

In der vorliegenden Arbeit sollen die o. a. Fragestellungen nacheinander angegangen werden. In einem ersten Schritt wird zunächst „grundlegendes“ Datenmaterial zu den Parametern Unterrichtsstörungen, Herzfrequenzen und Konzentrationsleistungen von Schüler/innen erhoben. Anschließend soll der Einfluss erhöhter körperlicher Aktivitäten auf die genannten Parameter untersucht und deren Relevanz für den typischen Alltag von Schüler/innen diskutiert werden. Hier geht es einerseits um den Zusammenhang von Sportunterricht und Unterrichtsstörungen. Des Weiteren sollen die Auswirkungen des Sportunterrichts und eines „Bewegten Unterrichts“ auf Herzfrequenzverläufe bzw. Konzentrationsleistungen von Schüler/innen untersucht werden.

2 Unterrichtsstörungen, Herzfrequenzen und Konzentrationsleistungen von Schüler/innen im Schulalltag

2.1 Einführende Überlegungen zur Thematik

Viele Heranwachsende verlieren im Laufe der Zeit die Lust an der Schule (BMF 1994). Ein immer größerer Anteil von Schüler/innen reagiert auf die schulischen und außerschulischen Anforderungen außerdem mit einer erhöhten Störbereitschaft (Fölling-Albers 1995). Offensichtlich reagieren heutige Schüler/innen deutlich aggressiver als frühere Generationen und dies bleibt auch den Betroffenen nicht verborgen. Jugendliche stufen die Eindämmung der Aggressionen und Gewalt (47 Prozent) für dringender ein als die Sicherung des Wohlstandes (21 Prozent, Opaschowski et al. 1997). In der Schulpraxis werden diese Entwicklungen mit Besorgnis diskutiert und es werden Lösungen gesucht (Petermann et Petermann 1997). Für die Umsetzung und das Gelingen von Interventionsmaßnahmen könnte es u. a. hilfreich sein, über genauere Daten zum „Problem“ Unterrichtsstörungen zu verfügen.

Auf der einen Seite stellt sich z. B. die Frage, ob und wann es im Schulalltag typischerweise zu vermehrten Unterrichtsstörungen kommt. Immer mehr Lehrer/innen sehen hier einen engen Zusammenhang zu Defiziten im Bereich der Konzentrationsfähigkeit sowie eine vermehrte Unruhe und Nervosität der Kinder (Hurrelmann 1993, 1994; Ferchhoff et al. 1995; Fölling-Albers 1995; Bös et al. 2002). Im Unterricht machen sich die Folgen

dieser Entwicklungen bereits bei simplen Aufgabenstellungen negativ bemerkbar. Beim Vorlesen eines Textes ist z. B. nur noch ein Teil der Kinder in der Lage, sich auf das Zuhören zu beschränken (Fölling-Albers 1995).

Fundierte Daten zu Unterrichtsstörungen bzw. Konzentrationsleistungen können außerdem helfen, die Konzeption von Stundenplänen bzw. Unterrichtsstunden zu optimieren. Zirkadiane und ultradiane Rhythmen bei Kindern und Erwachsenen werden zwar in der Literatur bezüglich physiologischer und psychologischer Aktivitäten ausgiebig beschrieben (Laird 1925; Colquhoun 1971; Rodhal et al. 1976; Reinberg 1979; Montagner et Testu 1982; Testu 1982; Fraisse 1983; Folkard et Monk 1985; Beugnet-Lambert et al. 1988; Reinberg et al. 1988; Guerin et al. 1989; Reilly 1990; Testu 1991; Winget et al. 1994; Zully et Knab 2000). Erstaunlicherweise ist aber noch weitgehend unbekannt, welchen Verlauf die Konzentrationsfähigkeit bei Schüler/innen im Geschlechtervergleich, Altersgang und Tagesverlauf nimmt.

Ein weiterer Aspekt ist bei dieser Thematik zu beachten: Die modernen Industriegesellschaften fördern einen Abbau körperlicher Aktivitäten (Sports Authority & Health Education Authority 1992; US Department of Health and Human Services 1991). Die Entwicklung macht auch vor der jüngeren Bevölkerung nicht Halt. Meldungen in den Medien weisen auf einen immer stärker zunehmenden Bewegungsmangel und gesundheitliche Defizite bei Kindern und Jugendlichen hin (Rost 1993; Kinkel 2001; Ding et al. 2000; Graf et al. 2001; Klaes et al. 2003). Immer häufiger leiden schon Schüler/innen unter Übergewicht, psychosomatischen Störungen, Koordinations- und Haltungsschwächen sowie einer insgesamt geringeren Belastbarkeit (Bös 1997; Obst et Bös 1997; Illi et Pühse 1997; Kleine 1997; Dickreiter 1997; Breithecker 1997; Heitz-Flucher 1997). Jeder vierte Berliner 10.-Klässler hat Übergewicht, beinahe jedes fünfte Grundschulkind weist Fettstoffwechselstörungen auf (Ketelhut 2000). Hochgerechnet auf die Bundesrepublik haben eine Million Kinder Übergewicht (BKK 2001). Bei den schulischen Reihenuntersuchungen in Bayern wiesen bereits über 36 Prozent der Schulanfänger auffällige Befunde am Bewegungsapparat auf (Bayerisches Staatsministerium 2000). Andere Untersuchungen belegen für den Zeitraum 1986 bis 1995 eine Zunahme sportförderbedürftiger (11- bis 14-jähriger) Schüler von 16 auf 43 Prozent (ISB Rundbrief 1996). Auf der Suche nach Lösungskonzepten stellt die Schule einen logischen Interventionsort dar.