

Bewegungsangebote in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit

**Welche Bildungschancen und Herausforderungen
bieten Bewegungsangebote innerhalb der
Offenen Kinder und Jugendarbeit?**

Bachelorthesis von

Sebastian Braun

Erstprüferin: Prof. Dr. Phil. Bettina Müller

Zweitprüfer: Prof. Dr. Phil. Sandro Thomas Bliemetsrieder

Datum: 6.11.2018

Danksagung

Ich möchte zu Beginn meiner Bachelorarbeit die Gelegenheit ergreifen und mich bei allen Personen bedanken, die mich beim Schreiben der Bachelorarbeit unterstützt haben. Ein besonderer Dank gilt meiner Erstprüferin und meinem Zweitprüfer: Ich möchte mich bei Frau Müller bedanken, dass Sie die Erstkorrektur meiner Bachelorarbeit übernommen hat und mich die ganze Zeit begleitet hat. Außerdem danke ich Herrn Bliemetsrieder, der die Zweitkorrektur übernommen hat und mich ebenfalls mit Literaturtipps sehr gut unterstützt hat bei meiner Bachelorarbeit.

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung	4
2. Bedeutung von Bewegung für junge Menschen	6
2.1 Begriffserklärungen	7
2.1.1 Zum Begriff „Bewegung“	7
2.1.2 Zum Begriff „junge Menschen“	8
2.2 Bewegung in der Sozialen Arbeit	9
2.3 Bildung in Bewegung	11
2.3.1 Soziale Erfahrung durch Geselligkeit	12
2.3.2 Welterfahrung durch den Körper	15
2.3.3 Selbsterfahrung durch den Leib	17
2.4 Bildung durch Bewegung	20
2.4.1 Soziale Ressourcen	21
2.4.2 Psychische Ressourcen	23
2.4.3 Physische Ressourcen	25
2.5 Resümee	27
3. Verknüpfung mit der Offenen Kinder- und Jugendarbeit	28
3.1 Rechtliche Grundlage	29
3.2 Bildungsbegriff	30
3.2.1 Bildung als Erfahren	31
3.2.2 Bildung durch Körper und Leib	32
3.3 Aneignungsbegriff	33
3.3.1 Raumaneignung	33
3.3.2 Ressourcenaneignung	35
3.4 Resümee	37
4. Herausforderungen von Bewegungsangeboten	38
4.1 Herausforderungen aufgrund der Körperlichkeit	38
4.1.1 Bewegungsmangel und Übergewicht	39
4.1.2 Beeinträchtigung	40
4.2 Herausforderungen aufgrund der Heterogenität	42
4.2.1 Kulturelle Unterschiede	42
4.2.2 Geschlecht	43
4.3 Herausforderungen in der praktischen Umsetzung	44
4.4 Resümee	45

5. Beispiel: Hochseilgarten	47
5.1 Bildungschancen des Angebots	47
5.2 Aneignung durch das Angebot	48
5.3 Herausforderungen und Grenzen des Angebots	49
6. Fazit und Ausblick	51
Bemerkungen	54
Literaturverzeichnis	56

1. Einleitung

„Teilnehmen ist wichtiger als Siegen.“

*Pierre Baron de Coubertin*¹

Jeder kennt diesen Slogan von Pierre Baron de Coubertin, einer der Gründungsmitglieder der olympischen Spiele der Neuzeit. Er wollte mit diesem Spruch einen Wettkampf erschaffen, bei dem Geld und Egoismus keine Rolle spielen. Er meinte damit, dem griechischen Vorbild nachzueifern. Liest man die Schrift des deutschen Philosophen Friedrich Nietzsche, die er über Homers Wettkampf^{II} geschrieben hat, so weiß man, dass schon bei den Griechen Neid und Eifersucht bei den Wettkämpfen eine Rolle spielten. Mit steigenden Zuschauerzahlen bei den olympischen Spielen, stieg auch die Bedeutung des Siegens. Gerhard Gebauer spricht von Bestreben nach einer Art ‚Vergöttlichung‘, sodass er zum Schluss kommt, dass es bei den olympischen Spielen nur um das Siegen geht (Gebauer 2014).

Ich möchte mich in meiner Arbeit vom Leistungssport, bei dem es um das Erbringen von Leistungen und somit um das Siegen geht, distanzieren und auf den Gedanken von Pierre Baron de Coubertin zurückkommen, dass die Teilnahme an Bewegungsangeboten – ich spreche hier bewusst nicht von Sport, wie ich in Kapitel 2.1.1 zeige – wichtiger ist, als dort am besten abzuschneiden.

Bewegung und deren positive Wirkungen finden sich in den letzten Jahren häufig in der Presse wieder: „Bewegung und Sport helfen bei der Integration“ (bes 2013) oder „Bewegung bewirkt Wunder im Kopf“ (Spanhel 2018, 22). Dies lässt daraus schließen, dass in unserer Gesellschaft Bewegung auf sozialer und gesundheitlicher Ebene eine wichtige Rolle spielt. Auch empirische Zahlen beweisen, dass Bewegung für Menschen wichtig ist. Über die Hälfte der Bevölkerung Deutschlands ist – zumindest ab und an – sportlich aktiv und somit in Bewegung (Alfs 2014, 113). Auf der anderen Seite liest man auch Artikel wie: „Übergewicht und Bewegungsmangel haben mit fehlenden Angeboten zu tun“ (Julke 2018), die dem zuvor genannten widersprechen. Es kann also gesagt werden, dass das Thema Bewegung in der Öffentlichkeit stark diskutiert wird.

Außerdem wird das Thema Bewegung auch im zwölften Kinder- und Jugendbericht ausführlich behandelt. So wird dort sowohl Bewegung als Lernwelt (BFSFJ 2006, 165) beschrieben, als auch die positiven Wirkungen auf psychischer Ebene (ebd., 172), aber auch der Bewegungsmangel als ein auftretendes Phänomen (ebd., 113) erwähnt. Es wird also deutlich, dass Bewegung auch aus der Sicht der Sozialen Arbeit fachlich fundiert und deshalb ein Bestandteil der Sozialen Arbeit ist. Die Thematisierung in der Öffentlichkeit und die fachliche Fundierung im zwölften Kinder- und Jugendbericht habe ich als Anlass

genommen, mich in dieser Arbeit genauer damit zu beschäftigen. Dabei leg ich den Schwerpunkt auf die Bildungschancen von Bewegung.

Weiter geht es mir in dieser Arbeit darum, Bewegung in Form von Bewegungsangeboten in die Soziale Arbeit zu integrieren. Als ein Arbeitsfeld der Sozialen Arbeit habe ich mich auf die Offene Kinder- und Jugendarbeit fokussiert. Ich gehe einerseits der Frage nach, ob es sinnvoll ist, solche Bewegungsangebote in die Offene Kinder- und Jugendarbeit zu integrieren. Andererseits möchte ich klären, welche Bildungschancen solche Angebote haben können, aber auch mit welchen Herausforderungen Bewegungsangebote verbunden sein können.

Diese Arbeit ist in drei große Teile gegliedert: Zuerst gehe ich auf die Bedeutung von Bewegung ein und zeige die Bildungschancen der Bewegungsangebote. Im zweiten Teil schaue ich, ob sich die Ergebnisse mit der Offenen Kinder- und Jugendarbeit verknüpfen lassen. Der dritte Abschnitt beinhaltet die Herausforderung solcher Bewegungsangebote und deren Bewältigungsstrategien.

Den ersten Teil habe ich so gegliedert, dass ich mit zwei Begriffserklärungen beginne. Danach möchte ich zeigen, inwieweit es bereits eine Verbindung von Bewegung und Sozialer Arbeit und speziell Offener Kinder- und Jugendarbeit gibt. Im Anschluss behandle ich in den nächsten beiden Kapiteln die Bildungschancen von Bewegung. Einmal schaue ich auf die Bildung, die als Erfahren in Bewegung entstehen kann. Außerdem zeige ich, inwieweit Bewegung zu Aneignung von bestimmten Fähigkeiten und somit zu Bildung führen kann. Zum Abschluss fasse ich die Ergebnisse in einem Resümee kurz zusammen.

Um eine mögliche Verbindung zur Offenen Kinder- und Jugendarbeit zu finden, fange ich auf der rechtlichen Grundlage an und schaue, ob dort bereits Bewegung eine Rolle spielt. Im nächsten Kapitel schaue ich, ob sich die Bildungsaspekte von Bewegung mit dem Bildungsbegriff der Offenen Kinder- und Jugendarbeit verknüpfen lassen. Danach beschäftige ich mich damit, ob in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit ebenfalls Bildung durch Aneignung von Fähigkeiten, die durch Bewegung angeeignet werden, stattfindet. Auch hier fasse ich die Ergebnisse in einem kurzen Resümee zusammen.

Bei den Herausforderungen und Bewältigungsstrategien habe ich mich auf drei Schwerpunkte festgelegt. Ich zeige, inwieweit Körperlichkeit und die damit auch eng verstrickte Beeinträchtigungen durch eine Behinderung die Teilnahme an solchen Bewegungsangeboten erschweren oder sogar unmöglich machen können. Außerdem gehe ich auf Herausforderungen, die die jungen Menschen durch kulturelle Unterschiede oder das jeweilige Geschlecht mit sich bringen können. Im dritten Unterkapitel zeige ich organisatorische Herausforderungen auf, die bei der Planung solcher

Bewegungsangebote beachtet werden müssen, bevor ich dann wieder ein abschließendes Resümee ziehe.

Bevor ich zum Abschluss meiner Arbeit komme, verdeutliche ich die im zweiten und vierten Kapitel besprochenen theoretischen Inhalte anhand eines praktischen Beispiels – ein Angebot in einem Hochseilgarten. Hier geht es darum, inwieweit das Angebot zu Bildung führen und welche Herausforderungen es geben kann.

Den Abschluss meiner Arbeit bildet ein Fazit, bei dem ich die Inhalte dieser Arbeit noch einmal zusammenfasse. Außerdem mache ich noch einen Ausblick.

2. Bedeutung von Bewegung für junge Menschen

In der Einleitung habe ich bereits erwähnt, dass ich zu Beginn dieser Arbeit auf die Bedeutung von Bewegung schaue, die sie für junge Menschen hat. Dazu definiere ich zuerst einmal den Begriff ‚Bewegung‘. Hier zeige ich auch den Unterscheid zwischen Bewegung und Sport, von dem ich mich in dieser Arbeit distanzieren. Außerdem schaue ich, welchen Personenkreis ich mit ‚jungen Menschen‘ meine und kläre, warum ich diesen ausgewählt habe.

Im zweiten Kapitel gehe ich darauf ein, welche Bedeutung Bewegung in der Sozialen Arbeit und explizit in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit hat. Ich zeige hier auch kurz mögliche Formen von Bewegungsangeboten.

Danach schaue ich auf eine Möglichkeit, wie es zur Bildung innerhalb Bewegungsangebote kommen kann: Bildung in Bewegung. Hier geht es darum, welche Erfahrungen während Bewegung gemacht werden können. Ich unterscheide zwischen der Sozialen, der Welt- und der Selbsterfahrung. Eine wichtige Rolle in diesem Kapitel spielt der Körper der jungen Menschen.

Das vierte Kapitel beschäftigt sich dann mit der Bildung, die durch die Bewegung entstehen kann. Hier geht es vor allem um Prozesse der Aneignung, aber auch um bestimmte Wirkungen, die die Bewegungsangebote auf junge Menschen haben können. Dabei gehe ich auf drei verschiedene Ebenen ein: die soziale, die psychische und die physische Ebene.

Zum Abschluss des Kapitels werde ich noch einmal die Chancen von Bewegungsangeboten für junge Menschen bezüglich der Bildung in einem Resümee zusammenfassen.

2.1 Begriffserklärungen

Wie bereits gerade erwähnt, gehe ich zuerst einmal auf zwei Begriffserklärungen ein. Dabei geht es einerseits um die Erklärung des Begriffs ‚Bewegung‘, die für mich und die Arbeit sehr wichtig ist. Hier gehe ich auf die ebenfalls genannte Unterscheidung zwischen Sport und Bewegung ein. Andererseits betrachte ich noch einmal die Zielgruppe der ‚jungen Menschen‘ genauer, um zu zeigen, wer zu der Zielgruppe gehört.

2.1.1 Zum Begriff ‚Bewegung‘

„Bewegung scheint ein fundamentales Bedürfnis des Menschen zu sein, sich mit seiner Umwelt auseinanderzusetzen.“

Werner Schmidt (Schmidt 1993, 6)

Beim Versuch zu klären, was Bewegung ist, geht es weniger um die physikalische Erklärung, nach der Bewegung eine Veränderung des Ortes ist, sondern mehr um eine beabsichtigte Bewegung, die als Bewegungshandlung verstanden wird. Bewegung wird aus anthropologischer Sicht gesehen. Sie ist eine Grundkategorie des menschlichen Seins und beinhaltet einerseits die Auseinandersetzung mit der Umwelt – wie bereits im oben genannten Zitat erwähnt. Andererseits gehört zur Bewegung ebenfalls die Persönlichkeitsentwicklung dazu (Krus 2018, 43).

Im individuellen Alltag hat Bewegung unterschiedliche Bedeutungen, die sich je nach aktueller Situation unterscheiden und immer wieder wechseln. Es gibt insgesamt vier Kategorien von Bewegung. Zum einen die bereits angesprochene Erkundung der Umwelt als explorierend-erkundende Kategorie – siehe Kapitel 2.3.2 – und die Erkundung des Selbst als personale Kategorie – siehe Kapitel 2.3.3. Die dritte Kategorie ist die soziale Kategorie, durch die soziale Beziehungen zu anderen Menschen hergestellt werden – siehe Kapitel 2.3.1. Unter instrumenteller Kategorie versteht man Bewegung als Werkzeug (Gruppe, 1976, 7ff.).

Bewegung als Werkzeug bedeutet, dass durch die Bewegung ein Ziel verfolgt wird. Es geht hier um die Funktionalität von Bewegung – wie Fahrradfahren oder Balancieren. Diese wird durch lebenslangliches Lernen und Nachahmung erworben, können aber durch Krankheit oder Erschöpfung eingeschränkt werden. Die Wiederherstellung gelingt durch Üben und Vertiefen (Krus 2018, 46).

Weiter gehören neben der (Alltags-)Bewegung auch die sportlichen Aktivitäten, die mit dem Aufwenden von viel Energie in Verbindung stehen, zur Bewegung dazu (Diel und De Bock und Schneider 2014, 318).

Anhand dieser Punkte zeigt sich deutlich, dass der Begriff ‚Bewegung‘ sehr komplex ist und nur schwer eindeutig definiert werden kann. Ich mache nun noch einmal den

Unterschied zum Begriff ‚Sport‘ deutlich. Diese Begriffe werden oft als Synonym verwendet. Daher wird in verschiedener Literatur und verschiedenen Zitaten auch häufig von Sport gesprochen.

Sport besteht – im Gegensatz zur Bewegung – nur aus den sportlichen Aktivitäten (Diel und De Bock und Schneider 2014, 318) und ist eher institutionalisiert. Außerdem ist vorgegeben, wie die Bewegung abläuft – zum Beispiel bei einer bestimmten Sportart in einem Sportverein. Weiter kommt es im Sport ständig zu einem Vergleich der Leistungen der Sporttreibenden. Im Sport zählen die Ergebnisse und weniger der individuelle Aufwand, der aufgebracht wird, oder der individuelle Fortschritt (Schmidt 1993, 6).

‚Bewegung‘ beinhaltet also eher den Bildungs- und Entwicklungsaspekt, während beim ‚Sport‘ die Abläufe vorgegeben sind und es vor allem um die Ergebnisse beziehungsweise die Leistungen geht. Aus diesem Grund werde ich in dieser Arbeit nur von ‚Bewegung‘ oder ‚sportlicher Aktivität‘; als Teil von Bewegung sprechen.

2.1.2 Zum Begriff ‚junge Menschen‘

Nachdem ich im Unterkapitel den Begriff ‚Bewegung‘ erläutert habe, betrachte ich hier noch einmal kurz die Zielgruppe, die ich mit dieser Arbeit anspreche.

Bereits in der Einleitung wurde deutlich, dass ich die Zielgruppe als ‚junge Menschen‘ bezeichnet habe. Nach SGB VIII §7 Abs.1 Nummer 4 ist ein „junger Mensch, wer noch nicht 27 Jahre alt ist“. Der Hauptgrund, warum ich genau diesen Begriff für die Zielgruppe genommen habe, ist, dass die Offene Kinder- und Jugendarbeit nach dem Gesetz genau diese Zielgruppe ansprechen soll. Genauer zur rechtlichen Grundlage der Offenen Kinder- und Jugendarbeit findet sich in Kapitel 3.1.

Ein weiterer Grund ist der Bildungsbegriff, der in dieser Arbeit eine große Rolle spielt. Durch den Begriff des ‚lebenslangen Lernens‘ als Teil der Selbstbildung, der im aktuellen Bildungsdiskurs eine große Bedeutung hat, begrenzt sich Bildung nicht mehr auf Kindheit und Jugendphase, sondern beinhaltet alle Phasen des Lebens (Dellori 2016, 21ff.). Mit dem Begriff der jungen Menschen wirke ich möglichen Missverständnissen diesbezüglich entgegen.

Der dritte Grund für die Wahl dieses Begriff hat mit Bewegung und sportlicher Aktivität zu tun: Ich möchte damit zeigen, dass nicht nur in jungen Jahren die Begeisterung an sportlicher Aktivität sehr hoch ist. Bei Heranwachsenden und jungen Erwachsenen ist die Begeisterung an Bewegung immer noch sehr hoch (Alfs 2014, 114). Damit verdeutliche ich auch noch einmal die große Bedeutung von Bewegung und sportlicher Aktivität – auch für die Soziale Arbeit. Dass die Soziale Arbeit dieser großen Bedeutung jedoch nicht bewusst ist, wird im anschließenden Kapitel deutlich.

Wie in der Einleitung bereits angeklungen ist, sind die zwei Oberbegriffe dieser Arbeit Bildung durch Erfahrung und Bildung durch Aneignung von Ressourcen. Da es der Umfang dieser Arbeit nicht zulässt, werde ich einerseits nicht genauer darauf eingehen, welche Unterschiede es in den einzelnen Phasen der jungen Menschen – Kindheit, Jugendphase, Erwachsenwerden, etc. – bezüglich dieser Formen von Bildung gibt. Auch der geschlechterspezifische Unterschied zwischen Jungen beziehungsweise jungen Männern und Mädchen beziehungsweise jungen Frauen werde ich in dieser Arbeit nur bei den Herausforderungen ansprechen.^{III}

2.2 Bewegung in der Sozialen Arbeit

Nachdem ich im Kapitel zuvor geklärt habe, was unter ‚Bewegung‘ verstanden wird, zeige ich in diesem Kapitel, wie verschiedene bewegungsbezogene Ansätze in der Sozialen Arbeit aussehen. Außerdem geht es hier darum, inwieweit Bewegung bereits in die Offene Kinder- und Jugendarbeit integriert ist.

Der erste bewegungsbezogene Ansatz ist Programm SPOSA, das für ‚Sport und Soziale Arbeit‘ steht. SPOSA ist ein Programm der evangelischen und katholischen Hochschule Freiburg, an denen bewegungsbezogene Ansätze studienintegriert angeboten werden. Es geht hierbei um die Arbeit mit sozial benachteiligten Kindern und Jugendlichen im Alter von sechs bis siebzehn Jahren. Der Schwerpunkt liegt auf Bildung und Netzwerkarbeit und eignet sich vor allem im Kontext von Arbeit in Kindertageseinrichtungen, von Schulsozialarbeit oder von Gemeinwesenarbeit (EH Freiburg 2011). Inhalte des Programms sind unter anderem eine Übungsleiterausbildung im Kindersport, die Durchführung eines bewegungsbezogenen sozialen Projekts und die Ausarbeitung einer fachwissenschaftlichen Studienarbeit zu diesem Thema. Nach erfolgreicher Absolvierung können die Studentinnen und Studenten ein Zertifikat ausgestellt bekommen (Kösler 2009, 3).

Der zweite Ansatz ist das ‚Düsseldorfer Modell‘, das bereits 1982 in Zusammenarbeit mit dem Landessportbundes entstanden ist. Die Studierende erhalten dabei nach ihrem Studium eine Übungsleiterlizenz Breitensport und zusätzlich noch eine Sonderlizenz für Abenteuersport. Das Modell dient vor allem dazu, soziale Einrichtungen für Bewegung, Spiel und Sport zu interessieren (Michels 2004, 77).

In Marburg findet sich ein weiterer Ansatz, in dem sich Bewegung wiederfindet. In Zusammenarbeit mit der Universität Marburg arbeitet dort der Verein bsj Marburg e.V.^{IV}, ein Verein zur Förderung einer bewegungsorientierten Jugendsozialarbeit. Dieser versucht Bewegung als zentrales Medium der Sozialen Arbeit zu machen. Der Verein arbeitet im Bereich der Freizeit, der Schule und der Berufsausbildung mit den jungen

Menschen und wird von der Universität Marburg wissenschaftlich begleitet (Pogats 2015, 28f.).

Aus Perspektive der Tanzpädagogik – also eine eher ästhetische Sichtweise – arbeitet ein aus Münster stammender bewegungsbezogene Ansatz. Hier spielen Körpersprache, Bewegungsstile und Rhythmen eine große Rolle (Rebell 1999, 35)

Bei bewegungsbezogenen Ansätzen lassen sich acht verschiedene Funktionen finden, die diese Ansätze erfüllen können. Auf die meisten dieser Funktionen, werde ich in dieser Arbeit genauer eingehen. Die soziale Funktion bedeutet, dass die jungen Menschen miteinander in Bewegung sind. Dazu kann auch die explorative Funktion hinzugezählt werden, durch die die räumliche und soziale Umwelt wahrgenommen und genutzt werden kann. Das Kennenlernen des eigenen Körpers und der eigenen Person wird als personale Funktion von Bewegung bezeichnet. Neben dem expressiven Darstellen und dem ingressiven Fühlen von Gefühlen gehört noch die adaptive Funktion dazu. Dadurch lernen die jungen Menschen ihre körperlichen Grenzen kennen. Die letzten beiden Funktionen des bewegungsorientierten Ansatzes beinhalten das Herstellen mit dem Körper und das Lernen beim Umgang mit Niederlagen (Zimmer 2004, 19).

Es wird deutlich, dass Bewegung und sportliche Aktivität für die Soziale Arbeit vor allem in Bezug auf Bildungsprozesse eine wichtige Unterstützung ist. Jedoch ist nicht jedes Bewegungsangebot automatisch bewegungsorientierte Soziale Arbeit, da Bewegung und die genannten Funktionen nicht immer im Mittelpunkt der Angebote sind, sondern es eher um Vergnügung geht. Auch konzeptionell sind Bewegung und sportliche Aktivität selten in Einrichtungen der Sozialen Arbeit verankert. Die Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeiter sind ebenfalls diesbezüglich wenig qualifiziert (Michels 2007, 15f.).

Vom bewegungsorientierten Ansatz in der Sozialen Arbeit schaue ich jetzt noch einmal kurz auf diesen Ansatz in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit, um die es in der Arbeit geht. Auch hier wird das Potenzial von Bewegung unterschätzt. Dies lässt sich schon daran erkennen, dass zum Thema Bewegung in der Offenen Kinder und Jugendarbeit kaum wissenschaftlich fundierte, theoretische Literatur finden lässt, sondern meist nur Formen von Bewegungsangeboten in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit.

Es wird dabei zwischen drei verschiedenen Formen von Bewegungsangeboten unterschieden. Neben dem Sport und Spiel spielt vor allem die Erlebnispädagogik, die mit abenteuerlichen Elementen zum Umgang mit Risiko und Wagnis führt, eine wichtige Rolle (Michels 2007, 13). Angebote, die mit Musik, Tanz und Theater zu tun haben, bei der das Erleben von Spaß und Bewegungsfreude im Mittelpunkt stehen, bilden die dritte Form von Bewegungsangeboten (Wendler, 2018, 678). Im fünften Kapitel werde ich ein erlebnispädagogisches Angebot genauer erläutern und analysieren. Ansonsten werde ich nicht genauer auf die Formen von Bewegungsangeboten eingehen.

Es kann jedoch gesagt werden, dass junge Menschen ihre sportlichen Aktivitäten meistens im öffentlichen Raum praktizieren. Dies ist eine Chance für die Offene Kinder- und Jugendarbeit, mit einem sozialräumlichen Ansatz zu arbeiten. Es geht hierbei um das Interesse der jungen Menschen an der Raumeignung und -mitgestaltung – siehe Kapitel 3.3.1 – und um die Stärkung der informellen Bildung. Durch diese Nutzung des öffentlichen Raumes, der für sie Treffpunkt und Lebensraum ist, lassen sich diejenigen ansprechen, die nicht bereit sind, die Jugendhäuser aufzusuchen und sich dort anzupassen. Über das Thema Bewegung kann also Kontakt zu neuen jungen Menschen entstehen (Barde 2013, 181f.).

Studien über die Offene Kinder- und Jugendarbeit belegen ebenfalls, dass Sport und Spiel – also auch Bewegung – neben der Geselligkeit und anderen Themen ein Besuchsgrund für junge Menschen sind. Sportliche und bewegungsorientierte Angebote – falls vorhanden – werden auch neben dem Offenen Bereich, Discos und Ausflügen am häufigsten von ihnen genutzt. Jedoch zeigen die Wünsche, die sie zur Verbesserung der Offenen Kinder- und Jugendarbeit genannt haben, dass mehr solcher Angebote gebraucht werden (Schmidt 2011, 57ff.).

Abschließend ist festzuhalten, dass ein bewegungsorientierter Ansatz in der Sozialen Arbeit auf vielen verschiedenen Ebenen für die Entwicklung und Bildung junger Menschen positive Wirkungen haben kann. Jedoch wird dieser Ansatz in der Praxis unterschätzt und kommt noch zu selten zum Einsatz, obwohl bereits verschiedene bewegungsorientierte Ansätze existieren. Dies gilt ebenfalls für die Offene Kinder- und Jugendarbeit. Hier zeigen Studien sogar, dass die vorhandenen Bewegungsangebote am meisten genutzt werden, aber es zu wenige dieser Angebote gibt, obwohl durch solche Angebote im Sozialraum auch Kontakt zu jungen Menschen entstehen kann.

2.3 Bildung in Bewegung

„Keine Stunde im Leben, die man
im Sport verbringt, ist verloren.“

Winston Churchill^V

Das oben stehende Zitat verdeutlicht noch einmal, welche wichtige Bedeutung Bewegung und sportliche Aktivität hat, indem es sagt, dass die Zeit, die mit Bewegung und sportlicher Aktivität verbracht wurde, nicht sinnlos verschwendet wurde, sondern einen Nutzen hat. In den nächsten beiden Kapiteln werde ich dies bezüglich dem Thema Bildung beweisen. Dazu zeige ich die Chancen von Bewegungsangeboten aus bildungstheoretischer Sicht.

Ich schaue einerseits auf die Alltagsbewegung, die bereits in Kapitel 2.1.1 behandelt wurde. Andererseits zeige ich, wie es zu Bildung in Bewegung und bei sportlicher Aktivität bei den jungen Menschen kommen kann. Dabei wird Bewegung als ein Feld gesehen, in dem es einzigartige Möglichkeiten zur Bildung gibt (Keiner und Vagt 2003, 186). Hier geht es eher um das Erfahren durch Bewegung und sportliche Aktivität und ist somit ein eher passiv ablaufenden Prozess.

Bewegung beinhaltet in gewisser Weise ein Erfahren der eigenen Person – die Selbsterfahrung. Damit verbunden ist die Welterfahrung – also das Erfahren der Umwelt der Person.

Hierbei beschäftige ich mit der Leiblichkeit und der Körperlichkeit. Grundlage hierfür bildet die Arbeit des Philosophen Helmut Plessner^{VI}. Dieser unterscheidet einerseits das Innere – der subjektive Leib – und andererseits das Äußere – der Körper zur Distanzierung des Leibseins. Diese beiden Facetten des Menschen sind untrennbar miteinander verbunden (Haas 2018, 54). Im zweiten und dritten Unterkapitel behandle ich etwas genauer diese Punkte und gehe auf den Leib und den Körper im Zusammenhang mit Selbst- und Welterfahrung ein.

Beginnen möchte ich jedoch im Anschluss mit der Sozialen Erfahrung, die vor allem durch Geselligkeit gemacht wird.

Zuvor schaue ich noch kurz auf das Setting, in dem die Bewegungsangebote stattfinden. Es handelt sich um ein informelles Setting, da es keine primäre Verfolgung eines Bildungsauftrags in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit gibt. Es herrschen Freiwilligkeit und sehr große Spielräume zur eigenen Gestaltung, sodass sich das Bildungsgeschehen aus den individuellen Interessen der jungen Menschen entwickelt. Der dort stattfindende Bildungsprozess ist eher implizit, da Bildung dort beiläufig, manchmal sogar unbeabsichtigt stattfindet (Heim 2011, 260).

2.3.1 Soziale Erfahrung durch Geselligkeit

„Das Leben ist ein kollektiver Sport,
für den du gute Teamkameraden finden musst“

Pavel Kosorin^I

Ich habe diesen Aphorismus von Pavel Kosorin gewählt, da er deutlich macht, dass es im Leben wichtig ist, zu anderen Menschen Beziehungen aufzubauen, mit denen man auch zusammen sein will. Der Definition nach handelt es sich bei Geselligkeit um ein „zwangloses und zweckfreies, durch gemeinsame Unterhaltung [...] bestimmtes Zusammensein von Menschen“ (B. I. Mannheim 1974, 228). Ich werde in dieser Arbeit nicht genauer auf den Geselligkeitsbegriff eingehen.^{VII}

Pavel Kosorin vergleicht in seinem Aphorismus diese Geselligkeit mit einem Mannschaftssport. Im Mannschaftssport ist ausschlaggebend für den Erfolg, dass die ganze Mannschaft gut zusammenspielt, wobei hier die Leistungsorientierung des Sports keine Rolle spielt. So kommt diese Geselligkeit in manchen Bewegungsangeboten – wie beispielsweise Tanzangebote, bei denen Choreographien in einer Gruppe geprobt werden – ebenso vor, auch wenn keine Leistungsorientierung vorherrscht. In diesem Kapitel beschäftige ich mich damit, wie die Geselligkeit, die durch Bewegungsangebote entsteht, zu Sozialen Erfahrungen und somit zu Bildung führen kann.

Es geht also einmal um die in Kapitel 2.1.1 angesprochene soziale Kategorie im Bezug auf Alltagsbewegung. Diese bilden die Grundlage für soziale Beziehungen. In der Interaktion kann Bewegung instrumentell oder expressiv sein. Diesen Bewegungen werden in der Gesellschaft spezifische Zuweisungen gemacht, durch die die Interaktion funktioniert. Besteht innerhalb der Peer Group oder anderen Gruppen das gleiche Verständnis von bestimmten Bewegungsabläufen, so vermittelt das den jungen Menschen Orientierung und Sicherheit (Krus 2018, 47).

Geselligkeitsformen werden immer mehr vom passiven Sich-Unterhaltenlassen – also ein kollektiver Konsum – verdrängt. Der Sport beweist sich jedoch als eines der letzten gesellschaftlichen Teilsysteme, in dem immer noch ein Raum für Geselligkeit vorhanden ist (Fritsch und Kleine 1990, 10f.).

In der Forschung über Sport und Bewegung wird der Geselligkeitsbegriff beim Thema Bildung eher gemieden, aber lässt sich in anderen Denkkzusammenhängen in Ansätzen wiedererkennen: zum einen im Konzept des ‚Sozialen Lernens‘^{VIII} und zum anderen, wenn es um das Fördern sozialer Verhaltensmuster durch ein Miteinander sportlich aktiver Personen geht (Meinberg 1990, 50f.).

Aus bildungstheoretischer Sicht müssen bei Bewegung und Geselligkeit verschiedene Punkte beachtet werden: es braucht einen Raum, an dem die jungen Menschen freiwillig gesellig zusammen sein wollen – wie es im Sportverein der Fall ist. Die Zeit muss berücksichtigt werden. Hier geht es darum, dass die sportliche Aktivität auch auf die Zukunft gerichtet ist. Weiter sind die verschiedenen Formen von Interaktionen – von intergenerativ über interkulturell bis hetero- und gleichgeschlechtlich – wichtig. Außerdem müssen auch Gefühle im Spiel sein, die in jedem geselligen Miteinander vorhanden sind. Es geht hierbei um die Thematisierung von Gefühlen wie das Taktgefühl oder Neid (ebd., 53ff.). Sind diese Punkte in einem Bewegungsangebot gegeben, findet Bildung im Sinne von Geselligkeit statt, da die jungen Menschen so Soziale Erfahrungen machen können.

Im nächsten Schritt möchte ich klären, welchen Rahmen ein Bewegungsangebot für junge Menschen nach diesen Punkten braucht, damit Soziale Erfahrungen gemacht werden können. Zuerst wird ein Raum benötigt. Hier kann es sich um einen öffentlichen Spiel-

oder Bolzplatz, eine Turnhalle oder einen anderen Ort, an dem sich die jungen Menschen treffen, handeln. Weiter muss das Bewegungsangebot möglichst konstant und über einen langen Zeitraum stattfinden, sodass es dort zu dieser Form von Bildung kommt. Hier bietet es sich an einen festen Termin mit der Gruppe zu machen, an dem man sich trifft. Als nächstes muss beachtet werden, dass die jungen Menschen in Interaktion untereinander, aber auch mit anderen Personen stehen. So können beispielsweise an einem Tag junge Menschen mit Fluchterfahrung an dem Angebot teilnehmen und sich vielleicht in die Gruppe integrieren. In der Kommunikation untereinander sollen dann auch Gefühle, die durch die sportliche Aktivität, aber auch in anderen Situationen innerhalb der Gruppe auftreten, angesprochen und thematisiert werden. Dies kann auch durch die Person stattfinden, die das Angebot betreut.

Nachdem ich geklärt habe, wie ein Bewegungsangebot gestaltet werden muss, damit es zu Bildung durch Soziale Erfahrungen kommen kann, zeige ich zum Abschluss noch einmal, wie Geselligkeit innerhalb von Bewegungsangeboten in der Praxis aussehen kann. Dazu zeige ich die Ergebnisse einer Erhebung von Verena Fritsch und Manuela Lutz (1990). Dabei wurde zwar keine Gruppe von jungen Menschen gefragt, die Erhebung hat aber allgemeine Merkmale von Geselligkeit herausgefunden, die gruppenübergreifend sind. Geselligkeit bedeutet kooperatives Zusammensein, bei dem mehrere Personen anwesend sein müssen. Als Grundlage für Gespräche dienen ähnliche Interessen und Erfahrungen, die von allen gemacht wurden. Konfrontationen und Auseinandersetzungen stören die Geselligkeit. Auch müssen die Personen bereit sein, einen persönlichen Beitrag zur Geselligkeit zu leisten und die Geselligkeit muss völlig zweckfrei sein. So entsteht ein Wir-Gefühl innerhalb der Gruppe (Fritsch und Lutz 1990, 149).

Hier wird deutlich, dass die jungen Menschen verantwortlich dafür sind, ob und wie Bildung durch Soziale Erfahrungen innerhalb des Bewegungsangebots stattfindet. Sportliche Aktivitäten in dem zuvor genannten Rahmen bieten nur eine ideale Voraussetzung für Bildung, wenn die gerade genannten Punkte beachtet werden. Deshalb muss noch einmal genau beachtet werden, dass die Gruppe erstens groß genug ist, damit Geselligkeit überhaupt entstehen kann. Die jungen Menschen sollten ähnliche Interessen haben und auf einem Level mit Erfahrungen bezüglich sportlicher Aktivität sein. Hier bietet sich die Arbeit mit einer Peer Group an, in der alle ungefähr das gleiche Alter und die gleiche Gesinnung haben. Konfrontationen innerhalb der Gruppe sollten schnell von der Gruppe selbst beseitigt werden und nicht zu lange bestehen, damit das gemeinsame Zusammensein nicht darunter leidet. Dazu gehört auch die Bereitschaft, die von allen jungen Menschen erwartet wird, einen Teil zur Geselligkeit beizutragen. Dies gelingt vor allem, wenn alle mit Spaß an dem Bewegungsangebot teilnehmen.

Abschließend ist also zu sagen, dass Bewegungsangebote für junge Menschen – finden sie in einem richtigen Rahmen statt – dafür geeignet sind, sich mithilfe Sozialer Erfahrungen durch Geselligkeit zu bilden, sofern sich die Gruppe auf ein geselliges Zusammensein einlässt.

2.3.2 Welterfahrung durch den Körper

„Ehrbarer Sport unterliegt nicht dem Missbrauch
von Körper und Geist.“

*Raymond Walden*¹

Der im Jahr 1945 geborene Raymond Walden setzt sich mit seinen niedergeschriebenen Gedanken für Humanität, Gewaltfreiheit, Gleichberechtigung und Freiheitlichkeit ein. Damit möchte er versuchen, die in der modernen Gesellschaft noch immer vorherrschenden – übertrieben ausgedrückt – altertümlichen Verhaltensmuster aufzubrechen.^{ix}

Dieser Versuch von Raymond Walden war für mich unter anderem ein Grund, dass ich diesen Aphorismus gewählt habe. Wie ich bereits zu Beginn meiner Arbeit gesagt habe und an den beiden Unterkapitel davor deutlich wurde, gibt es in der Sozialen Arbeit, wenn es um das Thema Bewegung im Allgemeinen, in den letzten Jahren ebenfalls keine großen Fortschritte in der Forschung und somit in der Praxis. Der andere Grund, warum ich dieses Zitat ausgewählt habe, war, dass zum Sport beziehungsweise zur Bewegung sowohl der Geist, als auch der Körper gehört. In diesem Unterkapitel gehe ich genauer auf den Körper und die dazugehörigen Körpererfahrungen ein, die durch Bewegung entstehen. Weiter spricht Raymond Walden das Thema Doping und andere Schädigungen des Körpers und des Geistes im Leistungssport an. Hiermit möchte ich noch einmal deutlich machen, dass bei den Bewegungsangeboten Leistung keine Rolle spielt und dass diese in einem Rahmen stattfinden, in dem es keine negativen körperlichen Folgen für die jungen Menschen gibt.

Bei Bewegung und sportlicher Aktivität handelt es sich um eine ausdrücklich körperliche Form von Bewegung. Im Gegensatz zum Nachdenken geht es hier um Körperlichkeit – also das Bewegen des eigenen Körpers. Da jede Person selbstbestimmt handelt – also jede Person ist es selbst, die für ihr Handeln verantwortlich ist – und nicht nur reagiert, wird zwischen der Person – das Selbst – und ihrem Körper unterschieden. Das hat zur Folge, dass bei drastischer Veränderung des Körpers, die Person die selbe bleibt und dass die Person den Körper als Mittel zur Durchführung ihres Handelns nutzt. Man spricht vom ‚Körper-haben‘^x. Damit ist der Körper der Gegenbegriff zum Selbst und durch dessen

Nutzung als Mittel vergleichbar mit anderen Dingen – wie beispielsweise Werkzeugen (Schürmann 2010, 3f.).

Dadurch, dass jede Handlung im Leben zwar nicht mit Körperlichkeit zu tun hat, aber körperlich fundiert ist, wird der Körper sogar als Bildungsapriori angesehen. Trotz der Veränderungen des Körpers bleibt er immer allgegenwärtig. So werden Säuglinge zuerst als Körper zur Welt gebracht. Der Körper ist also Voraussetzung für das menschliche Sein (Haas 2018, 51).

Körpererfahrung beschreibt den Körper als eine Erlebnisgegebenheit, die durch das Sichbewegen zustande kommt. Dabei soll den jungen Menschen ihr eigener Körper und dessen ‚Bedienung‘ bewusst werden. Es geht dabei darum, den Körper als Fühler und Mittler zu benutzen, um die soziale und materielle Umwelt zu erfahren. Körpererfahrung ist dabei ein zentraler Sinn der Bewegung und der sportlichen Aktivität. Mit Erfahrung sind hierbei Wahrnehmungen gemeint, die sich ständig wiederholen und sich so in Erinnerungen verankern. Diese Erfahrungen mit dem Körper beinhalten unter anderem Kontakte mit anderen Körpern und die Verschmelzung von Körper, Gegenstand und Umwelt (Funke 1992, 10ff.).

In diesem Zusammenhang werden vor allem die Körpertechniken in Verbindung mit Bewegung und sportlicher Aktivität gebracht. Der Körper wird dabei als Kulturgegenstand angesehen. Bildung findet in dem Sinne durch die Aneignung des Körpers mittels Kulturtechniken – also kulturwirksamen, sinnhaften Handlungen wie Gehen, Ausspucken oder komplexen Bewegungen – statt (Haas 2018, 58f.).

Welterfahrung ist demnach die Verbindung des Körpers mit der dringlich-räumlichen Umwelt. Die jungen Menschen sollen erfahren, welche Eigenschaften diese hat und welche Gesetze und Rechte dort vorherrschen. Durch die unterschiedlichen Gegebenheiten je nach Umwelt werden immer wieder neue Erfahrungen diesbezüglich gemacht (Becker und Vogler 1993, 131).

Es geht hier also um den explorierend-erkundenden Aspekt von Bewegung. Vor allem in der Kindheit hat dieser Aspekt die wichtigste Bedeutung von Bewegung. Das Wahrnehmen und Erkunden spielen hier eine entscheidende Rolle. In der Erkundung erfahren sie etwas über die sie umgebende Umwelt (Krus 2018, 46f.).

Nachdem ich gezeigt habe, dass Bewegungsangebote zu Bildung durch Welterfahrung, die wiederum durch den Körper der einzelnen jungen Menschen gemacht wird, führen kann, zeige ich im nächsten Abschnitt, wie die Bewegungsangebote gestaltet werden müssen, dass diese Erfahrung vermittelt wird.

Diese Vermittlung findet in drei Schritten statt. Zuerst müssen die Sinne geschärft werden, damit die jungen Menschen überhaupt ihren Körper erfahren und ihn sich so aneignen können. Die dafür notwendigen Sinne werden vor allem durch unterschiedliche

Aufmerksamkeitszentrierungen gestärkt. Dazu gibt es verschiedene Übungen, durch die die jungen Menschen erfahren, die Umwelt – sei es eine andere Person oder ein Raum – besonders wahrzunehmen. Der zweite Schritt beinhaltet das Nutzen der Sinne. Dabei soll das Erfahren des eigenen Körpers wichtig gemacht werden. Dies gelingt nicht, wenn die erzielte Leistung im Mittelpunkt steht, sondern wenn die jungen Menschen die Beziehung zwischen Umwelt und Absicht sehen und gestalten können. Im dritten Schritt wird das Wahrgenommene reflektiert (Funke 1992, 22f.).

Damit die jungen Menschen also Erfahrungen bezüglich ihres Körpers und ihrer Umwelt machen können, muss es innerhalb der Bewegungsangebote bestimmte Elemente geben, die die Aufmerksamkeit auf diese Erfahrung zentrieren und so die Sinne schärfen. Dies kann einmal dadurch passieren, dass bestimmte Körpertechniken gezeigt werden – wie beispielsweise eine bestimmte Körperhaltung beim Rennen. Durch den Wechsel von Anspannung und Entspannung des Körpers oder – in Bezug auf das Rennen – einen Beschleunigungswechsel von Rennen und Joggen findet bei den jungen Menschen Körpererfahrung statt. Weiter wird den jungen Menschen die Wichtigkeit dieser Bewegung deutlich gemacht, indem sie direkt das Ergebnis der Bewegung – beispielsweise das Erledigen einer Aufgabe durch die erlernte Körpertechnik – sehen. Zum Abschluss findet darüber eine Reflexionsrunde statt.

Insgesamt ist also festzuhalten, dass Bewegung und sportliche Aktivität immer mit Körperlichkeit verbunden sind, da der Körper bewegt wird. Da der Körper auch allgegenwärtig und somit Grundlage des menschlichen Seins ist, ist es wichtig, diesen Aspekt bei den Bewegungsangeboten zu berücksichtigen.

2.3.3 Selbsterfahrung durch den Leib

„Sport ist sozusagen ein Spiegel der Seele des Menschen,
was ich im Sport bin, bin ich wirklich selbst.“

Unbekannt¹

Das Zitat macht deutlich, dass es bei Bewegung und sportlicher Aktivität nicht nur um die Umwelt und andere Menschen geht – wie ich es in den beiden Unterkapiteln gezeigt habe. Sportliche Aktivität bewirkt ebenfalls etwas bei der Person, die in Bewegung ist. Genau damit beschäftige ich mich in diesem Unterkapitel. Das Erfahren des Selbst und seiner Fähigkeiten und Grenzen wird ebenfalls durch Bewegung und sportliche Aktivität gefördert. Hier spielt der Begriff der Leiblichkeit eine große Rolle, den ich in den nächsten Abschnitten kurz erläutere.

Im Unterkapitel zuvor habe ich vom ‚Körper-haben‘ – also dem Nutzen des Körpers als Mittel des Selbst – gesprochen. Jedoch gibt es auch passivische Phänomene beim

Körper – wie beispielsweise das Rot-werden bei Scham. Hier dient der Körper nicht als Mittel. Das Selbst ist somit auch ein körperliches Phänomen. Es wird vom ‚Körper-sein‘^x gesprochen. Dieser Ort, der nicht den Körper als Mittler beschreibt, sondern sich auf den Körper des Selbst im Sinne eines Vermittlers von Bewegungen bezieht, wird als Leib bezeichnet (Schürmann 2010, 5).

Insgesamt lassen sich vier Merkmale des Leibs feststellen. Die Eigenschaft der Permanenz beschreibt die Tatsache, dass der Leib – wie der Körper auch – immer da ist. Die Doppelempfindung beschreibt die leibliche Reflexion – also dass der Leib sowohl die Rolle des Wahrnehmenden, als auch die Rolle des Wahrgenommenen besitzen kann. Das Fühlen von Schmerz und Lust – die Affektivität – ist das dritte Merkmal des Leibs. Das letzte Merkmal ist die Bewegungsempfindung, bei der es darum geht, dass Bewegung und Empfindung zugleich passiert (Waldenfels 2000, 30ff.).

Leiberfahrung ist eng verknüpft mit dem Wohlbefinden, das nur durch bestimmte Erfahrungen, Erlebnisse und Anregungen entstehen kann. Diese wird nicht automatisch im Alltag vermittelt. Das lässt sich anhand verschiedener alltäglicher Phänomene verdeutlichen: Spezialisierung im Beruf, Unfähigkeit zu engen emotionalen Bindungen, gestörtes Verhältnis zum eigenen Körper oder Einschränkungen leiblicher Erfahrungsmöglichkeiten. Das Wohlbefinden ist hierbei sowohl von körperlichen, sozialen und psychischen Voraussetzungen, als auch von Erwartungen, Wünsche und Ähnliches abhängig. Es handelt sich beim Wohlbefinden um eine ausschließlich positive Grundbefindlichkeit (Gruppe 1993, 16ff.).

Während es bei der Körpererfahrung mehr um die Wahrnehmung ging, beinhaltet die Leiberfahrung neben der Erfahrung als Grundlage die Handlung als zentralen Punkt. Dabei geht es um Bewegungen, die für die jungen Menschen über Probieren und Suchen zur Gewohnheit werden. Wohlbefinden ist also direkt mit Wagen verbunden. Zu den Erfahrungen gehören ebenfalls die in den beiden Unterkapiteln zuvor behandelten sozialen Erfahrungen – die Vermittlung sozialer Kontakte – und körperlichen Erfahrungen – die Vermittlung von Erfahrungen wie Ermüdung, Erholung und Belastbarkeit. Der Unterschied der Leiberfahrungen zu den anderen beiden Erfahrungen liegt bei der Selbstverwirklichung als dritte Form der Erfahrung. Ein zentraler Begriff ist hierbei die ‚Selbstaktivierung‘. Es handelt sich um die Erfahrung der jungen Menschen in Bezug darauf, was sie können, noch können oder wieder können. Diese Erfahrungen von sich selbst bringt ihnen Sicherheit und ein Zutrauen zu sich selbst. Da eine Teilnahme an den Bewegungsangeboten freiwillig ist, sind die Bewegungen nicht von Natur aus gegeben und notwendig. Grenzerfahrungen sind somit eine freiwillige Erschwerung ihres Lebens. Dadurch erringen sie eine persönliche Unabhängigkeit, die mit dem Wohlbefinden in Verbindung steht (ebd., 27ff.).

Es wird noch einmal deutlich, dass der Leib mit dem Körper verbunden ist. Bildung im Sinne von Leiberfahrung kann also nur stattfinden, wenn der Körper sich vom Leib trennt. Dies ist bei Widerständen – wie noch nicht bekannte Bewegungen – der Fall. Hier stellt sich der Körper in den Mittelpunkt. Dies führt zu Irritationen beim Leib. Durch eine exzentrische Positionierung in Form einer Ich-Zentrierung kann der Mensch den Körper vom Leib trennen und mit der Situation umgehen. In dieser Situation kommt es unter Berücksichtigung von Körper, Bewegung und Raumorientierung zum bewussten Nachahmen, Spüren und Reflektieren. Es kommt hierbei zu Bildung, wenn die leibliche Aneignung der noch nicht bekannten Bewegung habitualisiert wird. Dieser Zustand des Könnens und Seins zeigt, dass ein funktionierendes Verhältnis zwischen Leib und Körper vorhanden ist (Haas 2018, 57).

Bildende Leiberfahrung ist somit ähnlich eines spürbaren Gewissens. Der Leib gibt durch die leibliche Erkenntnis eine Art Rückmeldung, ob die Bewegungen funktionieren und bereits gekonnt werden (Ruin 2015, 72).

Auf den Alltag bezogen hat Bewegung mit dem Erleben – sowohl Erfolge als auch Misserfolge – der individuellen Handlungsmöglichkeiten zu tun. Sie unterstützt beim Aufbau des eigenen differenzierten Selbstkonzeptes. Weiter geht es um Gewinnung von Erkenntnis. Deswegen spielt die Leiberfahrung auf sozialer, psychischer und physischer Ebene eine wichtige Rolle (Krus 2018, 47). Die Auswirkungen für den Leib – Aufbau eines neuen Körper- und damit Selbstwertgefühls und die Integration innerhalb einer Gruppe aufgrund des Könnens einer Bewegung – behandle ich im anschließenden Kapitel genauer.

Selbsterfahrung bedeutet also, sich mit der Umwelt in Bezug auf sich selbst auseinanderzusetzen und beinhaltet ebenfalls soziale Erfahrungen und Körpererfahrungen in Form von im Körper ablaufenden Vorgängen, wie Entspannung. Ein Miteinbeziehen von Umweltgegebenheiten – Sportgeräte oder Naturelemente wie Wasser – verbindet somit die Selbst- mit der Welterfahrung (Becker und Vogler 1993, 130f.).

Übertragen auf die Bewegungsangebote bedeutet dies, dass diese den jungen Menschen Herausforderungen im Sinne von Widerständen, bei denen sie ihren Körper einsetzen, bieten müssen. Dies gelingt am besten bei motorischen Bewegungen, die sie zuvor noch nicht kannten und konnten. Den jungen Menschen muss die Möglichkeit gegeben werden, die Bewegung mit ihrem Körper nachzuahmen, sie zu spüren und danach darüber zu reflektieren. Das Ziel ist es, dass die Bewegung für die jungen Menschen zur Gewohnheit und so einverleibt wird. Für das Beispiel des Rennens bedeutet dies, dass die erlernten Körpererfahrungen und Körpertechniken zur Gewohnheit werden sollen. Durch diese Erlebnisse können die jungen Menschen dann zu Wohlbefinden kommen. Dazu müssen immer wieder die angesprochenen Punkte – wie Wünsche oder Erwartungen, aber auch

soziale, psychische und physische Voraussetzungen – angesprochen und reflektiert werden.

Abschließend kann also gesagt werden, dass eine klare Trennung von Leib- und Körpererfahrung – und somit auch von Selbst- und Welterfahrung – sehr schwer fällt, sondern diese eher zusammen gesehen werden sollten. Bei der Leiberfahrung steht mehr die Aktivität im Vordergrund und ist mit dem Wohlbefinden unmittelbar verbunden.

2.4 Bildung durch Bewegung

„Sport ist progressive Medizin.“

Lothar Hüther¹

Ich habe im Kapitel zuvor gezeigt, wie Bewegung und sportliche Aktivität zu Bildung durch Erfahren führt. Als Nächstes möchte ich hier auf die Bildung im Sinne von Aneignung eingehen. Hier wird Bewegung und sportliche Aktivität als ein Mittel gesehen, um sich allgemeine Bildungswerte anzueignen (Keiner und Vagt 2003, 186). Das Aneignen ist ein Prozess, der durch das Aktiv-werden der einzelnen jungen Menschen entsteht. Die jungen Menschen verwandeln so für sie Fremdes in Eigenes – ähnlich der Leiberfahrung. Aufgrund der selbständigen Auswahl und Deutung des Angeeigneten – sei es über sich selbst oder über die Welt – unterstützt diese ebenfalls die Lebensbewältigung (Heim 2011, 259f.). Diese Selbstgestaltungsfähigkeit setzt für die jungen Menschen voraus, dass sie bei der Gestaltung der Rahmenbedingungen mitwirken und aktiv dafür sorgen können, dass ihre Interessen und Bedürfnisse miteinbezogen werden (DSJ 2009, 8).

In diesem Kapitel geht es also um bestimmte Fähigkeiten und positive Wirkungen, die aufgrund Bewegung angeeignet werden beziehungsweise auftreten. Bewegung ist daher – wie es zu Beginn dieses Kapitels genannten Zitat – auch eine Art Medizin, die einen positiven Einfluss auf die jungen Menschen hat.

Grundlage dieses Kapitels bildet einerseits der Aufsatz ‚Bedeutung der sportlichen Aktivität für Kinder und Jugendliche aus soziologischer und pädagogischer Perspektive‘ von Katharina Diehl, Freia De Bock und Sven Schneider (2014). Andererseits sollen nach dem zwölften Kinder- und Jugendbericht Bewegung und sportliche Aktivität dazu befähigen, selbständig physisch, psychisch und sozial in einer komplexen Umwelt handeln zu können (BFSFJ 2006, 84). Dies führt dann auch auf diesen drei Ebenen zur bereits angesprochenen Persönlichkeitsentwicklung bei den jungen Menschen. Ich beginne mit der sozialen Ebene und gehe dann auf die psychische und physische Ebene genauer ein.

Die sozialen, psychischen und physischen Ressourcen, die durch Bewegungsangebote angeeignet werden, können ebenfalls Gesundheitsressourcen sein und somit zur

Gesundheit der jungen Menschen beitragen. Eine gesündere Lebensführung kann eine positive Wirkung sein (Michels 2014, 80).

2.4.1 Soziale Ressourcen

„Der Sport ist eine völkerverbindende Sache.
Vor allem die Ärzte haben viel zu verbinden“
Herbert Rosendorfer^V

Auch in dem oben stehenden Zitat wird in der für Herbert Rosendorfer typischen Satire^{XI} auf die bereits erwähnten Schädigungen des Körpers – vor allem durch den Leistungssport – aufmerksam gemacht. Der eigentliche Grund, warum ich dieses Zitat ausgewählt habe, ist der erste Satz, in dem der Autor den Sport als eine ‚völkerverbindende Sache‘ sieht. Sieht man von der Satire ab, so bedeutet dies, dass viele Sportarten oder Formen von Bewegung – wie Fußball, Rennen oder Tanzen – weltweit bekannt sind und so Menschen unterschiedlicherer Kulturen an Bewegungsangebote gemeinsam teilnehmen können. Neben der hier angesprochenen Wirkung vermittelt Bewegung und sportliche Aktivität ebenfalls soziale Normen und Werte, mit denen ich in diesem Unterkapitel beginne.

Sind Strukturen in Sport- beziehungsweise Bewegungsangeboten vorgegeben, so verhindern diese, dass die jungen Menschen aus der Wertegemeinschaft ausbrechen und bilden so eine Persönlichkeit, die von der Gesellschaft erwünscht ist (Diel und De Bock und Schneider 2014, 315). Das Erlernen von Werten und Normen im Sport wird als ‚Sozialisation im Sport‘ bezeichnet und wird durch die Personen, die das Angebot betreuen, vermittelt (Ortmann 2005, 17). Können die jungen Menschen diese Werte und Normen in ihren Alltag einfließen lassen, so spricht man von ‚Sozialisation durch den Sport‘ (Diel und De Bock und Schneider 2014, 317). Beides lässt sich auch auf Bewegungsangebote übertragen.

Ein besonderer Wert, der vor allem im Sport häufiger zu hören ist, aber meiner Ansicht nach auch in Bewegungsangeboten und somit in den Alltag der jungen Menschen vermittelt werden sollte, ist die Fairness beziehungsweise das Fairplay. Aufgrund der Wettkampforientierung des Sports kommt es zum Konflikt der eigenen Interessen und Orientierung an sozialen und kompetenten Verhalten, durch das unfaires Verhalten zeitweise zum Erreichen des Zieles dient (Hess und Scheithauer 2010, 67).

Sport und Bewegung bieten sich ideal zum Lernen sozialer Fähigkeiten an. Zu den Fähigkeiten, die durch Bewegung erlernt werden können und für das Fairplay wichtig sind, zählen unter anderem Empathie, eine Sensibilität für die Moral bezüglich des eigenen Verhaltens und der in der Situation passende Umgang mit den eigenen Emotionen. Ein

Mangel dieser Fähigkeiten führt zu einem aggressiven und dissozialem Verhalten. Jedoch beinhalten Angebote, die zur Gewaltprävention oder zur Förderung sozialer Fähigkeiten dienen, trotz dieses Wissens über die positiven Wirkungen von Bewegung kaum bewegungsbezogene Ansätze (ebd., 67).

Studien, wie durch Bewegung und sportliche Aktivität soziale Fähigkeiten angeeignet werden, gibt es lediglich im Rahmen des organisierten Sports. Jedoch lassen sich die meisten Ergebnisse übertragen. Es wird dabei zwischen zwei Fähigkeiten unterschieden: die Kooperationsfähigkeit und die Interaktionsfähigkeit. Fair Play und Empathie, die ich bereits im Absatz zuvor genannt habe, zählen neben anderen Werten und Normen – wie beispielsweise Hilfsbereitschaft, Respekt, Rücksichtnahme, Toleranz oder Zuverlässigkeit – zu den Kooperationsfähigkeiten. Die Interaktionsfähigkeiten beinhalten Erfahrungen und Wissen über den Umgang mit Menschen, die sie durch Bewegung und sportliche Aktivität sammeln. Hier spielt das Erwerben und Verbessern der Kommunikationsfähigkeit eine große Rolle (Neuber et al. 2010, 57f.).

Aufgrund dieser Fähigkeiten kann Bewegung zur Integration in eine Gruppe führen, mit der zusammen sportliche Aktivität ausgeübt werden. Dadurch erfahren sie einerseits soziale Unterstützung. Andererseits können sie sich so ein Netzwerk aufbauen (Diel und De Bock und Schneider 2014, 315). Bewegung und sportliche Aktivität haben also auch eine sozialintegrative Funktion.

Ein Schwerpunkt bei der Integration durch Bewegung ist die Partizipation – also die Teilnahme an bewegungsorientierten Angeboten – von jungen Menschen mit Migrationshintergrund oder mit Fluchterfahrung. Jedoch gibt es dazu in der Forschung kaum Befunde, wenn es um Bewegungsangebote außerhalb der Sportvereine geht. Daher sind die Kenntnisse über die Teilnahme an Bewegungsangebote ebenfalls kaum erforscht (Braun und Nobis 2011, 22).

Integration ist neben der sozialen Anerkennung das große Ziel, wenn es um die Identitätsbildung von jungen Menschen mit Migrationshintergrund oder mit Fluchterfahrung geht. Dabei geht es vor allem um das Erfahren eines Zugehörigkeitsgefühls – also um das Akzeptiert-Werden in einer Gruppe (Keupp et al. 2002, 261). Die jungen Menschen nehmen dies bewusst wahr und sehen Bewegung und sportliche Aktivitäten als ein Medium, das zu einer erfolgreichen Integration führen kann. Sie haben also ein positives Bild von Bewegung (Müller 2017, 134).

Die in Bewegung ebenfalls beinhalteten Alltagsbewegungen fördern ebenso die Integration, da Identitätsbildung und somit auch die damit verbundene Integration durch alltägliches Handeln die ganze Zeit und in allen Lebensphasen stattfindet (Keupp et al. 2002, 215).

Neben der Integration junger Menschen mit Migrationshintergrund oder mit Fluchterfahrung können Bewegungsangebote auch junge Menschen mit Behinderung integrieren. Auch hier gelten die sozialintegrativen Wirkungen, die ich gerade beschrieben habe. Dadurch bekommen die jungen Menschen mit Behinderung ein besseres Selbstbild. Sie machen neue Erfahrungen und Erlebnisse. Berührungsängste und Fremdenbilder werden ebenfalls abgebaut (Schied und Rank und Kuckuck, 2003, 17).

In der Empirie wird die Integration junger Menschen mit Behinderung durch Bewegung ebenfalls kaum berücksichtigt. Die wenigen Studien wollen nur die Unterschiede zu den jungen Menschen ohne Behinderung aufzeigen. Weitere Autoren thematisieren ein Miteinander-Aktivsein, das aus Mitleid entsteht (Janda 2014, 148).

Im Umkehrschluss bedeutet dies, dass Bewegungsangebote bei jungen Menschen ebenfalls zur Aneignung von interkulturellen und integrativen Fähigkeiten führen kann, da die jungen Menschen dort mit anderen jungen Menschen aus anderen Kulturen oder mit einer Behinderung in Kontakt treten können.

Bewegung kann also auf sozialer Ebene zur Aneignung bestimmter sozialer Fähigkeiten führen, bei denen zwischen den Interaktions- und den Kooperationsfähigkeiten unterschieden wird. Auf diesem Weg vermittelt Bewegung also bestimmte Werte und Normen. Hierzu zählen unter anderem Fair Play, Respekt und Toleranz. Durch diese Werte und Normen hat Bewegung auch eine sozialintegrative Wirkung, auch wenn es mit Blick auf junge Menschen mit Migrationshintergrund oder mit Behinderung diesbezüglich keine empirischen Studien gibt.

2.4.2 Psychische Ressourcen

„Sport kann beim Menschen einen Rausch im Sinne
einer ekstatischen Begeisterung auslösen.“

*Günther Bäuml*¹

Mit diesem Zitat möchte ich eine weitere positive Wirkung von Bewegung zeigen: Bewegung macht – unter gewissen Umständen – glücklich. Dieses Glücksgefühl ist ein Grund dafür, dass Bewegung und sportliche Aktivität manchen jungen Menschen auf emotionaler Ebene hilft. Daneben möchte ich in diesem Unterkapitel noch aufzeigen, wie Bewegung auf kognitiver und motivationaler Ebene zur Aneignung psychischer Ressourcen beisteuern kann.

Dass Bewegung auf psychischer Ebene helfen kann, hat eine erst vor kurzem veröffentlichte Studie der Universität Oxford gezeigt, bei der 1,2 Millionen Menschen über vier Jahre teilgenommen hatten. Dabei kam heraus, dass sich regelmäßig bewegende Personen – sei es Hausarbeit oder sportliche Aktivität – im Schnitt ungefähr 43 Prozent

weniger Tage haben, an denen es ihnen auf psychischer Ebene schlecht geht (Chekroud et al. 2018, 739ff.).

Kognitiv trägt Bewegung durch die Beeinflussung des Selbstwertgefühls bei. Die jungen Menschen sind zufriedener mit sich selbst, aber auch mit ihrem eigenen Körper (Diel und De Bock und Schneider 2014, 314).

Das Selbstwertgefühl ist Teil des Selbstkonzeptes, das der Einstellung der jungen Menschen zu ihrer eigenen Person entspricht. Danach werden die Merkmale der eigenen Person einerseits neutral beobachtet – das Selbstbild. Andererseits werden diese Merkmale im Selbstwertgefühl bewertet (Zimmer 2012, 51). Eine negative Bewertung kann zu negativen Reaktionen bei den jungen Menschen – wie Verunsicherungen oder Angstzuständen – führen.

Bewegung bietet sich ideal an, um mit jungen Menschen zu arbeiten, die durch das negative Bild von sich selbst leiden, da Bewegung als Medium zu einem spielerischen Zugang zu diesen jungen Menschen dient. Durch direkte Handlungserfahrungen, die erfolgreich verlaufen, schreiben sie sich selbst ein erfolgreiches Handeln zu. Diese Erfahrungen können sie nur machen, wenn die Bewegungsangebote die individuellen Voraussetzungen, Interessen und Fähigkeiten durch vielseitige spielerische Angebote berücksichtigen. Das Selbstwertgefühl wird dann vor allem durch die gegenseitige Unterstützung und die anerkennende Rückmeldung der anderen jungen Menschen gesteigert (Behrens 2016, 130f.).

Auf emotionaler Ebene liegen bei Bewegung und vor allem sportlicher Aktivität der Ärger, die Frustration, der Erfolg und die Freude eng beieinander. Dies ist vor allem dann der Fall, wenn die Leistungsorientierung im Mittelpunkt steht und führt zu negativen Emotionen. Diese Emotionen lösen wiederum Stress aus, gegen den die jungen Menschen Strategien entwickeln müssen. Zum Lernen dieser Strategien ist Bewegung bestens geeignet (Diel und De Bock und Schneider 2014, 315). Die Strategien sind wiederum für die jungen Menschen sehr nützlich, da sie diese im Alltag einsetzen können. In ihrem Alltag – sei es in der Schule oder in ihrem Privatleben – kommen immer wieder Situationen, bei denen der Ärger und die Frustration sehr groß sein werden. Durch die Aneignung solcher Strategien lernen sie, stressige Situationen in ihrem Alltag, in der Schule oder ihrem Beruf zu meistern. Jedoch kann Bewegung auch schon früher angesetzt werden: sie kann bei der direkten Reduzierung des Stressses helfen, also der Stressentstehung entgegenwirken. Dies gelingt einerseits in dem sie Ressourcen stärkt. Dabei handelt es sich unter anderem um die bereits angesprochene Stärkung des Selbstwertgefühls. Andererseits kann Bewegung auch die Stressoren – also die Bedingungen, die von außen auf die jungen Menschen einwirken und sie zu Anpassungen zwingt (Fuchs und Klaperski, 2018, 207) – reduzieren. Dabei geht es vor

allem um chronische Erkrankungen oder chronisch auftretende Probleme, die sowohl physischer, als auch psychischer Natur sein können. Bewegung hilft dabei bei der Vorbeugung und der Symptomverringerung und ist daher stressreduzierend (ebd., 209f.).

Motivational gesehen kann Bewegung und sportliche Aktivität die Motivation erhöhen, um auch die bereits genannten nicht so guten Zeiten, in denen Ärger und Frustration vorherrschen, zu überwinden (Diel und De Bock und Schneider 2014, 315). Dies geschieht durch Empowerment. Danach sollen die jungen Menschen mit Unterstützung der Fachkräfte lernen, autonom und eigenverantwortlich zu handeln (ebd., 321).

Dabei wird zwischen intrinsischer und extrinsischer Motivation unterschieden: Intrinsische Motivation wird durch Belohnung oder Druck von außerhalb erreicht. Hier stehen der Spaß und die Freude am Bewegen im Mittelpunkt. Es geht um das Sammeln neuer Erfahrungen und Ausbau der eigenen Fähigkeiten. Extrinsische Motivation entsteht durch das Erreichen bestimmter – meist sozialer und gesundheitsfördernde – Ziele über die Bewegung und sportliche Aktivität. Dabei spielen vor allem die soziale Anerkennung und der soziale Status eine entscheidende Rolle (Müller 2013, 26).

Bei Bewegungsangeboten spielt vor allem die intrinsische Motivation eine große Rolle. Aber auch die extrinsische Motivation kommt vor. Bei der Integration bestimmter Gruppen junger Menschen herrscht diese Form der Motivation vor, da diese die Bewegungsangebote als Möglichkeit wahrnehmen, um innerhalb einer Gruppe integriert zu werden.

Zusammenfassend kann also gesagt werden, dass Bewegungsangebote auf den drei psychischen Ebenen – kognitiv, emotional und motivational – bei den jungen Menschen positive Wirkungen haben können. So führt es einerseits zur Aneignung von Strategien, um mit stressigen Situationen umzugehen. Andererseits können sie die innere Motivation steigern, indem der Spaß und die Freude eine entscheidende Rolle spielen. Außerdem kann sie bei positiven Erfahrungen auf kognitiver Ebene zu einem besseren Selbstwertgefühl führen. Bewegungsangebote besitzen somit auf psychischer Ebene in vielen Bereichen ein großes Potenzial.

2.4.3 Physische Ressourcen

„Man kann gegen das Laufen sagen, was man will, aber es laufen sich immer noch mehr Kranke gesund als Gesunde krank.“

*Gerhard Uhlenbruck*¹

Dieser Aphorismus verdeutlicht den Zusammenhang zwischen Bewegung und körperlicher Gesundheit im Allgemeinen, aber man kann ihn auch auf die Aneignung körperlicher Ressourcen beziehen. Gerhard Uhlenbruck macht hier deutlich, dass

Bewegung sowohl einen positiven, als auch einen negativen Einfluss auf die körperliche Gesundheit haben kann, wobei – entfernt man sich vom Leistungssport – die positiven Einflüsse auf die Gesundheit überlegen sind. In diesem Kapitel zeige ich aus einer eher biologischen Sicht die positiven Wirkungen von Bewegung auf den Körper der jungen Menschen in Form der Verbesserung der konditionellen Fähigkeiten. Dies geschieht durch die Aneignung (sport-) motorischer Fähigkeiten.

Zu den konditionellen Fähigkeiten gehören Koordination, Kraft, Ausdauer, aber auch Beweglichkeit und Schnelligkeit. Diese werden im Sport trainiert, können aber auch in Bewegungsangeboten verbessert werden (Diel und De Bock und Schneider 2014, 315). Mit den drei erst genannten Fähigkeiten beschäftige ich mich in den nächsten Abschnitten genauer.

Es gibt insgesamt fünf koordinative Fähigkeiten nach Peter Hirtz^{XII}. Die Fähigkeit, Bewegung präzise zu regulieren, wird als kinästhetische Differenzierungsfähigkeit bezeichnet. Die räumliche Orientierungsfähigkeit bezieht sich auf die Fähigkeit, sich motorisch an die Umwelt anzupassen und umzustellen. Die dritte Grundfähigkeit ist die Koordination unter Zeitdruck. Nach Hirtz spielt diese vor allem in der Reaktionsfähigkeit eine wichtige Rolle. Sie beschreibt eine motorische Aktion als Folge eines erwarteten oder unerwarteten Signals. Die weiteren beiden koordinativen Fähigkeiten sind die Gleichgewichts- und die Rhythmusfähigkeit (Rotkopf, 3-4).

Um bestimmte Bewegungen auszuführen, braucht es Verschaltungen, durch die das Gehirn die Muskeln steuert. Durch viel Bewegung entstehen zusätzliche Verschaltungen, die die Verarbeitungsgeschwindigkeit und somit auch die Intelligenz erhöhen. Dies ist vor allem bei komplexeren Bewegungsabläufen der Fall (Grunert 2006, 374).

Die Kraft zählt zu den motorischen Fähigkeiten und ist eine grundlegende Voraussetzung für jede Form von Bewegung. Sie ist außerdem auch für das Halte- und Stützsystem des Körpers der jungen Menschen gesunderhaltend. Differenzierte Bewegungen im Alltag und bei sportlichen Aktivitäten sind nur aufgrund unterschiedlicher Erscheinungsformen von Kraft möglich (Hottenrott und Hoos 2013, 467).

Die positiven Wirkungen auf den menschlichen Organismus lassen sich vor allem beim Herz-Kreislauf-System und dem Bewegungsapparat sehen. Je mehr Bewegung die jungen Menschen haben, desto mehr kann das Herz leisten und desto besser funktioniert das Herz-Kreislauf-System. Dadurch ist das Herz kräftiger und benötigt weniger Sauerstoff. Die positive Wirkung lässt sich bei Ausdauerbelastung am stärksten sehen (Grunert 2006, 374). Diese Ausdauerbelastung lässt sich auch gut in Bewegungsangeboten integrieren. So ist bei einer längeren Wanderung oder einer längeren Kletterpartie ebenfalls die Ausdauer der jungen Menschen gefragt.

Insgesamt ist also festzuhalten, dass Bewegungsangebote für die jungen Menschen auf physischer Ebene gesundheitsfördernd sind. Sowohl wird das Halte- und Stützsystem ihres Körpers gekräftigt, als auch das Herz-Kreislauf-System verbessert. Außerdem werden durch die Verbesserung der koordinativen Fähigkeiten bestimmte Bewegungsabläufe präzisiert. Dies führt zu zusätzlichen Verschaltungen im Gehirn, wodurch die Intelligenz erhöht wird.

2.5 Resümee

Trotz der bekannten positiven Funktion von Bewegung auf sozialer, personaler und emotionaler Ebene und der Beliebtheit bei jungen Menschen in Studien der Offenen Kinder- und Jugendarbeit finden sich nur selten bewegungsorientierte Ansätze in der Sozialen Arbeit. Es gibt kaum konzeptionelle Verankerungen und dafür qualifizierte Fachkräfte. Jedoch gibt es auch Programme wie ‚SPOSA‘, die bewegungsbezogene Ansätze mit dem Studium der Sozialen Arbeit verbinden.

Es wird zwischen zwei Formen von Bildung unterschieden, die in Bewegungsangeboten vorkommen können. Bildung in Bewegung meint Bildung durch Erfahren. Dabei wird zwischen drei verschiedenen Erfahrungsformen unterschieden: Soziale Erfahrungen sind Erfahrungen, die durch ein freiwilliges, geselliges Zusammensein auf gemeinsamer Grundlage – also ähnliche Interessen und bereits vorhandene Erfahrungen – zustande kommen. Weltererfahrungen entstehen bei der Verbindung des Körpers mit der Umwelt. Dies geschieht durch Körpererfahrungen und -techniken, bei denen der Körper als Mittel – also als Gegenstand – angesehen wird, um die Eigenschaften und Gesetze der Umwelt zu erfahren. Selbsterfahrungen meinen Auseinandersetzungen mit sich selbst über die soziale und materielle Umwelt und sind somit eng mit den anderen beiden Formen von Erfahrungen verknüpft. Hier geht es vor allem um die Selbstaktivierung, das heißt um das Erfahren des eigenen Könnens über Probieren und Wagen. Damit verbunden sind die Leiblichkeit und das Wohlbefinden.

Die zweite mögliche Form von Bildung innerhalb von Bewegungsangeboten ist die Bildung durch Bewegung, bei der es sich um das Aneignen von Ressourcen handelt. Dabei werden die sozialen von den psychischen und physischen Ressourcen getrennt: Bei den sozialen Ressourcen geht es um die Aneignung bestimmter gesellschaftlicher Normen und Werte wie Fair Play und die Aneignung interkultureller und inklusiver Fähigkeiten. Psychische Ressourcen können einerseits ein gesteigertes Selbstwertgefühl beinhalten. Andererseits können durch sportliche Aktivität Strategien zur Stressreduzierung und neue Möglichkeiten, sich selbst zu motivieren, angeeignet werden. Auf der physischen Ebene geht es um die Aneignung motorischer Fähigkeiten im Sinne der Verbesserung von konditionellen Fähigkeiten wie Ausdauer, Kraft und Koordination.

Den Bildungsaspekt von Bewegung habe ich somit in diesem Kapitel ausführlich behandelt. Damit eng verbunden ist der Entwicklungsaspekt im Sinne der Persönlichkeitsentwicklung. Die Aneignung sozialer, psychischer und physischer Ressourcen durch die Bewegungsangebote kann für die Entwicklung der jungen Menschen von großer Bedeutung sein.^{XIII}

Es ist also zum Abschluss dieses Kapitels festzuhalten, dass Bewegungsangebote eine große Chance für junge Menschen sein können. Dies sollte der Sozialen Arbeit noch mehr bewusst werden, da Bewegung und sportliche Aktivität bis jetzt noch eine zu geringe Aufmerksamkeit in der Sozialen Arbeit – wie die fehlenden empirischen Untersuchungen zeigen – hat.

3. Verknüpfung mit der Offenen Kinder- und Jugendarbeit

Im zweiten Kapitel habe ich gezeigt, welche Chancen Bewegungsangebote für junge Menschen im Hinblick auf Bildung durch Erfahren und durch Aneignen von Ressourcen haben. Nun gehe ich auf die Offene Kinder- und Jugendarbeit ein – den Rahmen, in dem die Bewegungsangebote stattfinden. Ich werde mich in dieser Arbeit nicht genauer mit der Offenen Kinder- und Jugendarbeit im Allgemeinen beschäftigen^{XIV}, sondern schaue in diesem Kapitel eher darauf, inwieweit sich die Bewegungsangebote mit der Offenen Kinder- und Jugendarbeit verknüpfen lassen.

Zu Beginn gehe ich kurz auf die rechtliche Grundlage der Offenen Kinder- und Jugendarbeit ein. Hier lege ich den Fokus auf den elften Paragraphen des achten Sozialgesetzbuchs und zeige, ob beziehungsweise wie das Thema Bewegung dort aufgegriffen wird.

Im Anschluss gehe ich auf den Bildungsbegriff der Offenen Kinder- und Jugendarbeit ein und überprüfe, ob dieser Soziale Erfahrung, Welt- und Selbsterfahrung, die in den Bewegungsangeboten stattfinden können, miteinschließt und schaue, welche Rolle der Körper und der Leib in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit spielen.

Das dritte Unterkapitel beschäftigt sich mit dem Aneignungsbegriff innerhalb der Offenen Kinder und Jugendarbeit. Hier schaue ich einmal auf die Aneignung von Räumen, um die es in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit vor allem geht und überprüfe, ob Bewegungsangebote diesbezüglich erweitert werden können, da der Begriff des Raums bei den Bildungschancen bis jetzt noch nicht vorkam. Außerdem schaue ich auf eine Verknüpfung mit der in Kapitel 2.4 behandelten Aneignung von Ressourcen.

Zum Abschluss fasse ich die Ergebnisse dieses Kapitels in einem kurzen Resümee zusammen.

3.1 Rechtliche Grundlage

Beginnen möchte ich den Blick auf die Offene Kinder- und Jugendarbeit mit der rechtlichen Lage, da diese die Grundlage und die Begründung für die Offene Kinder- und Jugendarbeit darstellt.

Die Kinder- und Jugendarbeit zählt zu den verpflichtenden Aufgaben der Kinder- und Jugendhilfe und ist in §11 und §12 des Kinder und Jugendhilfegesetzbuches – des SGB VIII – geregelt. Nach SGB VIII §11 Abs. 1 Satz 2 ist Aufgabe und Ziel der Kinder- und Jugendarbeit, diese „zur Selbstbestimmung [zu] befähigen und zu gesellschaftlicher Mitverantwortung und zu sozialem Engagement an[zue]regen und hin[zue]führen“. Dabei ist keine spezielle Zielgruppe genannt. Es sind alle jungen Menschen bis 27 Jahren damit gemeint (Sturzenhecker und Richter 2012, 469).

Weiter geht es um Selbstorganisation und Partizipation. Die Angebote „sollen an den Interessen junger Menschen anknüpfen und von ihnen mitbestimmt und mitgestaltet werden“ (SGB VIII §11 Abs. 1 Satz 2). Im zweiten Satz des zweiten Absatz wird die Offene Kinder- und Jugendarbeit als eine Form der Kinder- und Jugendarbeit genannt. Typisch dafür sind der offene Zugang für alle jungen Menschen und die offene Wahl der Themen, die von den jungen Menschen mitbestimmt werden (Bernzen 2013, 618ff.).

Schon die sehr allgemein gefassten Ziele der Kinder- und Jugendarbeit machen deutlich, dass diese sich mit den im Kapitel zuvor herausgefundenen Punkten zu Bewegungsangeboten gut vereinbaren lassen. So lässt sich die Anknüpfung an die Interessen der jungen Menschen mit der Bildung durch Soziale Erfahrung, die nach Kapitel 2.3.1 bei Bewegungsangeboten stattfindet, in Übereinstimmung bringen. Geselligkeit entsteht nur, wenn die jungen Menschen ähnliche Interessen haben. Dies setzt voraus, dass bei Bewegungsangeboten die Interessen herausgefunden werden müssen und an diese dann angeknüpft wird. Dies würde ebenfalls die offene Themenwahl, die für die Offene Kinder- und Jugendarbeit nach SGB VIII §11 Abs. 2 Satz 2 typisch ist, berücksichtigen. Bei der Planung der Bewegungsangebote innerhalb der Offenen Kinder- und Jugendarbeit muss auch berücksichtigt werden, dass sie für alle jungen Menschen offen gehalten werden. Dies beinhaltet bei Bewegungsangeboten auch junge Menschen mit Behinderung und mit Migrationshintergrund. Dies kommt der sozialintegrativen Funktion von Bewegungsangeboten entgegen. Neben den beiden genannten Punkten sind natürlich auch die weiteren Prinzipien der Offenen Kinder- und Jugendarbeit bei der Planung von Bewegungsangeboten zu berücksichtigen.^{XIV}

In SGB VIII §11 Abs. 3 werden die verschiedenen thematischen Schwerpunkte aufgelistet, die für die Kinder- und Jugendarbeit gelten. An zweiter Stelle findet sich dabei die „Jugendarbeit in Sport, Spiel und Geselligkeit“. Hierbei handelt es sich vor allem um die Bildung von Gruppen junger Menschen, was sich aus dem Wortlaut nicht direkt

schließen lässt. Während der Sport eher dafür da ist, den körperlichen und gesundheitlichen Bereich zu fördern, geht es bei Spiel und Geselligkeit um ein zweckfreies Tun im Miteinander. Ziele dieser Angebote sind Bildung und Persönlichkeitsentwicklung (Bernzen 2013, 621f.).

Mit der Formulierung von Sport, Spiel und Geselligkeit als eines der Schwerpunktthemen in der Kinder- und Jugendarbeit – und somit auch der Offenen Kinder- und Jugendarbeit – wird deutlich, dass sich Bewegungsangebote mit der Offenen Kinder- und Jugendarbeit verbinden lassen und sogar eine wichtige Rolle – wichtiger als sie es gerade tun – spielen sollten. Hier handelt es sich um das Aneignen von Ressourcen – siehe Kapitel 2.4. Während mit der Formulierung ‚Sport‘ eher die physischen und psychischen Ressourcen gemeint sind, beinhalten ‚Spiel und Geselligkeit‘ zum größten Teil die sozialen Ressourcen.

Es wird also insgesamt deutlich, dass eine Verknüpfung von Bewegungsangeboten und Offener Kinder- und Jugendarbeit auf rechtlicher Grundlage möglich und nach SGB VIII §11 Abs. 3 sogar gesetzlich erforderlich ist. Dabei liegt der Fokus auf Bildung durch Aneignung von Ressourcen. Dies habe ich bereits in Kapitel 2.4 genauer behandelt. In den nächsten beiden Kapiteln werde ich mich genauer mit dem Bildungs- und Aneignungsbegriff der Offenen Kinder- und Jugendarbeit beschäftigen.

3.2 Bildungsbegriff

Wie im Kapitel zuvor bereits erwähnt, geht es bei Bildung in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit unter anderem um das Befähigen zur Selbstbestimmung – also um Potenziale zur eigenständigen Lebensgestaltung. Diese Form von Bildung wird als ‚subjektorientierte Bildung‘ oder ‚Selbstbildung‘ bezeichnet. Dabei wird an die Interessen, Bedürfnisse und Erfahrungen der jungen Menschen angeknüpft. Neben der Selbstbestimmung spielen das Subjekt-Werden und das Selbstbewusstsein eine wichtige Rolle bei der subjektorientierten Bildung. Subjekt-Werden bedeutet unter anderem, dass die Spielräume des selbstbestimmten Handelns der jungen Menschen erweitert werden. Bei Selbstbewusstsein geht es um das Wissen über die eigenen Fähigkeiten (Scherr 2002, 84f.).

Weiter ist die Offene Kinder- und Jugendarbeit ein informeller Bildungsort – siehe Kapitel 2.3. Die in jenem Kapitel behandelten Formen von Bildung durch Erfahren bringe ich in diesem Unterkapitel mit der Offenen Kinder- und Jugendarbeit zusammen. Außerdem schaue ich, welche Rolle der Körper und der Leib dort spielen.

3.2.1 Bildung als Erfahrung

In diesem Kapitel möchte ich klären, ob junge Menschen innerhalb der Offenen Kinder- und Jugendarbeit sowohl Soziale Erfahrungen, als auch Welt- und Selbsterfahrungen machen können.

Ein Ansatzpunkt einer bildenden Offenen Kinder- und Jugendarbeit ist die personelle und finanzielle Unterstützung von Gruppen zur kulturellen und sozialen Selbstbildung (Scherr 2002, 98). Hier wird davon ausgegangen, dass Bildung in einem sozialen Zusammensein entsteht. Man spricht hierbei von der ‚Geselligkeitsdimension‘ von Bildung. Diese kommt in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit dadurch vor, dass sie mit informellen Peer Groups junger Menschen arbeitet. Dabei geht es darum, dieser Gruppe mögliche Bildungschancen zu eröffnen (Sting und Sturzenhecker 2013, 379f.).

Bei dieser Arbeit müssen bestimmte Praktiken berücksichtigt werden, um in Kontakt mit den jungen Menschen zu kommen: es gibt innerhalb der Peer Group sowohl gemeinsame Werte und Normen, als auch von allen akzeptierte Hierarchien. Weiter müssen verschiedene Rituale – wie gemeinsame Nachahmung ihrer Vorbilder oder Konsum von Alkohol – berücksichtigt werden. Bildungsangebote müssen an die Praxen der Peer Group angelegt sein, damit die jungen Menschen sich mit den bildungsfördernden Inhalten beschäftigen. Mögliche Spielräume für eine individuelle Selbstentfaltung, die Austragung von Konflikten und die Offenheit für Anderes und Neues sind Punkte, die dabei innerhalb der Gruppe genauer beobachtet werden müssen (ebd., 383f.).

Da Bildung als lebenslange Selbstbildungsprozesse gesehen werden kann, braucht es ebenfalls eine Berücksichtigung der Biographie der jungen Menschen. Die Bedeutung von Offener Kinder- und Jugendarbeit als Bildungsinstitution lässt sich nur erkennen, wenn die jungen Menschen eine biographische Selbstreflexion durchführen. Daher müssen die Bildungsansätze der Offenen Kinder- und Jugendarbeit ‚biographierelevant‘ sein. Dies gelingt, indem es zu einer Veränderung der Selbst- und Weltinterpretation und zu einer Eröffnung neuer Erfahrungen und Betrachtungsweisen kommt. Durch ihr ganzheitliches Vorgehen hat die Jugendarbeit gute Chancen, Bildungsprozesse auf biographischer Ebene anzustoßen (ebd., 380).

Die Offene Kinder- und Jugendarbeit hat also einerseits das Potenzial zur Bildung durch Selbst- und Welterfahrung, wenn sie Angebote bereitstellt, die für die Biographie der jungen Menschen relevant sind. Andererseits ist die Bildung durch geselliges Zusammensein in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit fest verankert. Aus Sicht der Sozialen Erfahrung durch Geselligkeit und der Welt- und Selbsterfahrung lassen sich Bewegungsangebote mit der Offenen Kinder- und Jugendarbeit gut verbinden und sind somit eine Chance für das Arbeitsfeld. Bei der Arbeit mit den jungen Menschen müssen

aber die beschriebenen Punkte – wie vorherrschende Hierarchien und Rituale innerhalb der Gruppe – beachtet werden.

3.2.2 Bildung durch Körper und Leib

Im nächsten Schritt gehe ich auf die Bedeutung des Körpers und des Leibs in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit ein. Der Körper und der Leib haben bis jetzt noch keine Rolle beim Bildungsbegriff gespielt.

Lange Zeit wurde der Körper und der Leib in der Sozialen Arbeit und deren Theorien vernachlässigt. Ein Grund dafür ist, dass im christlichen Glauben der Körper die Hülle der menschlichen Seele auf Erden abbildet. Diese wird als von Natur aus animalisch und triebhaft beschrieben. Erst in den letzten Jahren hat sich die Soziale Arbeit auf theoretischer und empirischer Ebene stärker mit dem Körper und dem Leib beschäftigt. Dabei ging es jedoch weniger um Bildungsdiskurse als um Diskurse über soziale Ungleichheit, auf die ich nicht weiter eingehen werde (Gräfe 2015, 1ff.).

Die Disziplinierung des Körpers und des Leibes in der Sozialen Arbeit findet vor allem im Kontext Gesundheit statt – wie im Unterkapitel zuvor bereits deutlich wurde. Bei jungen Menschen spielt in diesem Zusammenhang vor allem der sozioökonomische Hintergrund eine ausschlaggebende Rolle über das Verhalten bezüglich der eigenen Gesundheit. Jedoch ist das Risikoverhalten ein Teil der Entwicklung der jungen Menschen und nur bei kritischen Lebensereignissen im Lebenslauf als problematisch zu deuten. Das Ausprobieren des eigenen Körpers, das Erfahren der eigenen Grenzen und das Suchen nach Anerkennung durch Risikoverhalten gehört zur Selbstbildung (Hünersdorf 2018, 866). Dies habe ich im zweiten Kapitel deutlich gezeigt.

In Kapitel 2.2 habe ich bereits die drei verschiedenen bewegungsorientierten Formen von Bewegungsangeboten in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit beschrieben. Bei diesen Formen wird der Körper als Ressource gesehen, zur Persönlichkeitsbildung beizutragen. Jedoch reicht ein Anbieten dieser Bewegungsangebote nicht aus, damit die Bildungsprozesse erfolgreich sind. Dazu muss – wie bei der Sozialen Erfahrung – eine längerfristige oder regelmäßige Förderung ermöglicht werden. Die Bewegungsangebote müssen konzeptionell festgehaltene Ziele verfolgen und gemeinsam reflektiert werden. Durch die Reflexion sollen die jungen Menschen die Angebote selbstständig verarbeiten und sich selbst so näher kommen (Zimmermann 2015, 215).

Jedoch ist die Offene Kinder- und Jugendarbeit sich dieser Chance nicht bewusst und bieten solche Angebote ohne das Wissen um die Bildungschancen an. Um dies zu vermeiden, müssen die Bewegungsangebote von den Fachkräften pädagogisch reflektiert angeboten werden (ebd., 216).

Betrachtet man die Leiblichkeit in der sozialpädagogischen Praxis genauer, so fällt auf, dass trotz der starken Vernachlässigung Erfahrungen und Interaktion auf leib-sinnlicher Basis stattfinden. In der Offenen Kinder- und Jugendarbeit gehört die leibliche Kommunikation zur sozialpädagogischen Beziehungsarbeit. Dadurch wird Vertrauen und emotionale Nähe geschaffen (Grosse 2014, 21).

Ziel dieses Kapitels war es zu überprüfen, ob sich der Bildungsbegriff der Offenen Kinder- und Jugendarbeit mit der Bildung, zu der es durch Bewegung in Form von Erfahrungen kommen kann, in Übereinstimmung bringen lässt. Eine Übereinstimmung lässt sich in allen drei Formen von Bildung feststellen. Bei der Sozialen Erfahrung, der Selbst- und der Welterfahrung ist eine Übereinstimmung mit dem Bildungsbegriff der Offenen Kinder- und Jugendarbeit eindeutig. Das Thema Körper und Leib wird in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit oft nicht berücksichtigt, obwohl die Bildungschancen durch den Körper vorhanden sind und der Leib eine wichtige Grundlage für Beziehungsarbeit ist. Die Offene Kinder- und Jugendarbeit muss die Bewegungsangebote diesbezüglich so planen, dass sie längerfristig und regelmäßig angeboten werden und diese Form von Bildung als Ziel formulieren.

3.3 Aneignungsbegriff

Ich habe nun geklärt, dass sich die Bildung, die bei Bewegung vor allem durch Erfahrungen von der sozialen und der materiellen Umwelt und von sich selbst, mit dem Bildungsbegriff der Offenen Kinder- und Jugendarbeit deckt. In Kapitel 2.4 habe ich gezeigt, wie Bewegungsangebote zur Aneignung sozialer, psychischer und physischer Ressourcen führen kann. Zu Beginn dieses Kapitels möchte ich auf den Aneignungsbegriff in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit eingehen, der vor allem mit der Raumaneignung in Verbindung gebracht wird. Danach schaue ich, ob es in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit ebenso zur Aneignung der genannten Ressourcen kommen kann.

3.3.1 Raumaneignung

In diesem Kapitel kläre ich, ob beziehungsweise wie Bewegungsaneignung auch zur Aneignung von Räumen führen kann. Die Aneignung von Räumen spielt vor allem in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit eine wichtige Rolle.

Durch die Gestaltung von Räumen kommt es einerseits zur Selbstbildung. Andererseits hat das Sammeln von Erfahrungen, die in anderen Lebensbereich selten oder gar nicht gemacht werden, in bewusst angebotenen Räumen eine zentrale Rolle. Hierzu zählen unter anderem auch erlebnispädagogische Angebote (Deinet 2004, 187).

Weiter kann die ganze Stadt – zumindest vorübergehend – als ein potenzieller Bewegungsraum gesehen werden. Es gibt vielseitige Gelegenheiten, sich zu bewegen oder zu spielen, wie beispielsweise Wiesen in Parks (Erhorn und Schwier 2015, 7).

Raumaneignung beinhaltet einerseits die Auseinandersetzung mit der Umwelt. Hier geht es um den Umgang mit Gegenständen – das Erlernen der gesellschaftlichen Bedeutung von Gegenständen – und die Herstellung eines Gegenstandes, die als Vergegenständlichung bezeichnet wird (Derecik 2015, 14). Raumaneignung ist somit eng mit der Welterfahrung nach Kapitel 2.3.2 verknüpft.

Andererseits spielen das Schaffen von Räumen – auch als Spacing bekannt – und das Verbinden von Räumen bei der Aneignung eine wichtige Rolle. Hier werden Bewegung und das Konstruieren von Räumen hervorgehoben. Insgesamt lassen sich daraus fünf Dimensionen von Aneignung ableiten (Derecik 2011, 70ff.).

Die Erweiterung motorischer Fähigkeiten beinhaltet das Erschließen gegenständlicher Kultur über Tätigkeit. Durch wiederholte Erprobung kommt es so zu Lernprozessen. Eine mehrmalige oder eigenständige Nutzung von Räumen schafft neue Möglichkeitsräume und somit neue Möglichkeiten in vorhandenen Räumen. Es wird von der Erweiterung des Handlungsraums gesprochen. Wird von Veränderung von Situationen gesprochen, so geht es um die Umgestaltung einzelner Strukturelemente und damit um das Experimentieren. Die letzten beiden Dimensionen sind das Verknüpfen von Räumen aufgrund eines gleichzeitigen Aufenthalts – vor allem zwischen geographischen und virtuellen Räumen über das Smartphone – und das eigenständige Schaffen von Räumen als Spacing über körperliche Inszenierung und Verortung in Nischen und Ecken, um ungestört zu sein (Derecik 2015, 15ff.).

Im nächsten Schritt zeige ich nun, wie dies auf Bewegungsangebote übertragen werden kann. Zur Erweiterung motorischer Fähigkeiten kommt es durch Erproben beim Umgang mit Gegenständen. Dies können Bälle, Seile oder Ähnliches sein. Handlungsräume können erweitert werden, wenn die jungen Menschen sich neuartige Möglichkeiten in bereits bekannten Räumen – wie beispielsweise eine Tanzgruppe, die einen geteerten Bolzplatz zum Tanzen benutzt – aneignen. Den Marktplatz zum Fußballfeld umzufunktionieren, wäre eine Möglichkeit zur Veränderung von Situationen. Werden dort Videos gedreht und über das Smartphone an Freunde geschickt, so wird der Marktplatz als aktueller geographischer Ort beispielsweise mit entfernten Sozialraum verknüpft. Finden die jungen Menschen einen Ort, an dem sie ungestört sind, so findet Spacing statt. Dies kann beispielsweise eine verlassene Industriehalle sein, die den jungen Menschen zum BMX fahren dient.

Abschließend ist also zu sagen, dass die sozialräumliche Aneignung oft von Freizeitaktivitäten oder dem Sich-Bewegen geprägt sind (Haury 2014, 234). Die

Bildungschancen von Bewegungsangeboten, die ich im Kapitel zuvor beschrieben habe, sind somit durch das Aneignen von Räumen zu erweitern. Es ist somit die Aufgabe der Offenen Kinder- und Jugendarbeit, die Erkundungs- und Gestaltungsprozesse von Bewegungsräumen zu begleiten und – falls notwendig – zu initiieren (Erhorn und Schwier 2015, 7).

3.3.2 Ressourcenaneignung

Im Anschluss daran schaue ich nun noch, inwieweit sich die in Kapitel 2.4 aufgezählten Ressourcen mit der Offenen Kinder- und Jugendarbeit verknüpfen lassen.

Die Offene Kinder- und Jugendarbeit stand bis jetzt kaum als Ort von Bildungsprozessen im Hinblick auf Aneignung von Ressourcen und der Persönlichkeitsentwicklung im Mittelpunkt der empirischen Forschung. Der Offene Bereich wurde in dieser Hinsicht besonders vernachlässigt, sodass sich keine Ergebnisse dazu finden lassen (Grunert 2005, 27).

In der Offenen Kinder- und Jugendarbeit geht es vor allem um den gesundheitsfördernden Faktor, den ich in Kapitel 2.4 kurz erwähnt habe. Gesundheitsfördernd bedeutet eine ressourcenorientierte, nicht personenbezogene Arbeit mit dem Ziel, junge Menschen zu befähigen, eigene Entscheidungen über ihre Gesundheit zu treffen. Durch das Anknüpfen an die Bedürfnisse der jungen Menschen und das Ermöglichen derer Mitbestimmung sollen die Angebote für die jungen Menschen attraktiv werden und zu ihrem Wohlbefinden beitragen. Der Schwerpunkt liegt in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit eher auf der Ernährung und was gesunde Ernährung ist. Die meisten Einrichtungen der Offenen Kinder- und Jugendarbeit besitzen aber auch offene Sportangebote wie Tischtennisplatten, Fußballfeld und ähnliches. Den jungen Menschen geht es vor allem um den Spaß und das Treffen von Gleichaltrigen, aber auch um das gezielte Verlangen nach Gesundheitsförderung. Sie schätzen die Freiwilligkeit, durch die junge Menschen erst zu dem für sie gesundheitsförderndem Verhalten angeregt werden. Es geht dabei um das Ausprobieren von Neuem und Sammeln guter Erfahrungen, die sie jedoch aufgrund fehlender Unterstützung häufig nicht in ihren Alltag integrieren können (Häseler und Bestmann 2010, 127ff.).

Aufgrund dieser Fokussierung auf die Gesundheit und der Tatsache, dass Bewegungsangebote ebenfalls gesundheitsfördernd sind, ist eine Verknüpfung diesbezüglich sehr sinnvoll. Im Folgenden schaue ich noch einmal genauer auf die sozialen, psychischen und physischen Ressourcen innerhalb der Offenen Kinder- und Jugendarbeit.

Die Offene Kinder- und Jugendarbeit gehört zu einer der wichtigsten Einrichtungen bezüglich der Sozialintegration. Sie findet vor allem auf einer sozialisatorisch-

lebensweltlichen Ebene statt. Zum einen unterstützt sie die jungen Menschen beim Hineinwachsen in eine demokratische Gesellschaft. Zum anderen bietet sie den jungen Menschen Räume, in denen sie Halt im Alltag, emotionale Vertrautheit, gegenseitigen Respekt und soziale offene Beziehungen finden. Es handelt sich also um Anerkennungs- und Beteiligungspraxen (Böhnisch 2013, 4ff.).

Die psychischen Ressourcen sind unterteilt in eine kognitive, emotionale und motivationale Ebene. Auf kognitiver Ebene geht es bei Bewegungsangeboten vor allem um die Stärkung des Selbstwertgefühls. Dabei ist die Beziehungsarbeit, die für die Offene Kinder- und Jugendarbeit sehr wichtig ist, entscheidend, denn durch Lob und Anerkennung wird das Selbstwertgefühl dort gestärkt.

Damit verbunden ist auch die emotionale Ebene. Sowohl durch Anerkennung und Lob, als auch einfach durch Zuhören und Aufklären kommt es mithilfe von Beziehungsarbeit auch zur Stressreduzierung. Weiter bietet sich in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit an, dass es keine Erwartungen an die jungen Menschen gibt. Räumlich kann ebenfalls etwas gegen Stress getan werden: Möglichkeiten zum Zurückziehen oder Ruheräume – aber natürlich auch Möglichkeiten sich ‚auszutoben‘ – bieten den jungen Menschen die Möglichkeit zur Stressreduzierung.

Um ein ständiges Nichts-tun zu vermeiden, müssen die jungen Menschen motiviert werden, etwas zu tun. Dies findet in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit vor allem über motivierende Gespräche statt. Motivierende Gesprächsführung kann – neben der Motivation etwas zu tun – dazu eingesetzt werden, dass die jungen Menschen zur Veränderung ihres Problemverhaltens motiviert werden. Diese Gesprächsform kommt vor allem bei Unschlüssigkeit oder Schwierigkeiten bei der Verhaltensänderung zum Einsatz. Bei dieser Form der Gesprächsführung werden sowohl die psychische, als auch die soziale Ebene berücksichtigt (Naar-King und Suarez 2012, 23f.).

Auf der physischen Ebene, die eher biologisch zu sehen ist, lässt sich keine Übereinstimmung mit der Offenen Kinder- und Jugendarbeit finden, da auf keiner anderen Weise die konditionellen Fähigkeiten explizit verbessert werden.

Abschließend kann also gesagt werden, dass Aneignung im Sinne von Ressourcenaneignung in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit stattfindet. Jedoch gibt es dazu keine empirischen Studien. Bis auf die eher biologische physische Ebene kann sie – wie Bewegung und sportliche Aktivität – die Persönlichkeitsentwicklung der jungen Menschen fördern. Während die sozialintegrative Funktion und die Vermittlung sozialer Werte und Normen eher im Vordergrund stehen, spielt sich die psychische Ebene eher nebenbei durch Beziehungsarbeit und Gesprächsführung ab.

3.4 Resümee

Schon wenn man auf die rechtliche Grundlage schaut, wird deutlich, dass sich Bewegungsangebote mit der Offenen Kinder- und Jugendarbeit gut verknüpfen lassen. So ist das Anknüpfen an Interesse dort sehr wichtig. Die Studien innerhalb der Offenen Kinder- und Jugendarbeit aus dem Kapitel zuvor zeigen, dass bei den jungen Menschen großes Interesse an Bewegungsangeboten besteht. In SGB VIII §11 Abs. 3 wird „Sport, Spiel und Geselligkeit“ sogar als ein Schwerpunktthema genannt. Deshalb sollten Bewegungsangebote eigentlich eine relativ große Rolle innerhalb der Offenen Kinder- und Jugendarbeit spielen, da diese sowohl Sport, als auch Spiel und Geselligkeit beinhalten können.

Bildung durch Erfahren fällt in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit in die Selbstbildung. Diese hat einerseits eine ‚Geselligkeitsdimension‘, bei der es um die Arbeit mit Peer Groups geht. Dabei müssen die Rituale, Hierarchien und Werte berücksichtigt werden. Dies gilt ebenfalls für die Bewegungsangebote. Die ‚Biographiedimension‘ beinhaltet eine Veränderung der Selbst- und Weltinterpretation, die durch ‚biographierelevante‘ Erlebnisse hervorgerufen wird. Ein weiterer Teil der Selbstbildung sind das Ausprobieren des Körpers und Grenzerfahrungen. Dabei muss jedoch vorausgesetzt sein, dass die Angebote längerfristig sind oder regelmäßig stattfinden. Sie brauchen ein konzeptionell verankertes Ziel und müssen immer wieder reflektiert werden. Außerdem findet Beziehungsarbeit immer auch auf einer leib-sinnlichen Basis statt.

Den Aneignungsbegriff findet man in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit eher in Beziehung auf Raumaneignung und weniger auf die Aneignung von Ressourcen, zu der es auch noch kaum empirische Forschungsergebnisse gibt. Die Aneignung von Räumen lässt sich jedoch ebenfalls mit den Bewegungsräumen verknüpfen, da es zu ähnlichen Erfahrungen wie bei der Welterfahrung kommen kann. Bewegungsangebote können somit auf diese Weise ebenfalls zu Bildung führen. Hierzu braucht es jedoch eine aufsuchende Arbeit in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit, damit die jungen Menschen bei der Erkundung und Gestaltung dieser Räume unterstützt werden können. Weiter ist die Offene Kinder- und Jugendarbeit ebenso für die Persönlichkeitsentwicklung der jungen Menschen unterstützend. Sie ist eine wichtige sozialintegrative Einrichtung, da sie das Hineinwachsen in eine demokratische Gesellschaft unterstützt. Auf psychischer Ebene ist es vor allem die Beziehungsarbeit, die über Gespräche das Selbstwertgefühl steigern und Stress reduzieren kann. Eine Verbesserung der konditionellen Fähigkeiten lässt sich jedoch nicht in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit finden.

Es wurde in diesem Kapitel also schon anhand der rechtlichen Grundlage deutlich, dass sich Bewegungsangebote hervorragend in die Offene Kinder- und Jugendarbeit integrieren lassen. Der Bildungsbegriff der Offenen Kinder- und Jugendarbeit lässt sich

ebenfalls mit den Bildungsprozessen, die innerhalb der Bewegungsangebote stattfinden, in Übereinstimmung bringen. Die Persönlichkeitsentwicklung als ein grundlegendes Ziel der Offenen Kinder- und Jugendarbeit kann ebenfalls durch die Bewegungsangebote unterstützt werden..

4. Herausforderungen von Bewegungsangeboten

Das Kapitel zuvor hat gezeigt, dass sich Bewegungsangebote gut mit der Offenen Kinder- und Jugendarbeit verknüpfen lassen und eine Chance für sie bietet. Jedoch gibt es bei Bewegungsangeboten auch Schwierigkeiten, die auftreten können. In diesem Kapitel möchte ich nun die Herausforderungen, die bei Bewegungsangeboten beachtet werden müssen, und mögliche Bewältigungsstrategien aufzeigen.

Dabei schaue ich zuerst, wie der Körper der jungen Menschen, den ich in Kapitel 2.3.2 und 2.3.3 noch als Teil von Bildung positiv gesehen habe, auch eine Herausforderung für Bewegungsangebote sein kann. Dazu behandle ich zuerst einmal das Thema Bewegungsmangel und Übergewicht, das ich in der Einleitung bereits als ein großes öffentliches Thema genannt habe. Damit eng verbunden sind die jungen Menschen mit körperlichen oder geistigen Beeinträchtigungen und die Herausforderungen, die bei deren Integration entstehen können.

Im darauffolgenden Kapitel schaue ich auf Herausforderungen, die in einer heterogenen Gruppe innerhalb der Bewegungsangebote entstehen können. Hier zeige ich, welche Herausforderungen die kulturellen Unterschiede mit sich bringen können. Das zweite Unterkapitel beschäftigt sich mit möglichen Herausforderungen wegen des Geschlechts, die beachtet werden müssen.

Vor dem Resümee zeige ich noch kurz die Herausforderung innerhalb der Offenen Kinder- und Jugendarbeit, die bei der Planung entstehen können.

Außerdem können die in Kapitel 2.4 als positiv beschriebenen Wirkungen durch Übertreibungen zu negativen Wirkungen werden. Auf sozialer Ebene kann übertriebener Ehrgeiz zu egoistischem Verhalten und sozialer Isolation führen. Ein gestörtes Körperbild bis hin zu Burnout kann eine negative Wirkung auf psychischer Ebene sein. Außerdem können körperliche Verletzungen und Schädigungen durch Überlastung entstehen (Diel und De Bock und Schneider 2014, 314ff.).

4.1 Herausforderungen aufgrund der Körperlichkeit

Die Körperbetonung der Bewegung und sportlicher Aktivität kann nicht nur als Chance zu Bildung – wie in Kapitel 2.3 gezeigt – gesehen werden, sondern auch eine

Herausforderung darstellen. Ich beschäftige mich einerseits in diesem Kapitel mit dem in der Einleitung bereits erwähnten Bewegungsmangel der jungen Menschen und dem damit eng verknüpften Übergewicht. Andererseits gehe ich auf körperliche Einschränkungen bei jungen Menschen mit einer Behinderung ein. Dazu zeige ich auch Möglichkeiten, Bewegungsangebote so zu planen, dass davon ‚betroffene‘ junge Menschen trotzdem an den Bewegungsangeboten teilnehmen können und auch wollen.

An ihre Grenzen beim Thema Körperlichkeit kommen Bewegungsangebote bei genetischen, körperlichen Eigenschaften, die junge Menschen bei diesen Angeboten benachteiligen. So kann beispielsweise auf die Körpergröße oder die Länge der Beine beim Rennen kein Einfluss genommen werden. Hier scheint es unmöglich zu sein, eine Benachteiligung zu vermeiden.

4.1.1 Bewegungsmangel und Übergewicht

In diesem Kapitel gehe ich auf die möglichen Ursachen von Bewegungsmangel und Übergewicht ein und schaue, welche Möglichkeiten Bewegungsangebote haben, diese jungen Menschen zu erreichen.

Da es für junge Menschen keinen Richtwert gibt, wie viel Bewegung sie brauchen und wie viel ihnen gut tut, lässt sich der Bewegungsmangel nicht quantifizierbar definieren und bedarf einer individuellen Beurteilung. Die Ursachen für Bewegungsmangel sind jedoch bekannt. Neben der Urbanisierung und der Technologisierung sind es vor allem fehlende Vorbilder innerhalb der Familie, die zu Bewegungsmangel führen. Eltern, die sich selber kaum bewegen, ziehen häufig auch inaktive Kinder groß. Bewegungsmangel kann wiederum zum Stillstand oder sogar zum Rückgang der körperlichen und motorischen Entwicklung der jungen Menschen führen. Die Folge dieses Missstandes sind geringere körperliche Fähigkeiten und mangelnde Wahrnehmungserfahrungen. Diese jungen Menschen meiden eher Bewegungsangebote und suchen inaktive Freizeitbeschäftigungen – wie beispielsweise Videospiele (Graf et al. 2006, 221f.).

Eine mögliche Folge von Bewegungsmangel – aber es muss nicht unbedingt damit zusammenhängen – ist das Übergewicht. Ausschlaggebender für Übergewicht bei jungen Menschen ist aber der Bildungsstand der Eltern. Damit verbunden sind das Ernährungsverhalten und die Freizeitgestaltung – vor allem in Form von Medienkonsum. Grund ist also mangelndes Wissen über Körper, Ernährung und Gesundheit (Zwick 2011, 78ff.).

Folgen von Übergewicht sind schlechtere motorische Fähigkeiten wie Ausdauer. Jedoch lassen sich bei körperrgewichtsunabhängigen Faktoren wie Kraft, Koordination oder Flexibilität keine Defizite feststellen. Diese jungen Menschen suchen aber aufgrund ihres

Körpergewichts oder Frustration durch die vorhandenen Defizite Bewegungsangebote meistens nicht auf (Graf et al. 2006, 222f.).

Da diese jungen Menschen trotzdem die Offene Kinder- und Jugendarbeit besuchen können, müssen Wege gefunden werden, dass diese von den Bewegungsangeboten nicht ausgeschlossen werden. Nun gibt es zwei Möglichkeiten dagegen vorzugehen: eine Umstrukturierung der Bewegungsangebote, dass diese jungen Menschen nicht benachteiligt werden und sich so selbst ausschließen. Die zweite Möglichkeit ist eine präventive Arbeit, um schon frühzeitig gegen Bewegungsmangel und Übergewicht vorzugehen.

Ersteres stellt sich bei jungen Menschen, die Bewegungsmangel haben, in den meisten Fällen als schwierig heraus. Hier muss ein Weg gefunden werden, diese so zu motivieren, dass sie an den Bewegungsangeboten teilnehmen wollen. Damit die jungen Menschen, die aufgrund ihres Übergewichts Bewegungsangebote eher meiden, bei diesen teilnehmen möchten, müssten diese entweder so vermittelt werden, dass es nicht auf motorische Fähigkeiten oder Ergebnisse ankommt, oder deren Inhalte müssen so geplant werden, dass sie unabhängig vom Körpergewicht oder persönlicher Leistungsfähigkeiten sind.

Präventiv gegen den Bewegungsmangel und das Übergewicht junger Menschen sind nach Meinung von Expertinnen und Experten bewegungsorientierte Maßnahmen effektiver als Maßnahmen, die auf Gesundheitsförderung abzielen. Hier ist es sinnvoll wohnquartiernahe Räume zu schaffen und auszubauen, in denen junge Menschen mit freiem Zutritt sich bewegen können und auch wollen (Zwick und Schröter 2011, 246ff.). Bewegungsangebote sollen demnach also mehr in den Sozialraum. Dort können diese jungen Menschen besser erreicht werden. Die offene Kinder- und Jugendarbeit muss hier also aufsuchende Arbeit betreiben. Dies ist bereits in Kapitel 2.2 kurz angeklungen.

Der Bewegungsmangel und das Übergewicht bei vielen jungen Menschen stellen sich also als eine Herausforderung zur Teilnahme an Bewegungsangeboten heraus.

4.1.2 Beeinträchtigung

Ebenfalls zur Körperlichkeit gehört die Beeinträchtigung junger Menschen aufgrund einer Behinderung. In diesem Kapitel zeige ich zuerst, welche Herausforderung es ist, junge Menschen mit Behinderung in Bewegungsangebote zu integrieren und danach wie diese Bewegungsangebote geplant werden müssten, damit diese jungen Menschen teilnehmen können.

Auch wenn Bewegung und sportliche Aktivität – wie in Kapitel 2.4.1 bereits behandelt – ein großes Integrationspotenzial bezüglich junger Menschen mit Behinderung hat, stoßen Bewegungsangebote bei diesem Thema oft an ihre Grenzen. Dies ist vor allem der Fall,

wenn es um erlebnispädagogische Bewegungsangebote geht, wie beispielsweise einer Rafting-Tour auf einem Fluss. Natürlich gibt es auch hier vereinzelte Veranstalter, die auch speziell für Menschen mit Behinderung ausgerichtet sind, jedoch sind diese eher selten vorhanden und nicht immer in unmittelbarer Nähe. Solche Bewegungsangebote stoßen daher häufig an ihre Grenze, wenn es um die Teilnahme junger Menschen mit Behinderung geht.

Eine weitere Herausforderung ist die gelingende Integration in eine Gruppe. Hier muss ein Weg gefunden werden, die Bewegungsangebote so zu gestalten, dass sowohl die jungen Menschen mit Behinderung, als auch die jungen Menschen ohne Behinderung mit dem Bewegungsangebot zufrieden sind. Ein großer Unterschied bei der individuellen Handlungsmöglichkeit kann sich während der Bewegungsangebote negativ auf das Klima innerhalb der Gruppe auswirken (Janda 2014, 146). Für die Planung von Bewegungsangebote bedeutet dies, dass deren Umsetzung und Zielsetzung gut durchdacht sein muss.

Die jungen Menschen mit Behinderung haben die gleichen Bedürfnisse und Vorstellungen wie alle anderen Gleichaltrigen. Sie möchten selbst entscheiden, wann, wo und wie sie sich sportlich betätigen wollen. Deshalb muss das Ziel sein, allen jungen Menschen – unabhängig von vorhandener Behinderung oder keiner Behinderung, der Art und dem Schweregrad der Behinderung – zu ermöglichen, sich regelmäßig körperlich zu bewegen (Weis 2003, 271).

Es braucht ein Umdenken: Eine Suche nach einer Bewegungsform, die nach gesellschaftlicher Vorstellung für junge Menschen mit Behinderung geeignet ist, ist falsch, da diese einer autonomen Selbstbestimmung entgegenstehen würde. Es braucht daher einen induktiven Ansatz. Nach diesem müssen Aufgaben formuliert werden, damit die jungen Menschen nach ergebnisoffenen Lösungswegen suchen und keine vorgegebenen Bewegungsabläufe imitieren. Dies setzt auch ein transparentes Handlungsziel voraus. Außerdem sollte eine Reflexion stattfinden, bei der die jungen Menschen mit Behinderung – je nach Art und Schweregrad der Behinderung auf verschiedene Art und Weisen – über ihre eigenen Erfahrungsprozesse berichten. Es geht um die Erwartungen, die sie bezüglich der Aufgabenlösung haben. So können im Voraus bereits mögliche Geschehnisse antizipiert werden (Giese und Weigelt 2015, 31ff.).

Insgesamt kann also zusammengefasst werden, dass für eine gelingende Integration von jungen Menschen mit Behinderung in eine Gruppe innerhalb eines Bewegungsangebots die Aufgabenformulierung, die Zielsetzung und die Form des Angebots gut durchdacht werden müssen.

4.2 Herausforderungen aufgrund der Heterogenität

Nach dem ich gezeigt habe, dass die Körperbetonung von Bewegungsangeboten zur Herausforderung werden können, schaue ich nun, welche Herausforderungen eine heterogene Gruppe mit sich bringen kann. Ich schaue in diesem Kapitel, welche Rollen kulturelle Unterschiede und das Geschlecht in Bewegungsangeboten spielen können.

4.2.1 Kulturelle Unterschiede

Eine weitere Herausforderung können kulturelle Unterschiede zwischen jungen Menschen sein – auch wenn ich in Kapitel 2.4.1 gezeigt habe, dass Bewegungsangebote integrativ sind. Bevor ich aus empirischer Sicht auf die kulturellen Unterschiede eingehe und zeige, welche Auswirkungen sie bei Bewegungsangeboten haben können, kläre ich zuerst einmal den Kulturbegriff.

Aus soziologischer Sicht beschreibt Kultur die Bedeutungsstruktur der Gesellschaft. Es geht darum, auf welchen Prinzipien die Gesellschaft basiert. Dabei spricht man von grundlegenden, kulturellen Werten. In der europäischen Moderne sind solche Werte beispielsweise Gleichheit, Freiheit und Vielfalt, aber auch Bildung, ein selbstbewusstes, autonomes Individuum und ein selbstgesteuertes Leben (Fuchs 2008, 89ff.).

In der Empirie gibt es drei unabhängige Dimensionen von Kultur, nach den sich die jungen Menschen mit Migrationshintergrund oder Fluchterfahrung von den deutschen Gleichaltrigen unterscheiden. Die religiöse Dimension gibt an, welchen Stellenwert Religion für die jungen Menschen hat. Die Dimension der traditionellen Werte^{xv}, bei denen es vor allem um Geschlechterrollen geht, und die sprachliche Dimension, also die Verwendung der deutschen Sprache im Alltag, sind die anderen beiden Dimensionen. Junge Menschen mit Migrationshintergrund oder Fluchterfahrung unterscheiden sich von den deutschen Gleichaltrigen in allen drei Dimensionen. Weiter unterscheiden sie sich ebenfalls untereinander je nach Herkunftsland. Jedoch kann bei jungen Menschen mit Migrationshintergrund, die in zweiter Generation in Deutschland sind, festgestellt werden, dass die Unterschiede in Sprache und traditionellen Werten sich eher minimieren. Einzig bei der Religiosität besteht in vielen Fällen weiter ein Unterschied (Mutz 2015a, 107).

Daher möchte ich mich im anschließenden Absatz genauer damit beschäftigen, wie die Religiosität sich auf die Beteiligung an Bewegungsangeboten auswirken kann. Die anderen beiden Dimensionen können natürlich genauso bei diesen jungen Menschen vorkommen.

Zur Verbindung zwischen Religiosität und Bewegung gibt es nur Annahmen, die auf Studien und theoretische Beiträge basieren. In ihren Grundhaltungen findet sich in keiner Religion eine Bewegungsfeindlichkeit. Bewegung wird von ihnen sogar als eine Möglichkeit gesehen, den Körper gesund zu erhalten. Während im Christentum

Bewegung positiv gesehen wird und gleichgestellt ist, so ist diese im Islam beispielsweise der Religion untergeordnet. Bei Bewegung und sportlicher Aktivität müssen die muslimischen jungen Menschen die religiösen Normen einhalten und keine religiösen Pflichten vernachlässigen. Dazu zählt unter anderem das Fasten. Jedoch muss ganz stark betont werden, dass dies nur für junge Menschen gilt, die selbst religiös sind, religiös erzogen wurden und regelmäßig in das Gotteshaus der jeweiligen Religion gehen (Mutz 2015b, 117f.).

Es wird deutlich, dass kulturelle Unterschiede in Bezug auf Religiosität die Teilnahme an Bewegungsangeboten beeinflussen können, wenn religiöse Normen und Verpflichtungen eingehalten werden müssen. Dazu muss von den jungen Menschen bekannt sein, ob sie selbst religiös sind. Dies kann vor allem dann zum Problem werden, wenn die jungen Menschen, für die die Bewegungsangebote geplant wurden, nicht bekannt sind – wie es in der erstmaligen Zusammenarbeit mit einer Schulklasse der Fall sein kann.

Handelt es sich aber um junge Menschen, die beispielsweise häufig in die Einrichtung der Offenen Kinder- und Jugendarbeit kommen, wissen die Fachkräfte durch Beziehungsarbeit bereits, ob diese religiös sind. Dann können diese jungen Menschen bei der Planung der Bewegungsangebote miteinbezogen werden, sodass sie aufgrund ihrer Religiosität oder den anderen beiden Dimensionen nicht ausgeschlossen werden.

4.2.2 Geschlecht

Dass das Geschlecht nicht nur bei traditionellen Ansichten innerhalb einer Religion eine Herausforderung für Bewegungsangebote sein kann, zeige ich in diesem Kapitel. Hier geht es darum, was beachtet werden muss, damit keines der Geschlechter benachteiligt wird.

Geschlechtsbezogene Segregationen finden sich vor allem im Leistungssport wieder, in dem von einem unfairen Leistungsvergleich aufgrund von Natur aus gegebenen Defiziten ausgegangen wird. Diese Vorstellung wird über die Presse in die Gesellschaft übermittelt und hat zur Folge, dass es ‚Mädchen- oder Frauensportarten‘ und alternative Sportarten mit veränderten Regeln gibt (Gramespacher 2009, 14f.).

Wie sich diese Vorstellungen bereits verankert haben, zeigt eine Studie, bei der Sportlehrkräfte das Verhalten von Mädchen und Jungen während des Sportunterrichts beobachteten und auswerteten. Während bei den Mädchen ein eindeutiges Desinteresse beobachtbar war, so setzten die Jungs ihre Interessen eindeutig mehr durch (Schmerbitz und Seidensticker und Schulz 1993, 32)

Aufgrund der Distanzierung vom Leistungssport wird der Körper der jungen Menschen bei Bewegungsangeboten als Träger sozialer Bedeutung gesehen. Daher können Bewegungsangebote das Ziel verfolgen, diesen Vorstellungen entgegenzuwirken und

einen geschlechtergerechten Zugang zu Bewegung zu ermöglichen (Gramespacher 2009, 23).

Im nächsten Schritt gehe ich darauf ein, wie die oben aufgeführten Punkte vermieden werden können. Dabei kommt die Reflexive Koedukation – also männliche und weibliche junge Menschen gemeinsam im gleichen Angebot – zum Einsatz, nach der die Zielsetzung, Methoden und die Bestimmung der Inhalte der Bewegungsangebote geschlechtergerecht reflektiert werden. Dabei wird angenommen, dass alle die gleichen Entwicklungspotenziale haben. Die jungen Menschen sollen aufgrund der Anerkennung ihrer Interessen und mittels Förderung möglichst aller Potenziale Erfahrungs- und Handlungsräume erschließen, wodurch es – wie in den Kapiteln zuvor gezeigt – zu Bildung kommt (ebd., 22f.).

Für die Bewegungsangebote bedeutet dies, dass bei der Planung die Zielsetzung, die Methoden und die Bestimmung der Inhalte gut durchdacht werden müssen. Zum einen darf es keine abgewandelten Regeln bezüglich des Geschlechts oder gar ein Ausschließen eines Geschlechts geben. Hierzu benötigt es eine Interaktion mit den jungen Menschen, um dieses Anliegen zu übermitteln. Auf diese Weise kann auch versucht werden, ein Desinteresse an den Bewegungsangeboten zu vermeiden. Die Inhalte müssen andererseits die Interessen möglichst aller jungen Menschen beinhalten. Auch hier hilft die Kommunikation mit den jungen Menschen. Weiter muss das Ziel der Bewegungsangebote das Schaffen von Erfahrungs- und Handlungsräumen sein, damit die jungen Menschen keine geschlechtsbezogene Segregation erfahren. So können die Bewegungsangebote Aufgaben enthalten, die alle jungen Menschen nur gemeinsam lösen können.

4.3 Herausforderungen in der praktischen Umsetzung

In den beiden Unterkapiteln zuvor habe ich gezeigt, welche Herausforderungen es bei Bewegungsangeboten mit Blick auf die jungen Menschen geben kann. Nun gehe ich noch kurz auf die Offene Kinder- und Jugendarbeit ein und zeige, wie mögliche Herausforderungen bezüglich einer Umsetzung solcher Bewegungsangebote in diesem Rahmen aussehen können.

Die Bewegungsangebote müssen – solange es sich nicht um ein Angebot in Kooperation mit der Schule handelt – innerhalb der Öffnungszeiten der Einrichtung der Offenen Kinder- und Jugendarbeit stattfinden. Regelmäßige Bewegungsangebote, die neben dem Offenen Betrieb laufen, erweisen sich aus personeller Sicht vor allem in ländlichen Regionen als schwierig, da dafür in den meisten Einrichtungen nicht genügend Fachkräfte zur Verfügung stehen (Redmann 2011, 30). Deshalb bietet es sich in diesen Fällen eher

an, einzelne Bewegungsangebote zu planen oder diese innerhalb der Ferien als Teil des Ferienprogramms zu machen.

Aus räumlicher Sicht besitzen viele Einrichtungen der Offenen Kinder- und Jugendarbeit mit einer Tischtennisplatte oder einer kleinen geteerten Fläche zum Spielen nur wenige Möglichkeiten für die jungen Menschen, sich zu bewegen. Ein Multifunktionsplatz oder gar eine Turnhalle, die der Offenen Kinder- und Jugendarbeit zur Verfügung stehen, befinden sich eher selten direkt an den Einrichtungen. Für die Durchführung von Bewegungsangeboten mit einer größeren Gruppe junger Menschen braucht es jedoch genau diese Räume. Es muss die Möglichkeit für sie geben, sich auf verschiedenste Weisen bewegen zu können, sodass je nach Interesse der jungen Menschen unterschiedliche Bewegungsangebote stattfinden können.

Außerdem spielt der Standort der Einrichtung der Offenen Kinder- und Jugendarbeit eine wichtige Rolle, wenn es um größere Bewegungsangebote geht, die außerhalb der Einrichtung stattfinden. Dazu zählt beispielsweise ein regelmäßig stattfindendes Schwimmbad in einem Freibad. Diese Orte müssen für die jungen Menschen gut erreichbar und dürfen daher nicht zu weit entfernt sein. Auch hier haben es die ländlichen Regionen schwerer.

Mit der räumlichen Problematik verbunden fallen für manche Bewegungsangebote auch Kosten an. Können bei einzelnen größeren Bewegungsangeboten die Kosten von den Eltern übernommen werden, so ist dies bei anderen Beschaffungen für manche Bewegungsangebote – seien es Bälle oder Sportgeräte – eher schwierig. Hier benötigt es eine finanzielle Unterstützung, soweit die Kosten nicht von der Einrichtung oder deren Träger übernommen werden können. So kann die Finanzierung auch zu einer Herausforderung werden – auch hier besonders im ländlichen Raum (Redmann 2011, 32).

Insgesamt kann also gesagt werden, dass es auch bei der Umsetzung innerhalb der Offenen Kinder- und Jugendarbeit Herausforderungen geben kann. Dies ist jedoch abhängig von der personellen, räumlichen und finanziellen Situation der Einrichtung selbst und kann daher nicht verallgemeinert werden. Die Einrichtungen im ländlichen Raum sind davon häufiger betroffen, aber es kann jede Einrichtung mit diesen Herausforderungen kämpfen müssen.

4.5 Resümee

Insgesamt lassen sich also verschiedene Herausforderungen in Bezug auf die jungen Menschen bei Bewegungsangeboten feststellen, die bei der Planung beachtet werden müssen. Die Körperlichkeit von Bewegung macht eine Teilnahme für junge Menschen mit Bewegungsmangel oder Übergewicht, aber auch Beeinträchtigungen aufgrund einer

Behinderung schwierig, da das Klima innerhalb der Gruppe aufgrund des Leistungsdefizits verschlechtert werden und dies in Frustration enden kann. Der kulturelle Unterschied bei jungen Menschen mit Migrationshintergrund kann aufgrund sprachlicher Defizite, unterschiedlicher traditioneller Werte oder Religiosität, die sie verpflichtet, bestimmte Normen und Pflichten einzuhalten, zu einer Herausforderung werden. Weiter ist der gesellschaftlichen Vorstellung, dass es von Natur aus gegebene geschlechtliche Defizite vor allem beim Leistungssport, aber auch bei Bewegung gibt, entgegenzuwirken, da dies sehr häufig zu einem Desinteresse vor allem bei den weiblichen jungen Menschen führen kann.

Dagegen können verschiedene Strategien bei der Planung solcher Bewegungsangebote helfen. Besondere Motivation oder vom Körpergewicht unabhängige Inhalte benötigt es, damit sich junge Menschen mit Bewegungsmangel oder Übergewicht nicht von diesen Angeboten ausschließen. Eine weitere Möglichkeit ist das Schaffen von Bewegungsräumen innerhalb des Sozialraums. Dies ist mit aufsuchender Arbeit verbunden. Gegen einen Ausschluss von jungen Menschen mit Behinderung hilft ein induktiver Ansatz, nach dem es Aufgaben mit ergebnisoffenen Lösungswegen und im Anschluss unterschiedliche Formen von Reflexion gibt. Um die kulturellen Unterschiede zu kennen und somit berücksichtigen zu können, hilft die Beziehungsarbeit mit den jungen Menschen mit Migrationshintergrund. Durch eine Reflexive Koedukation – Inhalte aufgrund Interessen aller bestimmen und geschlechtergerechte Erfahrungs- und Handlungsräume als Ziel der Bewegungsangebote schaffen – können die Herausforderungen bezüglich des Geschlechts überwunden werden.

An ihre Grenzen kommen die Bewegungsangebote in Bezug auf Körperlichkeit bei genetischen Defiziten, wie Körpergröße. Außerdem sind nicht alle Angebote – vor allem im erlebnispädagogischen Bereich, wie beispielsweise Klettern – für junge Menschen mit Beeinträchtigung zugänglich. Darüber hinaus müssen bei der Umsetzung auch auf personelle, räumliche und finanzielle Voraussetzungen geachtet werden.

Abschließend ist also festzuhalten, dass Bewegungsangebote auch einige Herausforderungen zu bewältigen haben und nicht nur positiv gesehen werden können. Ein gelingendes Bewegungsangebot kann also nur dann stattfinden, wenn die in diesem Kapitel genannten Herausforderungen bei der Planung mitgedacht werden, sodass keine jungen Menschen, die an den Bewegungsangeboten der Offenen Kinder- und Jugendarbeit möglicherweise teilnehmen möchten, von diesen Angeboten ausgeschlossen werden oder dort benachteiligt sind.

5. Beispiel: Hochseilgarten

Zum Abschluss meiner Arbeit möchte ich noch einmal anhand eines Angebots kurz zeigen, wie ein Bewegungsangebot in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit aussehen kann. Ich analysiere dieses dabei anhand der in den Kapiteln zuvor behandelten Inhalte. Das Angebot findet in einem Hochseilgarten statt. Nach Kapitel 2.2 handelt es sich hier um ein erlebnispädagogisches Bewegungsangebot.

In Hochseilgärten gibt es sowohl niedrige Elemente, als auch sehr hohe Elemente. Die jungen Menschen müssen über Seile, Baumstämme und Balken von Baum zu Baum balancieren. Die meisten Hochseilgärten bieten Angebote für Einzelpersonen und Gruppen an. Dabei kommt es zu intensiven Erlebnis-, Lern- und Erfahrungssituationen für die jungen Menschen. Freiwilligkeit wird sehr groß geschrieben. Die jungen Menschen sollen sich mit Spaß, aber auch Nervenkitzel selber ausprobieren, wobei jeder so weit geht, wie er möchte. Die Ziele des Angebots können unterschiedlich sein: Verbesserung der Kommunikation innerhalb der Gruppe, Verbesserung der Wahrnehmung, Kennenlernen der eigenen Fähigkeiten oder Stärken der Teamfähigkeit (Offene Jugendarbeit Straelen, 1).

Die Ausrüstung gibt es vor Ort. Zu Beginn wird immer der Umgang mit der Ausrüstung aus Sicherheitsgründen vorgenommen und auf niedrigen Elementen geübt, bevor es in den richtigen Hochseilgarten geht. Weiter müssen die jungen Menschen bestimmte Bedingungen für die Teilnahme erfüllen: neben der passenden Kleidung und Verpflegung müssen sie in den meisten Hochseilgärten einen Bogen zu ihrer eigenen körperlichen Verfassung ausfüllen (ebd., 1).

Zeitlich gesehen eignet sich ein ganzer Vormittag oder ein ganzer Nachmittag – also ungefähr drei bis vier Stunden – für das Angebot. Das Alter der jungen Menschen ist je nach Hochseilgarten unterschiedlich. Danach muss sich die Offene Kinder- und Jugendarbeit richten. Genauso ist es mit der Gruppengröße. Es muss einen bestimmten Betreuungsschlüssel geben, damit die Sicherheit der jungen Menschen gewährleistet wird.

5.1 Bildungschancen des Angebots

In diesem Kapitel schaue ich, ob und wie die jungen Menschen in dem Angebot im Hochseilgarten Soziale Erfahrungen, Welt- und Selbsterfahrungen machen.

Es kommt zu sozialer Interaktion in Form von Kommunikation zwischen den jungen Menschen untereinander, wenn sie den Parcours im Hochseilgarten gemeinsam bewältigen. Gefühle, wie beispielsweise Angst und Freude, spielen ebenfalls eine wichtige Rolle innerhalb des Angebots und können in einer Reflexionsrunde angesprochen

werden. Jedoch ist der Raum – der Hochseilgarten – nicht ideal, da dieser sich außerhalb befindet und kein Treffpunkt junger Menschen ist. Auch handelt es sich um ein einmaliges Angebot. Aus diesen Gründen wird es bei diesem Angebot eher nicht zu Bildung durch Soziale Erfahrungen kommen.

Für Welterfahrung im Sinne von Körpertechniken und -erfahrungen eignet sich dieses Angebot jedoch besonders, da ihnen bestimmte Techniken bei der Überwindung eines bestimmten Elements des Hochseilgartens gezeigt werden. Körpererfahrungen finden durch die unterschiedlichen Elemente, bei denen der Körper unterschiedlich eingesetzt werden muss, statt. Den jungen Menschen wird auch deutlich gemacht, dass ihre Bewegung im direkten Bezug zu ihrer Umwelt steht, da die Bewegung zur Überwindung notwendig ist. Wie bereits genannt kann im Anschluss eine Reflexionsrunde stattfinden. Das Angebot ist wegen diesen Punkten sehr gut dafür geeignet, Welterfahrung durch den Körper zu vermitteln.

Die dritte Erfahrungsform ist die Selbsterfahrung, die durch den Leib entsteht. Das Angebot im Hochseilgarten kann viele Widerstände bieten, da es möglich ist, dass die jungen Menschen dort für sie neue Formen von Bewegungen machen müssen – dies kann von Hangeln bis Balancieren in großer Höhe gehen. Durch Probieren und Wagen werden diese Bewegungen irgendwann zur Gewohnheit und die jungen Menschen erfahren Wohlbefinden. Es ist zu beachten, dass mit ihnen immer wieder gesprochen wird, da ihre Erwartungen und Wünsche, sowie ihre sozialen, psychischen und physischen Voraussetzungen beachtet werden müssen.

Insgesamt kann also gesagt werden, dass das Angebot ideal ist, um Körper- und Leiberfahrungen – und somit auch Welt- und Selbsterfahrungen – zu machen. Da es sich jedoch um ein einmaliges Angebot außerhalb des Sozialraums der jungen Menschen handelt, sind die Sozialen Erfahrungen, die gemacht werden können, nur begrenzt.

5.2 Aneignung durch das Angebot

Wird nun geschaut, wie das Angebot im Hochseilgarten zur Bildung durch Aneignung führt, so kann gesagt werden, dass dies durch die aktive Beteiligung am Angebot erleichtert wird. Dabei lassen sich vor allem drei große Aspekte von Aneignung in Bezug auf Bildung zusammenfassen, die in diesem Angebot auftreten können: Das Übernehmen von Verantwortung, das Stärken und Aufbauen von Selbstbewusstsein und das Trainieren und Verbessern von konditionellen Fähigkeiten (Barde 2013, 183).

Letzteres scheint am leichtesten nachvollziehbar zu sein. Die Kraft wird für viele Elemente des Hochseilgartens gebraucht, bei denen man sich festhalten oder hangeln muss. Um die verschiedenen Parcours im Hochseilgarten zu meistern, braucht es Ausdauer. Eine sehr große Rolle im Hochseilgarten spielt die Koordination. Aufgrund der engen

Bewegungsräume werden genaue motorische Bewegungen benötigt, damit sich die jungen Menschen auf dem Parcours in großer Höhe halten können. Weiter müssen sie die Umwelt immer in Blick haben und ihre Bewegungen an die jeweiligen Elemente anpassen. Dazu zählt unter anderem auch die Gleichgewichtsfähigkeit.

Auch aus psychischer Sicht lassen sich auf allen drei in Kapitel 2.4.2 behandelten Ebenen Prozesse der Aneignung feststellen. Die durch persönliche Erfolgserlebnisse und Lob zustande kommende Steigerung des Selbstwertgefühls, die bereits zu Beginn erwähnt wurde, ist dabei nur eine positive Wirkung. Die jungen Menschen können sich auch Strategien zur Stressbewältigung in diesem Angebot aneignen, da sie in großer Höhe beim Überwinden der einzelnen Elemente in – durch die Sicherung kontrollierte – Stresssituationen kommen. Weiter kann die Teilnahme an diesem Angebot auch die innere Motivation der jungen Menschen aufgrund des Sammelns der im Kapitel zuvor beschriebenen Erfahrungen gesteigert werden.

Die jungen Menschen können ebenfalls durch das Angebot ihre sozialen Fähigkeiten ausbauen. So spielt die Kommunikation eine große Rolle, wenn sie als Gruppe einen Parcours im Hochseilgarten meistern wollen. Hinzu kommen Fähigkeiten wie Rücksichtnahme und Hilfsbereitschaft, wenn ein Gruppenmitglied nicht so gut im Klettern ist. Weiter kann das Angebot in dem Sinne sozialintegrativ sein, wenn die Gruppe aus jungen Menschen mit unterschiedlicher kultureller Herkunft besteht.

Raumaneignung nach Kapitel 3.2.1 findet jedoch nur im Sinne der Erweiterung der motorischen Fähigkeiten aufgrund der einzelnen Elemente im Hochseilgarten statt. Es können weder neue Handlungsräume erweitert, noch Situationen verändert oder Räume verknüpft werden, da es sich nicht um einen öffentlichen Raum handelt. Spacing kann ebenfalls nicht stattfinden, da es sich beim Hochseilgarten um keinen Ort handelt, an dem die jungen Menschen ungestört sind.

Aus der Sicht der Bildung durch Aneignung ist das Angebot im Hochseilgarten trotzdem geeignet. Es ist sowohl auf physischer, als auch auf psychischer und sozialer Ebene sehr geeignet, um Bildungsprozesse zu initiieren.

5.3 Herausforderungen und Grenzen des Angebot

In den beiden Kapiteln habe ich gezeigt, dass dieses Angebot sowohl aus Sicht der Körper- und Leiberfahrung, als auch aus Sicht der Aneignung physischer, psychischer und sozialer Fähigkeiten sehr gut geeignet ist. Dass dieses Angebot auch Herausforderungen und Grenzen mit sich bringt, zeige ich zum Abschluss in diesem Kapitel.

Es wird sofort deutlich, dass dieses Angebot nicht präventiv gegen Bewegungsmangel und Übergewicht ist. Weiter ist es fraglich, ob ein Angebot im Hochseilgarten als

Abenteuer so verlockend ist, dass junge Menschen mit Bewegungsmangel freiwillig teilnehmen. Für junge Menschen mit Übergewicht kann das Angebot jedoch ideal sein. Sie können bei diesem Angebot selbstständig die Schwierigkeit des Parcours wählen und so weit gehen, wie sie wollen. Außerdem verlangt ein Hochseilgarten bei vielen Elementen vor allem Kraft, bei dem es keine oder nur geringe Defizite zu den anderen jungen Menschen gibt. Wird dies den jungen Menschen mit Übergewicht vermittelt, so besteht die Möglichkeit, dass sie an diesem Bewegungsangebot freiwillig teilnehmen.

Es muss vorher geklärt werden, ob der Hochseilgarten für Menschen mit Behinderung geeignet ist. Dadurch, dass dies jedoch eher selten der Fall ist, können junge Menschen mit Behinderung meistens an diesen Angeboten nicht teilnehmen. Hier ist das Angebot also höchstwahrscheinlich exklusiv.

Wie im Kapitel zuvor gezeigt, ist das Angebot dahingehend integrativ, wenn es sich um interkulturelle Gruppen handelt. Bei streng gläubigen jungen Menschen muss beachtet werden, dass es aufgrund der Einhaltung ihrer religiösen Pflichten nicht zu problematischen Situationen kommt. So ist beispielsweise das muslimische Fasten häufig mit einer Schwächung der körperlichen Leistungsfähigkeit verbunden. Hier muss darauf geachtet werden, dass der Parcours im Hochseilgarten nicht zu gesundheitlichen Problemen führt. Auch bei der Sprache kann es zu Herausforderungen kommen, da eine Kommunikation in der Gruppe wichtig ist. Trotz Sicherung besteht immer noch ein Restrisiko – beispielsweise wenn zwei junge Menschen zu schnell hintereinander eine Seilrutsche herunterrutschen und es so zu einer Kollision kommt. Weiter können die traditionellen Werte einer Familie einer Teilnahme von Mädchen entgegenstehen.

Die gesellschaftliche Vorstellung von naturgegebenen Defiziten, die bei vielen weiblichen jungen Menschen zu Desinteresse führen, kann bei diesem Angebot relativ gut vermieden werden, wenn es gemischtgeschlechtliche Gruppen gibt. Die Gruppe muss jede Person mitziehen, damit sie den Parcours meistern können. So werden gleichzeitig auch Räume für die jungen Menschen geschaffen, Erfahrungen mit dem anderen Geschlecht zu machen.

Unabhängig von den teilnehmenden jungen Menschen kann es Probleme bei der Organisation geben. Neben der Organisation der Fahrt geht es hier vor allem darum, dass genügend betreuende Personen gefunden werden, damit der bereits angesprochene Betreuungsschlüssel, den es in vielen Hochseilgärten gibt, eingehalten werden kann.

Es wird also deutlich, dass das Angebot nicht nur positiv gesehen werden kann, sondern auch verschiedene Herausforderungen mit sich bringt, die alle bei der Planung berücksichtigt werden müssen.

6. Fazit und Ausblick

„Teilnehmen ist wichtiger als Siegen“. Das Ziel meiner Arbeit war es, zu zeigen, wie wichtig die Teilnahme an Bewegungsangeboten sein kann. Ich habe mich in dieser Arbeit ausführlich damit beschäftigt, welche Chancen Bewegungsangebote für junge Menschen aus Sicht der Bildung haben. Weiter habe ich gezeigt, dass eine Verknüpfung von Bewegungsangeboten mit der Offenen Kinder- und Jugendarbeit sehr sinnvoll ist. Trotz dieser vielen positiven Seiten von Bewegungsangeboten habe ich auch bestimmte Herausforderungen aufgezählt, die solche Bewegungsangebote mit sich bringen können und bei der Planung beachtet werden müssen.

Während Ehrgeiz und der unbedingte Wille zur Isolation führen kann, bringt die Teilnahme an solchen Bewegungsangeboten mögliche Soziale Erfahrungen mit sich. Dies gelingt jedoch nur, wenn die Bewegungsangebote über einen längeren Zeitraum stattfinden und die jungen Menschen aufgrund gleicher Interessen ein gemeinsames Zusammensein auch wollen. Der Begriff der Sozialen Erfahrung wird erweitert mit der Welt- und der Selbsterfahrung, die ebenfalls durch die Teilnahme an Bewegungsangeboten gesammelt werden können. Welterfahrung beinhaltet eine Auseinandersetzung mit der räumlich-nahen Umwelt, während es bei Selbsterfahrung um die eigenen Fähigkeiten und das Verinnerlichen von Bewegungen geht. Ich habe dabei auch deutlich gemacht, dass der Körper beziehungsweise der Leib der jungen Menschen dabei eine wichtige Rolle spielen. Dass die Presseartikel „Bewegung und Sport helfen bei der Integration“ und „Bewegung bewirkt Wunder im Kopf“ nicht frei erfunden wurden, habe ich mithilfe der Aneignung von sozialen und psychischen Ressourcen auch gezeigt, die ebenfalls einen Teil der Bildung ausmacht. Auf sozialer Seite können Bewegungsangebote nicht nur sozialintegrativ sein, sondern auch bestimmte Werte und Normen vermitteln, wie beispielsweise Fairplay. Außerdem können sie stressreduzierend, motivierend und angstnehmend sein, da Bewegungsangebote das Selbstwertgefühl steigern können. Die dritte Ebene ist die physische Ebene und beinhaltet die Verbesserung von Ausdauer, Kraft und anderen konditionellen Fähigkeiten.

Die Arbeit hat also deutlich gemacht, dass Bewegungsangebote große Bildungschancen sowohl im Hinblick auf mögliche Erfahrungen, die gesammelt werden können, als auch im Hinblick auf Ressourcen, die angeeignet werden können, haben.

Der Presseartikel „Übergewicht und Bewegungsmangel haben mit fehlenden Angeboten zu tun“ spricht ein Problem an, dass immer wieder in der Arbeit erwähnt wurde: Weder in der Praxis, noch in der Empirie hat Bewegung in der Sozialen Arbeit – und damit auch in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit – eine große Bedeutung.

Weiter wird die Frage, welche Herausforderungen solche Bewegungsangebote mit sich bringen, in diesem Presseartikel verdeutlicht: die Körperbetonung und

Bewegungsorientierung kann junge Menschen mit Bewegungsmangel und Übergewicht schon im Voraus abschrecken, aber auch junge Menschen mit Behinderung benachteiligen. Eine weitere Herausforderung können kulturelle Unterschiede bei den jungen Menschen sein. Hier ist es vor allem die Religiosität, aufgrund deren Normen und Pflichten es zu Herausforderungen kommen kann. Eine gesellschaftliche Vorstellung von naturgegebenen Defiziten zwischen den Geschlechtern kann vor allem bei den weiblichen jungen Menschen zu Desinteresse für die Bewegungsangebote führen. Außerdem können zu wenig Personal, fehlende finanzielle Mittel oder ein fehlender Raum eine Herausforderung für die Durchführung von Bewegungsangeboten in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit sein.

Wie bereits zu Beginn des Fazits erwähnt, ist eine Verknüpfung von Bewegungsangeboten mit der Offenen Kinder- und Jugendarbeit sehr sinnvoll. Allein schon die schriftliche Verankerung im achten Sozialgesetzbuch mit der Bezeichnung ‚Sport, Spiel und Geselligkeit‘ macht dies deutlich. Der Bildungsbegriff der Offenen Kinder- und Jugendarbeit lässt sich ebenfalls mit den Bildungschancen in Einklang bringen. So spielt Geselligkeit und damit auch Soziale Erfahrung in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit eine große Rolle, aber auch die Welt- und Selbsterfahrung kommen dort vor. Ebenfalls werden der Körper und der Leib der jungen Menschen dort in Zusammenhang mit Bildung gebracht, auch wenn die Offene Kinder- und Jugendarbeit sich dieser Chance noch kaum bewusst ist. Den Aneignungsbegriff findet man in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit vor allem im Zusammenhang der Raumaneignung. Die Arbeit hat gezeigt, dass sich Bewegungsangebote sehr gut mit dem Konzept der Aneignung von Räumen verbinden lassen und die Aneignung von Räumen somit eine weitere Bildungschance für Bewegungsangebote darstellt. Bewegungsangebote können aber auch die Offene Kinder- und Jugendarbeit bei der Persönlichkeitsentwicklung der jungen Menschen, die eine Aufgabe der Offenen Kinder- und Jugendarbeit ist, unterstützen.

Ich fasse also noch einmal kurz zusammen: Bewegungsangebote haben Bildungschancen – Sammeln von Erfahrungen und Aneignen von Ressourcen – und lassen sich sehr gut mit der Offenen Kinder- und Jugendarbeit verknüpfen. Jedoch müssen dabei Herausforderungen – wie die Körperlichkeit oder die Heterogenität der Gruppe – bei der Planung bedacht werden.

Im fünften Kapitel habe ich ein erlebnispädagogisches Angebot in einem Hochseilgarten nach diesen Punkten analysiert. Diese Analyse ist bei der Planung einerseits notwendig, um mögliche, implizit ablaufende Bildungsprozesse im Angebot herauszufinden und es somit nicht nur zum Vergnügen angeboten wird. Andererseits können so mögliche

Herausforderungen schon bei der Planung berücksichtigt und die Grenzen des Angebots deutlich aufgezeigt werden.

Ich hoffe, dass ich die Potenziale von Bewegungsangeboten innerhalb der Offenen Kinder- und Jugendarbeit deutlich gemacht habe. Jedoch ist diese Arbeit nur ein kleiner Teil und kann unter anderem im Hinblick auf die Frage der Sozialen Ungleichheit erweitert werden. Dabei kann Bewegung vor allem bei der Lebensweltorientierung und der – in Kapitel 2.4 kurz erwähnten – Lebensbewältigung eine große Rolle spielen. Hierzu lassen sich viele aktuellen Werke lesen.^{xvi} Weiter kann das Thema Geschlecht und Bewegung ausführlicher bearbeitet werden. Es kann geschaut werden, welche Möglichkeiten Bewegung für das jeweilige Geschlecht bieten.^{xvii} Eine weitere Möglichkeit ist eine Erweiterung des Blicks auf andere Bereiche der Kinder- und Jugendarbeit – wie die Schulsozialarbeit.^{xviii}

Zum Abschluss dieser Arbeit möchte ich noch einmal auf die wichtige Bedeutung und die Chancen von Bewegungsangeboten vor allem im Hinblick der Bildung aufmerksam machen. Es wird Zeit, dass Bewegung in der digitalisierten und urbanisierten Welt von heute nicht nur in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit, sondern in der ganzen Sozialen Arbeit mehr in den Fokus gerückt wird.

Bemerkungen

- I ... Zitat der Internetseite <https://www.aphorismen.de/> entnommen
- II ... Friedrich Nietzsche (1844-1900) schrieb in seinem Werk ‚Fünf Vorreden zu fünf ungeschriebenen Büchern‘ verschiedene Gedanken nieder, darunter auch als fünfter Gedanke über den Wettkampf in ‚Homers Wettkampf‘.
- III ... Literatur zu diesem Punkt findet sich hier in den Bemerkungen unter den Nummern XIII und XVII
- IV ... weitere Informationen zu diesem Verein auf ihrer Homepage <https://www.bsj-marburg.de>
- V ... Zitat der Internetseite <https://gutezitate.com/> entnommen
- VI ... Helmut Plessner (1892-1985) war ein Vertreter der philosophischen Anthropologie. In seinem Werk ‚Die Stufen des Organischem und der Mensch‘ (1928) beschäftigte er sich mit der Unterscheidung von Menschen, Tieren und nicht-lebendigen Dingen. Genaueres lässt sich in seinem Werk oder den unzähligen dazu verfassten Schriften anderer Autoren nachlesen.
- VII ... für eine genauere Betrachtung des Geselligkeitsbegriffs dienen beispielsweise die Werke von Georg Simmel.
- VIII ... ‚Soziales Lernen‘ beschreibt das Erwerben von Fähigkeiten, um sozial kompetent zu handeln. Genaueres lässt sich in ‚Soziales Lernen im Sport‘ von C. Kleindienst-Cachay (1983) nachlesen. Ebenfalls findet sich in Kapitel 2.4.1 mit dem Aneignen von Werten und Normen ein Teil des ‚Sozialen Lernens‘ wieder.
- IX ... Informationen über die Person der Internetseite <https://raymond-walden.blogspot.com/> entnommen
- X ... ‚Körper-haben‘ und ‚Körper-sein‘ sind die von Helmut Plessner verwendeten Begriffe für Körper und Leib
- XI ... Informationen über die Person der Internetseite <https://literaturkritik.de/id/17146> entnommen
- XII ... Peter Hirtz (1937) ist deutscher Sportwissenschaftler, der sich vor allem mit der Koordination und Motorik bei jungen Menschen beschäftigt hat. In seinem Werk ‚Koordinative Fähigkeiten im Schulsport‘ von 1985 beschreibt er ausführlich das Koordinationsmodell – auch anhand verschiedener Übungen.
- XIII ... Der Entwicklungsbegriff beinhaltet noch speziell die unterschiedlichen Abschnitte der Kindheits- und Jugendphase. Genauere hierzu lässt sich im Aufsatz ‚Bewegungsförderung im Kindes- und Jugendalter‘ von F. De Bock, der im ‚Handbuch Bewegungsförderung und Gesundheit‘ erschienen ist, finden.

- XIV ... Genauere Informationen zur Offenen Kinder- und Jugendarbeit finden sich in den Broschüren der verschiedenen Trägern und Institutionen der Offener Kinder- und Jugendarbeit, die sich zum größten Teil auch online finden lassen.
- XV ... siehe hierzu den Artikel „Ich tänzele so zwischen den Kulturen...“ von C. Kleindienst-Cachay in der Zeitschrift ‚Freiburger Geschlechterstudien‘ (Ausgabe 23/2009).
- XVI ... siehe hierzu den Artikel ‚Sport und Soziale Ungleichheit – Neue Befunde aus dem internationalen Vergleich‘ von T. Rohrer und M. Haller in der ‚Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie‘ (Ausgabe 67/2015).
- XVII ...siehe hierzu das Werk ‚Sport & Gender – (inter)nationale sportsoziologische Geschlechterforschung‘ von G. Sobiech und S. Günter (2017)
- XVIII ...sie hierzu den Artikel ‚Die Möglichkeiten und Chancen der Vernetzung von Bewegung und Sport mit Schulsozialarbeit‘ von P. Kirschner in der Zeitschrift ‚Bewegungserziehung‘ (Ausgabe 66/2012).

Literaturverzeichnis

- Alfs, C.. 2014. *Sportkonsum in Deutschland – Empirische Analysen zur Allokation von Zeit und Geld für Sport*. Wiesbaden: Springer VS
- Barde, H.-U.. 2013. „Sport in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit“: In *Handbuch Offene Kinder- und Jugendarbeit*, hrsg. von U. Deinet und B. Stürzenhecker, 181-183. Wiesbaden: Springer VS
- Becker, J. und Vogler, B.. 1993. „Üben im Sport – als Erfahrungen erschließendes Tun“. In *Selbst- und Welterfahrung in Spiel und Sport*, hrsg. von W. Schmidt, 126-146. Hamburg: Czwalina
- Behrens, M.. 2016. *Zur Bedeutung der Bewegung für die kindliche Gesundheit*. Wiesbaden, Springer VS
- Bernzen, C.. 2013. „Rechtliche Grundlagen der Offenen Kinder- und Jugendarbeit im Bundes- und Landesrecht“. In *Handbuch Offene Kinder- und Jugendarbeit*, hrsg. von U. Deinet und B. Stürzenhecker, 617-628. Wiesbaden: Springer VS
- bes. „Bewegung und Sport helfen bei der Integration“. *Esslinger Zeitung*. 29. Januar 2013. https://www.esslinger-zeitung.de/region/esslingen_artikel,-bewegung-und-sport-helfen-bei-der-integration-_arid,985950.html
- Bibliographisches Institut [B. I.] Mannheim. 1974. *Meyers Enzyklopädisches Lexikon [Band 10]*. Mannheim: Lexikonverlag
- Böhnisch, L.. 2013. „Die sozialintegrative Funktion der Offenen Kinder- und Jugendarbeit“. In *Handbuch Offene Kinder- und Jugendarbeit*, hrsg. von U. Deinet und B. Stürzenhecker, 3-10. Wiesbaden: Springer VS
- Braun, S. und Nobis, T.. 2011. „Migration, Integration und Sport – Perspektiven auf zivilgesellschaftliche Kontexte vor Ort – Zur Einführung“. In *Migration, Integration und Sport – Zivilgesellschaft vor Ort*, hrsg. von S. Braun und T. Nobis, 9-28. Wiesbaden: Springer VS
- Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend [BFSFJ]. „Zwölfter Kinder- und Jugendbericht“ . Februar 2006. <https://www.bmfsfj.de/blob/112224/7376e6055bbcaf822ec30fc6ff72b287/12-kinder-und-jugendbericht-data.pdf>
- Chekroud, S. und Gueorguieva, R. und Zheutlin, A. und Paulus, M. und Krunholz, H. und Krystal, J. und Chekroud, A.. 2018. „Association between physical exercise and mental health in 1-2 million individuals in the USA between 2011 and 2015: a cross-sectional study“. *The Lancet Psychiatry* 5 (9): 739-746
- Deinet, U.. 2004. „Spacing“, Verknüpfung, Bewegung, Aneignung von Räumen – als Bildungskonzept sozialräumlicher Jugendarbeit“. In *„Aneignung“ als*

- Bildungskonzept der Sozialpädagogik*, hrsg. von U. Deinet und C. Reutlinger, 175-190. Wiesbaden: Springer VS
- Dellori, C.. 2016. *Die absolute Metapher ‚lebenslanges Lernen‘ – Eine Argumentationsanalyse*. Wiesbaden: Springer VS
- Derecik, A.. 2011. *Der Schulhof als bewegungsorientierter Sozialraum*. Aachen: Meyer & Meyer
- Derecik, A.. 2015. Sozialräumliche Aneignung von Räumen durch Jugendliche“. In *Die Eroberung urbaner Bewegungsräume*, hrsg. von J. Erhorn und J. Schwier, 13-30. Bielefeld: transcript
- Deutsche Sportjugend [DSJ]. „Sport bildet: Bildungspotenziale der Kinder- und Jugendarbeit im Sport“ Dezember 2009. http://thueringer-sportjugend.de/cms/upload/Material/Jugendbildung/Deutsche_Sportjugend_Orientierungsrahmen_Bildung.PDF
- Diel, K. und De Bock, F. und Schneider, S.. 2014. „Bedeutung der sportlichen Aktivität für Kinder und Jugendliche aus soziologischer und pädagogischer Perspektive“. In *Aktiv und Gesund?*, hrsg. von S. Becker, 311-330. Wiesbaden: Springer VS
- Erhorn, J. und Schwier, J.. 2015. „Einleitung“. In *Die Eroberung urbaner Bewegungsräume*, hrsg. von J. Erhorn und J. Schwier, 7-12. Bielefeld: transcript
- Evangelische Fachhochschule [EH] Freiburg. „Sport und Soziale Arbeit, sportbezogene und lebensweltorientierte soziale Arbeit“. 14.10.2011. <http://www.gesundheitliche-chancengleichheit.de/?id=main2&idx=1760>
- Fritsch, V. und Lutz, M.. 1990. „Zur Bedeutung geselliger Situationen in Sportgruppen“. In *Sport und Geselligkeit: Beiträge zu einer Theorie von Geselligkeit und Sport*, hrsg. von W. Kleine und W. Fritsch, 143-152. Aachen: Meyer & Meyer Verlag
- Fritsch, W. und Kleine, W.. 1990. „Einleitung: Sport und Geselligkeit“. In *Sport und Geselligkeit: Beiträge zu einer Theorie von Geselligkeit und Sport*, hrsg. von W. Kleine und W. Fritsch, 7-16. Aachen: Meyer & Meyer Verlag, 1990
- Fuchs, M.. 2008. *Kultur Macht Sinn –Einführung in die Kulturtheorie*, Wiesbaden: Springer VS
- Fuchs, R. und Klaperski, S.. 2018. „Stressregulation durch Sport und Bewegung“, in *Handbuch Stressregulation und Sport*, hrsg. von R. Fuchs und M. Gerber, 205-226. Wiesbaden: Springer VS
- Funke, J.. 1992. „Grundlagen unseres Ansatzes“. In *Körpererfahrung im Sport*, hrsg. von G. Treutlein und J. Funke und N. Sperle, 9-28. Aachen: Meyer & Meyer
- Gebauer, G.. „Die olympische Lüge“, 21. September 2014, <https://www.wissenschaft.de/gesellschaft-psychologie/die-olympische-luege/>

- Giese, M. und Weigelt, L.. 2015. „Konstituierende Elemente einer Sportdidaktik“. In *Inklusiver Sportunterricht in Theorie und Praxis*, hrsg. von M. Giese. und L. Weigelt, 10-52. Aachen: Meyer & Meyer
- Graf, C. und Dordel, S. und Koch, B. und Predel, H.-G.. 2006. „Bewegungsmangel und Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen“. *Deutsche Zeitschrift für Sportmedizin* 57 (9): 220-225
- Gräfe, R.. „Körper und Leib als vernachlässigte Dimension der Sozialen Arbeit“. 07.10.2015. https://www.blogs.uni-mainz.de/fb02-sozialpaedagogik/files/2018/08/Vortrag_Graefe_Koerper.pdf
- Gramespacher, E.. 2009. „Sport – Bewegungen – Geschlechter“. *Freiburger GeschlechterStudien* 23 (1): 13-30
- Grosse, M.. 2014. „Heute so, morgen so“. Zur Leiblichkeitserfahrung im sozialpädagogischen Arbeitsbündnis“. *Sozial Extra* 1 (38): 21-24
- Grunert, C.. 2005 „Kompetenzerwerb von Kindern und Jugendlichen in außerschulischen Sozialisationsfeldern“. In *Kompetenzerwerb von Kindern und Jugendlichen im Schulalter*, hrsg. von Sachverständigenkommission Zwölfter Kinder- und Jugendbericht, 95-174. München: DJI
- Grunert, D.. 2006. „Konzepte der Gesundheitsvorsorge – Sport“. In *Jugendmedizin. Gesellschaft und Gesundheit*, hrsg. von B. Stier und N. Weissenrieder, 374-384. Heidelberg: Springer Medizin
- Grupe, O.. 1976. „Was ist und Was bedeutet Bewegung?“, in *Die menschliche Bewegung - Human Movement. Bericht des wissenschaftlichen Kongresses der 6. Gymnaestrada Berlin vom 29.6.-1.7.1975*, hrsg. von E. Han und W. Preising, 3-19. Schorndorf: Hofmann
- Grupe, O.. 1993. „Leibeserziehung und Erziehung zum Wohlbefinden“. In *Selbst- und Welterfahrung in Spiel und Sport*, hrsg. von W. Schmidt, 16-40. Hamburg: Czwalina
- Haas, T.. 2018. *Leib-körperliche Dimension von Bildung*. Berlin: Logos
- Häseler, S. und Bestmann, S.. 2010. „Gesundheitsförderung in der Jugendarbeit“. In *Gesundheitsförderung in der Kinder- und Jugendhilfe*, hrsg. von Sozialpädagogischen Institut des SOS-Kinderdorf e.V., 126-139. München: Eigenverlag
- Haury, S.. 2014. „Nomaden, Zwischenmieter und Siedler. Junge Raumeigner in der Stadt“. In *Tätigkeit – Aneignung – Bildung. Positionierungen zwischen Virtualität und Gegenständlichkeit*, hrsg. von U. Deinet und C. Reutlinger, 233-244. Wiesbaden: VS

- Heim, R.. 2011. „Bildung – auch im außerschulischen Sport?“. In *Bildung im Sport*, hrsg. von M. Krüger und N. Neuber, 253-266. Wiesbaden: Springer VS
- Hess, M. und Scheithauer, H.. 2010. „fairplayer.sport – Soziale Kompetenzen spielerisch erlernen“. *Berliner Forum Gewaltprävention* 41 (1): 76-83
- Hottenrott, K. und Hoos, O.. 2013. „Sportmotorische Fähigkeiten und sportliche Leistungen – Trainingswissenschaft“. In *Sport. Das Lehrbuch für das Sportstudium*, hrsg. von A. Güllich und M. Krüger, 439-502. Heidelberg: Springer Spektrum
- Hünersdorf, B.. 2018. „Körper – Leib – Soziale Arbeit“. In *Handbuch Soziale Arbeit*, hrsg. von H.-U. Otto und H. Thiersch und R. Treptow und H. Ziegler, 864-870. München: Ernst Reinhardt Verlag
- Janda, S.. 2014. „Integration durch Sport“. In *Sport und Inklusion – ziemlich beste Freunde?*, hrsg. von A. Hebbel-Seeger und T. Horky und H.-J. Schulke, 143-163. Aachen: Meyer & Meyer
- Julke, R.. „AOK-Familienstudie“. *Leipziger Internet Zeitung*. 9, Juli 2018. <https://www.liz.de/leben/gesundheit/2018/07/Uebergewicht-und-Bewegungsmangel-haben-mit-fehlenden-Angeboten-zu-tun-mit-fehlender-Zeit-und-fehlendem-Geld-224435>
- Keiner, R. und Vagt, S.. 2003. „Vor- und außerschulische Bildung von Kindern und Jugendlichen im Sport“. In *Non-formale und informelle Bildung in der Kinder- und Jugendhilfe*, hrsg. von Deutsches Jugendinstitut, 183-200. München: Eigenverlag
- Keupp, H. und Ahbe, T. und Gmür, W. und Höfer, R. und Mitzscherlich, B. und Kraus, W. und Straus, F.. *Identitätskonstruktionen. Das Patchwork der Identitäten in der Spätmoderne* (Reinbeck: Rowolt, 2002),261
- Kösler, E.. „Zusatzlehrprogramm SPOSA – Sportbezogene, lebensweltorientierte Soziale Arbeit mit sozial benachteiligten jungen Menschen der katholischen Hochschule Freiburg, staatlich anerkannte Hochschule“. 28. Oktober 2009. https://www.kh-freiburg.de/kh-freiburg/pdf-de/studium/zusatzlehrprogramme/sposa/2_2_6_sposa-ordnung_2010.pdf
- Krus, A.. 2018. *Qualifikationsprofil Bewegung für Lehrkräfte: Bewegung lehren und in Bewegung lernen*. Wiesbaden: Springer VS
- Meinberg, E.. 1990. „Geselligkeit im Sport“. In *Sport und Geselligkeit: Beiträge zu einer Theorie von Geselligkeit und Sport*, hrsg. von W. Kleine und W. Fritsch, 41-60. Aachen: Meyer & Meyer Verlag
- Michels, H..2007. „Hauptsache Sport. Impulsgeber für die Soziale Arbeit“. *Sozial Extra* 31 (9/10): 13-16
- Michels, H.. 2014. „Sport, Körper und Bewegung in der Soziale Arbeit – das Düsseldorfer Modell“. *Sozialmagazin* 2 (1), 76-83

- Müller, J.. „Identitätskonstruktionen marginalisierter Jugendlicher im informellen Sport. Eine qualitative Studie auf dem Bolzplatz“. 2017. <https://ediss.uni-goettingen.de/bitstream/handle/11858/00-1735-0000-002B-7D29-1/Dissertation%20Johannes%20M%c3%bcller.pdf?sequence=3>
- Müller, M.. 2013. *Empowerment durch Sport und Bewegung*. Hamburg: tredition
- Mutz, M.. 2015a. „Kultur und kulturelle Unterschiede – theoretische und empirische Präzisierungen“. In *Jugend, Migration und Sport – kulturelle Unterschiede und die Sozialisation zum Vereinssport*, hrsg. von U. Burrman und M. Mutz. und U. Zender, 91-110. Wiesbaden: Springer VS
- Mutz, M.. 2015b. „Wie wirken sich Religion und Religiosität auf die Sportbeteiligung aus?“. In *Jugend, Migration und Sport – kulturelle Unterschiede und die Sozialisation zum Vereinssport*, hrsg. von U. Burrman und M. Mutz. und U. Zender, 111-130. Wiesbaden: Springer VS
- Naar-King, S. und Suarez, M.. 2012. *Motivierende Gesprächsführung mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen*. Weinheim: Beltz
- Neuber, N. und Breuer, M. und Derecik, A. und Golenia, M. und Wienkamp, F.. 2010. *Kompetenzerwerb im Sportverein. Empirische Studien zum informellen Lernen im Jugendalter*. Wiesbaden: Springer VS
- Offene Jugendarbeit Straelen. „Soziales Lernen im Hochseilgarten für Schulklassen“. http://daten2.verwaltungsportal.de/dateien/seitengenerator/lernen_im_hochseilgarten.pdf
- Ortmann, D.. 2005. „Erziehung und Sport – Erziehung im Sport?“. In *Sport ist wert(e)voll*, hrsg. von Badische Sportjugend Nord, 7-23. Karlsruhe: Eigenverlag
- Pogats, M.-S.. 2015. *Sport und Soziale Arbeit*. Saarbrücken: Akademikerverlag
- Rebel, G.. 1999. *Bewegungspädagogik im Sozialwesen*. Münster: Waxmann
- Redmann, B.. 2011. „Jugendarbeit im ländlichen Raum – Anspruch und Wirklichkeit“. *Sozial Extra* 35 (3/4): 30-34
- Rotkopf, T.. „Bewegung und Sport. Spiel- und Übungsformen zur Entwicklung der koordinativen Fähigkeiten“. http://daten.schule.at/dl/Spiele_Koord_Skriptum_a.pdf
- Ruin, S.. 2015. *Körperbilder in Schulsportpraxen. Eine körpersoziologische Untersuchung*. Berlin: Logos
- Scherr, A.. 2002. „Der Bildungsauftrag der Jugendarbeit“. In *Bildung und Lebenskompetenz – Kinder – und Jugendhilfe vor neuen Aufgaben*, hrsg. von R. Münchmeier und H.-U. Otto und U. Rabe-Kleberg, 93-106. Wiesbaden: Springer VS
- Schied, V. und Rank, M. und Kuckuck, R.. 2003. *Behindertenleistungssport. Strukturen und Anforderungen aus Athletensicht*. Aachen: Meyer & Meyer

- Schmerbitz, H. und Seidensticker, W. und Schulz, G.. 1993. *Mädchen und Jungen im Sportunterricht. Interaktionsanalyse und Curriculumsentwurf*. Bielefeld: Universität
- Schmidt, H.. 2011. „Zum Forschungsstand der Offenen Kinder und Jugendarbeit – Eine Sekundäranalyse“. In *Empirie der Offenen Kinder- und Jugendarbeit*, hrsg. von H. Schmidt, 13-130. Wiesbaden: Springer VS
- Schmidt, W.. 1993. „Einleitung“. In *Selbst- und Welterfahrung in Spiel und Sport*, hrsg. von W. Schmidt, 6-15. Ahrensburg: Czwalina
- Schürmann, V.. „BAS2: Verhaltens- und sozialwissenschaftliche Grundlagen – VL: Sportbezogenes Handeln aus sozialwissenschaftlicher Sicht - Vorlesung 4: Körper – Leib – Persönlichkeit“. April 2010. https://www.dshs-koeln.de/fileadmin/redaktion/Institute/Paedagogik_und_Philosophie/PDF/Koerper__Leib__Personalitaet.pdf
- Spanhel, H.. „Bewegung bewirkt Wunder im Kopf“. *Wendlinger Zeitung*. 29. August 2018: 22
- Sting, S und Sturzenhecker, B.. 2013 „Bildung und Offene Kinder- und Jugendarbeit“. In *Handbuch Offene Kinder- und Jugendarbeit*, hrsg. von U. Deinet und B. Stürzenhecker, 375-388. Wiesbaden: Springer VS
- Sturzenhecker, B. und Richter, E.. 2012. „Die Kinder- und Jugendarbeit“. In *Grundriss Soziale Arbeit: Ein einführendes Handbuch*, hrsg. von W. Thole, 469-475. Wiesbaden: Springer VS
- Waldenfels, B.. 2000. *Das leibliche Selbst. Vorlesung zur Phänomenologie des Leibes*. Frankfurt: Suhrkamp
- Weis, K.. 2003. „Integration, soziale (social integraion)“ In *Sportwissenschaftliches Lexikon*, hrsg. von P. Röthig, 271-272. Schorndorf: Hoffmann
- Wendler, M.. 2018. „Bewegung und Körperlichkeit als Risiko und Chance“. In *Handbuch Armut und Soziale Ausgrenzung*, hrsg. von E.-U. Huster und J. Boeckh und H. Mogge-Grotjahn, 663-686. Wiesbaden: Springer VS
- Zimmer, R.. 2004. *Toben macht schlau! Bewegung statt Verkopfung*. Freiburg: Herder
- Zimmer, R.. 2012. *Handbuch der Psychomotorik. Theorie und Praxis der psychomotorischen Förderung von Kindern*. Freiburg: Herder
- Zimmermann, G.. 2015. „Der Körper als Ressource in der (offenen) Kinder- und Jugendarbeit“. In *Der Körper als Ressource in der Sozialen Arbeit*, hrsg. von M. Wendler und E.-U. Huster, 203-218. Wiesbaden: Springer VS
- Zwick, M.. 2011. „Die Ursachen der Adipositas im Kindes- und Jugendalter in der modernen Gesellschaft“. In *Übergewicht und Adipositas bei Kindern und Jugendlichen*, hrsg. von M. Zwick und J. Deuschle und O. Renn, 71-90. Wiesbaden: Springer VS

Zwick, M. und Schröter, R.. 2011 „Wirksame Prävention? Ergebnisse eines Expertendelphi“. In *Übergewicht und Adipositas bei Kindern und Jugendlichen*, hrsg. von M. Zwick und J. Deuschle und O. Renn, 239-259. Wiesbaden: Springer VS

Hiermit versichere ich gemäß § 28 der Studien- und Prüfungsordnung der Hochschule Esslingen für die Bachelorstudiengänge, dass ich diese Bachelorarbeit selbständig verfasst und keine anderen als die angegebenen Quellen und Hilfsmittel benutzt habe.

Esslingen, den 6.11.2018

(Unterschrift)