

Grenzen der Selbsteinschätzung: Eine empirische Studie zur Veridikalität des physischen Selbstkonzepts im Grundschulsportunterricht

Problemstellung

Die Förderung motorischer Fähigkeiten sowie die Förderung entsprechender Selbsteinschätzungen, wie beispielsweise durch das physische Selbstkonzept (PSK), sind wichtige Ziele des Sportunterrichts. Methoden zur Umsetzung dieser beiden Ziele sind gut untersucht (z.B. Conzelmann et al., 2011). Weniger gut erforscht ist die Förderung der Realitätsangemessenheit dieser Einschätzung, also die Übereinstimmung von motorischer Leistungsfähigkeit und physischem Selbstkonzept, der Veridikalität (De Meester et al., 2020; Schmidt et al., 2013). Jüngere Forschungen zeigen, dass eine realitätsangemessene Einschätzung positive Effekte, zum Beispiel auf die körperliche Aktivität und Motivation, hat (Henning et al., 2022). Eine Möglichkeit, Selbsteinschätzungen im Sportunterricht zu ändern, besteht darin, Schüler:innen durch systematische Beobachtungen und Reflexion des eigenen Verhaltens Zugang zu neuen selbstbezogenen Informationen zu verschaffen, auf deren Basis sie dann ihre Selbsteinschätzungen ändern können (d.h. reflexive Prädikatenselbstzuweisung) (Conzelmann et al., 2011). Aus sportpädagogischer Perspektive stellt eine didaktische Umsetzung bzw. Unterstützung dieser Möglichkeiten eine Form der *reflektierten Praxis* im Sportunterricht dar, in der Schüler:innen u.a. zum Nachdenken über die gemachten (Bewegungs-)Erfahrungen angeregt werden (Serwe-Pandrick, 2016). Insbesondere quantitative Studien zu Effekten von methodischen Elementen einer reflektierten Praxis liegen bis dato kaum vor. In dieser Interventionsstudie wurde daher die Förderung der Veridikalität des PSK durch den Einsatz von Lernjournalen und darauf aufbauenden angeleiteten Reflexionsphasen als Form der reflexiven Prädikatenselbstzuweisung im Grundschulsportunterricht untersucht.

Methode

An der quasi-experimentellen Studie nahmen 269 Grundschüler:innen aus 14 Klassen im Alter von 7-11 Jahren teil. Die Klassen wurden zufällig der Interventions- oder der Kontrollbedingung zugeteilt. Alle Klassen wurden von geschulten Masterstudierenden nach einem standardisierten Unterrichtsskript über 8 Unterrichtseinheiten zum Inhalt *Laufen, Springen, Werfen* unterrichtet. In den Interventionsklassen führten die Schüler:innen zusätzlich regelmäßig Lernjournale zur reflexiven Selbstbeurteilung ihrer individuellen Leistungen. Zum prä- und post-Test wurden die motorischen Fähigkeiten in fünf Dimensionen und dazugehörige Subdimensionen des PSK durch validierte Verfahren erfasst. Zur Bestimmung von Werten für die Veridikalität wurden die Werte je Klasse und Messzeitpunkt standardisiert und subtrahiert. Ausgehend von diesen Werten wurden je PSK-Dimension Gruppen der Überschätzer ($105 \leq n \leq 148$) und Unterschätzer ($0 \leq n \leq 15$) gebildet. Die Daten wurden durch gemischte lineare Modelle ausgewertet.

Ergebnisse

Bezüglich der Dimensionen des PSK zeigte sich nur ein Interventionseffekt für das PSK der Koordination ($b = -.14$). In der Motorik zeigten sich unabhängig von der Gruppenzugehörigkeit eine Verschlechterung der Beweglichkeit ($b = -1.8$) sowie eine Verbesserung der Kraft ($b = 6.7$) bei den Schüler:innen. Die Koordination ($b = -1.1$) und die Schnelligkeit ($b = 0.14$) verbesserten sich

signifikant in der Interventionsgruppe. Die Überschätzer konnten sich unabhängig von der Gruppenzugehörigkeit in den Dimensionen Ausdauer ($b = -0.1$), Koordination ($b = -0.2$) und Kraft ($b = -0.2$) kongruenter einschätzen. Die Veridikalität der Dimension Schnelligkeit verbesserte sich in dieser Gruppe nur unter der Interventionsbedingung. Die Substichproben der Unterschätzer waren zu klein für valide statistische Analysen. Alle Verbesserungen der Veridikalität ließen sich allein auf eine Verbesserung in der motorischen Leistungsfähigkeit zurückführen, nicht auf eine Anpassung des PSK.

Diskussion

Die Ergebnisse deuten an, dass – ebenso wie die Förderung des PSK (Schmidt et al., 2013) – die Förderung der Veridikalität spezifisch vom sportlichen Inhalt abhängt, da Koordination und Schnelligkeit die am stärksten mit dem Inhalt *Laufen, Springen, Werfen* assoziierten motorischen Dimensionen sind. Überraschend ist, dass die erwarteten Effekte der Lernjournale als Interventionsinhalt auf die Selbsteinschätzungen ausblieben. Möglich ist, dass die reflexive Prädikatenselbstzuweisung für manche Kinder in der untersuchten Altersstufe eine zu hohe kognitive Anforderung dargestellt hat, die nur eingeschränkt von ihnen umgesetzt werden konnte. Umso interessanter sind die Effekte im motorischen Bereich. Ein Ansatz zur Erklärung dieser interventionsbedingten Effekte in der motorischen Leistungsfähigkeit sind motivationale Effekte der Selbstbeurteilung, die zu einem höheren Engagement und somit zu einem verbesserten motorischen Lernen der Schüler:innen geführt haben könnten. Solche Effekte konnten bereits in anderen Fächern für kognitive Lernleistungen, jedoch nicht im Sportunterricht und nicht für motorische Lernleistungen gezeigt werden (Andrade, 2019). Diese potenziellen Effekte gilt es nun im Kontext des Sportunterrichts genauer zu untersuchen und auch vor dem Hintergrund des Unterrichtsprinzips einer *reflektierten Praxis* (Serwe-Pandrick, 2016) konstruktiv zu diskutieren.

Literatur

- Andrade, H. L. (2019) A critical review of research on student self-assessment. *Frontiers in Education*, 4(87). doi: 10.3389/educ.2019.00087
- De Meester, A., Barnett, L. M., Brian, A., Bowe, S. J., Jiménez-Díaz, J., Van Duyse, F., ... & Haerens, L. (2020). The relationship between actual and perceived motor competence in children, adolescents and young adults: A systematic review and meta-analysis. *Sports Medicine*, 50, 2001-2049.
- Conzelmann, A., Schmidt, M., & Valkanover, S. (2011). *Persönlichkeitsentwicklung durch Schulsport: Theorie, Empirie und Praxisbausteine der Berner Interventionsstudie Schulsport (BISS)*. Hogrefe.
- Henning, L., Dreiskämper, D., & Tietjens, M. (2022). The interplay of actual and perceived physical fitness in children: Effects on motivation and physical activity. *Psychology of Sport and Exercise*, 58, 102055.
- Schmidt, M., Valkanover, S., Roebens, C., & Conzelmann, A. (2013). Promoting a functional physical self-concept in physical education: Evaluation of a 10-week intervention. *European Physical Education Review*, 19(2), 232-255.
- Serwe-Pandrick, E. (2016). „Sportunterricht ist ja eigentlich Aktivität, da werde ich ja auch dran gewöhnt“ –zur Methodenfrage „reflektierter Praxis“. *Sportunterricht (Schwerpunktheft Methoden)*, 65(5), 144-150.