungen fußen.
- John Locke (1632 – 1704) ging als Philosoph des 17. Jahrhunderts noch von einer Zweiteilung der menschlichen Sinne aus; für ihn war aber klar, dass „nichts im Verstand (ist), was nicht vorher in den (menschlichen) Sinnen war“.
- Der Philosoph des 18. Jahrhunderts und einer der Begründer einer modernen Erziehung, Jean-Jacques Rousseau (1712 – 1778), reservierte ein Kapitel in seinem Erziehungsroman „Emile“ den Übungen für die Entwicklung der Organe und der Sinne.
- „Lernen mit Herz und Hand“ ist eine Spruchweisheit, die dem Pädagogen aus dem 19. Jahrhundert, Johann Heinrich Pestalozzi (1746 – 1827), zugeschrieben wird.

Die italienische Ärztin, **Maria Montessori** (1870 – 1952), verkündet ihre Einsicht, dass gezielte Ansprache aller unserer Sinne die Denk- und Lernleistungen unserer Kinder verbessert. Ihre sinnesaktivierenden Lehr- und Lernmittel folgen dem Motto „Hilf mir, es allein zu tun“.

„Lernen mit allen Sinnen“ ist demnach keine Erfindung der modernen Pädagogik – es ist eine Wiederentdeckung, die heute wissenschaftlich belegt werden kann.

⁸ sicherlich gibt es Ausnahmen, wie z.B. eine Schule in Berlin Hellersdorf, die durch selbstorganisierte Fort- und Weiterbildung des Kollegiums bemerkenswerte Erfolge zu verzeichnen hat.

Pädagogik und Hirnforschung

Mit den neusten Erkenntnissen der Intelligenz, Hirn- und Lernforschung werden die „alten“ pädagogischen Weisheiten bestätigt. Demnach bilden „Kopf, Herz und Hand“ ein sich gegenseitig induzierendes synergetisches System in einem neuronalen Netzwerk. Lernen entfacht im Gehirn ein „Kommunikationsfeuerwerk“ zwischen den Sinnesorganen, den Gefühlen, dem Bewegungsapparat; die Wahrnehmungen von Ohr, Haut, Fußsohlen, usw. müssen und können geordnet und verarbeitet werden.

Folgt man der modernen Hirnforschung werden bei dem o.g. Feuerwerk lediglich 10% der Hirngesamtkapazität genutzt:

Wenn das tatsächlich so ist – unterfordern wir dann nicht täglich unsere Kinder in der Schule?

Können wir nicht noch etwas draufladen, gasgeben, mehr und komplizierteres Wissen vermitteln?

Ein Lernprozess ist immer dann optimal und effektiv, wenn beide Hirnhälften und viele Sinne gleichzeitig angeregt werden. Ist dann nicht ausschließliches Lernen im Sitzen, nur linksseitige (nicht linkslastige!) Informationsgabe und Ansprache ohne alles andere eine Beleidigung für das menschliche Gehirn? Intelligente Kinder müssen das so empfinden. Sie werden unruhig – weil sie nicht ganzheitlich und mit all ihren Sinnen angesprochen und lernen können. Sie reagieren u.U. mit Bewegungs-, Wahrnehmungs- und Konzentrationsstörungen. Folgt man der Hirnforschung, ist dieses Verhalten so gut wie zwangsläufig.

Unsere Lehr- und Vermittlungsmethoden haben sich in den vergangenen 20 Jahren nicht an die veränderte gesundheitliche Situation von Kindern und Jugendlichen anpassen können. In der Lehrer- und Erzieherausbildung werden die wissenschaftlichen Erkenntnisse über den Zusammenhang von Bewegung und Lernen kaum oder nur unzureichend Rechnung getragen. Gesundheitsförderung und Bewegungserziehung, Bewegte Schule und Bewegter Unterricht sind bisher kein Thema in der Grundschullehrerbildung oder im Referendariat. Die Konsequenzen aus der Erkenntnis, dass Greifen und Begreifen zusammengehören, dass Lernen im Wechselspiel zwischen Sinneswahrnehmungen, Denkleistungen, Bewegungsabläufen und Gefühlen stattfindet, setzt sich in der Lehrerbildung nicht durch: z.B. in Seminaren für Lehr- und Vermittlungsstrategien. Dieses Wissen wird an den unterschiedlichsten Stellen und nur „häppchenweise“ zu finden sein. Ein durchdachtes konsensuales Konzept für die Lehrer und Erzieherausbildung wird daraus nie und nimmer.

Fazit: Besserung ist nicht in Sicht: die Lehrerbildung Marke „Bachelor“ wird es nicht richten. Politische Köpfe sagen, dass diese Reform neu überdacht werden muss. Die Verantwortlichen und kluge „Glatzköpfe“ sagen, dass es vielleicht 2012 etwas besser wird. Frage: Was machen wir Eltern bis dahin? Sollen wir unsere 12 – 16 jährigen lieber erst im August 2012 einschulen?