

Tischtennispieler sind die schlausten Sportler!

Im Rahmen einer Studie des Zentrum für Gesundheit (ZfG) der Deutschen Sporthochschule Köln wurde die schulische Leistungsfähigkeit von verschiedenen Sportlern untersucht. Es konnten klare Zusammenhänge der ausgeübten Sportart und der schulischen Leistungsfähigkeit festgestellt werden. So stellte sich heraus, dass Tischtennispieler „schlauer“ als Tennisspieler oder Schwimmer sind. Und auch die Fußballspieler konnten nicht gerade im Vordergrund der leistungsstarken Schüler glänzen.

Einleitung:

Die körperliche Betätigung Kinder und Jugendlicher nimmt zunehmend ab. Die Freizeit wird vermehrt vor Computer und TV verbracht. Doch zu wenig Sport kann zu einer geringeren Leistungsfähigkeit und somit zu einem schlechteren Notendurchschnitt führen.

Abgesehen von den gesundheitlichen Effekten, hat Sport viele weitere Einflüsse auf den Organismus. So gibt es beispielsweise Sportarten, die besonders die Kreativität fördern und manche rein motorisch ausgelegt sind. Darüber hinaus wird bei anderen wiederum der Schwerpunkt auf die Verbesserung von Ausdauer, Kraft oder Koordination gelegt. Dementsprechend ist auch zu erwarten, dass in Anlehnung an die jeweilige Belastung während einer Sportart, unterschiedliche Anforderungen an die kognitive Leistungsfähigkeit gestellt werden. Deshalb kann man auch erwarten, dass Schülerinnen und Schüler aus kreativen und intellektuell herausfordernden Sportarten bessere Leistungen in der Schule entwickeln, als in rein „motorisch“ angelegte Disziplinen.

Methodik:

An dieser Untersuchung nahmen insgesamt 635 Schülerinnen und Schüler im Alter zwischen 13 und 18 Jahren aus drei Schulen mit zwei unterschiedlichen Schulformen (Gymnasium und Hauptschule) teil. Um diese Studie umsetzen zu können, wurde ein spezieller Fragebogen konzipiert. Mit diesem wurde die Häufigkeit des Sporttreibens, die Sportart und der Notendurchschnitt der Schüler abgefragt.

Ergebnisse:

- **Sport macht gute Schulnoten!**
Anhand der Ergebnisse wird deutlich, dass offensichtlich ein Zusammenhang zwischen sportlicher Betätigung und Leistungsfähigkeit besteht. Diejenigen die im Vergleich zu inaktiven Schülern angaben regelmäßig Sport zu treiben, konnten im Durchschnitt einen 0,5 Noten besseren Schnitt vorweisen. Diese Tatsache lässt die Vermutung aufstellen, dass regelmäßige Bewegung zu einem Anstieg der Konzentrations- bzw. Leistungsfähigkeit führt und „bessere“ Schulleistungen hervorbringt.

- **Tischtennis und Turnen machen schlau!**
So konnte heraus gefunden werden, dass Unterschiede in der Sportwahl der „erfolgreichen“ bzw. „nicht so erfolgreichen“ Schüler bestehen. Diejenigen die angaben Tischtennis zu spielen oder Turnen, erhielten in der Untersuchung die besten Noten. Sie hatten einen Notendurchschnitt von 2,0. Dem gegenüber schnitten diejenigen, die angaben Tennis zu spielen mit einem Schnitt von 2,5 am schlechtesten ab. Gefolgt wurden diese von den Fußballern und den Schwimmern. Das Mittelfeld bildeten Sportarten wie Joggen, Fahrrad fahren, Handball, Reiten und Volleyball.

➤ Rangliste der Sportarten nach Notendurchschnitt:

- | | |
|----------------------|---------------------------|
| 1) Tischtennis (2,0) | 8) Tanzen (2,28) |
| 2) Turnen (2,0) | 9) Joggen (2,29) |
| 3) Kampfsport (2,08) | 10) Fahrrad fahren (2,31) |
| 4) Volleyball (2,11) | 11) Fitnessstudio (2,33) |
| 5) Handball (2,12) | 12) Schwimmen (2,4) |
| 6) Reiten (2,12) | 13) Fußball (2,47) |
| 7) Basketball (2,28) | 14) Tennis (2,5) |

Fazit:

So wird das schulische Geschick nicht allein durch den Fleiß beziehungsweise die Intelligenz des Schülers bestimmt, sondern hängt stark von dem positiven wie negativen Einfluss des sozialen Umfelds des Jugendlichen ab. Auch die körperliche Betätigung kann in diesem Zusammenhang einen entscheidenden Beitrag leisten. Die richtige Sportart führt offensichtlich zu einem anderen Lernerfolg, weil spezielle Ressourcen und Stärken herausgearbeitet werden, von denen Kinder auch in der Schule profitieren. Deswegen sollte nicht nur Nachhilfe auf dem Program schlechter Schüler stehen – die Eltern sollten ihre Kinder einfach im richtigen Sportverein anmelden.

Bei weiteren Informationen kontaktieren Sie bitte:

Zentrum für Gesundheit

Stephanie Sump

Tel.: 0221-49827110

Email: info@zfg-koeln.de

Studiendurchführung:

Prof. Dr. Ingo Froböse

Dipl. Sportwiss. Jochen Schiffer