

### Die Shepard-Studie

Sportunterricht wurde in den 1980er-Jahren in den öffentlichen Schulen Amerikas in Hinblick auf die Verbesserung der akademischen Leistungen eher als Zeitverschwendung denn als Bereicherung gesehen. Im Gegensatz dazu boten teure Privatschulen schon damals umfangreiche Sportprogramme an und setzten den Zusammenhang zwischen Intellektualität und bewegungsorientiertem Ausgleich im pädagogischen Konzept um.

Shepard untersuchte diese Problematik zum ersten Mal in der kanadischen Provinz Québec. Er wollte wissen, ob die Beteiligung an einem „physical activity program“ förderlichen oder nachteiligen Einfluss auf die akademischen Leistungen von Schülern hat. 546 Schüler aus städtischem und ländlichem Umfeld nahmen als Versuchsgruppe an der Studie teil. Ihnen wurde pro Tag eine Stunde Bewegung von einer Sportlehrkraft erteilt. Die Vergleichsgruppe, die aus demselben schulischen Umfeld kam, erhielt im Vergleich nur 40 Minuten Sportunterricht pro Woche, hatte aber 14 % mehr Zeit für akademischen Unterricht. Im ersten Jahr schnitten die Schülerinnen und Schüler der Kontrollklasse im Hinblick auf die akademischen Leistungen besser ab. Ab der zweiten Klasse bis hinauf zur sechsten Klasse zeigten sich hingegen signifikant bessere Leistungen in der Versuchsgruppe (Shepard, 1997).

Diese Ergebnisse wurden auch durch Langzeitstudien aus Frankreich und Australien bestätigt. In einer in einem Pariser Vorort durchgeführten Untersuchung

Curricular physical activity and academic performance

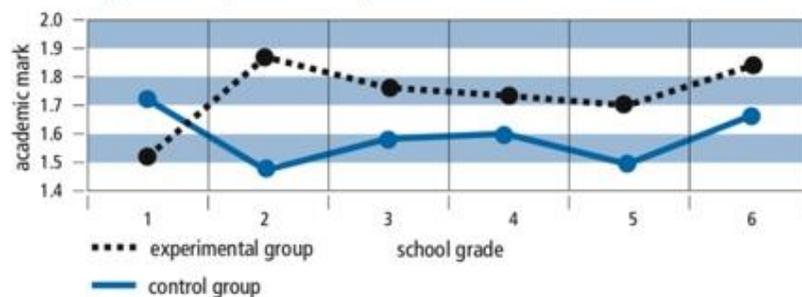


Abb. 4: Körperliche Aktivität in der Schule im Zusammenhang mit der akademischen Leistung (Shepard, 1997).

erhielten die Schülerinnen und Schüler zur täglichen Bewegung zusätzlich Vitaminpräparate. Sie hatten 26 % (!) weniger Unterrichtszeit als die Schülerinnen und Schüler der Kontrollgruppe, ohne dass sich Unterschiede in den akademischen Leistungen ergaben. Die Lehrpersonen berichteten außerdem, dass die Kinder der Versuchsgruppe ruhiger und konzentrierter im Unterricht gewesen seien und weniger disziplinäre Probleme verursacht hätten.

Die Shepard-Studie sowie weitere Forschungsergebnisse\* werden international als Beleg dafür betrachtet, dass zusätzliche Zeit für körperliche Aktivität in der Schule auf Kosten von akademischem Unterricht nicht unbedingt zu schlechteren Leistungen in den Fächern führen muss.

### Literatur:

- Bernd, A./Pabst, F. (1998): Rund um die Gesundheit. Umschau Verlag.
- Braun, K./Bock, J. (2003): Die Narben der Kindheit. Zeitschrift Gehirn und Geist, 1, 50 – 53.
- Breithecker, D. (2000): Bewegte Schüler – Bewegte Köpfe. Wiesbaden: Bundesarbeitsgemeinschaft für Haltungs- und Bewegungsförderung.
- Bullok, S. (2010): Prevention of Physical Training – Related Injuries. American Journal of Preventive Medicine, 38, 156 – 181.
- Cvitkovich-Steiner, H./Gruber M. (2006): Bewegungspyramide – Anleitung zu einem gesunden Lebensstil. Wien: Forum Ernährung heute.
- Diamond, A. (2000): Close Interrelation of Motor Development and Cognitive Development and oft the Cerebellum and Prefrontal Cortex. Journal of Child Development, 71 (1), 44 – 56.
- Frischenschlager, E. et al. (2010): Netzwerk Bewegte Schule Österreich. Weyregg: Eigenverlag.
- Hüther, G. (2001): Bedienungsanleitung für ein menschliches Gehirn. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Kubesch, S. (2004): Das bewegte Gehirn – an der Schnittstelle von Sport und Neurowissenschaft. Zeitschrift Sportwissenschaft, 34, 135 – 144.
- Shepard, R. (1997): Curricular Physical Activity and Academic Performance. Pediatric Exercise Science, 9, 113 – 126.
- Singer, W. (2002): Was kann ein Mensch wann lernen? In: Die Zukunft der Bildung. Frankfurt am Main, 78 – 99.