

Tischtennispieler sind die klügsten Schüler

Zusammenhang zwischen sportlicher Betätigung und schulischer Leistungsfähigkeit erneut nachgewiesen

Schon des Öfteren war in früheren Jahren durch mehrere wissenschaftliche Untersuchungen verschiedener Institute nachgewiesen worden, dass sportlich engagierte Schülerinnen und Schüler auch in den allgemeinen Schulfächern über dem Leistungsdurchschnitt ihrer anderen Klassenkameradinnen und Klassenkameraden lagen. Nun hat das Zentrum für Gesundheit (ZfG) der Deutschen Sporthochschule Köln im Rahmen einer neuen Studie die schulische Leistungsfähigkeit von jugendlichen Sportlerinnen und Sportlern sowie Nichtsportlern erneut untersucht und dabei klare Zusammenhänge zwischen der körperlichen Betätigung und dem Notendurchschnitt festgestellt.

Zur Methodik der Studie: In der Untersuchung nahmen insgesamt 635 Schülerinnen und Schüler im Alter zwischen 13 und 18 Jahren aus drei Schulen mit zwei unterschiedlichen Schulformen (Gymnasium und Hauptschule) teil. Um diese Studie umsetzen zu können, wurde ein spezieller Fragebogen konzipiert. Mit diesem wurde z. B. die Häufigkeit des Sporttreibens, die Sportart und der Notendurchschnitt der Schüler abgefragt.

Körperliche Bewegung fördert die Konzentrationsfähigkeit

Anhand der Auswertungsergebnisse wurde für die Kölner Forscher deutlich, dass offensichtlich ein Zusammenhang zwischen regelmäßiger sportlicher Betätigung und geistiger Leistungsfähigkeit besteht, wobei auch das soziale Umfeld der Jugendlichen eine wichtige Rolle spielt. Mit anderen Worten und auf einen kurzen Nenner gebracht: Sport macht bessere Schulnoten! Eine der wesentlichen Feststellungen war nämlich, dass diejenigen Jugendlichen, die angaben, regelmäßig Sport zu treiben, im Verhältnis zu inaktiven Schülern insgesamt einen um 0,5 Noten besseren Zensuredurchschnitt nachweisen konnten.

Interessant ist aber auch die Untersuchung in der Differenzierung nach Sportarten. Dabei wurde herausgefunden, dass bei den sporttreibenden Jugendlichen - je nach Wahl der Sportart - Unterschiede zwischen „erfolgreichen“ und „nicht so erfolgreichen“ Schülern bestehen. So hatten z. B. TT-Spieler und Turner in der Untersuchung mit einem Durchschnitt von 2,0 den besten Notendurchschnitt, gefolgt von Kampfsportlern, Volleyballern, Handballern, Reitern und Basketballern. Fußball und Tennis bildeten das Schlusslicht in der Rangliste der bewerteten Sportarten.

Das eindeutige Ergebnis der Untersuchung war, dass die körperliche Betätigung von Kindern und Jugendlichen zunehmend abnimmt und die durch Nachmittagsunterricht bereits verringerte Freizeit vermehrt vor Computern und Fernsehen verbracht wird. Auch in manchen Elternkreisen wird nicht genug berücksichtigt, dass zu wenig Sport zu einer geringeren Leistungsfähigkeit von Kindern und Jugendlichen und damit auch zu schlechteren Schulleistungen führt.

Von gesundheitlichen Effekten abgesehen hat der Sport - auch darauf weisen die Forscher hin - viele weitere Einflüsse auf den Organismus. So gibt es Sportarten, die besonders die Kreativität fördern und solche, die mehr motorisch angelegt sind. Bei manchen Sportarten wird dagegen der Schwerpunkt auf die Verbesserung von Ausdauer, Kraft oder Koordination gelegt. Deshalb sei auch zu erwarten, dass Schülerinnen und Schüler aus kreativen und intellektuell herausfordern-den Sportarten bessere Leistungen in der Schule entwickeln als in rein motorisch angelegten Disziplinen.

Kinder einfach im richtigen Sportverein anmelden

Insgesamt kommt die Kölner Forschungsgruppe unter der Leitung von Prof. Dr. Ingo Froböse und Diplom-Sportwissenschaftler Jochen Schiffer zu folgendem Fazit: „So wird das schulische Geschick nicht allein durch den Fleiß beziehungsweise die Intelligenz des Schülers bestimmt, sondern hängt stark von dem positiven wie negativen Einfluss des sozialen Umfelds des Jugendlichen ab. Auch die körperliche Betätigung kann in diesem Zusammenhang einen entscheidenden Beitrag leisten. Die richtige Sportart führt offensichtlich zu einem anderen Lernerfolg, weil spezielle Ressourcen und Stärken herausgearbeitet werden, von denen Kinder auch in der Schule profitieren. Deswegen sollte nicht nur Nachhilfe auf dem Programm schlechter Schüler stehen - die Eltern sollten ihre Kinder einfach im richtigen Sportverein anmelden.“

Friedrich Mevert

Quelle: http://www.ehrenamt-im-sport.de/fileadmin/fm-ehrenamtisport/dsb-presse/2009_31-32.pdf Seite 40 ff