

Montag, 20. Dezember 2004

Die HÄ¶lle Schulsport

Nicht nur um die intellektuelle Ausbildung unserer Jugend macht sich derzeit alle Welt, die Bundesregierung und die Presse Sorgen. Nein viel schlimmer scheint, das wir scheinbar - glauben wir diesen Quellen - eine Generation von Schlaffis heranziehen.

Und das nicht wegen Nintendo, Game-Cube und Co, sondern wegen ausfallendem Schulsport.

So sehr ich dafür bin in der Schule mehr zu bieten. Mehr Praxis, mehr AGs, bessere Bibliotheken und ein 'Open House' zum Leben und Lernen, statt einem Schulknast zum Pauken... so sehr bin ich auch dafür den Schulsport endlich ganz abzuschaffen. Oder wenigstens dessen Benotung.

Die eine Stunde Schulsport die Woche, reisst die Kondition der GÄ¶ren nÄ¶mlich nicht raus, und wer zum neuen Star am Barren erkoren ist, wird das anderswo bemerken, auf andere Art gefÄ¶rdert werden, als gerade dort...

FÄ¶r mich selbst bedeutete Schulsport andauernden Horror. Von Hause aus ungelenkt, ungeschickt und Ä¶ngstlich, versorgte er mich jahrelang mit Alpträ¶umen und vor den jÄ¶hrlich stattfindenden Bundesjugendspielen wÄ¶re ich am liebsten gestorben.

Wer nun von heute ausgeht, abwinkt und sagt "Jaja, dickes Kind." liegt leider vollkommen daneben. DÄ¶nnes und spinnenbeiniges Kind, trä¶afe zu. Doch hÄ¶ngt Gelenkigkeit und Geschick nun einmal nicht vom Leibesumfang ab, sondern von ganz anderen Faktoren.

In meinem Fall fÄ¶hrt die gesamte AS/ADS-Symptomatik zu einem zu schwachen Muskeltonus und allgemeiner motorischer Ungeschicklichkeit. Oder kurz, wie man das damals nannte, unsportlich und trä¶age.

Alleine schon der familiÄ¶re Zwang zum 'Spaziergehen'. Nicht nur, das ich in der gleichen Zeit lieber mit mir alleine gewesen wÄ¶re, statt mit einer Horde Verwandten die Stille des Waldes rÄ¶de zu zertrampeln... Nein auch besorgte mir ein solcher Spaziergang nicht das dabei angeblich aufkommende Wohlfuehl.. ich fÄ¶hlte mich hinterher nur erschÄ¶pft und zerschlagen.

Wie man sich eben fÄ¶hlt wenn der KÄ¶rper alle mÄ¶glichen Bewegungen macht, die nicht primÄ¶r zu der TÄ¶tigkeit des Laufes gehÄ¶ren, sich aber auch weigert diese einer bewussten Kontrolle zu unterwerfen.

Radfahren war da schon viel besser. Aber auch hier wurde der SpaÄ¶ durch Leistungsdruck von auÄ¶en getrÄ¶bt. War es wirklich so schlimm Berge nicht zu schaffen weil die Kraft dabei quasi aus mir herausfloÄ¶?

Beim Schwimmen war ich in meinem Element. Ich schwamm, kraulte, tauchte wie ein Fisch. Auch wenn ich den Freischwimmer nur mit Ach und Krach und viel spÄ¶ter als meine Altersgenossen schaffte. Ist es denn essentiell von etwas herunterspringen zu kÄ¶nnen?

Das einzig StÄ¶rende an dieser Art der Bewegung war, dass sie sich lediglich auf die Sommermonate beschrÄ¶nkte, denn das nÄ¶chste Hallenbad lag fÄ¶r einen regelmÄ¶ßigen oder gar tÄ¶glichen Besuch definitiv ausser Reichweite.

Und ein gerammelt volles Schwimmbad, in dem nur ein verschwindend geringer Teil der Anwesenden mit dem Ziel anwesend war zu schwimmen. Viele kleine kreischende Jungs die allen auf den Nerv gingen waren eben deswegen dort: Zu kreischen, sich gegenseitig zu beweisen wer die groesste Arschbombe hinlegen konnte und anderen auf den Nerv zu fallen. Vor allem die weiblichen Anwesenden waren dort um mit der minimalen Stoffbedeckung den maximalen Eindruck beim anderen Geschlecht zu schinden.

Dazwischen war ich, mit meinem Sportbadeanzug von Adidas - ich kaufte jedes zweite Jahr das gleiche Exemplar, das ich daher in verschiedenen (nicht schrillen) Farben besass - irgendwie fehl am Platz.

Und trotz all meiner Versuche mich irgendwie in diese Gesellschaft zu integrieren, blieb ich, nach wie vor, ein FremdkÄ¶rper.

Doch zurück zur Hälfte Schulsport.

Nun war ich also, als bewegungs-minderbegabter Schüler, gezwungen jede Woche anzutreten um mich maximal demütigen zu lassen. Sei es, das ich immer die Letzte war, die in eine Mannschaft gewählt wurde. Sei es, das ich bei den Bundesjugendspielen um die 50m Bahn nicht alleine zu laufen, einen älteren Schüler zur Seite gestellt bekam, der danach vollmundig verkündete das es für ihn nicht mehr als ein lockerer Dauerlauf war, während ich selbst mit Höchstgeschwindigkeit über die Aschenbahn keuchte oder das die halbe Klasse, samt Klassenlehrerin um mich herumstanden und versuchten mich zum finalen Sprung über den oberen Barrenholm zu bringen, der nach dem Lehrplan absolviert werden mußte.

Trotz aller Versuche über die eigene Ungelenkigkeit und den Mangel an Körperbeherrschung hinwegzukommen, lagen die Noten jedes Mal von Neuem im Vierer oder Fünfer-Bereich

War ich stolz endlich den geforderten Sprung über den Bock geschafft zu haben, wurde mir gesagt das es doch nicht für eine Vier reicht, weil ich den Sprung im letzten Jahr hätte schaffen müssen und die Bewertungs-Latte in diesem Jahr wieder ein Stück höher lag.

Bedenkt man nun die Entwicklungsverzögerung beim Asperger-Syndrom und bei ADS, wird noch klarer: Hier wird nicht die Leistung benotet, sondern der Entwicklungsstand eines Kindes und Jugendlichen. Entspricht dieser nicht dem Standard, wird abgestraft. Bemühen oder eine tatsächliche Entwicklung - schließlich war ich jedes Jahr auf dem Stand des Restes meiner Klasse im Jahr zuvor - spielte keine Rolle, sondern nur der Notenschlüssel nach gültiger schulamtlicher Vorgabe.

Von daher: Lasst bitte endlich die Benotung weg und wenn schon Sportzwang, dann lasst die Kids wenigstens Spaß daran haben.

Geschrieben von Mela in Schule und Anderssein um 15:46

also was jetzt ads genau mit deiner unsportlichkeit zu tun hat versteh ich nicht.. meine kleine schwester.. dann gross.. etwas ungenau aber nicht unsportlich... hat auch ads.. ich weiss durchaus das ads von person zu person unterschiedlich aussieht (ich hab auch in einer schwachen version und bin zwar nicht sportlich was sich allerdings auf ballsportarten beschränkt)... vielleicht könntest mir erklären wie ads und unsportlichkeit zusammenhängen.. mal davon abgesehen bin ich ganz deiner meinung was den schulsport angeht.. die benotung gehört abgeschafft!!
Anonym am Dez 20 2004, 15:56

Hallo sassenach,

sie hängt mehr mit der AS-Symptomatik zusammen als mit ADS, wobei hypoaktive ADSler da oft so ein Zwischending sind.

Das es nicht zwingend etwas mit ADS an sich zu tun haben muß, ist mir klar. Gerade unter Spitzensportlern dürfte man nicht wenige hyperaktive ADSler finden. Von einige weiß man es auch wie zum Beispiel dem Skispringer Matti Nykänen.

Asperger-Betroffene sind aber überwiegend mit größter körperlicher Ungeschicklichkeit gesegnet. Und auch bei ADS findest du immer wieder die 'ungeschickten Kinder', die gerade in der Fein- oder Graphomotorik große Probleme haben.
Anonym am Dez 20 2004, 16:03

Bundesjugendspiele... alljährlich wiederkehrender Alptraum meiner Schulzeit... seufz Ort und Zeit einer finalen Demütigung. Sportunterricht war fast immer eine Qual, nicht nur wegen der Benotung, sondern auch weil die Sportartenauswahl extrem eingeschränkt war. In der Oberstufe gabs immerhin Schwimmen (wo 90 % der Anwesenden Cracks aus dem Leistungsschwimmzentrum waren...)

Ich denke auch dass Bewegung und Bewegungserziehung sinnvoll sind, die Benotung oder das zwanghafte Erlernen bestimmter Techniken für spezielle Sportarten auf Teufel komm raus ist aber Unfug. Damit motiviert man gerade die, die davon am meisten profitieren würden (von der Bewegung) am wenigsten, weil sie immer nur hinterherhecheln. Weil sie den Aufschwung am Reck bei ihren körperlichen Möglichkeiten auch in 70 Jahren nicht hinbekommen. Weil die Natur sie mit einer Grundschnelligkeit ausgestattet hat, die nicht in den Prüflisten der BJS auftaucht. Weil sie besser denken als rennen können.

Die Bewegung hat bei uns nur den Status eines abprüfbareren Lernfaches (kann Schüler A Leistung in Sportart B laut Katalog C erbringen). Sport als Fachthema gehört imho in AGs, in denen die, die etwas besonders gut können, das trainieren können und dann dafür auch gern Noten bekommen dürfen - im Sinne eines Wahlfaches. Bewegung dagegen gehört in den Lebensgesamtszusammenhang - und da gehen auch keine 45 oder 90 Minuten pro Woche die irgendwo dazwischen gequetscht werden und nur für Zusatzstress (hinrennen umziehen Sport machen umziehen zurückrennen) sorgen.

Und dafür braucht es auch Pädagogen (sic), die nicht nur als Sportstars von der Sporthochschule kommen, sondern eben auch mit wenig begabten oder körperlich eingeschränkten Schülern umgehen und auch für diese ein interessantes Programm gestalten können. Ich kann mich erinnern, ein einziges Mal in meiner Schulzeit eine Lehrerin gehabt zu haben, die denen, die

langsam und evtl. Ã¼bergewichtig waren, auch fÃ¼r 'schlechte' Leistungen gute Noten vergab, weil diese sich dafÃ¼r nÃ¤hmlich genauso wenn nicht mehr angestrengt hatten wie die, die leichtfÃ¼ssig die 1000 Meter liefen. Leider war das ein Einzelfall...
Anonym am Dez 20 2004, 16:17

Ich kann das 100% verstehen. Der einzige Sport, den ich wirklich gut konnte, war schwimmen. Und das ziemlich gut. War ich deswegen nur die "drei" wert? Meiner Erinnerung nach waren die Noten ohnehin immer eher Verhandlungssache als irgendwie rational. Zumindest unsere FÃ;higkeiten im Karate, im Tanzen und in der Gymnastik haben nie was gezÃ;hlt. Ist das etwa kein Sport?? Wir durften uns immerhin dem allgemeinen bÃ;nderruinierenden AufwÃ;rtraining entziehen und uns "sinnvoll" aufwÃ;remn.

Als ich mir in der 12. dann wirklich auch das erste mal das Schwimmen benoten lassen durfte, hab ich mir nen SpaÃ; daraus gemacht, deg im Abi glatt abzurechnen -- ich hatte einige "gleichwertige" Kurse Ã;brig. Das war mein symbolisch erhobener Mittelfinger fÃ¼r 8 Jahre schlechte Noten.
Anonym am Dez 21 2004, 10:02

"I once had a class in which there were two Dianas (including me), two Dianas, a Deena, a Dana and a Diandra, out of a class of 30. Seeing as this was gym class, though, I loved it, because it made it hard to keep track of us, so I could disappear for an hour and avoid yet another lifeless game of softball without getting in trouble."
<http://www.notwithoutmyhandbag.com/babynames/9.html>
Anonym am Jan 4 2005, 15:41

Der Schulsport hat mir lange jede sportliche BetÃ;tigung verleidet. Als ich Jahre spÃ;ter in ein Fitness-Centre ging, hatte ich erstmals Spass am Sport -- keine blÃ;nden Noten, kein blÃ;nder Wettkampf, nur mein KÃ;rper. SchÃ;n. Manchmal habe ich folgerichtig Spass daran, mir kooperativen, nicht kompetitiven Schulsport vorzustellen. Dann wird mir ganz warm um's Herz. :) Andererseits wÃ;re dies kein ENFP-Beitrag ohne ausgewogene Betrachtung -- einerseits, andererseits. Sicher, ich fand Schulsport auch -- gerade in den "mittleren Jahren", nach der Grundschule, vor der Oberstufe -- ziemlich grausig. Andererseits hatte ich damit ein Fach, in dem ich trotz guter Figur keine solche machte. Die Fraktion "sportlich, aber doof" hatte dagegen ein ganzes Dutzend FÃ;cher, in dem sie gedemÃ;tigt wurde. Da will ich doch G-tt auf Knien danken, dass ich eher geistig behende war und so nur einmal in der Woche ungelenk wirkte, und nicht jeden Tag.
Anonym am Jan 4 2005, 16:05

Hallo! ich habe das gesamte Internet durchsucht, um etwas zu diesem Thema zu finden.

Hier unsere Homepage!

<http://www.Anti-Sportzwang.ixy.de>

Wir wollen gleichgesinnte mobilisieren
Anonym am Mai 28 2005, 21:04

Ja, auch ich bin kein ADSler und war trotzdem im wesentlichen auf die 4 gebucht im Sport. Nur dass ich die "2*1000 Volt in den Armen aber oben brennt das Licht nicht Fraktion" nicht so gepiesackt habe wie die mich.

Was wichtig ist bei der Beurteilung: In der Entwicklungsgeschichte des Menschen war Sportlichkeit wichtig, weil man trotz einfachem Werkzeuggebrauch immer noch jede Menge davon braucht um das Mamut zu jagen oder vor dem Tiger wegzurennen. Aber heute ist die wichtigste Ressource fÃ¼r das tÃ;gliche Leben das Hirn, und der KÃ;rper muss genau so fit sein, dass er es gut tragen kann. Sport schadet also nicht, Spitzensport ist aber kein zeitfÃ;hrender Faktor fÃ¼r das Ã;berleben mehr, Spitzendenken schon.
Anonym am Jul 4 2005, 10:51

FÃ¼r mich als "Turnbeutelvergesser" war schon der Weg hin zur Schulturnhalle und wieder zurÃ;ck eigentlich ein Horror, und die Umkleidekabinen erst...

Freies beliebiges und teils handfestes Mobbung, ohne jede Hilfe und ohne FluchtmÃ;glichkeit. Also kam ich oft schon "fix und fertig" in die Halle rein und meine mangelnde kÃ;rperliche StÃ;rke, Geschicklichkeit, Entwicklungsstand oder was immer mir da mangelte machte es natÃ;rlich nicht besser.

Die Benotung war fÃ¼r mich da eher das kleinere Problem, die war mir ziemlich wurscht, ich war meist froh es irgendwie zu Ã;berleben. Meine Zeugnisse haben damals eh kaum jemanden interessiert.

LG SherlockK
Anonym am Jul 4 2005, 13:01

Ja, die Begeisterung fÃ¼r die kÃ;rperliche BetÃ;tigung bleibt beim Schulsport auf der Strecke. Das gilt fÃ¼r dicke Kinder ebenso, wie fÃ¼r normalgewichtige unsportliche Kinder (ich war nie dick und mein BMI lag und liegt immer im mittleren Normalbereich).

Als Kind war ich extrem ungelenk und die Ã;bungszeit, die fÃ¼r das Erlernen einer bestimmten Ã;bung, sei es Barren, Reck, Seil klettern, Weitwurf oder sonstwas vorgesehen war, hat bei weitem nicht ausgereicht, daÃ; ich auch nur die erforderlichen BewegungsablÃ;ufe verinnerlichen konnte. Selbst die allwÃ;hentliche abendliche Marter beim Kinderturnen hat daran nicht viel Ã;ndern kÃ;nnen.

Als junge Erwachsene hingegen konnte ich mir meine Sportarten aussuchen und ich wÃ;hlte damals Kung-Fu. Zum einen fand ich es als Frau sinnvoll, zum anderen muÃ; man das nicht als Gruppe praktizieren und hat immer nur einen Partner, auf den man sich einstellen muÃ;. Der Trainer lieÃ; uns selbst entscheiden, wann wir fÃ¼r die nÃ;chste PrÃ;fung fit waren und das war himmlisch. Sport begann, SpaÃ; zu machen!

Später kamen dann noch Sportarten wie Rudern (Skiff), Badminton, Jiu-Jitsu und Tai Chi dazu, an denen ich Freude hatte und inzwischen empfinde ich auch Laufen/Joggen (früher war das der Horror, ich war immer die Letzte) als eine angenehme, entspannende Sportart.

Wohingegen Mannschaftssportarten, in denen man mit mehreren anderen Teamkollegen koordiniert agieren muß, immer noch viel zu anstrengend (mental) sind.

Vermutlich hätte ich schon viel früher eine passende Sportart gefunden, wenn ich nicht als Kind immer nur die gewöhnlichen und komparativen Seiten des Schulsports erlebt hätte.

Genau wie Kunst und Musik kann man Sport eigentlich nur schwer bewerten ohne die unbegabteren Schüler damit zu demotivieren. Es sei denn, man beginnt endlich damit, nicht die reine objektive Leistung, sondern das Bemühen darum und/oder den theoretischen Teil zu benoten.

Sibylle
Anonym am Dez 3 2005, 14:56

schiefgrins in gewisser Weise tun sie das ja: "Na ich geb dir noch eine Vier. Aber nur weil du dich angestrengt hast.."
Anonym am Dez 3 2005, 15:05

Jaja, der liebe Schulsport. Die meisten Sportlehrer sind IMHO (verkappte) Sadisten und Kinder sind in deren Augen eh das Allerletzte. Ich gehörte immer in die Kategorie "dickes Kind" und sicher hätte mir Sport gut getan, aber die Art und Weise wie man an den Sport herangeführt wurde, war ausschließlich dazu geeignet, jegliche Motivation und Freude daran auszutreiben. (zB beim Völkerball der Arsch zu sein, der die Bälle abkrjegt und der Lehrer findet's lustig oder beim Laufen der Depp zu sein, der hinterherkeucht und dann noch "Lauf ned so lahm!" zugebracht zu kriegen.) Das einzige was hier trainiert wird, ist der Erfindungsreichtum bei Ausreden und sobald frau die Periode hatte, gab zumindest einmal im Monat einen Grund auf der Bank zu hocken. Die meisten Sportlehrer hassen Übergewichtige Kinder auch und behandeln sie entsprechend, damit sie nicht aus Versehen doch Spass an körperlicher Betätigung finden. Wandertage in der Schule waren auch die Höhe. Ich habe immer gehofft, an dem Tag krank zu sein. Leider war ich das nie. Wenn einem tatsächlich irgendetwas weh tat, wurde es einem ohnehin nicht geglaubt. "Du willst dich ja nur drücken!"
Es ist schon komisch: Statt unsportlichen Kindern entsprechende Aufgaben zu geben wie sie für ihre Verhältnisse Sport sinnvoll betreiben können und zB Gewicht ab- und Kondition aufbauen können u/o mehr Geschicklichkeit bekommen, werden sie lehrplangerecht gezwungen mit den Cracks mitzuhalten, werden an diesen gemessen und können nur verlieren.
Anonym am Jan 22 2006, 14:23

Der Beitrag spricht mir aus der Seele... Morgen wieder das erste Mal Sport für dieses Jahr beim gefürchtetsten aller Lehrer, mit suäyer Sportschulern und mittendrin mir. Mittlerweile fange ich mir schon Verletzungen zu um nicht mehr teilnehmen zu müssen aber nach ner Zeit muss man ja doch wieder dazu...
Anonym am Sep 4 2006, 21:15

Wahnsinn, wo soll das Ganze aufhören? sollen wir auch Mathe, Chemie oder Englisch abschaffen? Denn aufgrund der Begründung die hier zur Abschaffung des Schulsports herangezogen wird, könnten man auch Englisch abschaffen, da es immer Kinder gibt, die sich sprachlich erst sehr viel später entwickeln als andere. Oder Kinder die von Hause aus Probleme mit Naturwissenschaften haben könnten darauf pochen, auch in diesen Fächern die Noten abzuschaffen.
Jeder Mensch hat Stärken und Schwächen, aber nur weil einige den Schulsport als Höhe empfinden, kann man ihn nicht verteufeln. Andere empfinden vielleicht genauso bei Mathe?!! Die Abschaffung der Noten wäre nur ein weiterer Schritt dazu, den Schulsport an Bedeutung zu nehmen und in Betracht der Problematik dass die Menschen immer dicker werden ist dies mit Sicherheit der falsche Weg. Umgekehrt müsste es vielmehr mindestens 3 Std Sport die Woche geben. Natürlich, und da stimme ich dir zu, muss der Lehrer motivieren können und muss für den anstatt bloß zustellen, um "Häufigkeiten" zu vermeiden, aber eine Abschaffung des Sports wäre katastrophal und völlig kontraproduktiv.
Anonym am Jan 22 2008, 15:25

Tut mir leid, aber ist es nicht auch manchmal schön zu sagen, Gottseidank ist die ganze Scheiße jetzt vorbei? Es gibt auch Asperger, die haben gravierendere Probleme wie Posttraumatisches Stresssyndrom, durch die sie wirklich sozial behindert werden. Der Schulsportunterricht berührt dich doch jetzt nicht mehr, oder gehst du noch zur Schule? Du kannst höchstens versuchen, dass Asperger-*Kinder* vom Sportunterricht befreit werden.
Anonym am Mär 15 2008, 12:42

Der Beitrag spricht mir aus der Seele - ging es mir doch - als selbst AS-Fall - im Schulsport genauso. Besonders die anderen Mitschüler, die immer so sehr ballspielgeil waren, war das schlimme, bei den Lehrern kann ich (ab Kl. 5) mich nicht beschweren, obwohl ich lautstark schon immer meine Meinung vertreten habe, waren sie sehr einsichtig und ich habe für die Bemühung oft noch eine 3 bekommen, wo es eher eine 4 gewesen wäre.

"Sport ist wichtig, dass man nicht zu fett wird", hört man immer, auch: "Bewegung ist wichtig" und "Das Öffnen neuer Horizonte". Ja, ich treibe jetzt Sport. Nicht viel, aber habe ich früher noch den ganzen Tag am Rechner gesessen, habe ich vor 7 Jahren einen Tauchschein gemacht, und meine Vorliebe für Spätybäder zähle ich auch mal dazu - wo Wasserrutschen-Rutschen mittlerweile als Sportart anerkannt ist. Aber diese Sportarten habe ich erst aus eigenem Antrieb heraus entdeckt.

@jacob: Naturwissenschaften, Sprache und Mathematik hat ein weit geringeres Talentpotential als Sport, Musik oder Kunst. In deinen genannten Fächern kann man durch konsequentes Lernen mindestens befriedigende Leistungen erzielen, was beim Sport so nicht immer möglich ist - denn Sport "lernen" kostet Zeit. Und wenn man nach der 7. oder 8. Stunde aus der Schule kommt, Mittag isst und dann vielleicht schon 15 Uhr ist, ist es nach erledigten Hausaufgaben und Lernarbeit meistens schon 17-18 Uhr, wenn man das ernst nimmt. Dann finde du mal ein Team, das mit dir dann noch Volleyball trainiert (als Bsp), wenn du absolut unfähig bist. Auch hast du dann gleich gar keine Freizeit mehr. Freizeit ist jedoch besonders im Schüleralter wichtig und trägt zur Persönlichkeitsentfaltung bei. Sonst verfallt man wirklich in ein "Für die Schule lernen".

HÄllensituationen kann ein Lehrer im Sport nicht vermeiden, dafür müsste man die Menschen ändern. Wer den Ball nicht kriegt, weil er nicht schnell genug ist (und sei es, sich beim Volleyball auch mal voll auf die Schulter zu schmeißen, was ich nie eingesehen habe - ich hätte mich dabei bestimmt verletzt, so unsportlich wie ich bin), und das immer und immer wieder, ist eben unten durch, dass derjenige vielleicht eine Leuchte in Naturwissenschaften ist, interessiert nicht, denn das ist ja "uncool". Sportunterricht sollte schon bleiben, allerdings finde ich, er sollte getrennt werden - einmal für die, die Leistungen bewertet haben möchten, und einmal für den Rest. Dann sind die "Rest-Sportler" zwar auch "unten durch" bei den "Leistungssportlern", aber sie können unter sich neue Gruppierungen aufbauen, wo es vielleicht auf andere Werte ankommt. Auch kann man bei diesem "Restsport" einfach alternative körperliche Erleichterungen machen.

Ich erwählte oben das Tauchen, da könnte man - befindet sich ein Baggersee in der Nähe - sich mit einer Tauchschule absprechen und einen OWD anbieten, der während der Schulstunden abgehalten wird. Das kostet sicherlich einiges Geld, aber andere Schulen bieten auch Skiurlaube im Winterhalbjahr an, die sicherlich teurer sind. Außerdem kann parallel dazu z.B. auch wandern, Rad fahren, Frisbee, Hackysack, Inliner/Skateboard fahren etc. etc. - es gibt so viel körperliche Erleichterung, die man ohne Bewertung im Rahmen des Sportunterrichts machen kann.

Um nochmal aufs Übergewicht zurück zu kommen - ich sage es ganz knallhart, aber das ist Evolution. Evolution bedeutet nicht nur, dass sich der Mensch neue Dinge aneignet, sondern auch alte, nicht mehr benötigte, über Bord wirft. Und wenn die Menschen in 100 Jahren nur noch dicke Fleischklumpen mit ein paar Beinstummeln sind, dann ist das für uns eine nicht ganz so tolle Aussicht, aber wir sehen auch nicht mehr aus wie ein Australopithecus, und aus den Dinosauriern haben sich auch die Vögel entwickelt.

Oder kannst du noch mit dem Faustkeil auf die Jagd gehen und einen Fuchs erlegen?

Anonym am März 17 2008, 18:37

Das Problem mit der Hölle Schulsport kenne ich leider nur zu gut. Das Meiste, was in dem Text beschrieben wurde habe ich so ähnlich auch erlebt. Ich hatte sogar mal eine 6 in Sport (als einziger in der Klasse). Später musste ich sogar in eine Sportförderung. (Was ich immer noch für sinnlos halte. In anderen, viel sinnvollerem Sachen war ich extrem gut und ich hab mich mit 10 Jahren schon stark für solche Dinge wie Informatik, moderne Geschichte und Politik interessiert, aber darin musste ich ja nicht gefördert werden, sondern in Sport. Bei meinem Interesse an Informatik wurde ich in der Mittelstufe eher behindert als gefördert.) Später, in der Oberstufe wollte ich eigentlich Sport abwählen. Dies durfte ich aber nicht und musste stattdessen Kunst abwählen. (Als ob dieses eine Schuljahr noch so viel an meiner schlechten Leistung ändern gekonnt hätte.)

Ich finde dieses Schulfach ja sowieso ziemlich sinnlos und verstehe nicht, warum dieses Fach bis zum Ende der 13 obligatorisch ist, man aber Informatik, Physik, Biologie und Chemie nicht bis zum Ende der 13 haben muss, denn ich denke, diese Fächer wären eigentlich viel sinnvoller als Sport. Das der Sportunterricht eine "Freude an der Bewegung" vermitteln würde, wie manche Pädagogen behaupten bezweifle ich auch stark, denn man kann doch das Interesse an Etwas nicht durch Zwang fördern. Jemand der keinen Spinat mag wird den auch nicht plötzlich mögen, nur weil man ihn mehrere Jahre dazu zwingt, ihn zu essen. Ich bezweifle auch, dass der Schlankheit durch den Sportunterricht übermäßig gefördert wird, denn bei uns blieben während der Schulzeit die Übergewichtigen Kinder das auch und wurden nicht besonders schlanker.

Mittlerweile studiere ich und habe endlich keinen Sportunterricht mehr, worüber ich natürlich heilfroh bin. Mittlerweile ist es mir auch egal, ob ich in Sport gut bin oder nicht, denn ich hab andere Fähigkeiten, die mir auch eigentlich viel nützlicher sind.

Mit freundlichen Grüßen,

SSJKamui

Anonym am Okt 2 2008, 14:30

Ich finde mich in diesem Beitrag absolut wieder - habe weder Asperger noch ADS oder sonstwas, bin aber einfach grobmotorisch ungeschickt. Habe auch Spaß am Sport erst lange nach der Schulzeit entwickelt, ganz ohne Zwang und Demütigung. Und mich beschäftigt das Thema jetzt wieder, weil meinem Sohn (4) ein ähnliches Schicksal bevorsteht, er ist vermutlich Dyspraktiker. Und ja: Es besteht ein Unterschied zu anderen Fächern, alleine schon, was die Bedeutung in der Gruppe angeht. Schlecht in Mathe oder Englisch zu sein ist nie so peinlich wie schlecht in Sport zu sein. Nichts ist vergleichbar mit dem beschriebenen Scheißgefühl, bei der Mannschaftswahl als letzter auf der Bank zu sitzen.

Anonym am Feb 1 2009, 22:26

Auch ich habe alle diese geschilderten sportlichen Negativerlebnisse während meiner Schullaufbahn gehabt. Nun habe ich selbst eine Tochter und auch diese wird im Sport regelmäßig demotiviert! Sie ist sehr schlank, aber schon immer etwas ungeschickt und motorisch untalentierte. Leider sehe ich an unserer Grundschule auch die Tendenz der Lehrerin, da es offensichtlich für alles eine Ausrede gibt (Legasthenie, Dyskalkulie) - nur unsportliches Verhalten ist nicht zu tollerieren! Da wird bei der Zeugnisbesprechung nicht die 1 in Mathe positiv hervorgehoben, sondern auf der 3 in Sport herumgehackt und ich unfähige Mutter werde angewiesen, meine Tochter gefälligst sportlich zu machen. Nur leider erreicht man mit Zwang bei meiner Tochter genau das Gegenteil. Diese merkwürdige Art der Beurteilung treibt an unserer Schule solch Blöden, da Kinder mit bescheinigter Legasthenie die im Diktat 5er schreiben im Zeugnis mit einer 2 belohnt werden. Schließlich sollen diese armen Kinder nicht demotiviert werden. Meine Tochter steht in allen Fächern außer Sport auf 1 oder 2. Für Unsportlichkeit gibt es noch keine "anerkannte Krankheit". Deswegen besteht wohl auch kein Förderbedarf. Resultat dieser tollen Notbesprechung in Anwesenheit meiner Tochter: Sie fällt sich als totaler Looser, der nichts kann!

Danke auch dem hessischen Schulsystem! Auch zum Thema wie wichtig der Schulsport für die Zukunft ist, kann ich nur sagen, ich habe den Schulsport wie bereits erwähnt auch immer gehaßt. Ich bin deswegen trotzdem weder dick noch unsportlich geworden. Heute gehe ich begeistert joggen und mache Yoga. Ich bin schlank und fühle mich rundherum wohl in meinem Körper. Ist es nicht das worauf es tatsächlich ankommt?

Anonym am Feb 9 2009, 09:17

Hallo Mela

Ich habe den Schulsport zwar schon vor einiger Zeit "überlebt", aber auch ich erinnere mich noch mit Horror daran und bin doch froh, endlich mal von Personen zu lesen, denen es ähnlich ging. Ich habe definitiv kein Asperger-Syndrom, bei ADS bin ich mir nicht so sicher - diagnostiziert wurde diese bei mir nie, allerdings hatte ich selbst das Gefühl, dies könnte die Ursache meiner sportlichen "Begabung" sein. Den 60-Meter-Lauf und Ähnliches fand ich ja noch harmlos, absolute Albträume dagegen IMO: Geraeteturnen und Volleyball. Obwohl ich ansonsten keine Höhenangst habe, diese Übungen auf dem Schwebebalken waren fuer mich der Horror, ich wurde irrl zappelig und habe jedes Mal, natuerlich, grandios versagt. Fuer Volleyball fehlt mir schlicht und einfach die

Motorik, und, mal ehrlich, ein bloederes Spiel haette man auch nicht erfinden koennen, oder? Kopf- und Handstaende bekomme ich bis heute nicht richtig hin - und der Bocksprung bei der Sportabschlusspruefung, oh je. Das war wahrscheinlich der peinlichste Moment meiner Schullaufbahn. Verwunderlicherweise habe ich dann doch eine 3 als Endnote, zwischendurch sah es aber einige Male nicht so toll aus. Der schlimmste Sportunterricht stand mir aber damals erst noch bevor, denn in der Berufsschule haben wir in ca. 90 % der Stunden Volleyball gespielt. Das Glueck, schwimmen gehen zu duerfen hatte ich dagegen nie. Auch ich bin weder dick noch ungelenkgig, wohl aber sehr ungeschickt und noch dazu keine schnelle Laeuferin, und diese Kombination macht sich im Schulsport nun einmal gar nicht gut.

Ich hatte deshalb waehrend dieser Zeit auch einige Minderwertigkeitskomplexe, d. h., eigentlich nur, wenn es denn wirklich zum Schulsport ging. Klar, ich habe mich fuer meine "Bloedheit" gehasst, aber ich kam nie an den Punkt, wo ich mir dachte, deshalb wertlos zu sein. Da es genug Andere gab, die aber genau so dachten, musste ich mir dieses Selbstbewusstsein doch recht hart erarbeiten. Inzwischen bin ich froh, dass ich dazu faehig war - lasst euch um Himmels Willen nicht einreden, ihr waert dumm, nur weil ihr nicht sportlich seid! Mich regt das auf, da sehe ich kleine Schuelerinnen, die immer mehr zu grauen Maeusen werden, nur weil sie wegen ihrer motorischen Faehigkeiten gehaenselt werden! Ich glaube, fuer Jungen ist das sogar noch schwieriger, in meinen frueheren Klassen wurden ja schon die etwas Unsportlicheren als Memmen verspottet.

Ich habe noch eine schoene Geschichte bezueglich eines "Tests", den wir damals alle im Kindergarten ablegen sollten - es ging wohl um einen Zusammenhang von Gleichgewichtssinn und Leistungen in "klassischen" Schulfachern wie Mathe, Sprachen, etc. Ueber diese Demuetigung, so laecherlich es klingt, bin ich heute noch nicht hinweg. Da ich beim Auf-einem-Bein-huepfen eher zappelig wirkte - mein Gleichgewichtssinn hat sich im Laufe der Jahre aber verbessert - bekam meine Mutter eine Mischung aus Warnung und Pseudo-Mitleid um die Ohren geschlagen. Es wurde erwaehnt, ich wuerde wohl eine extrem langsame (nicht nur auf Sport bezogen, auch langsamer Denker, Problemschuelerin) Schuelerin werden, wohl au oefter Eigentum irgendwo liegen lassen usw. - am liebsten haetten sie mich wohl schon vor der Einschulung in einen Foerdereverein fuer jedes denkbare Fach gesteckt. Ich meine, WTF? Zu dem Zeitpunkt hatte ich eine Schule noch nicht mal von innen gesehen. Ich habe diese "intelligenten" Schnepfen nie wieder gesehen, aber ich haette nicht uebel Lust dazu. Dank meines "langsamen Denkens" konnte ich mir naemlich bald erlauben, Hausaufgaben auf die letzte Minute zu machen und angekuendigte Tests ganz zu ignorieren.

Ich habe gerade den Beitrag von Claudia gelesen, ihre Tochter soll sich bloss nicht durch solche Kommentare heruntermachen lassen!

LG

Anonym am Jun 4 2009, 02:28

Der Schulsport. Zum GlA¼ck gibt es ihn auf meiner Schule nur bis zur 9. Klasse, denn es war der Anfang meines GlA¼cks. Ich habe Asperger, aber weiAY dies erst seit wenigen Monaten (ich bin 18) und der Schulsport hat mein Leben durcheinander gebracht. Im Gegensatz zu einigen anderen hier habe ich naemlich A¼berhaupt kein Selbstbewusstsein. Dazu kam, dass ich schon immer gemerkt habe, dass ich anders bin und das Verhalten anderer Menschen (besonders Gleichaltriger) hA¼chst seltsam fand. So kam es, dass ich in der 7. Klasse nach und nach eine solche Angst vorm Sportunterricht hatte (hier ging es um Leistung und Teamfaehigkeit und ich konnte nicht still dasitzen und einfach nur zuhauepfen, wie in jedem anderen Fach), dass ich anfang, Sport zu schwAenzen. Erst blieb ich im Umkleideraum oder erfand Krankheiten, dann ging ich an den Tagen, wenn Sport auf dem Stundenplan stand gar nicht mehr zur Schule. Sport A¼berforderte mich total... Ich stand beim Basketball und Hockey nur auf dem Feld rum und wusste nicht, was ich tun sollte und bei Leichtathletik hatte ich Angst total zu versagen oder mal wieder viel zu anders als die anderen zu sein.

Mit Sport fing es also an, dann hatte ich Angst vor der gesamten Schule. Mein Selbstvertrauen war so am Tiefpunkt angekommen, ich schaffte nichts mehr. Ich bekam Panikattacken, Depressionen... und da ich niemandem sagen konnte, was ich habe, da ich von meinem eigenen Verhalten so verwirrt war, bekam ich A¼rger mit meinen Eltern und ich war ganz alleine. Ich begann sogar, mich selbst zu verletzen, so verzweifelt war ich...

Doch ich werde nie den Tag vergessen, als es alles aus mir raus brach. Meine Mutter kam zu mir ins Zimmer und ich saAY mal wieder seit Stunden auf dem Boden und wusste nicht, was ich tun sollte. Sie setzte sich zu mir und ich fing an zu erzA¼hlen. Ich weinte und hA¼rte mindestens eine Stunde lang nicht mehr auf zu reden.

Ich bekam Therapie und bald kam auch der erste Klinikaufenthalt in einer Kinder- und Jugendpsychiatrie. Meine alte Schule konnte ich jedoch danach weiterhin vergessen. Wie waerden die anderen reagieren, wenn ich plA¼tzlich so anders bin? Das traute ich mich nicht. Wieder verfiel ich in Depressionen und meine Eltern bekamen zum ersten Mal mit, dass ich mich selbst verletze.

Also ein weiterer Aufenthalt in der Klinik. Doch glaubt nicht, dass es schlimm war fA¼r mich. Einmal angekommen waren es die schA¼nsten (insgesamt) 7 Monate meines Lebens. Das erste Mal war ich keine AuAYenseiterin, ich wurde verstanden, ich wurde gemocht so wie ich bin und auch meine Staerken wurden endlich mal wieder sichtbar.

Doch es hieAY immer nur, ich habe eine soziale Phobie. Niemand dachte daran, dass die Ursache eine andere ist.

Dann kam ich auf ein Internat, das auf Musik und Kunst spezialisiert ist und es waer sicherlich gut gewesen, wenn die Betreuer Ahnung von meinen Problemen gehabt haetten. So kam ich nach einem halben Jahr wieder nach Hause.

Eine Wohngruppe fA¼r psychisch Kranke stand als naechstes auf dem Plan. Doch statt mir zu helfen, wurde ich fA¼r Panikattacken bestraft und musste auf ein normales Gymnasium gehen. Mehr kann ich A¼ber diese WG nicht erzA¼hlen, aber es steht fest, dass das mit die schrecklichste Zeit meines Lebens war. Verbot sozialer Kontakte, wenn ich nicht in der Schule war. Und das, wo ich doch genau das lernen musste: Umgang mit anderen Menschen. Alles einfach nur kontraproduktiv!

Dank eines unglaublich wunderbaren Zufalls erfuhren wir von meiner jetzigen Schule. Eine Privatschule mit lauter ADSlern, Aspies und anderen Problemenschen. Aufgeteilt in Intensiv- und Normalbeschulung. HA¼chstens 8 Leute in einer Klasse und bei Bedarf gibt es einen Psychologen und einen Sozialpaedagogen. Es wird auf die BedA¼rfnisse jedes einzelnen eingegangen und wenn man wirklich keine andere MAglichkeit hat als diese Schule (die A¼brigens auch Wohngruppen beinhaltet) wird es einem sogar vom Jugendamt bezahlt...

Ein Hoch auf diese Schule! Jetzt schaffe ich es sogar noch, Abi zu machen =)

Das war mein Lebenslauf ^^ Und alles fing mit dem Schulsport an...

(Laura)

Anonym am Nov 29 2009, 03:51