

# Pädagogische Probleme dazwischen

Autor(en): **Baltz, Eckart**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Maggingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule  
Maggingen mit Jugend + Sport**

Band (Jahr): **50 (1993)**

Heft 4

PDF erstellt am: **01.09.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-992572>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

## Gesundheit und Sport

# Pädagogische Probleme dazwischen

Eckart Balz

Der Text entstand auf der Grundlage eines Gastvortrags in der ESSM und eines Originalbeitrags für die Zeitschrift «Sportwissenschaft» (3, 92).

### **Bedeutet Sporttreiben auch Gesundheit? Der Zusammenhang ist nicht so eindeutig, wie viele glauben und ausserdem sehr komplex. Dies gilt vor allem auch für die oft geforderte ganzheitliche Gesundheitserziehung.**

«Isolde kneift mich in die Hüfte. Mit einem Zentimetermass und einer Umrechnungstabelle bestimmt sie den Fettanteil des Unterhautfettgewebes. «28,2 Prozent», kommentiert sie, «20 Prozent wären bei Ihrem Gewicht ideal!» Dass sie dabei lächelt, erleichtert mich ein wenig.»

Isolde ist Ernährungsberaterin und gehört zum «Long-Evity-Team» des Kurhotels «Josefinenhof» in Warmbad Villach in Kärnten. «Long-Evity», diese englische Wortkreation, bedeutet soviel wie Langlebigkeit und steht für ein Fitnessprogramm und eine Ernährungsweise, die einen Beitrag für ein gesundes und damit vielleicht auch längeres Leben leisten soll.

Nach einer Basisuntersuchung erhalten die Fitnessgäste ein individuelles Trainingsprogramm. Beratung und Be-

treuung leisten ein Sportlehrer, ein Sportwissenschaftler, ein Psychologe und die Ernährungsberaterin.

Der «Long-Evity-Tag» beginnt um acht Uhr mit dem «bewussten Erwachen». Dem noch verschlafenen Gast soll mit leichtem Gehen, mit Gymnastik und Atemübungen geholfen werden, sich schneller von der Nachtruhe auf die sportlichen Aktivitäten des Tages einzustellen. Nach dem Frühstück beginnt um neun Uhr das «Muskeltoning» im Kraftstudio. Nach kurzer Pause schliesst sich das Ausdauertraining «Cardio Fit» am Standfahrrad an. Sportlehrer Gernot händigt jedem aus der Gruppe ein Pulsmessgerät aus, damit die Teilnehmer ihre Trainingsherzfrequenz von 130 Schlägen pro Minute selbst kontrollieren können.

Höhepunkt und Abschluss des Vormittags ist «Aqua Gym», eine Wassergymnastik im dreissig Grad Celsius warmen Thermalbad. Hilde, eine 35jährige Verwaltungsangestellte aus Wien, schwimmt sofort ein paar Bahnen und lässt sich dann entspannt im Wasser treiben. Seit drei Jahren kommt sie regelmässig hierher, um das «Long-Evity-Programm» zu absolvieren. Seit her habe sie keine Probleme mehr, beim Bergwandern mit zwanzigjährigen Bur-schen mitzuhalten. «Ich fühle mich fit und gesund und frage mich, ob ich es schaffen werde, regelmässig weiterzumachen. Wer wird mich antreiben, wer mit mir durch den Park laufen?»

Soweit der Bericht von Peter Völkner (1990, 67) aus dem Fitnesshotel «Josefinenhof», wo man für knapp 3000 DM pro Person und Woche Aktivurlaub machen kann. Und dieses Angebot ist keineswegs eine Orchidee. Ausdauertraining auf Spiekeroog, Herbstwandern in den Alpen oder Gesundheitswochen an der Côte d'Azur gehören

schon wie selbstverständlich zur Palette besonders nachgefragter Reisen. Jedoch profitiert die Reisebranche nicht allein, auch die Freizeit-Sportartikel-industrie streicht mit dem Verkauf von Rennrädern, Laufschuhen, grellem Outfit, isotonischen Durstlöschern, rezeptartiger Literatur und anderem mehr satte Gewinne ein.

Auch Pharmafirmen werben mit Hochglanzbroschüren für Freizeitsport, geben Tips für Training, Ernährung und selbstverständlich für die richtige Behandlung von Sportverletzungen. Krankenkassen haben die präventive Bedeutung sportlicher Bewegung zur Kostendämpfung im Gesundheitswesen erkannt und starten gross angelegte Kampagnen, um weite Bevölkerungskreise zu aktivieren.

### **Gefahren der Instrumentalisierung**

Sehr häufig werden Sport und Gesundheit im selben Atemzug genannt. Sofern sich damit der Glaube verbindet, Sport sei per se gesund und zu einer gesundheitsbewussten Lebensweise gehörten unbedingt, ja zu allererst sportliche Aktivitäten, liegt dem eine recht naive Vorstellung zugrunde. Nur zu gut sind die gesundheitsschädlichen Wirkungen des Sports bekannt, und wir wissen auch, dass unsere Gesundheit durch eine Vielzahl anderer, häufig bedeutsamerer Lebensumstände bestimmt wird. Zudem setzen sportliche Aktivitäten, wie vor allem im Hochleistungssport oder in den Kampf- und Risikosportarten, schon ein «hohes Mass an Gesundheit voraus und werden bei mangelnder Eignung zur Bedrohung» (Kapustin 1985, 103). Wer in blauäugiger Weise einem Gesundheitssport das Wort redet, macht es sich zu einfach.

In einem enger gefassten sportlichen Handlungszusammenhang stehen ohnehin Aspekte von Leistung, Spannung und Wettkampf voran; Verletzungen und Missbefindlichkeiten werden häufig sogar bewusst in Kauf genommen. Versteht man Sport als ein freiwilliges, unproduktives und dennoch sinnvolles Tun, an dem unser Körper mit vielfältigen grossmotorischen Bewegungen entscheidend beteiligt ist, so wird Gesundheit zu einer möglichen Sinnperspektive, die sich dem einzel-

Eckart Balz ist Pädagoge in der Abteilung Sportwissenschaft der Universität Bielefeld (D) und vor allem bekannt durch zahlreiche Publikationen auf dem Gebiet der Gesundheitserziehung.

### **Preisausschreiben 1993 SWI/ESSM**

Zur Förderung von **wissenschaftlichen Arbeiten im Themenbereich Sport, Spiel und Bewegung** führt das Sportwissenschaftliche Institut (SWI) der Eidgenössischen Sportschule Magglingen (ESSM) im Jahre 1993 wieder ein **Preisausschreiben** durch. Es wird ein Preis von Fr. 6000.- verliehen.

Anmeldungen und nähere Auskünfte: Sportwissenschaftliches Institut (SWI/ESSM), «Preisausschreiben», 2532 Magglingen (Tel. 032 276 327).

nen erschliessen und für ihn bedeutsam werden kann – oder eben auch nicht. Einem potentiell vereinnahmenden, ausschliesslich zweckgerichteten und eindimensionalen Gesundheitssport ist jedoch aus sportpädagogischer Sicht nicht viel abzugewinnen.

Auch *Digel* (1987, 4–5) warnt mit Recht davor, dem Sport durch eine Inanspruchnahme für gesundheitspolitische Zwecke seine prinzipielle Offenheit und Irrationalität zu nehmen. Wenn man bedenke – so *Digel* – dass Gesundheit eine komplexe Qualität des Individuums im Zusammenspiel mit seiner Umwelt sei, müsse der Sport vielmehr von seiner Ersatzfunktion abrücken und gesundheitspolitisch für bessere Lebensbedingungen und gesündere Lebensstile umfassend in die Offensive gehen. Und wäre Sporttreiben dann auch einmal nicht vorrangig gesund, würde es deshalb noch längst nicht überflüssig.

Festzuhalten bleibt, dass die Instrumentalisierung des Sports für gesundheitliche Absichten früher und heute durchaus verbreitet scheint. Dem Sport erwächst daraus das Problem, ein Stück seiner Selbstgenügsamkeit einzubüssen und als Gebrauchsmittel zum Teil konsequent eingesetzt zu werden. Selbst wenn man die Chancen einer weitgehenden Zweckfreiheit des Sports nicht zu idealistisch sieht (vgl. *Kleine* 1990, 7 und 15), so muss wohl doch gelten, dass er zumindest primär um seiner selbst willen betrieben wird. Wo dies möglicherweise nicht mehr zutrifft, wie etwa bei manchen Patientengruppen im Koronarsport, ist Bewegung nicht Sport, sondern Gesundheitsprogramm. Das Problem der Instrumentalisierung besteht jedoch nicht nur darin, den Sport von seinem unproduktiven Wesen zu entfremden. Durch den gezielten Einsatz des Sports für gesundheitliche Zwecke kann er auch zum Alibi einer krankmachenden Gesellschaft werden. An ihren risikoreichen Lebensbedingungen – so könne man meinen – braucht sich ja nichts zu ändern, wenn

sportliche Aktivität als Kompensationsfeld für gesellschaftlich produzierte Schädigungen, nicht zuletzt für die psychosozialen Belastungen der Institution Schule begriffen wird. Darüber hinaus ergibt sich die Gefahr, durch eine Ausweitung des Gesundheitssports solche Bewegungsaktivitäten zu favorisieren, die zwar im Trend liegen und zugleich geboten erscheinen, die aber an der eigentlichen längerfristigen Bedürfnislage vieler Menschen vorbeigehen – das Vorantreiben eines spezialisierten Gesundheitssports würde somit zur eklatanten Fehlinvestition.

### Versprechungen mit technologischem Optimismus

Traditionell ist Gesundheit – auch innerhalb der Sportwissenschaft – das Revier von Medizinern. Fragen der Gesundheit scheinen für die Sportmedizin insofern zentral, als der Einfluss von sportlicher Bewegung bzw. Bewegungsmangel auf den Menschen untersucht wird, um die Ergebnisse in der Prävention, Leistungsdiagnostik, Therapie und Rehabilitation anzuwenden (vgl. *Hollmann* 1989, 17). Den Stellenwert einer präventiven Sportmedizin, die sich mit körperlichen Adaptationen zur Wiederherstellung eines physiologischen Status quo oder zur Verbesserung konditioneller Fähigkeiten durch sportliches Training beschäftigt, charakterisieren ihre Vertreter selbst als vorrangig. Dabei wird eine gesundheitsorientierte Betrachtung zunehmend auf den (künftigen) Breitensport gerichtet, da er ein geeignetes Feld sei, um die mit Degenerationsfolgen behaftete «körperliche Inaktivität» zu kompensieren, der Hochleistungssport aber «bestenfalls gesundheitsneutral» betrieben werden könne (*Marées/Weicker*, 1986, 211).

Mit den Massnahmen einer präventiven Gesundheitsförderung verbindet sich nun das Problem, dass die gesundheitlichen Chancen von denen, die das

Training empfehlen und vor allem von jenen, die es praktisch anwenden, gelegentlich überschätzt werden. Eine solche Überschätzung präventiver Möglichkeiten des Sports, die nicht zuletzt mit einem **technologischem Optimismus** bezüglich der unterstellten Schutzwirkung eines Gesundheitstrainings einhergeht, ist dabei in mehrfacher Hinsicht erkennbar. Zuerst einmal werden trotz häufig mahnender Hinweise immer wieder die gesundheitlichen Risiken sportlicher Aktivität ignoriert. So gesund Sport auch sein mag, so ungesund kann er unversehens werden. Die stets konstatierte **Ambivalenz** des Sporttreibens zeigt sich in gesundheitsgefährdenden Zusammenhängen mit besonderer Vehemenz: Verletzungen, orthopädische Schäden, Überanstrengungen und Kollapse, auch schwerste Unfälle, Medikamentenmissbrauch oder plötzliche Todesursachen treten im Sport mit grosser Zuverlässigkeit auf; belegt werden die gesundheitlichen Schattenseiten nicht zuletzt durch sportmedizinische Studien.

Neben dieser offensichtlichen Ambivalenz muss die präventive Wirksamkeit des Sporttreibens jedoch überhaupt als weitgehend hypothetisch gelten. Medizinisch eindeutig nachgewiesen sind gesundheitsfördernde Effekte kaum; hinreichende Befunde liegen eigentlich nur aus kardiologischer Sicht, insbesondere durch die Herz-Keislauf-Präventions-Studien vor. Eine gesundheitsorientierte Bilanzierung unterschiedlicher Sportarten steht noch aus, manche dürften dabei wohl auch schlecht abschneiden. Der allgemeine Nachweis, dass Sportler länger leben, seltener krank und arbeitsunfähig sind oder später in Rente gehen, lässt sich ohnehin nicht eindeutig erbringen (vgl. *Kleine* 1990, 10); und die «Frage, ob Sportler gesund sind oder letztlich Gesunde mehr Sport betreiben, ist kaum zu entscheiden» (*Rost* 1987, 64). Zumindest konnten Annahmen über «ursächliche epidemiologische



**T-Shirts  
Sweat-Shirts  
Jogging**

**Kleber  
Gläser.**

Verlangen Sie unseren Katalog.



**Mit Ihrem  
Aufdruck!**

**aries**  
IHRE SIEBDRUCKER

CH-8200 SCHAFFHAUSEN  
REPPERGASSE 14  
TELEFON 053 - 24 80 11  
FAX 053 - 25 96 78

Zusammenhänge zwischen sportlicher Aktivität und der Veränderung von Mortalitätsziffern» noch nicht belegt werden (Banzen, 1989, 25).

Wer es mit der Beweisführung genau nimmt, könnte also von einer bisher kaum widerlegten **Unwirksamkeit** sportlicher Aktivität für unsere Gesundheit sprechen, obgleich der präventive kardiologische Effekt eines aerob-dynamischen Ausdauertrainings als gesichert gelten kann (vgl. Hollmann u.a. 1985, 50–53). Allerdings werden die vorgegebenen Trainingsnormen vielleicht auch dazu verleiten, sich den objektiven Belastungsreizen möglichst konsequent und beständig zu unterwerfen. Sporttreiben wird dann schnell zu einem systematischen Trainingsprogramm, in dem individuelle Wahrnehmungen und Befindlichkeiten als (sinnliche) Steuergrößen auf der Strecke zu bleiben drohen. Die angestrebte Gesundheit löst sich in technischer Auslegung von der jeweiligen Situation des Sportlers ab, und mit zunehmender **Unsensibilität** gegenüber körpereigenen Signalen entfernt man sich mehr und mehr vom fixierten Ziel.

### Motivationsdefizite unter den Adressaten

Wie steht es nun um die gesundheitsbezogenen Beweggründe der Sporttreibenden selbst? Das Streben nach Wohlbefinden und die akute Sorge um unsere Gesundheit finden – allgemein gesprochen – im Sport einen geeigneten Hoffnungsträger. Im Vergleich zu anderen Sinnrichtungen sportlicher Aktivität wie Geselligkeit, Spannung oder Leistung scheint sich gerade das Gesundheitsmotiv zu einem bedeutsamen Faktor des Sportengagements zu entwickeln. Das gilt in besonderer Weise für den Breitensport, unabhängig davon, ob er im Verein, kommerziell oder informell betrieben wird. Jedoch ist das Gesundheitsmotiv keine einheitliche Größe, sondern kann in Abhängigkeit vom individuellen Lebenskontext variieren und wird in unterschiedlichen Verwendungszusammenhängen auch immer etwas anders verstanden.

Gesundheitliche Gründe reichen auch offenbar nicht aus, um die Zuwendung zum Sport, die Ausübung, Abwendung oder Meidung sportlicher Aktivität zu erklären: In sportpsychologischen Beiträgen wird darauf hingewiesen, dass Gesundheit meist kein «hinreichendes Motiv für längerfristige Sportpartizipation» bildet (Abele/Brehm 1990, 142). Erst wenn andere Motive hinzutreten, wie etwa der Wunsch nach sozialem Anschluss oder körperlichem Ausgleich, scheint eine individuelle Bindung an den Sport wahrscheinlich.

Auch in den Ranglisten unterschiedlicher Motive zum Sporttreiben ist das Gesundheitsmotiv – je nach Anlage der Untersuchung, Eingrenzung der Gesundheitskategorie und Auswahl der Befragungsgruppen – in hohem Masse **unterschiedlich plaziert**.

Zudem scheint es so zu sein, dass die Gesundheitsmuster und Gesundheitserwartungen in den Köpfen der Befragten das Handeln im Sport nicht ursächlich lenken, sondern eher so etwas wie Formeln «einer den Handlungen nachlaufenden Begründung» darstellen (Franke/Bisler 1986, 37). Dies würde heissen, dass man gesundheitsorientierte Argumente und Handlungsabsichten vor allem deshalb vorbringt, um den Wert sportlicher Aktivität vor sich selbst zu bestätigen und vor anderen zu rechtfertigen. Von einem handlungsleitenden Gesundheitsmotiv kann somit eigentlich gar nicht gesprochen werden. Vielmehr wäre das Gesundheitsmotiv in diesem Verständnis eine das sportliche Handeln **legitimierende Kognition**, die darüber hinaus gesellschaftlich aktuell und sozial erwünscht zu sein beansprucht und daher auch gern präsentiert wird (vgl. u.a. Franke/Bisler 1986, 35).

Es besteht die Gefahr, durch die Akzentuierung gesundheitlicher Aspekte eine den Sporttreibenden eher «fremde Sache» in den Vordergrund zu rücken und die sportlichen Aktivitäten von einer unmittelbaren, bedeutungsreichen Nähe zum Leben zu entfernen. Diese potentielle Lebensferne kann sich als Problem in zweifacher Hinsicht zeigen. Zum ersten: Warum sollen wir präventive Formen des Ausdauersports betreiben oder funktionsgymnastische Übungen ausführen, wenn uns die Folgen von Arteriosklerose und Wirbelsäulendeformationen bisher nicht zur Last fallen? Eine solche – subjektiv wahrgenommene – **Handlungsirrelevanz** kann schnell zu einer Abkehr von gesundheitsbewusstem Sporttreiben führen und trotz bester gesundheitserzieherischer Absicht möglicherweise genau das Gegenteil bewirken. Damit hängt zweitens auch zusammen, dass viele Gesichtspunkte einer gesunden sportlichen Aktivität nicht so sehr im Hier und Jetzt verankert sind, sondern

eher auf eine lebenswerte Zukunft verweisen und oft als spröde oder langweilig wahrgenommen werden. Dies entspricht jedoch dem Denken, Fühlen und Handeln gerade junger Menschen in keiner Weise und erschwert die Praxis des Gesundheitssports ausserordentlich.

### Diffus: Praktische Umsetzung

In Abgrenzung zu kurzzeitig gesundheitsfördernden Trainingsprogrammen setzt sich in der schulsportdidaktischen Diskussion vor allem Brodtmann für eine langfristige, ganzheitliche **Gesundheitserziehung** ein, in deren Rahmen die Schüler den Stellenwert sportlicher Aktivität für eine selbstverantwortliche gesunde Lebensführung «begreifen» sollen (1984, 18). Folgende Ansatzpunkte können diesen Prozess der Gesundheitserziehung unterstützen: Kultivierung des Bewegungsbedürfnisses, Entwickeln der Wahrnehmungsfähigkeit, Bewusstmachen gesundheitsrelevanter Zusammenhänge, Vermitteln von gesundheitsdienlichem Handlungswissen und Ausbildung gesunder Lebensgewohnheiten (vgl. Brodtmann 1988, 72–74). Eingeflossen sind solche ganzheitlichen Vorstellungen nicht zuletzt in die ausführlichen Lehrmittel zur «Gesundheitserziehung in der Schule durch Sport» (vgl. KM/AOK NRW 1990).

Gesundheitserziehung soll nicht mehr nur im Sport, sondern auch übergreifend **durch** sportliche Handlungs- und Erfahrungszusammenhänge angebahnt werden. Vor allem müsse sich diese Absicht für Schüler mit der Möglichkeit verbinden, «Spass zu erleben, sich wohlzufühlen» (Kottmann/Stibbe 1988, 462). Im fachdidaktischen Orientierungsrahmen der Lehrmittel werden die gesundheitsbezogenen Aufgaben umfassend akzentuiert: Die Schüler sollen die Reaktionen ihres eigenen Körpers und ihre psychische Befindlichkeit, soziale Kontakte und die jeweiligen Umweltbedingungen in der Bewegung «wahrnehmen, erfahren und begreifen» lernen, um sportliche und andere Lebenssituationen gesundheitsbewusst gestalten zu können (KM/AOK NRW 1990, 7–9). Richtschnur des – schuli-



# KOVO

Generalvertretung  
BRD – J – FL – CH  
Gnädinger u. Co  
CH-6803 Camignolo  
Tel. (0041 91) 95 12 88  
Fax (0041 91) 59 54 36

**Anstecknadeln  
Pins**

Superqualität (Hand made)  
zu vernünftigen Preisen  
bereits ab **300 Stück**  
Verlangen Sie unsere Unterlagen

schen – Sporttreibens wird damit das individuelle **Wohlbefinden**. Eine spezielle Auswahl gesundheitlich bedeutsamer Bewegungsaktivitäten gibt es nicht. Altersgemässe Praxisvorschläge und Beispiele zu diesem Ansatz spiegeln die enorme gesundheitserzieherische Bandbreite vom Erprobten psychomotorischer Übungsgeräte über Koordinationsschulung, Akrobatik, Ausdauer-schulung bis zum Stretching und autogenen Training wider. Was gesundheitspädagogisch relevant ist, entscheidet sich demnach nicht an inhaltlichen Kriterien.

## Ausblick

Diesen Entwürfen einer ganzheitlichen Gesundheitserziehung haftet nun ein verzweigtes, grundsätzliches Problem an: Sie laufen Gefahr, pädagogisch bedeutsame Aspekte im Kontext von Sport und Gesundheit mit einer gewissen **Unschärfe** zu generalisieren. Zum ersten entsteht für Lehrkräfte, die eine wirksame Praxis der Gesundheitserziehung im Sport herstellen sollen, leicht eine Situation der **Überforderung**. Neben körperlichen Aspekten sollen (jetzt) auch psychische, soziale und ökologische Fragen eines gesundheitsbewussten Sporttreibens – ja eines gesunden Lebens überhaupt – thematisiert werden. Sind Lehrer aber dafür ausgebildet, und bietet z.B. der Schulsportalltag hinreichend Gelegenheit, auf Lustlosigkeit und Stress wirklich einzugehen, soziale Anerkennung oder Ablehnung aus gesundheitlicher Sicht zu verhandeln, Einflüsse unserer Bewegungsumwelt auf die Befindlichkeit herauszuarbeiten?

Erschwerend kommt hinzu, dass im Prinzip jeder Sport gesundheitsgerecht zu betreiben ist und eine Auswahl gesundheitsrelevanter Bewegungsaktivitäten nicht mehr möglich scheint. Vom Schwimmen und Laufen über Spiele und Tanzen bis zu Bewegungskunststücken – eigentlich ist alles ge-

sund. Solche inhaltliche **Beliebigkeit** ganzheitlicher Gesundheitserziehung kann auch ratlos machen, wenn man sich einmal auf die Suche nach vorrangigen Themen begibt. Dies gilt drittens um so mehr, als konkrete Praxisempfehlungen und Vermittlungsvorschläge einer ganzheitlichen Gesundheitserziehung noch weitgehend ausstehen. Lehrkräfte könnten ob dieser **Praxisdistanz** den Eindruck gewinnen, Gesundheitserziehung sei ein derart komplexes Geschäft, dass sich umsetzbare Praxisanregungen kaum abgeben liessen. Viertens schliesslich neigen Konzeptionen einer ganzheitlichen Gesundheitserziehung jedoch auch dazu, ihren pädagogischen Auftrag sehr ernst zu nehmen und über den gesamten (Schul-) Sport auszubreiten. Daraus ergibt sich die Gefahr, andere wichtige pädagogische Aufgaben und individuelle Motive des Sporttreibens zu vernachlässigen. Gesundheit ist aber nicht alles; die Perspektiven Leistung, Miteinander oder Ausdruck sollten nicht im Schatten der Gesundheitserziehung verkümmern oder rückstandslos in ihr aufgehen. Einer potentiellen **Ein-dimensionalität** – des nur noch gesunden Sporttreibens – gilt es daher aus pädagogischer Verantwortung zu widerstehen.

Anschrift des Autors:  
Dr. Eckart Balz, Abteilung Sportwissenschaft, Universität Bielefeld, Postfach 8640, D-4800 Bielefeld 1

## Literatur

- Abele, A./Brehm, W.*: Sportliche Aktivität als gesundheitsbezogenes Handeln: Auswirkungen, Voraussetzungen und Förderungsmöglichkeiten. In: R. Schwarzer (Hrsg.): Gesundheitspsychologie. Göttingen 1990, 131–150.  
*Balz, E.*: Rundum gesund. Positionen und Perspektiven zur Gesundheitserziehung im Schulsport. In: Sportunterricht 39 (1990), 135–148.  
*Balz, E.*: Sinnliche Bewegung – gesunder Sport. In: H.G. Homfeldt (Hrsg.): Sinnliche

Wahrnehmung – Körperbewusstsein – Gesundheitsbildung. Weinheim 1991, 85–98.

*Balz, E.*: Sportliche Diätetik. Der Beitrag des Sports zu einer gesunden Lebensführung. In: Prävention 15 (1992) 1, 9–12.

*Banzer, W.*: Präventive Sportmedizin – Chancen und Grenzen. In: W. Banzer/G. Murza (Hrsg.): Gesundheitsförderung. Sport und Gesundheit im Spannungsfeld von Prävention und Lebensqualität. Bielefeld 1989, 25–40.

*Brodthmann, D.*: Schulsport und Gesundheit. In: Sportpädagogik 8 (1984) 6, 12–20.

*Brodthmann, D.*: Gesundheitserziehung im Schulsport. In: D. Brodthmann/L. Kottmann/D. Küpper (Red.): Gesundheit – Gesundheitserziehung – Sportpädagogik. Wuppertal 1988, 66–82.

*Franke, E./Bisler, W.*: Patientendenken und Akteurseuphorie. Über den Einfluss von Gesundheitsvorstellungen auf die Sportmotivation. In: E. Franke (Hrsg.): Sport und Gesundheit. Reinbek 1986, 189–206.

*Hollmann, W.*: Definition und Aufgabenbereiche der Sportmedizin. In: A. Dirix/H.G. Knüttgen/K. Tittel (Hrsg.): Olympia-Buch der Sportmedizin. Köln 1989, 17–18.

*Kapustin, P.*: Sportpädagogik als Gesundheitspädagogik. In: H. Denk/G. Hecker (Hrsg.): Texte zu Sportpädagogik (Teil II). Schorndorf 1985, 100–110.

*Kleine, W.*: Problemfelder des Gesundheitssports – eine Einführung in die Thematik unter besonderer Berücksichtigung psychischer Prozesse. In: W. Kleine/M. Hautzinger (Hrsg.): Sport und psychisches Wohlbefinden. Beiträge zum Lehren und Lernen im Gesundheitssport. Aachen 1990, 7–25.

*KM/AOK NRW* (Hrsg.): Gesundheitserziehung in der Schule durch Sport. Handreichungen für die Sekundarstufe I. Bonn 1990.

*Kottmann, L./Stibbe, G.*: Gesundheitserziehung und Spass im Schulsport – Widerspruch oder sinnvolle Ergänzung? In: Sportunterricht 37 (1988), 461–468.

*Marées, H. de / Weicker, H.*: Sport und Gesundheit – Chancen, Gefahren, Forderungen. In: DSB (Hrsg.): Die Zukunft des Sports. Materialien zum Kongress «Mensch im Sport 2000». Schorndorf 1986, 207–221.

*Rost, R.*: Gesundheit und Gesundheitserziehung. Gedanken aus ärztlicher Sicht. In: H. Allmer/N. Schulz (Hrsg.): Gesundheitserziehung. Wege und Irrwege. Sankt Augustin 1987, 57–66.

*Völkner, P.*: Wieder fit werden. Training für ein gesünderes Leben. In: Die Zeit 25/1990, 67. ■

## Zeitmessung

Video-Zeitmessgeräte – Anzeigetafeln  
Software für PC – Windmessgeräte  
Spielzeit- und Resultatanzeigetafeln

für alle Sportarten

ALGE-TIMING Peter Baer  
4923 Wynau

Tel. 063 49 37 49 Fax 063 49 33 28



Heimgartner Fahnen AG Wil  
Zürcherstrasse 37, 9500 Wil/SG  
Telefon 073/22 37 11

## Der Grümpler

Grümpeltourniere +  
Volkssportanlässe  
(jede Sportart ist willkommen!)

Inseraten-Tarife bei «Der Grümpler»,  
A. Bassin, Arvenweg 11, 4528 Zuchwil

Erscheint 2x jährlich

Sommer • Grümpler Mitte April 1993  
Inseratenschluss 19. März 1994  
Mitte April am Kiosk erhältlich

Winter • Grümpler Mitte Okt. 1993  
Inseratenschluss 1. Oktober 1993