

Fachtagung: Bewegung – keine Frage des Alters

Eröffnung

Samstag, 18. Sept. 2010, PH NÖ, Festsaal

„Österreich setzt fett an“ – hat der ‚Kurier‘ vorgestern getitelt. Herzlich willkommen an der Pädagogischen Hochschule – ich bin ein Beispiel dafür. Die Österreicher werden größer und dicker – repräsentativ eröffnen zuerst Herr Milota und dann ich Ihre Tagung. *Bewegung – keine Frage des Alters* ... aber: Wenn Schwimmen schlank macht, was machen Blauwale falsch? Dabei sind wir doch höchst beweglich – meine Zahnbürste z.B. schaut aus wie ein Sportgerät: bulliger Körper wie aus dem Fitnessstudio, rutschfester Griff wie an der Kletterwand, Federung wie ein aufgemotzter Golf GTI, leicht anzüglicher Name: Oral B! Nach 2 Minuten Putzen ertönt ein Signal. Gestern ist mir eine Goldkrone herausgebrochen – heute bin ich nicht sicher, ob das Bonus-Malus-System meiner Krankenkasse das Hineinzementieren noch bezahlt. Dänemark will eine Anti-Fett-Steuer einführen. Der Spruch meines alten kettenrauchenden Onkels, „*Warum soll meine Lunge eigentlich älter werden als ich?*“ löst bei mir eine Reaktion aus, die im Mittelalter auf Gotteslästerung zu erwarten war.

Gesundheit ist eine satirefreie Zone in unserer Gesellschaft. Hier herrschen strenge Regeln der Political Correctness. Doch nächsten Sonntag wählt die Steiermark. Im Mittelalter gab es noch das ewige Leben – jetzt kommt der endgültige Tod ohne Wenn und Aber: Man stirbt an der Vogelgrippe, an Aids, an BSE, beim Tsunami. Rette sich wer kann – mit dem ewigen Leben rechnet keiner mehr, aber wenigstens sterben möchte man nicht.

Die Gesundheitsreligion ist eine Anleitung zum Unglücklichsein – schuldgebeugt hetzten die einen durch die Straßen der Städte, die anderen von Arzt zu Arzt, die dritten kauen ihre Sättigungsbeilagen zu ihrem Leben voll Verzicht. Man lebt eben vorbeugend, man will gesund sterben – wenn das passiert, ist man tot.

Geschätzte Kolleginnen/Kollegen – warum beginne ich zynisch? Weil ich denke: Es ist kein Platz für Nostalgie – nach dem Motto: Früher gingen die Schüler/innen zu Fuß, und ihr Weg war gesäumt von Apfelbäumen – geklaute und gesunde Früchte. Heute chauffiert Mutti ihr Kind zur Schule und gibt ihm 3 Euro für den Pausensnack von McDonalds mit, weil der ultimative Schokoriegel vom Schulbuffet nicht mehr ‚in‘ ist. Weil ich denke: Es ist kein Platz für den erhobenen Zeigefinger – nach dem Motto: Immer mehr Kinder bewegen sich immer weniger! Die Zahl der Kinder mit Koordinationsstörungen, Haltungsschwächen, Wirbelsäulenveränderungen und Übergewicht nimmt zu. Weil ich denke: Es ist kein Platz für Gesellschaftskritik – nach dem Motto: Alle haben einen Computer zuhause, aber nur jeder dritte einen Ball. Und Kinder, die vor dem Fernseher geparkt werden, werden keine Rolle rückwärts hinkriegen.

Damit Sie mich nicht falsch verstehen: Ich war wirklich ungemein beeindruckt von der Praxisnähe der Trainings-DVDs für Bewegungskompetenzen der Herren Hollauf und Sobota ... und mit diesen dürfen Sie sich heute freuen auf die Sprachgewalt von Hans Peter Brandl-Bredenbeck – das hieß einst „*Bier für Amateure – Wasser für Profis*“ und „*Hosenbeine in die Strümpfe, Schwimmflossen an die Zeh!*“ Heute kommt bei ihm „*Schulsport in Bewegung*“ für den „*Homo Sportivus Oeconomicus*“. Und Michael Kolb von der Uni Wien wird vielleicht eher mit mir „*Spielen im Herz- und Alterssport*“ – so lautet einer seiner letzten Buchtitel. Ich bin davon überzeugt, dass Ihnen die heute Referierenden zeigen und bezeugen werden: Mit moralisierend simpler Aufklärung ist es nicht getan – die gibt es seit Jahrzehnten.

Was wir brauchen, ist nicht nur Verhaltensprävention mit der gesunden Schuljause und mit Jogging. Wir brauchen Verhältnisprävention – wie kann nicht nur die Einstellung des Einzelnen, wie können auch die Umstände verändert werden: Wo gilt es in Schulen und bei Vereinen was zu investieren? Frei nach dem altrömischen Motto: „*Ein Stein, der rollt, setzt keinen Schimmel an*“

Schule gestalten – bedeutet zu wissen: Kinder mit eingeschränkten Bewegungsmöglichkeiten verhalten sich auch häufig sozial arm. Kinder die nicht sinnhaft und leibhaftig unsere Welt ertasten, greifen und fühlen, werden die Welt nicht ‚be-greifen‘. Und Lehrer, die träge auf dem Katheder sitzen, können nicht von ihren Schülern verlangen, die Pause mit Hüpf Gummi zu verbringen. Wir brauchen das Fenster der Schulzeit für die spielerische Erhaltung von Gesundheit und Aneignung von Lebenskompetenz – bis ins hohe Alter hinein.

Bewegte Schulkultur braucht bewegende Lernkultur: Erleichtern wir für den Ganztagschulbetrieb die Zusammenarbeit von Vereinen und Schulen – nicht nur durch gemeinsames Nutzen von Sportanlagen, sondern auch durch gemeinsame Aktivitäten und ehrfürchtiges Nutzen des Knowhows des je anderen. Jammern wird nicht über den Entfall des Sport- und des Musikunterrichts an Volksschulen. Ermöglichen wir neben den Klassenlehrer/innen auch Fachlehrertum an Volksschulen – wenigstens für Bewegung und Sport oder auch für Musikerziehung oder Englisch. Gestalten wir in Schulhöfen für Kinder Spielplätze, weil sie in ihrem besten Gewandheitsalter längst Straßen und Höfe als Spielplätze verloren haben.

Für manche gibt es nichts Schlimmeres, als sich 50 min nicht bewegen zu dürfen und es dann 5 min tun zu müssen – und das zyklisch einen Tag lang. Warum findet Unterricht nur zwischen Glockentönen statt? Warum muss jede Unterrichtsstunde 50 min dauern? Warum nicht eine bewegte 30-min-Pause? – Es gibt sie vereinzelt, und die Erfahrungen sind prächtig.

Erziehung zu Körperbeherrschung braucht Bewegung – dann wird Sitzen zum Ausbalancieren des Körperschwerpunkts auf einer Unterfläche und nicht zum Lungern, bis es läutet.

Wer lebt länger – Falstaff oder Don Quijote? Die Lernkultur einer bewegten Schule braucht Lernprozesse der Leiblichkeit und des Geistes: Funktionelle Organisation des eigenen Körpers ebenso wie neue Vokabel; mimetisches Verhalten durch Tanz und darstellendes Spiel ebenso wie kommunikativ-kritisches Reflektieren des Weltwissens.

Ich freue mich besonders über den Besuch auch von Kindergartenpädagoginnen hier bei uns an der Hochschule – kommen Sie öfter zu uns!

Weder im Sport noch in der Pädagogik brauchen wir dagegen Mental-Gurus! Statt bloßer Slackliner brauchen wir Orientierungsläufer: Denn elastische Schnüre an Bäume binden oder

einfach die gewohnte Joggingstrecke draufloslaufen kann jeder.

Aber sich beim Laufen auch noch orientieren – wie beim Orientierungslauf – erfordert kognitive und konditionelle ‚Top‘-Leistungen!

Wer sich bewegt, steht fester im Leben. Und nur wer sich selbst bewegt, bringt etwas in Bewegung: Sich Bewegen ist Welt verstehen in Aktion. Etwas bewegen ist die Welt verändern in Reflexion.

Thinking ahead – moving forward! Alles Gute für Ihre Tagung!

Und weil ich schon in wenigen Minuten zu einer anderen Lehrveranstaltung unserer Hochschule wegfahren muss: Vergessen Sie nicht das Zähneputzen!