

25. DPT-DIGITAL 28./29. September



LANDESSPORTBUND
RHEINLAND-PFALZ

Prävention durch Sport

Mit realem Sport Konfliktfähigkeit für digitale Welt fördern

Es soll nicht der Eindruck entstehen, dass digitale Angebote die Entwicklung und das Lernen in der realen Welt ersetzen können, sei es aus Gründen der Wirtschaftlichkeit, Zeitersparnis oder anderes. Der Einsatz digitaler Medien hat viele Vorteile, aber im Sinne von Gesundheitsschutz sollte bei der Nutzung vor allem im Hinblick auf Nachhaltigkeit genau hingeschaut werden. Zu viele irreversible gesundheitliche Defizite sind durch Bewegungsmangel bereits entstanden. Es ist nicht mehr selbstverständlich, dass Kitakinder Treppen steigen können – jedes 4. Kind kann bei der Einschulung nicht einmal hüpfen. Aber auch soziale Kompetenzen, wie der Gemeinschaftssinn (Link 1), sind rückläufig. Der Sportunterricht ist das Fach, das am wenigsten wertgeschätzt wird, manche möchten ihn sogar ganz streichen. Auch wenn gerade zu Zeiten der Pandemie die digitale Welt ihre Stärken demonstrieren kann und die Bundesregierung einen Digitalpakt geschlossen hat, sind die gesundheitlichen Folgen der Digitalisierung besorgniserregend. So mahnt die Sportwissenschaft zurecht den von den Verantwortlichen längst versäumten Bewegungspakt an. Der Aufbau von Konfliktfähigkeit mit dem Anti-Gewalt-Parcours (PDF 3) im Rahmen der Schülerassistenten-Ausbildung (Link 2) als wichtige Lebenskompetenz ist ein Beispiel zur Förderung gesellschaftsbezogener Kompetenzen in der realen und digitalen Welt. Balster plädiert in seinen Veröffentlichungen zur Entwicklungsförderung von Kindern eindeutig für Bewegung (PDF 1 und 2). Die Deutsche Sportjugend führt diesen Gedanken weiter aus und legt mit dem Autor Sygusch (Link 3) ein sportartenorientiertes Rahmenmodell zur Förderung psychosozialer Ressourcen, es geht dabei um Persönlichkeits- und Teamentwicklung, vor. Die Sportjugend des Landessportbundes Rheinland-Pfalz hat es sich zur Aufgabe gemacht Bewegung und Sport als Medien zu nutzen um pädagogische Ziele zu verfolgen und die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen zu fördern. So soll zunächst die Bewegungsfähigkeit entwickelt werden, um überhaupt sportfähig und schließlich wettkampffähig zu werden. Eine vergleichbare Argumentation ergibt sich übrigens auch bei der Förderung der Bildungsfähigkeit - und schließlich der Gesellschaftsfähigkeit durch Bewegung und Sport.

Bewegungsfähigkeit – ich kann mich entsprechend der altersgemäßen Entwicklung bewegen und habe dabei keine negativen gesundheitlichen Folgen. Entwicklungstabellen informieren darüber.

Sportfähigkeit – ich übe eine Sportart aus ohne gesundheitliche Folgen. Beispielweise empfiehlt die Medizin ein Einstiegsalter für eine Sportart – der Körper hält demnach den oft erheblichen Belastungen stand.

Wettkampffähigkeit – ich beherrsche eine Sportart so gut, dass ich gegen andere antreten kann. Leider führt die Überforderung, wenn ein Kind noch nicht bewegungs- und sportfähig ist, gerade im Schulsport oder bei ehrgeizigen Eltern und Trainern manchmal zu einer lebenslangen Abneigung vor Bewegung und Sport.

Mit seinen Projekten für Kitas (Link 4), Schulen und Sportvereine (Link 5,6) fördert der organisierte Sport rechtzeitig die Motivation aller Gesellschaftsgruppen sich lebenslang mit möglichst viel Spaß zu bewegen und Sport zu treiben – und macht außerdem Angebote zur Bildung, Ernährung, Entspannung und vieles mehr. Exemplarisch für den organisierten Sport stehen die Angebote des LSB Rheinland-Pfalz, auch zu Zeiten von Corona unterstützt durch die digitale Welt, wie das Projekt Ferien am Ort – Werte in Bewegung (Link 7) zeigt.

Dr. Ohle Wrogemann

Sportjugend Rheinland-Pfalz
Referent für Freiwilligendienste,
Jugendsozialarbeit und Jugendpolitik