

**Zeitschrift:** Fachzeitschrift Heim  
**Herausgeber:** Heimverband Schweiz  
**Band:** 67 (1996)  
**Heft:** 7

**Artikel:** Gesundheitssport/Bewegungstherapie : Sportunterricht und aktuelles Befinden von körperbehinderten Schülern  
**Autor:** Vogt, Marga  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-812470>

#### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 27.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Gesundheitssport/Bewegungstherapie

# SPORTUNTERRICHT UND AKTUELLES BEFINDEN VON KÖRPERBEHINDERTEN SCHÜLERN

Von Dr. Marga Vogt\*

Die Sonderschulen für Körperbehinderte sind auf das Ziel ausgerichtet, die Schüler zu selbständigem Handeln in der Gesellschaft zu befähigen. Hierzu kann der Sportunterricht einen eigenständigen fachspezifischen Beitrag leisten, indem er körperliche und materielle, individuelle und soziale Erfahrungen vermittelt, Ich-Stärke und soziale Kompetenz erweitert (Rieder, 1981). Durch ein individuell abgestimmtes Angebot an Bewegung, Spiel und Sport ist es möglich, die körperliche Leistungsfähigkeit in Abhängigkeit von der Spezifik der Beeinträchtigung zu verbessern, zu erhalten bzw. ihren Abbau zu verzögern. Im Schultagesablauf schafft der Sportunterricht einen Ausgleich zur vorrangig sitzenden Beschäftigung in den anderen Unterrichtsfächern. Nicht zuletzt gibt er Anregungen und erweitert die Möglichkeiten für die körperlich aktive Freizeitgestaltung. Ob und mit welchem Erfolg diese Potenzen des Sportunterrichts an Schulen für Körperbehinderte realisiert werden, wird nicht zuletzt durch jede einzelne Unterrichtsstunde mitbestimmt. Das betrifft sowohl die angestrebten langfristigen Wirkungen als auch den Einfluss auf die aktuelle Befindlichkeit der Schüler, die durch ihren jeweiligen psychophysischen Zustand gekennzeichnet ist.

Für eine geplante Pilotstudie stellte sich daher die zentrale Frage, wie Körperbehinderte Schüler ihren Sportunterricht aktuell widerspiegeln. Damit wurde ein spezifischer Blickwinkel gewählt, der konkrete Beziehungen zwischen dem Unterrichtsgeschehen und den Aussagen der Schüler ermöglicht. Es ist anzunehmen, dass die emotional getönte Wertung einzelner Unterrichtsstunden und die entsprechende Qualität des Erlebens – über einen längeren Zeitraum betrachtet – eine wesentliche Grundlage für die Einstellung zum Sport nicht nur im Unterricht, sondern

auch für die aktive körperlich-sportliche Freizeitgestaltung bildet und somit über den Augenblick hinaus Bedeutung erlangt. Das psychophysische Befinden der Schüler vor und nach dem Sportunterricht ist als ein Ergebnis der Eigenbewertung des jeweiligen aktuellen Zustandes anzusehen, in das die Widerspiegelung der Anforderungen, der inneren und äusseren Tätigkeitsbedingungen, der Handlungsergebnisse und ihrer Folgen eingehen (Ilg, 1990).

Bei der Betrachtung der Wirkung konkreter sportlicher Situationen, wie sie die Sportstunden für die Schüler darstellen, ist das Situationsmodell von Abele und Brehm (1986) hilfreich, in dem personen- und umweltbezogene Zustandsvariablen vor und nach dem Sporttreiben zu den wiederum personen- und umweltbezogenen Prozessvariablen in Beziehung gesetzt werden. In der folgenden Untersuchung war das Interesse darauf gerichtet, die Veränderungen der Befindlichkeit als einer personellen Zustandsvariablen durch die Prozessvariable «Unterrichtsstunde Sport» zu erfassen.

## Untersuchungsmethodik

Die Untersuchungen erfolgten an der Körperbehindertenschule in Rostock, an der zirka 100 Schüler unterrichtet werden. Einbezogen wurden alle Schüler ab Klasse 4, denen ärztlicherseits eine Teilnahme am Sportunterricht erlaubt war. Es handelte sich um 14 Jungen und 9 Mädchen, wobei aufgrund der geringen Teilnehmerzahlen die Schüler von jeweils zwei Klassenstufen gemeinsam unterrichtet wurden. Grad und Art ihrer Behinderungen differierten stark, dabei überwog der Anteil derjenigen mit zerebralen Bewegungsstörungen. Bis auf einen Rollstuhlfahrer konnten sich alle ohne Gehhilfen frei bewegen.

Im Zeitraum März bis Mai 1991 wurde in den Sportstunden der Klassen 4 bis 9 das Unterrichtsgeschehen beobachtet und schriftlich fixiert.

Der wöchentliche Unterricht war in eine Doppelstunde am Vormittag und eine Schwimmstunde am Nachmittag

gegliedert. Die Durchführung einer Doppelstunde lag in dem notwendigen Transportaufwand begründet, da die Schule keine eigene Turnhalle besass und die Schüler per Bus zu einer Halle gefahren werden mussten. Der Sportunterricht wurde für die Schüler von jeweils zwei Klassenstufen gemeinsam von zwei Fachlehrkräften (männlich/weiblich) erteilt. Im Hospitationszeitraum lag die reine Unterrichtszeit am Vormittag in der Klassenstufe 4s zwischen 45 und 70 Minuten und in den oberen Klassen zwischen 60 und 75 Minuten. Die Zahl der anwesenden Jungen und Mädchen pro Unterrichtseinheit betrug maximal acht, so dass ein individuelles Eingehen auf sie möglich war.

Zur Ermittlung der physischen Belastung während des Sportunterrichts wurden bei jeweils drei Schülern pro Stunde die Herzfrequenzen mittels Sporttestern im Minutenabstand registriert und gespeichert. Entsprechend der Zielstellung der Studie stand die Befindenseinschätzung durch die Schüler vor und nach den einzelnen Unterrichtsstunden im Mittelpunkt. Das geschah mittels einer von Ziegow (1987) für den Sport modifizierten Ratingskala von Plath und Richter (1984). Sie enthält 15 polar angeordnete Itempaare, die Aussagen über den psycho-physischen Zustand, die emotionale Lage und die Motivation der Schüler bzw. die situationsbezogene Veränderung dieser drei Bereiche infolge des Sportunterrichts erlauben. Zur Auswertung gelangten 182 Einschätzungen. Über den aktuellen Zeitpunkt hinaus gültige Einstellungen der Schüler zum Sportunterricht und zum eigenen Sporttreiben sowie sportbezogene Verhaltensweisen wurden in einer schriftlichen Befragung zum Abschluss der Untersuchungen ermittelt.

## Ergebnisse

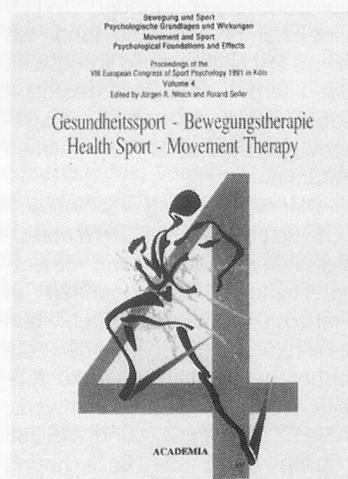
Die befragten Körperbehinderten Schüler haben überwiegend eine gute Einstellung zum Sportunterricht. Zwei Drittel von ihnen geben an, dass er ihnen immer bzw. meistens gefällt, bei kei-

\* Universität Rostock, Fachbereich Erziehungs- und Sportwissenschaften. Der vorliegende Text gehört zum Kongressbuch Bewegung und Sport – Psychologische Grundlagen und Wirkungen, Band 4, Gesundheitssport-Bewegungstherapie (siehe Kästchen).

nem ist das nur selten oder nie der Fall. Diese zustimmende Einschätzung widerspiegelt sich auch in der Bejahung positiver und der Ablehnung kritischer Statements zum Sportunterricht. Die Befragung ergab, dass die körperbehinderten Schüler den Sportunterricht als einen Teil der schulischen Ausbildung betrachten, den sie überwiegend gern absolvieren und für die eigene Entwicklung als nutzbringend einschätzen. Das

## GESUNDHEITS- SPORT – BEWE- GUNGSTHERAPIE/ HEALTH SPORT – MOVEMENT THERAPY

Bewegung und Sport. Psychologische Grundlagen und Wirkungen / Movement and Sport. Psychological Foundations and Effects Bd. 4, hrsg. von J.E. Nitsch und R. Seiler 1994, 356 S., Fr. 49.40, 14,8 x 21 cm, Br., ISBN 3-88345-586-5



Gesundheit ist in den letzten Jahren zu einem der zentralen Themen in unserer Gesellschaft geworden. Zunehmend wird dabei auch die Bedeutung von Bewegung und Sport für die Gesundheitsvorsorge, Therapie und Rehabilitation erkannt. Der hier vorliegende vierte und letzte Band des Berichts über den VIII. Europäischen Kongress für Sportpsychologie gibt aus psychologischer Sicht einen differenzierten Einblick in Problemstellungen, theoretische Konzepte, Methoden und Anwendungsverfahren von Gesundheitssport und Bewegungstherapie.

Sporttreiben nimmt auch in ihrer Freizeit einen festen Platz ein, wobei er für die Mehrheit eine unter anderen möglichen Freizeitaktivitäten ist. Kein Schüler stimmt der Aussage zu, dass Sport in seinem Leben keine Rolle spielt. Mädchen äußern eine weniger positive Einstellung zum Sport als Jungen und beziehen ihn auch in geringem Masse in ihre Freizeit ein.

Die Ergebnisse der Schätzurteile der Körperbehinderten über ihr Befinden vor und nach dem Sportunterricht (jeweils 6 Doppelstunden am Vormittag und 5 Schwimmstunden am Nachmittag) enthält die untenstehende Tabelle.

Der positive Pol der polaren Ratingskala ist mit dem Wert 7 gekennzeichnet. Plath und Richter (1986) gehen bei arbeitspsychologischen Untersuchungen davon aus, dass für Probanden im ausgeruhten Zustand Vormesswerte um 6,0 charakteristisch sind und nach mehrstündigen Belastungen Werte zwischen 2,0 und 4,0 auftreten können.

Für die Interpretation der Ergebnisse der vorgestellten Pilotstudie werden nachfolgend die drei Bereiche des aktuellen Befindens gesondert betrachtet.

### a) Psycho-physischer Zustand

Die Körperbehinderten Schüler schätzen ihren psycho-physischen Zustand, der durch Aussagen zur körperlichen und geistigen Frische sowie zur Konzentration und Aufmerksamkeit erfasst wird, vor Beginn des Unterrichts positiv ein. Hier wird deutlich, dass die vorhandenen dauerhaften körperlichen Beeinträchtigungen die aktuelle Befindlichkeit kaum beeinflussen, wenn nicht akute Beschwerden auftreten.

Durch die Doppelstunde war ein grosser Belastungsumfang gegeben, und die geringe Schülerzahl führte zu einer hohen Übungsdichte für jeden Teilnehmer. Insbesondere in den Spielabschnitten (Basketball gehörte zu den Hauptinhalten des Unterrichts) wurden für einige Schüler hohe Belastungswerte erreicht. Nach dem Unterricht erleben die Schüler eine deutliche Verschlechterung des psycho-physischen Zustands, die bei den Mädchen den grössten Abfall aller Subskalen auf-

weist. Das deutet darauf hin, dass der zumeist gemeinsam durchgeführte Unterricht für sie zum Teil eine zu hohe Belastung darstellt, insbesondere dann, wenn am Schulvormittag weitere Unterrichtsstunden folgen. Insgesamt wird die eingetretene Befindensverschlechterung von den Schülern als notwendige Folge der aktiven Betätigung akzeptiert. Das geht aus den Meinungen zum Sportunterricht hervor, wo kein Mädchen oder Junge der Aussage: «Der Sportunterricht ist für mich zu anstrengend» zustimmte.

### b) Emotionale Lage

Die emotionale Lage erfährt wie der psycho-physische Zustand eine positive Ausgangsbewertung. Die Schüler freuen sich in der Regel auf den Unterricht und sind vorrangig gut gelaunt, ruhig und gelassen. Zwar treten auch hier negative Veränderungen auf, jedoch haben sie gegenüber den beiden anderen Bereichen die geringste Ausprägung. Zu den stabilisierenden Bedingungen sind das insgesamt von den Schülern positiv erlebte Verhältnis der Mitschüler untereinander zu rechnen, das vorrangig durch gegenseitige Akzeptanz der Behinderungen und der Bereitschaft zur Unterstützung gekennzeichnet war.

Kritische Momente im Unterrichtsgeschehen, die die emotional-affektive Lage bei einigen Schülern sichtbar verschlechterten, waren an Wettbewerbssituationen gebunden. Hier gelang es nur bedingt, den unterschiedlichen Beeinträchtigungen einzelner Schüler einerseits und dem Wunsch nach Erfolg andererseits Rechnung zu tragen. Obwohl eine Reihe von Schülern sich explizit für Wettbewerbe in Sportunterricht aussprach, ist zu empfehlen, verstärkt Übungsformen an ihre Stelle treten zu lassen, die weniger auf zählbare Ergebnisse ausgerichtet sind und mehr das Mit- als das Gegeneinander fördern.

### c) Motivation

In bezug auf die Motivation für das Sporttreiben in der aktuellen Situation fällt auf, dass dieser Bereich bereits in den Ausgangswerten relativ niedrige

	Psychophysischer Zustand			Emotionale Lage			Motivation		
	Schüler gesamt	Jungen	Mädchen	Schüler gesamt	Jungen	Mädchen	Schüler gesamt	Jungen	Mädchen
vor dem Unterricht	6.04	6.19	5.83	5.97	6.10	5.76	5.48	5.71	5.15
nach dem Unterricht	4.20	4.52	3.77	5.33	5.71	5.10	4.06	4.39	3.57
Differenz	-1.84	-1.27	-2.16	-0.64	-0.49	-0.66	-1.42	-1.32	-1.58

Subjektives Befinden körperbehinderter Schüler vor und nach dem Sportunterricht.

Werte erreicht. Hier ist die Betrachtung einzelner Items interessant: Während die Schüler angeben, für das Sporttreiben bereit zu sein und Lust auf den Sportunterricht zu haben, äussern sie, dass es ihnen Anstrengung/Mühe bereitet, den Unterricht zu beginnen. Bei der Begründung dieser Unterscheidung ist die spezifische Situation der Körperbehinderten zu berücksichtigen. Bereits der Bustransport (Ein- und Aussteigen) und das Umkleiden, das im Interesse der Unterrichtszeit oftmals unter Zeitdruck erfolgte, stellen physische und vor allem volitive Anforderungen dar, die die aktuelle Motivation negativ beeinflussen. Das deutliche Zurückgehen der Motivationswerte nach dem Unterricht bringt zum Ausdruck, dass die Schüler in der konkreten Situation wenig zur Fortsetzung des Unterrichts bereit sind. Hier spielt sowohl das Erleben der psycho-physischen Belastung als auch die Erkenntnis eine Rolle, dass bei obligatorischem Sporttreiben der zeitliche Rahmen des Übens vorgegeben und durch den einzelnen Schüler kaum zu beeinflussen ist.

Zusammenfassend ist festzustellen, dass der Sportunterricht als eine konkrete sportliche Situation, von einer positiven Anfangslage ausgehend, zu einer Beeinträchtigung des aktuellen Befindens von Körperbehinderten Schülern führt, die bei Mädchen in der Tendenz stärker ausfällt als bei Jungen (vgl. Abbildung unten).

## Diskussion

Die Ergebnisse sind mit Aussagen von Ziebow (1990) und Lemm (1990) vergleichbar, die beim Einsatz der für den

Sport modifizierten Ratingskala von Plath und Richter zu vergleichbaren Werten kamen. Auch in den Klassen 4 bis 8 der Regelschule wurden in bezug auf den psycho-physischen Zustand, die emotionale Lage und die Motivation negative Differenzen zum Ausgangswert vor dem Sportunterricht festgestellt. Ihre Ausprägung ist für Behinderete und Nichtbehinderte in den ersten beiden Subskalen etwa gleich, jedoch kommt es bei der Motivation bei den Körperbehinderten zu einem deutlich grösseren Abfall. Das ist sowohl auf die spezifische personelle Situation der Körperbehinderten Schüler als auch auf die konkreten Bedingungen des Umfangs und der Gestaltung ihres Sportunterrichts zurückzuführen.

Die als Wirkung des Unterrichts erlebten Beeinträchtigungen des aktuellen Befindens werden von den Schülern akzeptiert und so kompensiert, dass sie insgesamt zu einer positiven Wertung des Sports kommen. Dafür sprechen die über den situativen Bezug hinaus gültigen sportbezogenen Einstellungen und Verhaltensweisen der Schüler, die eine positive Haltung zum obligatorischen und zum freiwilligen Sporttreiben zum Ausdruck bringen.

## Literatur

- Abele, A. & Brehm, W. (1986). Befindlichkeitsveränderungen im Sport. *Sportwissenschaft*, 16, 288–302.  
 Ilg, H. et al. (1990). *Psychologische Aspekte im Schulsport*. Berlin: Volk und Wissen.  
 Lemm, G. (1990). *Belastungserleben im Sportunterricht der Jungen 4. bis 7 Klasse*. Potsdamer Forschungen, Bd. 84 (S. 97–101).  
 Plath, H.E. & Richter, P. (1984). *Ermüdung – Monotonie – Sättigung – Stress*. Handlungsan-

weisung. Berlin: Humboldt-Universität, Psycho-diagnostisches Zentrum.

Rieder, H. (1981). *Die Bedeutung des Sports für die Persönlichkeitsentwicklung des behinderten Kindes und Jugendlichen*. Dokumentation der Gemeinsamen Veranstaltung der Kultusministerkonferenz und des Deutschen Sportbundes in Mainz und Wiesbaden am 12.11.1981 (S. 24–28). o.O.

Ziebow, R. (1987). Altersbesonderheiten und Geschlechtsspezifik im subjektiven Befinden und im Erleben der Freude bei der Bewältigung sportartspezifischer Anforderungen. *Wissenschaftliche Zeitschrift der Pädagogischen Hochschule Potsdam*, 31, 589–595.

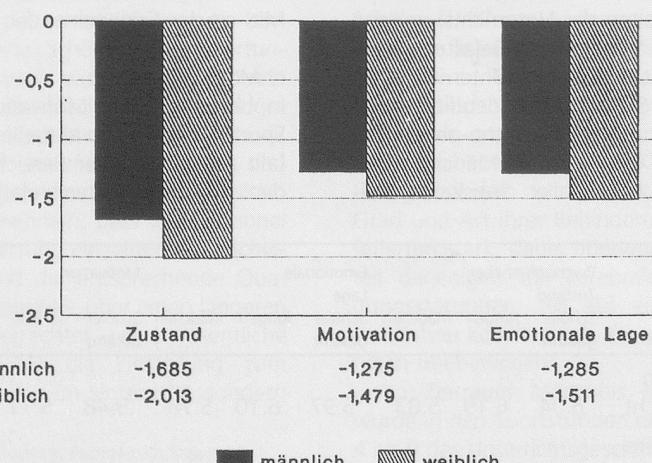
Ziebow, R. (1990). *Emotionale Regulation sportlicher Tätigkeiten – Theoretische Grundpositionen, empirische Belege und Empfehlungen für die pädagogisch-psychologische Steuerung emotionaler Prozesse*. Unveröffentlichte Dissertation B, Pädagogische Hochschule Potsdam. ■

## PAREPI – EIN NEUER NAME UND EIN NEUES ERSCHEINUNGSBILD

An der 26. Generalversammlung vom 4. Mai 1996 hat die Schweizerische Vereinigung der Eltern-epilepsiekranke Kinder SVEEK eine Namensänderung und ein neues Erscheinungsbild vorgestellt. Die Eltern- und Selbsthilfeorganisation wird ab sofort gesamtschweizerisch unter dem Namen ParEpi auftreten.

Die Bezeichnung «Schweizerische Vereinigung der Eltern epilepsiekranker Kinder» sowie die entsprechenden Bezeichnungen in Französisch und Italienisch bleiben erhalten. Hingegen werden die bisher gebräuchlichen Abkürzungen SVEEK (deutsche Schweiz), ASPEE (Romandie) und ASGBE (Tessin) durch die Bezeichnung ParEpi ersetzt. Der neue Name setzt sich zusammen aus den Wörtern Par(ents oder para) und Epi(epilepsie) und weist damit auf Sinn und Tätigkeit der Organisation hin. Gleichzeitig signalisiert dieser Schritt eine Öffnung nach aussen, von dem sich die Vereinigung Positives für Kinder mit Epilepsie erhofft: den Abbau von Vorurteilen und eine bessere Integration.

Kontaktperson für Auskünfte über ParEpi und Epilepsien:  
 Regina M. Hengeler, ParEpi-Geschäftsstelle, Waldhofstrasse 21, 6314 Unterägeri, Tel. 041/750 50 02, Fax 041/750 40 34.



Veränderungen des subjektiven Befindens Körperbehinderter Jungen und Mädchen infolge des Sportunterrichts.