

7 Fragen an Prof. Dr. Jürgen Buschmann, Deutsche Sporthochschule Köln (DSHS):

1) Warum „Fit am Ball 3000“?

Seit den Olympischen Spielen 1936 gibt es den Fackelstaffel-Lauf, bei dem eine vom griechischen Olympia mit der Kraft der Sonne entzündete Flamme zum jeweiligen Austragungsort der Spiele gebracht wird. Damit soll eine Verbindung zwischen der Idee der antiken Spiele mit den modernen Olympischen Spielen geschaffen werden. Im Fußball gibt es so etwas bisher noch nicht. Das fand ich immer schade. Denn Fußball-Großereignisse wie WM und EM werden heute weltweit genauso stark beachtet wie die Olympischen Spiele.

2) Warum braucht eine Großveranstaltung wie die Fußball-Europameisterschaft einen Staffel-Lauf?

Die völkerverbindenden Effekte, der internationale Austausch und die gemeinsame Euphorie und Begeisterung für den Sport war für uns in Deutschland 2006 überall spürbar. Davon werden viele begeisterte Besucher noch ihren Enkeln erzählen. Dieses kollektiv positive Erlebnis sollte auch Vorbild für die folgenden Veranstaltungen sein. Das wird mit dem Lauf, der den Spirit vom einen Austragungsort zum folgenden transportiert, symbolisch ausgedrückt. Wenn „Fit am Ball 3000“ ein Erfolg wird, werden wir einen weiteren Lauf zur Fußball-WM 2010 in Südafrika organisieren.

3) Wie ist die Idee zur Dribbel-Staffel entstanden?

Der Dribbel-Weltrekord „Fit am Ball 3000“ basiert auf dem mittlerweile größten deutschen Schulsport-Förderprogramm „Fit am Ball – Der Schul-Cup von funny-frisch“. „Fit am Ball“ wurde 2003 von der Deutschen Sporthochschule Köln und vom Kölner Kartoffelchips-Hersteller Intersnack als Sponsor gestartet, um etwas gegen das Übergewicht vieler Kinder und Jugendlicher zu tun. Heute haben wir schon über 50.000 Schülerinnen und Schüler mit zusätzlichem Schulsport begeistert und insgesamt eine Viertelmillion Menschen mit den Inhalten von „Fit am Ball“ erreicht. Im vergangenen Frühjahr haben wir uns dann gemeinsam mit dem Sponsor die Frage gestellt, wie man diese deutschlandweit sehr erfolgreiche Kampagne für mehr Schulsport in ganz Deutschland noch populärer machen könnte. Dabei entstand die Idee zu einem Weltrekordversuch – 3.000 Kilometer dribbeln in 100 Tagen. Guinness World Records, weltweit die Nummer eins für die Zertifizierung außergewöhnlicher Leistungen, war sofort begeistert von unserer Idee. Gemeinsam mit der Guinness World Records Zentrale in London entwarfen wir ein Regelwerk und ein „Zeugenprogramm“ für den Nachweis der Leistung, woran sich alle 200 Schulteams mit ihren knapp 10.000 gemeldeten Kindern halten müssen.

4) Welche Regeln müssen für den Weltrekord eingehalten werden?

Grundlegend ist, dass der Ball „fußballgemäß“ gespielt und an die folgenden Teams übergeben werden muss. Ein Torhüter im Team darf den Ball natürlich auch in die Hand nehmen. Damit wollen wir an Gefahrenstellen die Sicherheit garantieren. Es müssen auch mindestens drei Kinder pro Team unterwegs sein – meistens sind es allerdings zwischen elf und 100 Kinder pro Team. Verlässt der Ball die Strecke, muss

er zurückgebracht und von dort weitergespielt werden. Wir haben insgesamt 100 Tage Zeit. Relevant ist die darin zurückgelegte Strecke.

5) Welche Philosophie steckt hinter diesem sozusagen pädagogischen Rekordversuch?

Wichtig ist, dass jedes Kind erkennt, dass es seine eigene, persönliche Leistung ins Team einbringen kann und muss. Alle 10.000 Teilnehmer sind aufeinander angewiesen: Nur wenn alle Kinder etwas leisten, kann jedes einzelne Kind am Ende Weltmeister werden. Mit sinnlichen Erfahrungen durch den Sport und die Bewegung sowie eine schnelle und direkte Anerkennung der Leistung lernen die Kinder, dass sie in einer solidarischen Gemeinschaft viel erreichen können. Das freundschaftliche Miteinander in jedem einzelnen Team sowie schließlich aller Teams entlang der Strecke über ganz Deutschland, bringt nur dann den Weltrekord, wenn ein Rädchen ins andere greift und sich die vielen Kinder und Teams als Gemeinschaft begreifen.

6) Welche Ziele verfolgt das Basis-Projekt „Fit am Ball“?

„Fit am Ball“ ist in erster Linie eine Direkt-Hilfe für Schulen, denen oft die Mittel und Wege fehlen, um ihre Schülerinnen und Schüler kindgerecht für mehr Bewegung in Schule und Freizeit zu begeistern sowie spielerisch zu einem reflektierten und ausgewogeneren Ernährungsverhalten zu bringen. Aber auch andere Module für die soziale und emotionale Entwicklung spielen eine Rolle. An über 1.500 Schulen in ganz Deutschland und Österreich haben wir zusätzlichen Schulsport eingerichtet, den wir mit Hilfe des Sponsors Intersnack finanziell und materiell sowie durch die Leistungen der Sporthochschule inhaltlich-didaktisch und organisatorisch unterstützen. „Fit am Ball“ ist aber auch eine auf Dauer, nachhaltig

angelegte Kampagne, die neben der Direkthilfe für die Schulen auch andere Teile der Gesellschaft erreichen soll - insbesondere Eltern oder Kinder, die dem Sport noch nicht nahe stehen. Sie sollen mit den Hintergründen und Lösungen, die „Fit am Ball“ anbietet, zu einem aktiven Lebensstil animiert werden. Wir wollen Aufmerksamkeit für die Problematiken und Entstehungszusammenhänge von Übergewicht wecken. Für mehr Bewegung im Alltag der Menschen werben. Darin ist neben einer gesundheitsfördernden Wirkung auch die wesentliche Prävention gegen Übergewicht zu sehen. Schließlich ist es natürlich auch der Anspruch der Deutschen Sporthochschule Köln, für und durch „Fit am Ball“ weitere Erkenntnisse zum Thema Übergewicht zu gewinnen. Grundlegend forschen wir einerseits quantitativ-statistisch durch umfangreiche Einstellungstests an den Schulen. Ergänzt wird dies durch qualitativ-hermeneutische Untersuchungen auf der Basis von Beobachtungen und Analysen betroffener Familien durch das Institut für hermeneutische Sozial- und Kulturforschung Frankfurt am Main unter der Leitung von Universitätsprofessor Dr. Ulrich Oevermann.

7) Welche Erkenntnisse brachte die wissenschaftliche Begleitforschung von „Fit am Ball“ bislang hervor?

In erster Linie konnten wir ermitteln, dass das Projekt bei den Kindern und insbesondere bei den Mädchen die Freude an Bewegung allgemein und speziell am Fußball im hohen Maße steigern konnte. Kinder mit Migrationshintergrund und aus sozial schwächeren Milieus – die Gefahrengruppe Nummer eins für Übergewicht – zeigten ein signifikant verbessertes Selbstwertgefühl und bewegungsintensiveres Freizeitverhalten. Im Ernährungsteil von „Fit am Ball“ konnte besonders die Apfelschorle als geeigneter Durstlöscher als Alternative zu stark zuckerhaltigen Getränken etabliert werden. Die qualitativ-hermeneutischen Forschungen haben bisher unter anderem gezeigt, dass

in vielen betroffenen Familien eine resignative, ja oft sogar depressive Grundstimmung herrscht. Übergewichtige Kinder sind häufig kontaktarm und leiden unter mangelnden Erfolgserlebnissen. Kompensiert werden kann dies kurzfristig am ehesten durch die Erfahrung sportlicher Erfolgserlebnisse in Freundschaftsgruppen – Programme wie „Fit am Ball“ sind unserer Einschätzung nach besonders geeignet, betroffenen Kindern zu helfen.

DSHS-Dozent Prof. Dr. Jürgen Buschmann (58) ist Leiter des Instituts für Olympische Studien der Deutschen Sporthochschule Köln.