

1 Einleitung

Seit Beginn meiner Tätigkeit im Schuldienst 1996 beobachte ich, Nicole Philippi, dass viele Kinder spätestens mit Einsetzen der Pubertät zunehmend an durch Bewegungsmangel und Fehlernährung bedingten Zivilisationskrankheiten, vor allem Übergewicht oder behandlungsbedürftiger Adipositas, leiden. Zahlreiche Untersuchungen des Berliner Robert-Koch-Instituts (Thimm, 2004, S. 175). in ganz Deutschland belegen, dass eine zunehmende Anzahl an Kindern bereits im Grundschulalter „Bewegungs- und Motorikstörungen“, „Haltungsschäden“ sowie „Koordinationschwächen“ (Thimm, 2004, S. 175) aufweist. Typische Alterskrankheiten, wie Diabetes mellitus, Typ II, treten immer häufiger bei Kindern im Grundschulalter auf. „Die WHO warnt, bald stürben erstmals ebenso viele Menschen an den Folgen von Überernährung und Bewegungsmangel wie an denen von Hunger“ (Thimm, 2004, S. 175). Das Wissen über gesunde Ernährung und Wirkungen sportlicher Aktivität auf den Körper ist in der Regel weder bei Jugendlichen noch bei Erwachsenen vorhanden und wird im Rahmen des normalen Sportunterrichtes unzureichend thematisiert. Als ich 2004 ans Steinbart-Gymnasium Duisburg wechselte und dort im Schuljahr 2004/2005 einen Grundkurs Sport (Jahrgangsstufe 11) mit 24 jungen Frauen übernahm, von denen lediglich drei (!) nicht übergewichtig waren, wurde mir das Ausmaß der Problematik erneut bewusst. Aufrufe führender deutscher Mediziner (Casimir, 2004, S. A2), des Forschungsinstituts für Kinderernährung (FKE) in Dortmund (Kapell, 2004, S. C5), des Duisburger Gesundheitsamtes (Michel, 2005, S. C1) in der Presse sowie die Ergebnisse der WHO-Gesundheitsstudie (Hundeloh, 2006, S. 22-23) bekräftigten mich in meinem Vorhaben, am 11. 08. 2005 ein Projekt zu den Auswirkungen eines fitness- und gesundheitsbezogenen Sportunterrichtes zu initiieren. Unser Schulleiter, Herr OstD Minnema, befürwortete dies und riet mir zu einer Durchführung der Studie zunächst im Leistungskurs Sport, den ich im Schuljahr 2005/2006 übernahm.

Dabei wird das Selbstkonzept in seiner körperlichen Dimension, das für die Identitätsentwicklung des Jugendlichen von zentraler Bedeutung ist, zum Beginn und zum Abschluss einer fitness- bzw. gesundheitsorientierten Unterrichtsreihe über die Zeitspanne eines Schulhalbjahres hinterfragt und analysiert. Die körperlichen Probleme vieler Jugendlicher, eine oftmals ablehnende Haltung zum Sport und eine sich ändernde Norm der Präsentation von Körperbildern in der Öffentlichkeit und im Schulalltag lassen auf eine Verlagerung im Selbstkonzept vieler Jugendlicher schließen, die mehr und mehr richtungsweisend wird. In diesem Kontext werden Vorstellungen der eigenen Leistungsfähigkeit, Attraktivität und Vorstellungen vom eigenen Körper analysiert. Im Zentrum der Studie steht folgende Fragestellung:

Inwieweit beeinflusst Sportunterricht in fitness- bzw. gesundheitsorientierter Form mit integrativer Theorievermittlung das Körperkonzept bei Jugendlichen?

Aus den Ergebnissen werden Konsequenzen und Rückschlüsse für die Planung und Umsetzung eines Unterrichtsfaches Gesundheitserziehung mit integrierter Theorie- und Praxisvermittlung gezogen. Der Begriff Gesundheit wird in Kapitel 2.1 definiert und als zentrales didaktisches Kriterium in seiner Überlagerung mit dem Terminus Fitness in Kapitel 3.1 erläutert.

Im Folgenden werden zunächst die Begriffe Gesundheit, Selbst- und Körperkonzept geklärt. Um die Problematik eines defizitären Körperkonzeptes als multidimensionales gesellschaftliches Phänomen darzustellen und dessen Auswirkungen auf den Sportunterricht und das Individuum zu verdeutlichen, werden anschließend relevante gesellschaftliche Problemfelder erläutert.