

Sportunterricht ist in Zeiten von Corona

Wenn der Pausenhof zur Sportanlage wird

Von Luise Kropff

Für Kinder und Jugendliche ist Sport und Bewegung für die Entwicklung wichtig. Das belegen unzählige Studien. In Zeiten von Corona fällt aber teilweise der Schulsport aus. Schulen suchen nach Alternativen. Dann heißt es: Spaziergang statt Schwitzen. Was bedeutet das für Kinder und Jugendliche?

Statt Schwimmunterricht: Nur gucken, nicht planschen. Nicole ist Vertretungslehrerin an einer Grundschule in Dortmund. Und unter Kolleginnen und Kollegen tauscht man sich aus. Schwimmunterricht konnte in der ersten Hochphase der Corona-Pandemie nicht stattfinden. Ein Kollege, so erzählt Nicole, wählte da als Alternative den Spaziergang: *"Dann ist man halt um den Phoenix-See gelaufen."*

Schulen sind auf der Suche nach Alternativen

Aufgemalte Völkerballfelder, ein Fußballplatz, eine Sprunggrube. Die Grundschule von Nicole in Dortmund habe den "Luxus", wie die Vertretungslehrerin sagt, und "zwei große Schulhöfe zur Verfügung. Gruppen können hier zeitversetzt Sport treiben." Aber: An den meisten Schulen fehlt so ein üppiges Angebot. *"Da hakt es an vielen Stellen. Es reicht ja nicht einfach, irgendwo einen Ball reinzuschmeißen. Schulgebäude, Schulgelände müssen bewegungsfreundlicher kreiert werden"*, sagt Michael Leyendecker, 1. Vorsitzender der Deutschen Sportjugend. Er ist Sportlehrer an einem Gymnasium in der Kölner Innenstadt.

Verordnungen von Land zu Land unterschiedlich

Sportunterricht ist in Zeiten von Corona komplizierter. Die Verordnungen sind von Land zu Land unterschiedlich. In NRW ist beispielsweise Sportunterricht erlaubt und darf ohne Mindestabstand stattfinden. Nach Möglichkeit soll dabei aber auf Kontakt verzichtet werden. *"Wir spielen viel Badminton, Tischtennis. Es tut den Schülern schon gut, dass sie sich bewegen können, auch ohne Maske. Aber es ist schon eine Herausforderung, immer wieder auf die Abstände zu achten"*, erzählt Leyendecker.

Weniger Bewegung: Was bedeutet das für Kinder und Jugendliche?

Weil der Sportunterricht teilweise wegfiel, Vereinssport, Fitnessstudios nicht im vollen Umfang genutzt werden konnten, fehlte es an intensiver Bewegung bei Kindern und Jugendlichen. Da hilft auch kein Spaziergang um einen See, um das aufzufangen.

Prof. Dr. Alexander Woll ist Leiter des Instituts für Sport und Sportwissenschaft am KIT, dem Karlsruher Institut für Sportwissenschaft. Forscht seit Jahren über Wirkungen des Sports im Lebenslauf. *"Die Kinder, die in der Innenstadt, in sozialen Brennpunkten wohnen, dort sieht man zwischen März und Mai einen ganz deutlichen Rückgang der körperlichen Aktivität"*, erzählt Woll.

"Kinder erschließen sich über Bewegung die Welt"

Dabei ist Bewegung für die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen wichtig: *"Kinder erschließen sich über Bewegung die Welt. Für sie ist Bewegung viel wichtiger als für Erwachsene. Sie ist notwendig, um sich überhaupt gesund auf der körperlichen, psychischen und sozialen Ebene entwickeln zu können. Da geht schon viel verloren."*

Bewegung hilft, sich besser zu konzentrieren

Nicht nur das allgemeine Wohlbefinden steigt bei Kindern und Jugendlichen durch die Bewegung. Auch die kognitive Leistungsfähigkeit. *"Wir wissen, dass die Konzentrationsfähigkeit durch Bewegung gefördert wird. Sie fördert die Qualität in anderen Schulfächern, wie zum Beispiel Deutsch und Mathe"*, erzählt Woll.

Diese Erfahrung hat auch Leyendecker in seiner Schule gemacht: "Wenn es Bewegung nicht mehr gibt, hat das Einfluss auf das Lernen. Es ist wichtig, sich mal auszupowern." Oder Vertretungslehrerin Nicole aus Dortmund: "Wenn die Bewegung, die die Schülerinnen und Schüler sonst in der Schule, in den Vereinen und auf dem Pausenhof haben, wegfällt, dann sind die absolut unkonzentriert und unausgeglichen."

In der Corona-Zeit: Alternative Bewegungsideen

Bundeskanzlerin Angela Merkel und die Bundesländer haben weitere Maßnahmen in der Coronakrise beschlossen, die auch den Sport massiv betreffen. Veranstaltungen, die der Unterhaltung und der Freizeit dienen, sollen im November deutschlandweit weitgehend untersagt werden. Die Regelung betrifft auch den Freizeit- und Amateursportbetrieb.

Winterzeit: Schulträger prüfen Sporthallen in Schulen

Wenn der Vereinssport wegfällt, müssten alternative Bewegungsideen entwickelt werden, erzählt Leyendecker. "Der Wunsch von jungen Menschen, sich zu bewegen, ist enorm groß. Die Schulen müssen sich weiter öffnen. Beispielsweise mit digitalen Angeboten oder Bewegungshausaufgaben, damit man trotz vielleicht schließender Turnhallen Bewegung wieder hinbekommen kann. Denn nur über die Schulen erreichen wir alle Kinder und Jugendliche."

In Zukunft prüfen die Schulträger die Belüftungssituation der jeweiligen Sporthallen und der Umkleideräume. Die Schulträger geben dann Sporthallen zur Nutzung für den Sportunterricht frei oder versuchen, zeitnah Lösungen zu finden, um die Belüftungssituation zu optimieren - bis dahin bleibt der Pausenhof aber Sportplatz.

Stand: 28.10.2020, 18:14