

WIAD-Studie

Bewegungsstatus von Kindern und Jugendlichen in Deutschland

**Kurzfassung
einer Untersuchung
im Auftrag des**

**Deutschen Sportbundes
und des
AOK-Bundesverbandes**

Bonn, September 2000

**Lothar Klaes, Alexander Rommel,
Detlev Cosler, Yvette C.K. Zens**

WIAD-Studie

Bewegungsstatus von Kindern und Jugendlichen in Deutschland

Kurzfassung einer Untersuchung auf der Basis

**einer sekundäranalytischen Sichtung,
einer repräsentativen Befragung
bei 12-bis 18-Jährigen
und eines Bewegungs-Check-Up in Schulen**

Ansprechpartner:

Dr. Lothar Klaes
Alexander Rommel
Detlev Cosler
Yvette C.K. Zens

Wissenschaftliches Institut der Ärzte
Deutschlands (WIAD) gem. e.V.

Godesberger Allee 54
53175 Bonn

Email: wiad@wiad.de
Telefon: (0228) 8104-172
Telefax: (0228) 8104-155

Inhalt

	Seite
1. Einleitung - Anlass und Anlage der Untersuchung	1
2. Sport- und Bewegungsverhalten im Kindes- und Jugendalter - ein Überblick über die aktuelle Datenlage	2
3. Bewegungsstatus und Sportmotivationen der 12- bis 18-jährigen Jungen und Mädchen in Deutschland - Ergebnisse einer repräsentativen Befragung	6
4. Bewegungs-Check-Up in Schulen	17
5. Konsequenzen und Ausblick	28
Literatur	30

1. Einleitung - Anlass und Anlage der Untersuchung

Im Herbst 1999 erhielt das Wissenschaftliche Institut der Ärzte Deutschlands (WIAD) vom Deutschen Sportbund (DSB) und vom AOK-Bundesverband im Rahmen der zwischen beiden Einrichtungen bestehenden Kooperationsvereinbarung den Auftrag für eine Studie zum *Bewegungsverhalten von Kindern und Jugendlichen in Deutschland*. Eine solche Untersuchung wurde insbesondere aus folgenden Gründen für notwendig erachtet:

- In den letzten Jahren häufen sich besorgniserregende Meldungen über ein generell schlechteres Bewegungs- und Sportverhalten im Kindes- und Jugendalter, gepaart mit zunehmender Fehlernährung und einem in der Folge erhöhten Körpergewicht.
- Obwohl für diese Entwicklungen zahlreiche Belege vorgelegt werden können, fehlt es jedoch bislang in Deutschland an flächendeckenden Untersuchungen, die über sport- und bewegungsbezogene Einstellungen und Verhaltensweisen von Kindern und Jugendlichen in den Kontexten Verein, Schule und Freizeit umfassend Auskunft geben und vergleichbare Daten über einen längeren Zeitraum bereitstellen.
- Auch mangelt es bisher an einem schlüssigen, wissenschaftlich fundierten, praxistauglichen und auch in einem breiten Praxiseinsatz bewährten Konzept, das in der Lage ist, kontinuierlich die benötigten Daten zum Bewegungsstatus zu erfassen und zugleich konkrete Ansatzpunkte für die Behebung erkannter Defizite zu liefern und zu einem verbesserten bzw. adäquateren Sport- und Bewegungsverhalten zu motivieren und anzuleiten.

Die hiermit vorgelegte Studie versucht, diesen drei Anliegen gerecht zu werden, indem sie zunächst in einer **sekundäranalytischen Sichtung** die Datenlage aufbereitet, wie sie sich für Deutschland seit Beginn der neunziger Jahre darstellt. Im weiteren werden die Ergebnisse einer **repräsentativen Befragung der 12- bis 18-jährigen Kinder und Jugendlichen in Deutschland** vorgestellt. Mit den Daten dieser Erhebung können zum einen bestehende Datenlücken geschlossen werden; sie ist zugleich so konzipiert, dass sie Basisdaten für eine Längsschnittuntersuchung liefert, die - mit einem aufgrund der gemachten Erfahrungen überarbeiteten Instrument - künftig in jährlichen Erhebungswellen stattfinden sollte. Untersuchungs- und Verhaltensdaten zum Bewegungsstatus im Kindes- und Jugendalter liefert ein ebenfalls im Rahmen dieser Studie erprobter **Bewegungs-Check-Up in Schulen**. Im Vordergrund steht hierbei neben den Daten zur körperlichen Leistungsfähigkeit insbesondere die Analyse der Bedingungen für einen möglichst flächendeckenden Einsatz eines solchen Check-Up sowie die Beschreibung der spezifischen Vorteile, die ein solches Instrument für den Sportunterricht sowie für die sozial- und sportwissenschaftliche und epidemiologische Forschung besitzt. Somit schließt diese Untersuchung zum einen umfassende Ansätze zur 'Diagnose' des Bewegungsverhaltens im Kin-

des- und Jugendalter ein und sie zeigt zum anderen auch Wege zur 'Therapie' erkannter Defizite und Fehlentwicklungen auf.

2. Sport- und Bewegungsverhalten im Kindes- und Jugendalter - ein Überblick über die aktuelle Datenlage

Abgesehen von einzelnen Fragestellungen, wie zum Beispiel der Sportvereinsmitgliedschaft, ist das Sport- und Bewegungsverhalten von Kindern und Jugendlichen bislang noch nicht anhand eines übergreifenden Konzeptes an einer gesamtdeutschen Stichprobe untersucht worden. Es existiert jedoch eine Vielzahl von Studien, vor allem aus den neunziger Jahren, die bezogen auf Regionen oder Bundesländer Teilbereiche der sportiven Betätigungen junger Menschen untersucht haben. Gerade die Verbindung zwischen den drei wichtigsten Teilbereichen - Verein, Schule und Freizeit - wurde dabei jedoch häufig nicht hergestellt und auf etwaige Interdependenzen untersucht. Dennoch lässt sich das vorhandene Material natürlich in einer Weise zusammenführen, dass die wichtigsten Parameter des Sport- und Bewegungsverhaltens Jugendlicher anhand der relevanten Einflussfaktoren dargestellt werden können. In Kapitel 3 werden daran anschließend und diese Befunde ergänzend die Ergebnisse der von WIAD im Frühjahr 2000 durchgeführten Befragung von Kindern und Jugendlichen präsentiert.

Wenn man die verschiedenen Freizeitbeschäftigungen miteinander vergleicht, fällt in nahezu allen eingesehenen Untersuchungen der letzten 10 bis 15 Jahre auf, dass der Sport einen der vier ersten Rangplätze in der Freizeitgestaltung der Kinder und Jugendlichen einnimmt. In keiner dieser Studien lag einer der großen Konkurrenten des Freizeitsports wie Computer, Fernsehen oder Lesen in der Liste der Freizeitaktivitäten vor dem Sport (vgl. BRETTSCHEIDER / BRÄUTIGAM 1990 / ZINNECKER/SILBEREISEN 1996 / BRETTSCHEIDER/BRANDL-BREDENBECK 1997 / KURZ 1999). Dieser **Stellenwert des Freizeitsports** bestätigt sich auch, wenn es um die Bedeutung geht, die ihm die Befragten zuordnen. Nach wie vor stellt er eine der wichtigsten Freizeitbeschäftigungen im Kindes- und Jugendalter dar und in der Betrachtung der in den letzten 10 bis 15 Jahren durchgeführten Untersuchungen erweist sich diese Erkenntnis als überaus stabil. Eine Untersuchung für Nordrhein-Westfalen und Brandenburg von 1995 weist einen Wert von 61% der Befragten der Klassen 7, 9 und 11 aus, die Sport für sich als 'wichtig' oder 'sehr wichtig' bezeichneten (vgl. GOMOLINSKY o.J.).

Allerdings zeigen sich schon bei der Frage nach der Wichtigkeit Differenzen, die sich ebenfalls anhand anderer Fragestellungen immer wieder herausarbeiten lassen. So ist der Sport für Mädchen weniger wichtig als für Jungen und stellt sich damit als Untersuchungsfeld dar, in dem das Verhalten durch deutliche **Unterschiede zwischen den Geschlechtern** geprägt ist (vgl. BRETTSCHEIDER/BRÄUTIGAM 1990). Entsprechend zeigt sich in allen Untersuchungen die Tendenz, dass Mädchen und junge Frauen zum einen weniger Sport treiben als ihre männlichen Altersgenossen. Zum anderen neigen Mädchen, anders als Jungen, zu einer weniger regelmäßigen sportlichen Aktivität (vgl. BRETTSCHEIDER/BRÄUTIGAM 1990 / BÜCHNER et al. 1996 / KURZ et al. 1996 / WHO 1996).

Auch die **Mitgliedschaft im Sportverein** bleibt davon nicht unberührt. Wenn man alle Faktoren miteinbezieht, die die Höhe der Sportvereinsquote beeinflussen, ist für die neunziger Jahre bei den 12- bis 18-jährigen Jugendlichen eine gesamtdeutsche Quote zwischen 40 und 50% anzunehmen (vgl. JUGENDWERK DER DEUTSCHEN SHELL 1997/2000 / KURZ et al. 1996 / KURZ 1999). Mädchen engagieren sich jedoch in deutlich geringerem Maße und erreichen kaum höhere Organisationsquoten als 40%, wohingegen die Jungen bis zum Alter von ca. 15 Jahren sogar zu fast 60% Mitglied in einem Sportverein sind (vgl. KURZ et al. 1996 / KURZ 1999).

Beim Blick auf **die vorherrschenden Sportarten im Kindes- und Jugendalter** fällt auf, dass Mädchen zu einem anderen Sporttreiben neigen als Jungen. So erweist sich bei den Mädchen vor allem das Schwimmen als eine Sportart, die im Gesamtvolumen am stärksten vertreten ist. Wie zu erwarten spielt Fußball im Vergleich zu den Jungen eine eher geringe Rolle, wohingegen Rad Fahren wiederum auf einem der ersten Ränge zu finden ist. Bei den Jungen spielt der Fußball erwartungsgemäß eine wichtige Rolle, wobei vor allem wiederum Schwimmen und Rad Fahren, aber auch Basketball auf den ersten vier Rängen anzutreffen sind. Bei den Mädchen findet man auf den vorderen Rängen auch andere Sportarten wie Reiten, Jogging oder Tanzen (vgl. ZINNECKER/SILBEREISEN 1996 / BRETTSCHEIDER/BRANDL-BREDENBECK 1997 / WYDRA 2000).

Richtet man das Augenmerk auf **Sportarten die außerhalb des Vereins** ausgeübt werden, fällt ins Auge, dass die Trendsportarten Inline-Skating und Skateboard durchaus ihren Niederschlag gefunden haben. Besonders das Inline-Skating hat sich danach ganz offensichtlich fest etabliert. Wie zu erwarten, dominieren Rad Fahren, Schwimmen und Fußball, aber auch Tennis und Basketball werden häufig als nichtorganisierte Freizeitbeschäftigung betrieben. Insgesamt teilen sich die Sportarten außerhalb der Vereine in solche auf, die vornehmlich unorganisiert vollzogen werden, wie Jogging und Inline-Skating, und in Sportarten, die vornehmlich eine Domäne der kommerziellen Sportanbieter darstellen, wie Tennis oder Fitnesstraining (vgl. BRINKHOFF 1998 / GOMOLINSKY o.J.).

Eindeutig dominierend und grundsätzlich an erster Stelle steht als **Vereinssport** bei den Jungen im Westen wie im Osten der Fußball. Bei Jungen wie bei Mädchen verlieren bestimmte Sportarten der nichtorganisierten Freizeit wie vor allem Rad Fahren und Inline-Skating vollständig oder wie das Schwimmen stark an Bedeutung. Ebenso verschwunden sind sportive Betätigungen, die weniger mit Leistung und Wettkampf, sondern eher mit gesundheitlichen oder ästhetischen Motiven in Verbindung zu bringen sind. Im Gegensatz dazu finden andere klassische Vereinssportarten wie Handball, Turnen oder Leichtathletik, die in einem nichtorganisierten Rahmen nur schwerlich zu betreiben sind, ihren Platz (vgl. BRINKHOFF 1998 / GOMOLINSKY o.J.).

Bei der Bewertung des Schulsports durch die Kinder und Jugendlichen fällt grundlegend auf, dass der **Sportunterricht** im Vergleich zu allen anderen Fächern auf den ersten Blick überaus positiv bewertet wird. Danach hat sich der Sportunterricht deutlich als unangefochtenes Lieblingsfach der Schüler erwiesen (vgl. KRUBER 1996). Insgesamt weist in diesem Zusammenhang jedoch auch vieles darauf hin, dass - alters- und geschlechtsabhängig - ungefähr ein Viertel bis ein Drittel der Jugendlichen und jungen Erwachsenen dem Schulsport gleichgültig oder ablehnend gegenüberstehen (vgl. DIGEL 1996 / WYDRA/FÖRSTER 2000).

Allerdings geben deutlich mehr Jungen als Mädchen den **Schulsport** als liebstes Schulfach an (vgl. ZINNECKER/SILBEREISEN 1996), und mit über 70% der Fachliebhaber gegenüber 45% der Fachliebhaberinnen zeigt sich zudem, dass der Sport auch unter den positiv Eingestellten hauptsächlich von den Jungen als Lieblingsfach genannt wird (vgl. WYDRA/FÖRSTER 2000). Was die Beurteilung des Sportpensums im Schulsport angeht, zeigt es sich zunächst, dass der Anteil derjenigen, die gern mehr Schulsport hätten, offensichtlich bei über 50% zu veranschlagen ist (vgl. KRUBER 1996 / DIGEL 1996). Es fällt jedoch zusätzlich auf, dass auch hier wieder der Geschlechterunterschied deutlich wird. Während über 70% der Jungen angaben, gern mehr Sportunterricht haben zu wollen, waren dies nur gut 50% der Mädchen. Deutlich höher lag bei den Mädchen der Prozentsatz derer, die mit dem Umfang zufrieden waren bzw. sogar gern weniger Unterricht hätten (vgl. WYDRA 2000).

Nach **Alter** differenziert fällt zunächst auf, dass der Sport im eigentlichen Sinne im Kindesalter eine untergeordnete Rolle einnimmt. Andere Bewegungsaktivitäten wie Spielen im Freien oder Rad fahren sind als Bewegungsaktivitäten von wesentlich größerer Bedeutung (vgl. BÜCHNER et al. 1993). Entsprechend lässt sich für die neunziger Jahre bei den Kindern auch nur eine grobe Tendenz der Häufigkeit außerschulischen Sports herausarbeiten. So hat mit ungefähr 15% nur eine Minderheit der befragten Kinder angegeben, in der Freizeit keinen Sport zu treiben (vgl. DEUTSCHES JUGENDINSTITUT 1992 / KRUBER 1996). Auch bei der Gruppe der Jugendlichen zeigt sich, dass hier ebenfalls ein entsprechend großer Anteil der Befragten in der Freizeit zumindest unregelmäßig Sport treibt (vgl. DIGEL 1996 ca. 81% / OPASCHOWSKI/DUNCKER 1997 ca. 74%).

Ihren Zenit erreicht das **Pensum des Freizeitsports** ungefähr im Alter von 12 bis 13 Jahren, wobei hier die weitaus meisten Jugendlichen zum Ausdruck brachten, fast täglich Sport zu treiben. Demgegenüber gewinnt die Aussage, 'regelmäßig' Sport zu treiben, langsam an Gewicht, und '(fast) täglich' treiben im 13. Schuljahr nur noch weniger als 40% der Befragten Sport. Die Quoten derjenigen, die 'nie' oder nur 'unregelmäßig' Sport treiben, liegen im Alter von 12 bis 14 noch unter 10%, im Alter von ungefähr 18 jedoch schon bei 15 bis 20% (vgl. KURZ et al. 1996 / KURZ 1999). Dementsprechend nimmt mit zunehmendem Alter vor allem bei den Mädchen aber auch bei den Jungen die Sportvereinsquote kontinuierlich ab und erreicht im Alter von 17 bis 18 Jahren insgesamt kaum mehr als 30% (vgl. KURZ et al. 1996 / KURZ 1999).

Bei den Sportarten erweist sich der **Sportartenwechsel** vor allem innerhalb der Vereine als Indikator einer altersbedingten Entwicklung. Grob skizziert lässt sich feststellen, dass der Übergang von der Kindheit in eine sportiver orientierte Jugend auch durch den Vereinseintritt über Einstiegssportarten wie Fußball, Turnen, Leichtathletik und Schwimmen geprägt ist. Außer dem Fußball verlieren diese jedoch wieder stark an Bedeutung und spielen im Vereinssport der Jugendzeit nur noch untergeordnete Rollen. Neben dem Abwenden vom Vereinssport, was natürlich auch mit dem Wechsel zu Sportarten der nichtorganisierten Freizeit wie Inline-Skaten und Joggen verbunden ist, findet auch innerhalb der Vereine eine Ausdifferenzierung der Sportartenpräferenzen statt. Andere Sportarten, die am Beginn der Vereinskarriere keine Rolle spielen wie z.B. Tennis oder Pferdesport, gewinnen nun an Bedeutung (vgl. BRETTSCHEIDER/BRÄUTIGAM 1990 / SCHRÖDER 1991).

Auch die **Schichtzugehörigkeit** drückt sich im Sportengagement Jugendlicher aus. Es zeigt sich, dass das Pensum des Sporttreibens mit der Zugehörigkeit zu höheren Schichten ganz offensichtlich zunimmt. Zugleich zeigt sich auch eine Tendenz zu einem regelmäßigeren Sporttreiben bei den höheren Schichten (vgl. KURZ et al. 1996 / BÜCHNER et al. 1996). Vermittelt über die Schichtzugehörigkeit treiben entsprechend auch Hauptschüler weniger Sport als Gymnasiasten und Realschüler (vgl. KURZ et al. 1996). Allerdings tendieren die Schichtunterschiede dazu, um so mehr zu verwischen, je jünger die untersuchten Altersklassen sind (vgl. DEUTSCHES JUGENDINSTITUT 1992). Bei der Sportvereinsmitgliedschaft fallen schichtspezifische Disparitäten noch deutlich stärker aus als bei der Frage nach der Häufigkeit des Sporttreibens. Die Jetzt-Mitglieder machen danach in der untersten Schicht nur einen Anteil von deutlich unter 30% aus, während dieselbe Quote in der obersten Schicht bei über 50% liegt. Auffallend hoch ist in der untersten Schicht auch der Anteil derer, die noch nie in einem Verein waren (49%), verglichen mit der Quote der Früher-Mitglieder (vgl. KURZ et al. 1996 / vgl. auch BÜCHNER et al. 1996).

Bezogen auf den **Ost-West-Vergleich** gibt es für die neunziger Jahre Anzeichen, dass der Anteil der Sportabstinenten und Gelegenheitssportler unter den 10- bis 15-Jährigen im Osten zeitweise rund doppelt so hoch war wie die Quote im Westen. Diese Feststellung geht dabei einher mit einer allgemein niedrigeren Quote an festen Freizeitterminen im Osten, die zu einem großen Teil sicherlich auch darauf zurückzuführen ist, dass das nach der Wende durch den Wegfall der alten Strukturen entstandene Vakuum an organisierter Freizeit noch nicht durch eine Vereins- und Freizeitkultur, wie sie sich im Westen etabliert hat, ersetzt worden ist (vgl. BÜCHNER et al. 1996 / ZINNECKER/SILBEREISEN 1996). Diese Annahme bestätigt sich zum einen in Untersuchungen, die schon in Zeiten vor der Wende ein ähnlich hohes Sportpensum im Osten ausgemacht haben, wie es auch in den neunziger Jahren im Westen festgestellt wurde (vgl. CRASSELT et al. 1990); zum anderen bestätigt sich dies in ersten Anzeichen einer sukzessiven Angleichung schon im Laufe der neunziger Jahre (vgl. BÜCHNER et al. 1998).

Entsprechend lag die Sportvereinsquote der ostdeutschen Jugendlichen in den neunziger Jahren mit maximal 30% deutlich unter der in Westdeutschland (vgl. ZINNECKER/SILBEREISEN 1996 / KURZ 1999 / JUGENDWERK DER DEUTSCHEN SHELL 2000). Es liegt allerdings nahe, dass auch dies ein Effekt des gesellschaftlichen Umbruchs zu Beginn der neunziger Jahre war, und damit auf einen Rückgang der alten Formen des organisierten Sports in Ostdeutschland zurückzuführen ist. Die Organisationsquote im Sport ist danach vor der Wende im Osten deutlich höher zu veranschlagen als in den neunziger Jahren (vgl. CRASSELT et al. 1990 / WILLIMCZIK 1991).

3. **Bewegungsstatus und Sportmotivationen der 12- bis 18-jährigen Jungen und Mädchen in Deutschland - Ergebnisse einer repräsentativen Befragung**

Die in diesem Kapitel vorgestellten Daten beruhen auf einer repräsentativen schriftlichen Befragung der 12- bis 18-Jährigen. **1.057** über eine Einwohnermeldeamtsstichprobe zufällig ausgewählte **Kinder und Jugendliche** in Deutschland wurden befragt.

Die Untersuchung zielt auf eine Erfassung der Art und Häufigkeit von körperlicher Betätigung und Sport in den Kontexten Verein, Schule und Freizeit, auf die Analyse von Motivationsmustern und Präferenzen für Sporttreiben in diesen Kontexten, auf die Beschreibung von Zufriedenheiten und Wünschen bezüglich der Gestaltung von Sportangeboten sowie auf die Erfassung weiterer bewegungsrelevanter Einstellungs- und Verhaltensmuster. Diese Befragung baut somit auf den im vorherigen Kapitel dargestellten Studien auf, indem sie vorhandene Datenlücken schließt und vorliegende Erkenntnisse aktualisiert.

Die Ergebnisse der Erhebung heben den nach wie vor herausragenden **Stellenwert des Sporttreibens** für Kinder und Jugendliche hervor. Für den weitaus größten Teil der 12- bis 18-Jährigen (82%) ist der aktive Sport mindestens so wichtig wie andere Hobbies. Mehr als 15% haben sich dem Sport gar derart verschrieben, dass sie von sich sagen: "Sporttreiben ist für mich eine der wichtigsten Sachen im Leben." In Übereinstimmung hiermit stehen die von den Befragten angegebenen Zeiten, in denen Sport getrieben wird: Etwa 60% treiben mindestens 4 Stunden wöchentlich Sport. Selbst wenn man berücksichtigt, dass mehr als 90% der Befragten Schulsport haben, treiben diese 60% immerhin mindestens 1-2 Stunden Sport außerhalb des Schulsports. Signifikante Unterschiede treten nach Geschlecht, Alter, Mitgliedschaft im Sportverein und Sportaktivitäten der Eltern auf (s. Übersicht 1). So ist für 20% der Jungen Sporttreiben eine der wichtigsten Sachen in ihrem Leben, gegenüber 10% bei den Mädchen. 44% der Jungen treiben wöchentlich mindestens 6 Stunden Sport, gegenüber nur 24% bei den Mädchen.

Übersicht 1: Häufigkeit des Sporttreibens nach Geschlecht, Alter, Sportvereinszugehörigkeit und Sportaktivitäten der Eltern (in %)

Wie oft treibst Du in der Woche Sport?	gesamt	Geschlecht		Alter			Sportvereinszugehörigkeit		Eltern aktive Sportler	
		männlich	weiblich	12-13	14-16	17-18	ja	nein	ja	nein
regelmäßig mehr als 10 Stunden	10,6	15,5	5,3	10,2	11,3	9,7	14,6	5,2	9,9	11,4
regelmäßig 6-10 Stunden	23,3	28,2	18,2	26,3	23,3	20,7	33,5	10,5	28,1	17,9
regelmäßig 4-6 Stunden	25,5	24,1	26,7	26,0	28,0	21,0	27,5	22,8	28,1	22,6
regelmäßig 2-4 Stunden	24,3	20,6	28,3	24,3	23,7	25,3	19,6	30,1	22	26,7
regelmäßig 1-2 Stunden	11,4	9,4	16,4	10,5	11,1	12,7	3,4	21,6	7,9	15,1
weniger als 1 Stunde	3,2	1,7	4,7	2,0	2,3	5,7	1,0	5,7	2,0	4,5
keine sportliche Betätigung	1,9	0,6	3,4	0,7	0,5	5,0	0,3	4,1	2,0	1,8
Gesamt 100%; n=	1049	543	506	304	443	300	582	439	555	491

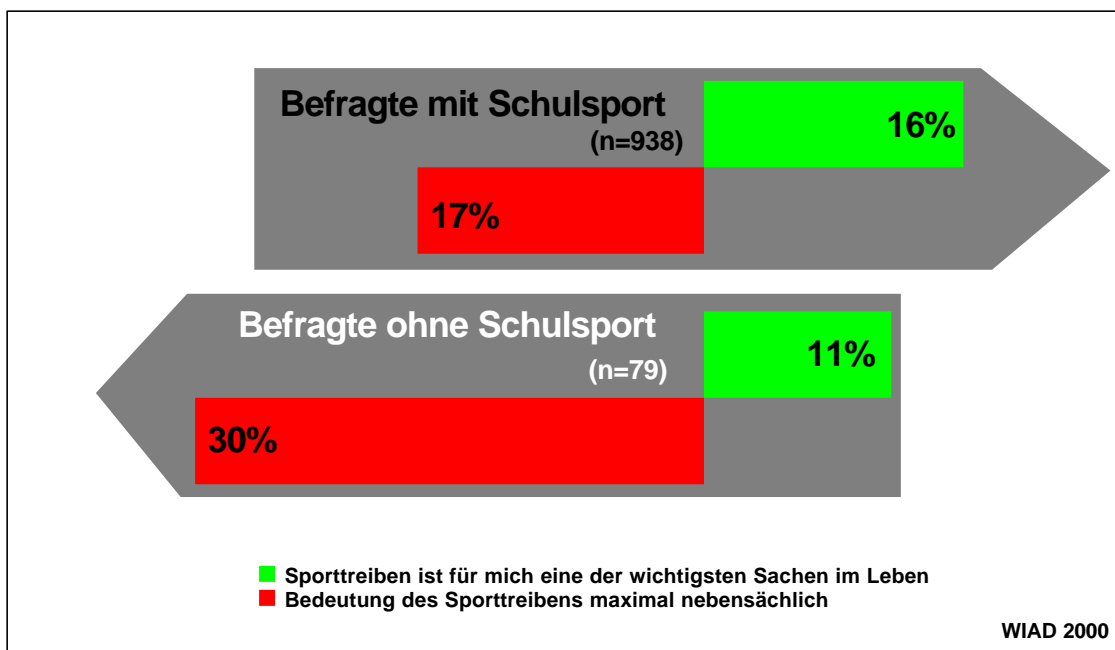
Bezogen auf das Alter zeigt sich ein deutliches **Nachlassen der Sportaktivitäten ab dem 16. bzw. 17. Lebensjahr**. Während im Alter von 13 und 14 Jahren 64% der Befragten vier Stunden und mehr in der Woche Sport treiben, sind dies im Alter von 18 Jahren nur noch ca. 47%. Entsprechend steigt die Quote derjenigen, die weniger als eine Stunde pro Woche Sport treiben, von 2 bis 3% unter den 13- bis 14-Jährigen auf etwa 15% im Alter von 18 Jahren an.

Mit zunehmendem Alter verringert sich aber nicht nur das Sportpensum, sondern auch die Menge der über den Sport hinausgehenden allgemeinen Bewegung. Dieser Zusammenhang zwischen Sport- und Bewegungspensum stellt sich grundsätzlich dar und kann als signifikant festgehalten werden: Diejenigen, die sich viel bewegen, treiben auch mehr Sport. Mädchen jedoch, die - wie bereits dargestellt - weniger Sport als die Jungen treiben, bewegen sich insgesamt mehr als die Jungen.

Es zeigt sich, dass die altersbedingte Abnahme des Sportpensums, die mit einem Nachlassen der **Bedeutung des Sporttreibens** einher geht, vor allem auch durch den Wegfall des Schulsports bedingt ist. Unabhängig vom Alter hat für diejenigen mit Sportunterricht Sporttreiben eine größere Bedeutung als für diejenigen, die keinen Sportunterricht haben (s. Übersicht 2). Während 16% derjenigen, die Sportunterricht haben, Sport als eine der wichtigsten Sachen in ihrem Leben ansehen, sind es bei denen, die keinen Sportunterricht haben, nur 11%. Auf diese Grup-

pe bezogen liegt die Quote derjenigen, die dem Sport maximal nebensächliche Bedeutung beimessen, bei 30%, bei denen mit Sportunterricht sind es hingegen nur 17%.

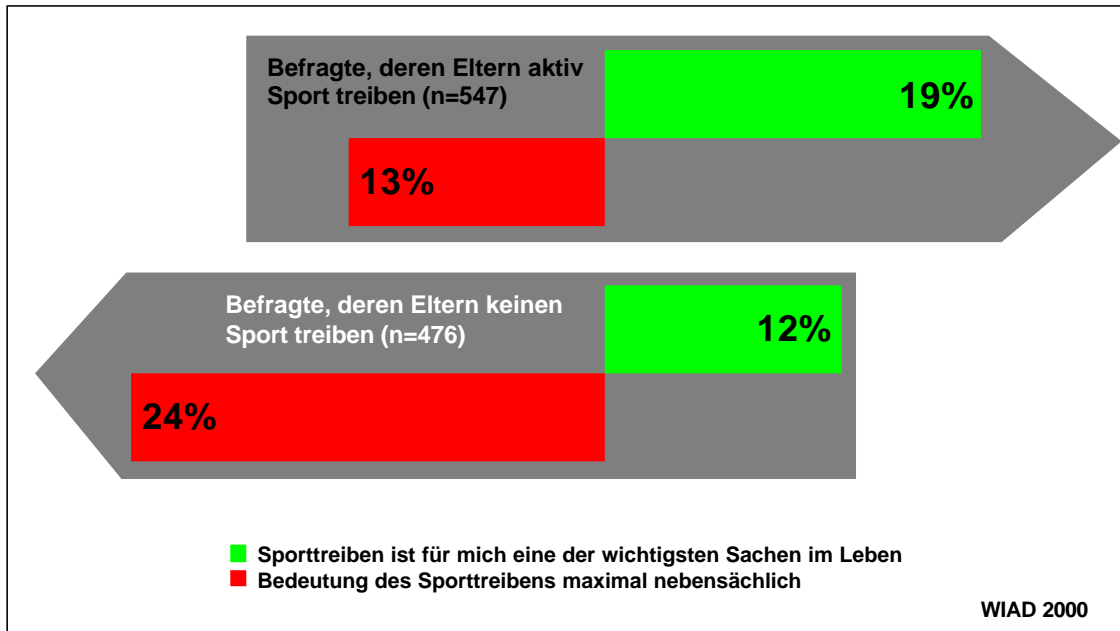
Übersicht 2: Zusammenhang zwischen Schulsport und der Bedeutung des Sporttreibens (in %)



Ein ganz ähnliches Bild ergibt sich, wenn man den **Einfluss des Elternsports** auf die Bedeutung des Sporttreibens der Jugendlichen näher betrachtet (s. Übersicht 3). Die Befragten, deren Eltern aktiv Sport treiben, sagen zu 19%, dass Sporttreiben eine der wichtigsten Sachen in ihrem Leben ist, und nur 13% betrachten Sporttreiben als maximal nebensächlich. Bei denen, deren Eltern aktiv keinen Sport betreiben, sind dies 12% bzw. 24%. Somit zeigt sich, dass die sportliche Aktivität der Eltern einen großen Einfluss auf die Bedeutung des Sporttreibens der Jugendlichen hat.

Dies bestätigt sich auch in anderen Studien, welche die **sozialen Konstellationen des Sporttreibens** untersucht haben. Grundsätzlich liegen, was das gemeinsame Sporttreiben angeht, gleichgeschlechtliche Freunde bzw. die Freundesgruppe in ihrer Bedeutung deutlich vor den Eltern (vgl. KURZ et al. 1996, S. 42 / vgl. HUMMEL et al. 1998, S. 140). Dennoch ist der Sport mit den Eltern gerade in der Kindheit als Initialfunktion für das spätere Sporttreiben in der Jugend als sehr wichtig anzusehen. Es ist dabei anzunehmen, dass das aktivierende Heranführen mit einer quasi beiläufigen Vorbildfunktion einhergeht, die sich in einer direkten Befragung möglicherweise nicht voll niederschlägt. Grundsätzlich ist der Elternsport jedoch als Wegbereiter dafür anzusehen, dass Kinder von Beginn an ein sportives Umfeld erleben, und sich in den später für wichtiger erachteten Freunden ein eigenständiges sportives Umfeld schaffen.

Übersicht 3: Auswirkungen des Elternsports auf die Bedeutung des Sporttreibens für die Jugendlichen (in %)



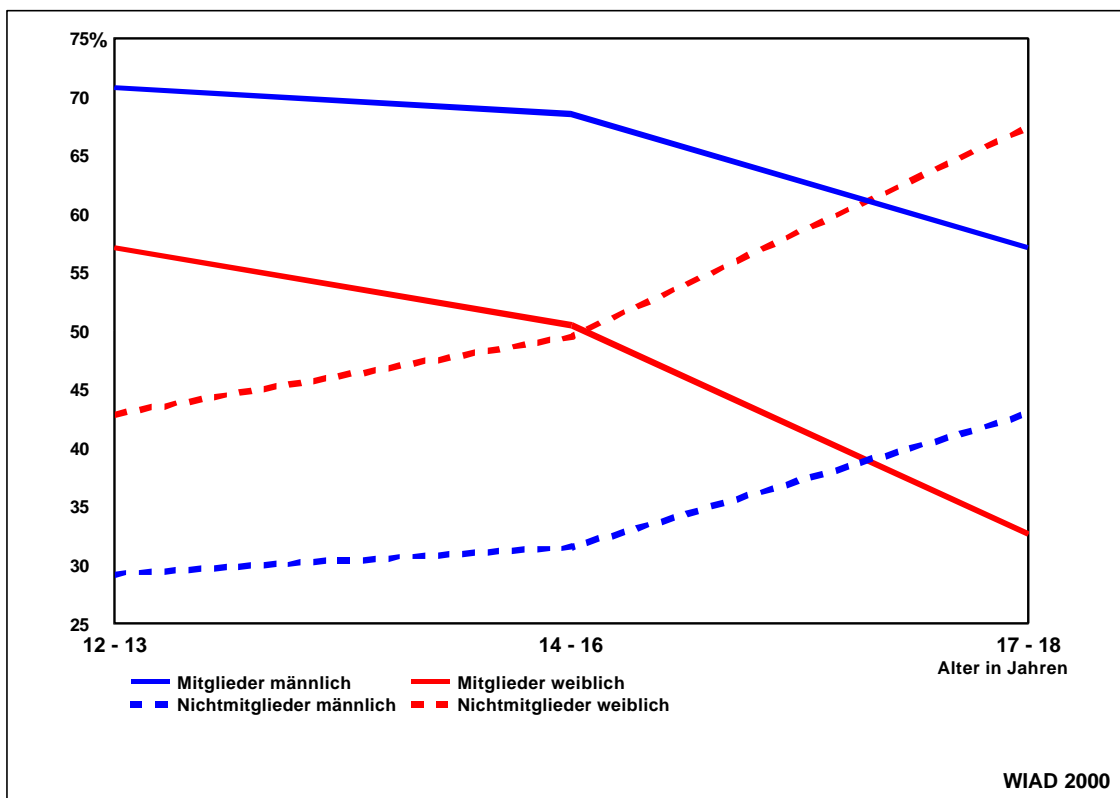
Ihre eigene **sportliche Leistungsfähigkeit** wird von den Kindern und Jugendlichen selbst sehr positiv dargestellt, wobei auffällt, dass die Selbstdarstellung der sportlichen Leistungsfähigkeit bei den Jungen mit 15% 'sehr gut', 55% 'gut', 23% 'befriedigend' und nur 7% 'ausreichend und schlechter' besser ausfällt als die der Mädchen (9% 'sehr gut', 50% 'gut', 29% 'befriedigend' und 12% 'ausreichend und schlechter'). Insgesamt bestätigen diese Beurteilungen der eigenen Leistungsfähigkeit die Ergebnisse anderer Studien. Nach KURZ et al. (1996) gibt es zudem Anzeichen, dass Jungen zu einer positiveren Beurteilung der eigenen Leistungsfähigkeit neigen als Mädchen. Dabei liegt nicht nur die Quote der nach eigener Einschätzung sehr Begabten bei den Jungen deutlich höher als bei den Mädchen, sondern sie tendieren auch in den Mittelkategorien eher zu der Einschätzung 'begabt' als zu der Einschätzung 'etwas begabt', während bei den Mädchen diese Antwortkategorien vergleichsweise ähnliche Verteilungen aufweisen. Die Ergebnisse im Rahmen des Bewegungs-Check-Up (s. Kapitel 4), die eine Verknüpfung von subjektiver Selbstbeurteilung und objektivem Testergebnis zulassen, warnen allerdings vor einer allzu optimistischen Interpretation dieser auf den ersten Blick ermutigenden Ergebnisse, gerade was die Selbsteinschätzung der Jungen betrifft.

Die in früheren Studien häufig herausgestellten **Ost-West-Unterschiede** konnten nicht bestätigt werden; die Analysen zeigen signifikante Unterschiede lediglich dahingehend, dass ostdeutsche Jugendliche eher Sport-Vorbilder haben, dass sie sich - über den Sport hinaus - insgesamt mehr bewegen und dass sie eher dazu tendieren, Sport spontaner zu betreiben (was mögli-

cherweise auch eine Folge der noch nicht wieder auf altem bzw. auf Westniveau befindlichen Vereinsangebote sein kann).

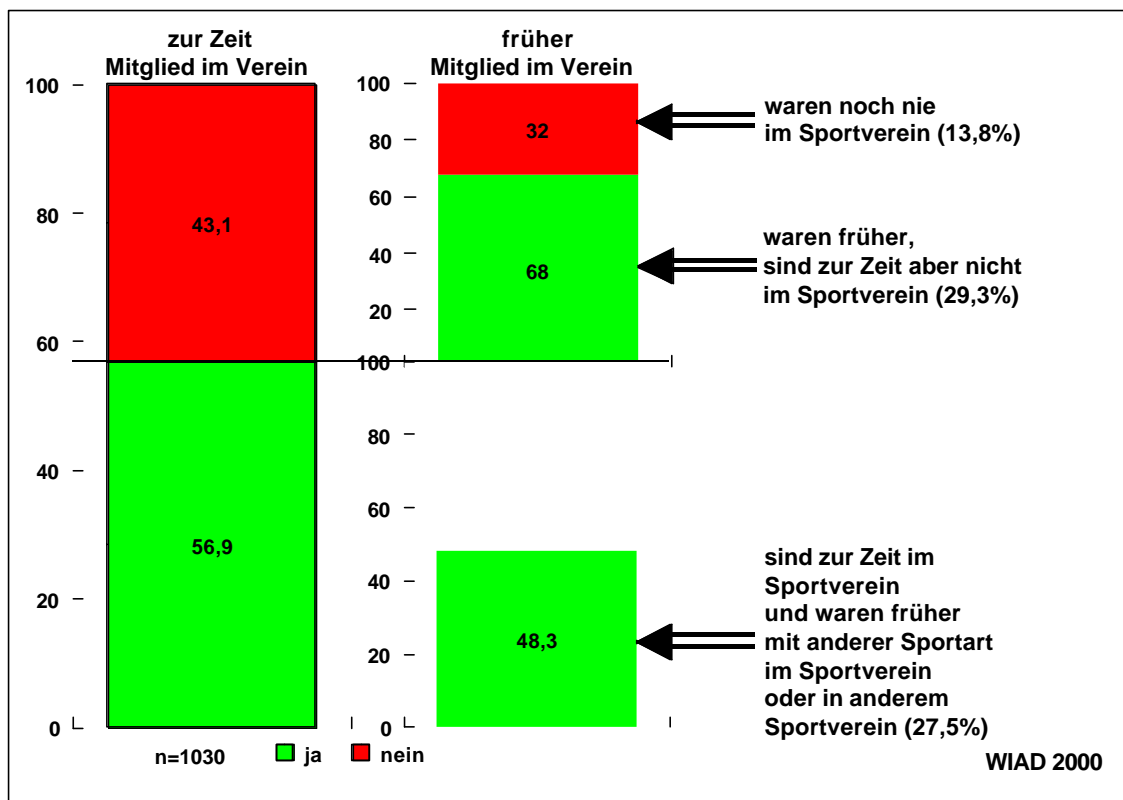
Die niedrigere Häufigkeit des Sporttreibens bei Mädchen und älteren Jugendlichen spiegelt sich auch in der Quote bezüglich der **Mitgliedschaft in Sportvereinen** wider (s. Übersicht 4). So weisen beispielsweise die Mädchen mit 47% eine deutlich niedrigere Sportvereinsquote auf als die Jungen mit 66%. Nach wie vor ist in dieser Hinsicht auch ein Unterschied zwischen alten und neuen Bundesländern festzustellen, der jedoch auf Basis der hier vorliegenden Daten wesentlich weniger dramatisch ausfällt als noch in den neunziger Jahren. Aktuell sind durchschnittlich 50% der ostdeutschen, aber 59% des westdeutschen Kinder und Jugendlichen Mitglied in einem Sportverein.

Übersicht 4: Sportvereinsquote nach Alter und Geschlecht (in %)



In der gesamten Bundesrepublik sind im Durchschnitt 57% der Befragten Mitglied in einem Sportverein (s. Übersicht 5). Von den 43%, die nicht im Sportverein sind, sind 68% früher schon einmal Mitglied in einem Sportverein gewesen. Somit verfügen insgesamt 86% der Befragten über Erfahrungen in Sportvereinen. Lediglich 14% (19% der Mädchen) sind noch nie in einem Sportverein gewesen.

Übersicht 5: Derzeitige und frühere Mitgliedschaften im Sportverein (in %)



Als Grund, warum sie noch nie im Sportverein gewesen sind, geben 45% an: „weil ich mich nicht zeitlich festlegen möchte.“ Weitere 29% geben an, dass es ihnen zu teuer ist oder dass sie keine Lust auf Vereinsleben haben (28%). 24% erklären, dass kein entsprechender Verein in der Nähe ist. Nach neuen und alten Bundesländern differenziert, fällt ein Grund besonders ins Auge: Während im Westen nur knapp 18% angeben, dass in ihrer Nähe kein geeigneter Verein vorhanden ist, geben dies gut 35% der ostdeutschen Jugendlichen als Nichteintrittsgrund an. Hierin kann eine Bestätigung der in Kapitel 2 auf Basis bisheriger empirischer Erkenntnisse getroffenen Annahme gesehen werden, dass das in den neunziger Jahren vergleichsweise zurückhaltende Sportengagement ostdeutscher Jugendlichen u.a. auch auf ein unzureichendes Angebot in den neuen Ländern nach der Wende zurückzuführen ist. Während der eher spontan orientierte Jugendliche, der sich zeitlich nicht festlegen möchte und der für Vereinsangebote wahrscheinlich wenig aufgeschlossen ist, in Ost und West gleich häufig vertreten ist, gab es im Osten zumindest in der Vergangenheit ein deutlich höheres Potential an Vereinswilligen, für die kein Angebot vorhanden war.

Die **Favoriten unter den Vereinssportarten** sind Fußball (31%), Tennis (13%), Volleyball (10%) und Handball und Schwimmen (jeweils 8%). Bei den Vereinssportarten, die früher einmal

betrieben wurden, steht ebenfalls Fußball (28%) an erster Stelle, gefolgt von Turnen (18%), Schwimmen (15%), Handball (13%) und Leichtathletik (11%).

Im Gegensatz hierzu sind die **wichtigsten Freizeitsportarten** Rad Fahren (67%), Inline-Skating (42%), Fußball und Schwimmen (jeweils 40%) und Jogging (30%), wobei die geschlechtsspezifischen Unterschiede bedeutend sind (s. Übersicht 6). Es werden in erster Linie altbekannte Freizeitsportarten ausgeübt, die sich von den Vereinssportarten vor allem dadurch unterscheiden, dass sie sich weniger durch Leistungs- als vielmehr durch eine Fitnessorientierung auszeichnen bzw. eher allgemeinen Bewegungs- oder auch Fortbewegungsbedürfnissen Rechnung tragen (z.B. Rad Fahren, Inline-Skating, Schwimmen, Joggen etc.). Bemerkenswert ist allerdings, dass sich das Inline-Skating im Vergleich zu den Studien aus den neunziger Jahren zur zweitliebsten Freizeitsportart entwickelt hat. Damit setzt sich auch hier der Eindruck durch, dass so genannte neue Sportarten, auch wenn sie sich etabliert haben, eher zu einer Manifestierung im Freizeitbereich neigen, ohne dass die Vereine von diesen neuen Präferenzen bislang messbar profitieren würden. Auch wenn den klassischen Sportarten im Verein nach wie vor von neuen Trends keine Konkurrenz droht, können diese demnach jedoch Bewegungspotentiale und -bedürfnisse in der Freizeit binden, die den Vereinen damit verloren gehen.

Übersicht 6: Überblick über die Freizeitsportarten nach Häufigkeit (in %)

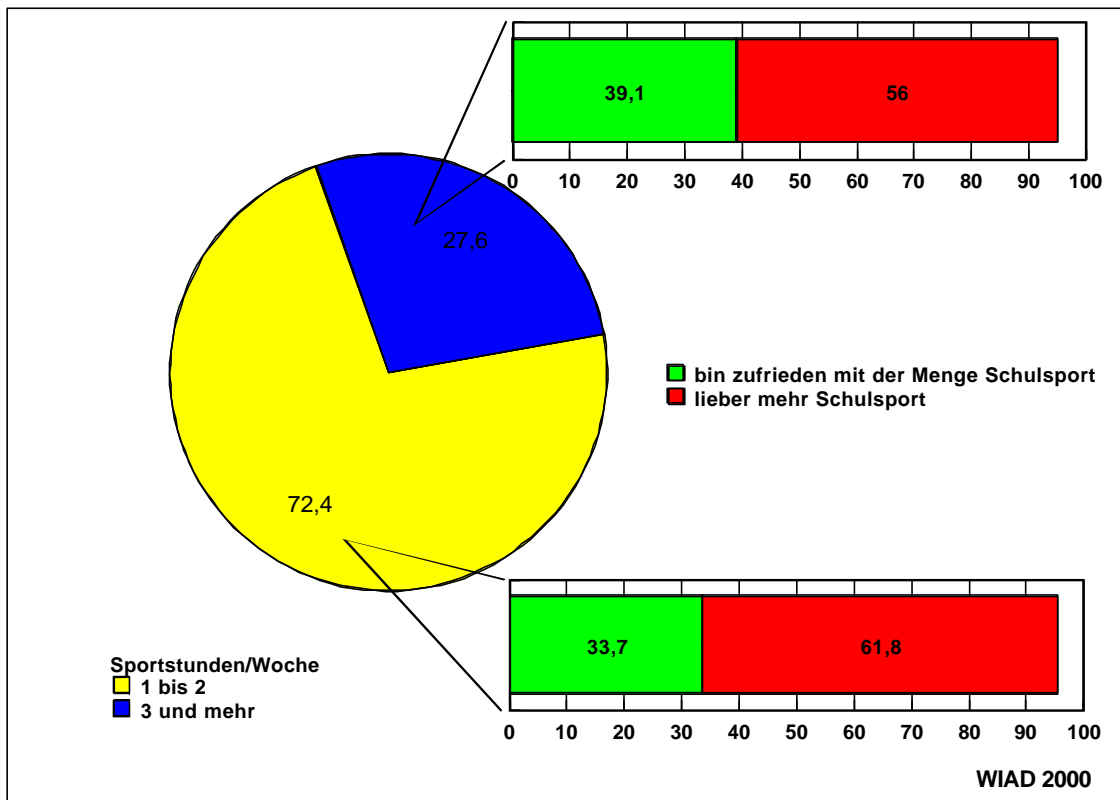
	Rad Fahren	Inline-Skating	Fußball	Schwimmen	Jogging	Tischtennis	Basketball	Fitnessstraining	Volleyball	Squash/Badminton	Tennis	Pferdesport	Skateboard	Eislaufen	Kampfsport	Yoga
Gesamt	67	42	40	40	30	25	22	18	14	12	11	9	9	9	5	1
Männlich	69	31	63	35	27	30	30	20	10	11	11	2	13	6	6	1
Weiblich	65	53	17	44	34	19	14	16	18	13	11	17	5	12	3	2

Eine Bestandsaufnahme im Hinblick auf den **Schulsport** dokumentiert, dass unabhängig vom Schultyp 68% derer, die Schulsport haben, in den Genuss von zwei Sportstunden pro Woche kommen, weitere 23% haben drei Sportstunden. Positiv zu werten ist zunächst, dass bei immerhin 56% der Befragten in den letzten vier Wochen kein Sportunterricht ausgefallen ist. Zu Besorgnis Anlass gibt jedoch, dass insgesamt 13% des Sportunterrichts ausfallen und dass somit bei 34% der Befragten mindestens ein Viertel des zu erteilenden Sportunterrichts ausgefallen ist. Weiterhin kommt es bei 47% bisweilen zu Behinderungen des Sportunterrichts, weil sich mehrere Klassen eine Sporthalle teilen müssen, bei 26% sind manchmal Behinderungen aufgrund des schlechten Zustands der Sportgeräte angezeigt, bei 21% ist dies aufgrund des

schlechten Zustands der Sportstätte der Fall. Bei ebenfalls 21% wird der Schwimmunterricht manchmal gestört, weil sich mehrere Klassen das Schwimmbad teilen.

Trotz der hin und wieder auftretenden Behinderungen erfreut sich der **Sportunterricht** insgesamt großer Beliebtheit. Wie Übersicht 7 verdeutlicht, wünschen sich sowohl diejenigen, die eine oder zwei Sportstunden haben, aber auch diejenigen, die drei Sportstunden und mehr pro Woche haben, mehr Sportunterricht (62% bzw. 56%). Eine Bestätigung dieses Befundes lässt sich auch darin erkennen, dass 64% der Schülerinnen und Schüler ihren Sportunterricht mit 'sehr gut' oder 'gut' bewerten.

Übersicht 7: Umfang des Sportunterrichts und die dementsprechende Zufriedenheit (in %)



Für Gesamtdeutschland ist eine Übereinstimmung der nach Alter und Geschlecht differenzierten Befunde aus den Studien der neunziger Jahre erkennbar. Es zeigt sich, dass jüngere Schüler im Alter von 12 bis 13 Jahren zu ungefähr 70% ihrem Sportunterricht die Noten 'sehr gut' oder 'gut' geben, wohingegen sich 'nur noch' ca. 59% der 17- bis 18-Jährigen dieser Beurteilung anschließen. Ebenso beurteilen Mädchen mit durchschnittlich 60% den Sportunterricht seltener mit 'sehr gut' oder 'gut' als Jungen mit durchschnittlich 67%. Auffälliger werden diese Unterschiede noch, wenn man den Wunsch nach mehr Sportunterricht betrachtet. Während fast

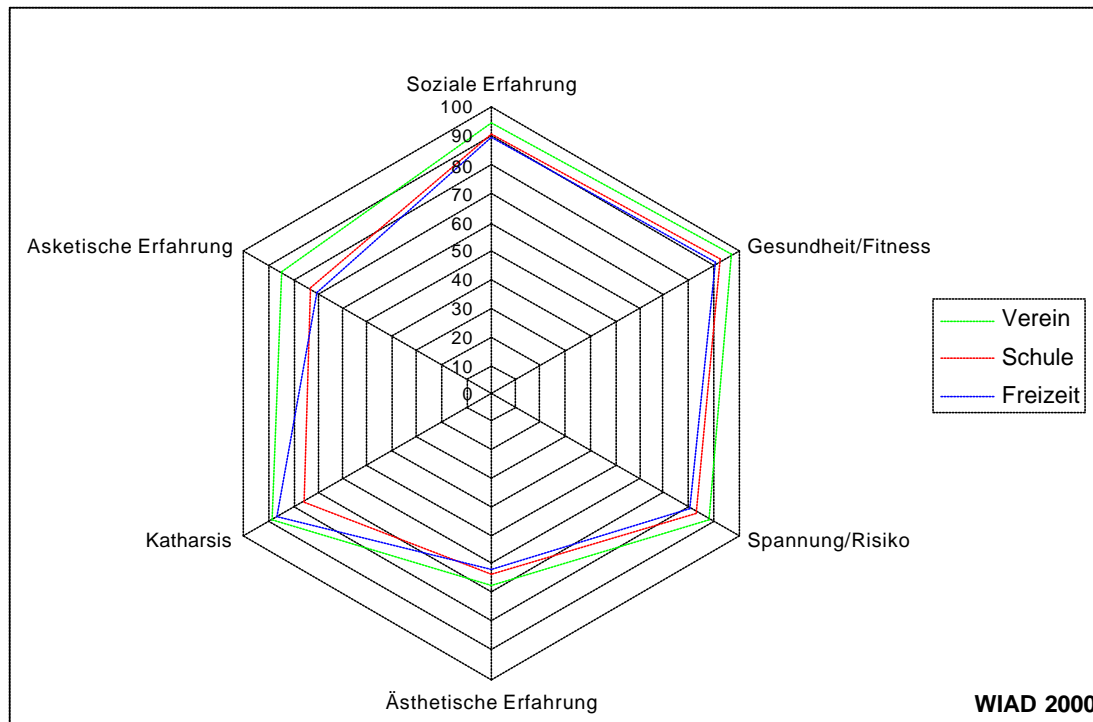
80% der 12- bis 13-jährigen Jungen, aber nur 55% der gleichaltrigen Mädchen angeben, sie hätten gerne mehr Sportunterricht, sind dies nur noch 49% der 17- bis 18-jährigen Jungen und sogar nur noch 39% der Mädchen dieses Alters.

Die **beliebtesten „Schulsportarten“** sind Basketball, Inline-Skating, Volleyball, Schwimmen und Fußball. Ginge es nach dem Wunsch der Schülerinnen und Schüler, sollte von den Sportlehrern vor allem mehr Inline-Skating (51%), mehr Basketball (41%) und mehr Schwimmen (39%) angeboten werden, wobei die geschlechtsspezifischen Unterschiede auch hier enorm sind: Während sich 48% der Jungen vermehrt Fußball und 47% mehr Inline-Skating wünschen, steht bei den Mädchen nach Inline-Skating mit 56% das Schwimmen mit 44% auf Platz zwei der Wunschliste, gefolgt vom Tanz mit 40% und Basketball mit 39%. Auch bei der Betrachtung der gewünschten Sportinhalte im Unterricht bestätigen sich damit weitestgehend die Befunde der bislang vorliegenden Studien. Danach entsprechen die Inhalte des Sportunterrichts in hohem Maße dem, was sich die Schüler wünschen. Änderungswünsche scheinen sich vor allem auf ein Mehr der einen oder anderen Sportart und weniger durch den Wunsch nach grundsätzlich anderen Inhalten auszuzeichnen. Ausnahme ist momentan das Inline-Skating, welches nicht den klassischen Schulsportarten zuzurechnen ist, von den Schülern jedoch in der hier vorliegenden Erhebung recht stark eingefordert wird. Insgesamt bestätigen alle bislang vorliegenden Ergebnisse, dass sich auch aus Sicht der Schüler die klassischen Sportarten nach wie vor großer Beliebtheit erfreuen und sich damit nicht jede sportive Mode im Schulsport wiederfinden muss, damit dieser von den Schülern akzeptiert wird (vgl. KRUBER 1996, S. 5 f./vgl. DIGEL 1996, S. 332 ff./vgl. HUMMEL 1998, S. 128 f./vgl. WYDRA 2000, S. 10 f.). Damit schlägt sich die weitgehende Ausrichtung an klassischen Sportarten, die vor allem im Vereinssport schon festzustellen war, auch in der Akzeptanz des Schulsports in seiner klassischen Form nieder.

In allen drei Bereichen 'Verein', 'Schule' und 'Freizeit' wurde darüber hinaus die **sportrelevante Motivstruktur** erfasst. Dies erfolgte mit einer auf der ATPA-D basierenden Skala. Diese Skala besteht aus den Dimensionen **„Asketische Erfahrung“** (Sportliche Aktivität als asketische Erfahrung: Bereitschaft zu langem, intensivem Training - zu harten Wettkämpfen - für sportlichen Erfolg Opfer zu bringen), **„Ästhetische Erfahrung“** (Sportliche Aktivität als ästhetische Erfahrung: Eleganz - Schönheit - Ausdruckskraft sportlicher Bewegungen), **„soziale Erfahrung“** (Sportliche Aktivität als Medium für soziale Interaktion: Mit anderen Menschen in Kontakt kommen - gemeinsam Sport treiben - Geselligkeit beim Sport), **„Gesundheit/Fitness“** (Sportliche Aktivität zur Erhaltung/Verbesserung der Gesundheit/Fitness: Sporttreiben um der Gesundheit willen - Bedeutung des Gesundheitswertes von Sportarten), **„Spannung/Risiko“** (Sportliche Aktivität als das Erleben von Spannung und Risiko: Wagnis - Gefahr - Risiko - Nervenkitzel beim Sporttreiben) und **„Katharsis“** (Sportliche Aktivität als Katharsis: Lösung von seelischen Spannungen - Abbau von aufgebauten Aggressionen - Entspannung - Erholung von Alltagsbelastungen - Ausgleich) (vgl. SINGER et al. 1980, S. 73). In Übersicht 8 ist diese Motivstruktur für die drei Bereiche Vereins-, Schul- und Freizeitsport dargestellt, wobei das Maß der Bedeutung

eines jeden Motivs auf einer Skala von 0 (keine Bedeutung) bis 100 (höchste Bedeutung) abgebildet ist.

Übersicht 8: Vergleichende Motivstruktur für Sport in Verein, Schule und Freizeit



In allen drei Kontexten sind die Dimensionen „Gesundheit/Fitness“ und „soziale Erfahrung“ die stärksten Motivatoren. Demnach stehen sowohl der Gesundheitswert von Sport wie auch die soziale Interaktion sowie der Aufbau und die Festigung sozialer Beziehungen im Vordergrund. Den relativ geringsten Einfluss auf das Sporttreiben haben ästhetische Aspekte, wonach es auf Eleganz, Schönheit und Ausdruckskraft des Körpers und der sportlichen Bewegungen ankommt. Die beiden größten Einzelabstände finden sich auf den Dimensionen „Katharsis“ und „asketische Erfahrung“. Hiernach zeigt sich, dass der Spannungsabbau eine sehr starke Rolle im Vereinssport, aber im Vergleich dazu eine deutlich geringere Rolle im Schulsport spielt. Die Askese-Dimension, die eine große Bereitschaft zu intensivem Training und zu harten Wettkämpfen impliziert und bei der sportlicher Erfolg und Leistung im Vordergrund stehen, ist erwartungsgemäß ebenfalls für den Vereinssport am stärksten und für den Freizeitsport am geringsten ausgeprägt. Bemerkenswert ist in dieser Gesamtschau auch, dass - bei allen Unterschieden im einzelnen - doch sämtliche Dimensionen eine mehr oder weniger große Rolle für das Sporttreiben im Kindes- und Jugendalter spielen. Auf keiner Dimension wird ein Wert unter 60 Punkten erreicht. Die Motive zum Sporttreiben sind individuell wie kollektiv betrachtet vielfäl-

tig und sollten bei der weiteren Ausgestaltung von Sportangeboten in ihrer Gesamtheit berücksichtigt werden.

In der **Motivstruktur von Jungen und Mädchen** werden einige Unterschiede zwischen den Geschlechtern sichtbar, die durchgängig für alle drei Bereiche des Sporttreibens gelten: Spannung und Risiko sowie asketische Erfahrung sind für Jungen bedeutsamer als für Mädchen, für diese spielt dagegen die ästhetische Erfahrung eine relativ größere Rolle. Hierin spiegelt sich das nach wie vor gängige Bild der Geschlechter, an dem sich offenkundig auch die Kinder und Jugendlichen orientieren bzw. in das sie hinein erzogen werden. Auf den drei übrigen Dimensionen (Katharsis, soziale Erfahrung und Gesundheit/Fitness) lassen sich keine bemerkenswerten Unterschiede zwischen Jungen und Mädchen feststellen.

Betrachtet man die **Motivstruktur nach Alter**, dann zeigen sich einige sehr bemerkenswerte Ergebnisse. Die Motivstruktur für den **Vereinssport** weist keinerlei altersspezifischen Unterschiede auf. Dies ist insofern überraschend, als zuvor gezeigt werden konnte, dass mit zunehmendem Alter das Interesse am Vereinssport deutlich nachlässt. Offensichtlich aber unterscheiden sich diejenigen, die dem Vereinssport treu bleiben, nicht von den jüngeren Vereinsmitgliedern. Vielmehr scheint es so etwas wie einen „Vereinstyp“ zu geben, der über das gesamte Jugendalter hinweg eine konstante Motivstruktur beibehält. Im Unterschied hierzu erkennt man für die Schule, dass mit zunehmendem Alter im **Schulsport** immer weniger eine Gelegenheit zum Abbau von seelischen Spannungen und aufgestauten Aggressionen gesehen wird und er mit zunehmendem Alter auch an Anziehungskraft verliert, was die Bereitschaft zu intensivem Training oder eine erfolgs- und leistungsorientierte Sportausübung betrifft. Beim **Freizeitsport** zeigt sich wiederum ein relativ einheitliches Bild. Lediglich die Motivation zu einer eher asketisch orientierten Sportausübung lässt auch hier mit zunehmendem Alter etwas nach.

Mit den nun vorliegenden Daten kann auch der Frage nachgegangen werden, ob sich die in zahlreichen Studien aus den neunziger Jahren berichteten Unterschiede im Sport- und Bewegungsverhalten von Kindern und Jugendlichen in **Ost- und Westdeutschland** auch heute noch in einer unterschiedlichen Motivstruktur zwischen beiden Landesteilen widerspiegeln. Dies ist nicht der Fall. Insgesamt weisen zwar die ostdeutschen Kinder und Jugendlichen in allen drei Bereichen eine etwas ausgeprägtere Motivstruktur auf, die Unterschiede sind aber relativ unbedeutend. Die Kinder und Jugendlichen in beiden Landesteilen haben nahezu übereinstimmende Motivstrukturen, die sich aber je unterschiedlich für Sport im Verein, in der Schule oder in der Freizeit ausprägen.

Betrachtet man die **Sportmotivationen in Abhängigkeit von** einigen zentralen **soziodemographischen Variablen**, zeigen sich folgende Zusammenhänge. Den eindeutigsten und stärksten Unterschied hinsichtlich der verschiedenen Sportmotivationen bewirkt das **Geschlecht**. In allen drei Kontexten lassen sich Jungen signifikant stärker als Mädchen von Spannung und Risiko sowie asketischer Erfahrung zum Sporttreiben motivieren. Für Schule und

Freizeit gilt dies auch für die soziale Erfahrung. Mädchen dagegen legen in Verein, Schule und Freizeit einen signifikant stärkeren Wert auf die ästhetische Erfahrung und in Schule und Freizeit auch auf Gesundheit und Fitness. Das **Alter** diskriminiert weit weniger, wo dies der Fall ist, aber dennoch eindeutig. Jüngere legen mehr Wert auf soziale Interaktionen in der Freizeit und auf Spannungsabbau beim Schulsport sowie in beiden Bereichen auf die asketische Erfahrung des intensiveren Trainings- und Leistungsdrucks. Tendenziell sind mit höherem **(Aus)Bildungsstatus** die Motivationen weniger stark ausgeprägt; dies gilt für die soziale Interaktion und die Askese im Bereich Freizeitsport sowie für Gesundheit/Fitness und Spannungsabbau im Bereich Schulsport. Bezüglich der asketischen Erfahrung ist die Motivation für Vereins- und Schulsport bei niedrigerem (Aus)Bildungsstatus höher. Für **Vereinsmitglieder** ist die in der sozialen Interaktion liegende Motivation für sportliche Aktivität auch in den Bereichen Schule und Freizeit signifikant höher als bei Nichtmitgliedern. Sie sind in beiden Kontexten auch eher bereit, ein hartes Training und Wettkämpfe zu akzeptieren.

Wählt man die Grunddimensionen der Sportmotivation zum Ausgangspunkt, ergibt sich als markantester Befund, dass die Dimension „**asketische Erfahrung**“ die stärksten Unterschiede in allen drei Bereichen Verein, Schule und Freizeit aufweist. Sich einem starken Erfolgs- und Leistungsdruck auszusetzen und zu intensivem Training bereit zu sein, motiviert Jüngere stärker in den Bereichen Schul- und Freizeitsport, Jungen in allen drei Bereichen, Kinder und Jugendliche mit niedrigem (Aus)Bildungsstatus in den Bereichen Vereins- und Schulsport und mit höherem (Aus)Bildungsstatus im Bereich Freizeitsport, Gesündere in allen drei Bereichen, Vereinsmitglieder im Schul- und Freizeitsport sowie Kinder inaktiver Eltern im Bereich Vereinssport. Es zeigt sich, dass diese zuletzt behandelte Dimension, in der Sporttreiben und sportlicher Erfolg mit großem Einsatz und auch größeren Opfern verbunden sind, am stärksten und prägnantesten zu unterscheiden vermag. Auf keiner anderen Dimension lassen sich so zahlreiche und eindeutige Gruppen und Typen im Sinne soziodemographischer Merkmalsträger differenzieren. Eine asketisch begründete Motivation zum Sporttreiben erfordert deutlicher als die übrigen Dimensionen eine klare Willensbekundung, ob der Sport den dafür zu entrichtenden Preis, d.h. intensives Training sowie Erfolgs- und Leistungsdruck, auch Wert ist.

4. Bewegungs-Check-Up in Schulen

Einleitung

Neben Bewegungsmangel führen falsche, einseitige und unsinnige Essgewohnheiten, die zunehmende Verbreitung elektronischer Medien, Verhäuslichung durch den immer stärker werdenden gefährdenden Verkehr sowie erlebnisarme Umwelten zu organischen Störungen, die verantwortlich für Übergewicht und Fettleibigkeit, Koordinationsschwäche, Herz-Kreislauf-Beschwerden und Haltungsschwächen sind. Diese Faktoren beeinflussen auch die psychische

Befindlichkeit von Kindern, lösen Bewegungshemmungen, Angst und Unsicherheit aus und bewirken mangelndes Selbstvertrauen und abweichendes Sozialverhalten (RUSCH 1999).

Pathogen wirkende Lebensverhältnisse, wie soziokulturell und sozio-ökologisch bestimmte und vor allem medial vermittelte Verhaltensmuster, gefährden die psychisch-somatischen Lebensgrundlagen der Heranwachsenden nachhaltig, indem sie die Quantität kindlicher Bewegungserfahrungen in erheblichem Maße einschränken. Diesen Negativtrend belegt vor allem die besorgniserregend wachsende Zahl adipöser und bewegungsgestörter Kinder und Jugendlicher. Als empirisch gesicherte Folgen des zunehmenden Bewegungsmangels werden degenerative Organ- und Muskelentwicklungen, körperliche Fehlhaltungen, motorische Leistungsschwächen, Verhaltensstörungen und geringes intellektuelles Lernvermögen genannt, was sich auch in steigenden Folgekosten im Gesundheitswesen widerspiegelt.

Nach BÖS (1998, S. 4) kommt demnach dem Schulsport eine unverzichtbare Rolle zu. "Schulsport ist ein Unterrichtsfach, das neben der Vermittlung von sportimmanenten Lernzielen in einzigartiger Weise auf eine gesundheitsbezogene Lebensweise in Alltag und Freizeit vorbereiten kann."

Sportmotorische Tests und ihr Stellenwert

Nur wenige gezielte Untersuchungen zur Beurteilung der allgemeinen körperlichen Leistungsfähigkeit von Schülerinnen und Schülern sind bisher durchgeführt worden. Zwar stehen Daten zur Häufigkeit von motorischen Leistungsschwächen in großer Zahl zur Verfügung, diese beziehen sich jedoch häufig auf die Erfassung von nur einer bzw. zwei der fünf motorischen Hauptbeanspruchungsformen oder es handelt sich um sportartspezifische Tests (z.B. Fußballtest mit Torschussübungen). In diesem Zusammenhang ist z.B. im Rahmen der Motodiagnostik der schon als klassisches Beurteilungsverfahren geltende Körperkoordinationstest für Kinder (KTK) von KIPHARD und SCHILLING (SCHILLING 1974) zu nennen, der die Gesamtkörperkoordination und Körperbeherrschung von Kindern im Alter von 5 bis 14 Jahren prüft. Ein weiteres Beispiel für sehr funktionell ausgerichtete Tests ist z.B. der Armvorhaltetest (GROENEVELD 1976 und MATTHIAS 1966, 1977), der die reine Haltungscoordination beurteilt.

KRETSCHMER (2000) stellt fest, dass es Studien, die mit den Methoden der empirischen Sozialforschung der Frage nach der veränderten motorischen Leistungsfähigkeit und den möglichen Einflussfaktoren auf die motorische Entwicklung von Kindern nachgegangen sind, zwar reichlich gibt, dass diese aber nicht zu einer eindeutigen Antwort gelangen. Ursächlich hierfür ist, dass sich die Testergebnisse früherer Untersuchungen aufgrund unterschiedlicher Testbedingungen nicht unmittelbar miteinander vergleichen lassen. Auch werden in den verschiedenen Tests unterschiedliche motorische Fähigkeiten überprüft und keine repräsentativen Stichproben ermittelt, die solide Daten liefern würden, so dass ein Vergleich möglich wäre. Während bei einigen Studien lediglich die Testung einzelner Versuchsaufgaben (z.B. „Rumpfbeugen“) im Vor-

dergrund steht, wird bei anderen Studien wiederum die allgemeine Leistungsfähigkeit mittels Koordinationstest, Kraft- oder Ausdauer Tests oder auch mittels spezifisch auf einzelne Sportarten ausgerichteter Tests (z.B. Handball-Fußball-Test u.a.) gemessen. Dies ist ein weiterer Grund, der einen Vergleich erschwert und sich in dem bereits beschriebenen uneinheitlichen Bild dokumentiert.

Sportmotorische Tests sollen nach FETZ und KORNEXL (1993) die motorischen Fähigkeiten Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer und die Ausprägung der Koordination erfassen. Er ist ein wissenschaftlich abgesichertes Diagnoseverfahren (also standardisiert und speziellen Kriterien genügend) zur möglichen quantitativen Feststellung individueller Ausprägung sportmotorischer Fähigkeiten. Tests sind nur dann wissenschaftlich anerkannt, wenn sie den Testgütekriterien Objektivität, Reliabilität und Validität entsprechen. Neben diesen Hauptgütekriterien sind auch Nebengütekriterien wie z.B. die Ökonomie und eine vorliegende Normierung vor allem für die Verwendung im Schulunterricht von großer Wichtigkeit. Als für die Praxis relevante Kriterien sind hier vor allem ein geringer Geräteaufwand, problemlose Durchführbarkeit, geringer Zeitaufwand und eine schnelle und bequeme Auswertbarkeit der Messergebnisse zu nennen. Nur wenn diese Voraussetzungen gegeben sind, können Implementationsprozesse realisiert, gefördert und beschleunigt werden.

Ziele und Anlage des Bewegungs-Check-Up

Ziele der von WIAD durchgeführten Modellstudie waren die Entwicklung bzw. die Auswahl eines geeigneten Instruments zur Erfassung der Bewegungsfähigkeit und Bewegungsdeprivation von Schülerinnen und Schülern sowie die Erfragung von Bedarf und Präferenzen unter Berücksichtigung der festgestellten Potentiale. Für die Erfassung der sportmotorischen Fähigkeiten kam der Münchner Fitnessstest (MFT) nach RUSCH/IRRGANG zur Anwendung, der Daten zu Ausdauer, Koordination, Kraft und Flexibilität liefert. Diesem Messinstrument liegt eine fundierte statistische Vorgehensweise zugrunde und es eignet sich dank seiner guten Durchführbarkeit im Sportunterricht (geringer Zeit- und Geräteaufwand) und einer klaren und präzisen Handreichung optimal für eine kontinuierliche Erfassung sportmotorischer Parameter bei Kindern und Jugendlichen. Für eine Schulklasse mit 20 bis 25 Kindern benötigt ein Sportlehrer mit fünf Helfern ca. eine Unterrichtsstunde.

Die gewonnenen Ergebnisse, d.h. die Rohwerte, werden in so genannte T-Werte transformiert, so dass mit Hilfe einer fünfstufigen Skala ein personenbezogenes Fähigkeitsniveau ermittelt werden kann. Als Grobdiagnose kann durch die Addition der T-Werte für die sechs Testaufgaben (Ballprellen, Zielwerfen, Rumpf-/Hüftbeugen, Standhochspringen, Halten im Hang, Stufensteigen) und anschließender Teilung durch sechs ein mittlerer Gesamtwert errechnet und mit Hilfe dieser fünfstufigen Skala beurteilt werden. Die fähigkeitsbezogene Diagnose lässt im Gegensatz zur Betrachtung des mittleren Gesamtwertes eine genauere Beurteilung der Testergebnisse im Sinne einer Profildiagnose zu: Ein Schüler erzielt z.B. schlechte Werte im Kraft-

und Beweglichkeitsbereich, aber gute Leistungen bei der Präzisionsaufgabe "Ballprellen", "Zielwerfen" und "Stufensteigen". Mit diesem Schüler sollte schwerpunktmäßig eine Kraft- und Beweglichkeitsschulung durchgeführt werden. Spezifische Übungsvorschläge können aus der einschlägigen Fachliteratur entnommen und entsprechend den Voraussetzungen der Schülerinnen und Schüler und den Rahmenbedingungen des Unterrichts angepasst werden. Mit Hilfe eines einseitigen Fragebogens wurden von jedem Schüler Daten zur Soziodemographie, Sporthäufigkeit, Leistungsbeurteilung u.a. erhoben. Mit diesem aus dem Instrument der Hauptbefragung abgeleiteten Kurzfragebogen werden Zusatzinformationen (darunter auch Interessen und Präferenzen für verschiedene Bewegungs- und Sportaktivitäten sowie für unterschiedliche Angebotsformen) gewonnen, die in unmittelbaren Bezug zu den Daten des MFT gesetzt werden und genauere Analysen, vor allem aber zielgruppenspezifischere Schlussfolgerungen erlauben. Das Instrument „Bewegungs-Check-Up“ steht somit für die Verknüpfung von MFT und Kurzfragebogen.

Zielübergreifend können mit dem MFT zum einen das augenblickliche motorische Leistungsniveau der Schülerinnen und Schüler (Erstellung von individuellen Schülerprofilen - Querschnittuntersuchungen), zum anderen bei wiederholter Anwendung Daten zur Erhebung des Leistungsfortschritts (Durchführung des Bewegungs-Check-Up im jährlichen Rhythmus - Längsschnittuntersuchung), des Trainingserfolgs (Kontrolle der Lernziele, der Methoden, des Trainingsprogramms, Motivation durch Rückmeldung des Fortschritts usw.) ermittelt werden. Schulübergreifend ergeben sich Vergleichsmöglichkeiten bis hin zu einem Ranking (z.B. Vergleich von Jahrgangskohorten). Bei Zusammenführung der Daten auf Länder- und Bundesebene eröffnet ein solches Instrument die Möglichkeit für ein unmittelbar handlungsorientiertes Monitoring des Bewegungsstatus von Schülerinnen und Schülern.

Bei der Überprüfung der Implementierbarkeit von Test und Kurzfragebogen im Rahmen der von WIAD durchgeführten Modellstudie spielten Aspekte der allgemeinen Durchführbarkeit, wie geeignete Zeiträume für die Umsetzung des Tests im Schuljahr, der Organisation im Rahmen des Sportunterrichts, Zeitaufwand und Compliance eine wichtige Rolle. Neben der Untersuchung von Implementationsbedingungen war ein weiteres Ziel, generell die Akzeptanz und Nutzererwartungen an den Test zu eruieren. Diese Grundinformationen bilden die Basis für Empfehlungen einer künftig möglichst kontinuierlichen und weitestgehend flächendeckenden Testeinführung.

Sollte eine dauerhafte Implementation des Bewegungs-Check-Up zukünftig in möglichst vielen Bundesländern und Schulen gelingen, wäre es wünschenswert, bei einer repräsentativen Teilstichprobe derjenigen, die den Check-Up absolviert haben, im jährlichen Abstand eine Befragung mit einem auf Basis der bisherigen Erfahrungen modifizierten größeren Erhebungsinstrument durchzuführen, damit fortlaufend miteinander verknüpfbare Untersuchungs- und Befragungsdaten zum Bewegungsstatus und zu bewegungsrelevanten Motivationen, Präferenzen

und Verhaltensweisen der Kinder und Jugendlichen verfügbar sind und die derzeit noch zu Recht beklagte Datenlücke geschlossen wird.

Darstellung der Ergebnisse

Die gewonnenen Ergebnisse sind, auch wenn sie nur an einer relativ kleinen Stichprobe evaluiert werden konnten, von großer Aussagekraft im Vergleich zu den Daten von RUSCH/IRRGANG von 1995 und im Hinblick auf Ergebnisse aus zukünftigen Testungen. Die Wichtigkeit der Ergebnisse ist vor allem in der Verknüpfung der Test-Daten mit den Daten aus dem Kurzfragebogen zu sehen. Hiermit können valide Testergebnisse unter standardisierten Bedingungen mit subjektiven Daten bezüglich der Einschätzung, Beurteilung und Zufriedenheit der eigenen Leistungsfähigkeit, mit Sportpräferenzen und Neigungen oder mit BMI-Klassen u.a. verknüpft werden. Es konnten drei Schulen, zwei Ost- (224) und eine Westschule (89) mit insgesamt 313 durchgeführten Testungen ausgewertet werden.

Zusammenfassend lassen sich die Test- und Befragungsergebnisse der Modellstudie in folgender Weise interpretieren. Übersicht 9 gibt die Aufteilung nach BMI-Klassen (Body Mass Index) wieder. Der berechnete BMI-Mittelwert im Gesamtkollektiv liegt bei 18,9 kg/m². Etwa 97% der getesteten Schüler haben einen BMI unter 25 kg/m² und sind somit als 'normalgewichtig' einzustufen. Im Ost-West-Vergleich liegt der BMI-Mittelwert im Westen bei 19,4 kg/m², im Osten bei 18,8 kg/m².

Übersicht 9: Dokumentation der BMI-Klassen nach Geschlecht (in %)

BMI-Klasse in kg/m ²	gesamt	Jungen	Mädchen
< 20	70,6	65,2	74,8
20 bis < 25	25,9	29,2	23,0
25 bis < 30	3,1	4,5	2,2
30 und mehr	0,4	1,1	-
Gesamt	100,0 (n = 228)	100,0 (n = 89)	100,0 (n = 135)

Die Frage nach der Häufigkeit des Sporttreibens in Stunden pro Woche dokumentiert einen errechneten Gesamtmittelwert von 6,5 Stunden (Median = 5). Jungen treiben mit einem Durchschnitt von 10,6 Stunden pro Woche deutlich mehr Sport als Mädchen, die sich im Mittel nur 3,9 Stunden pro Woche sportlich betätigen. Im Ost-West-Vergleich liegen die westdeutschen Schüler und Schülerinnen eine Stunde (7,4, Median = 5) über dem Mittelwert der ostdeutschen Schülerinnen und Schüler (6,4, Median = 4).

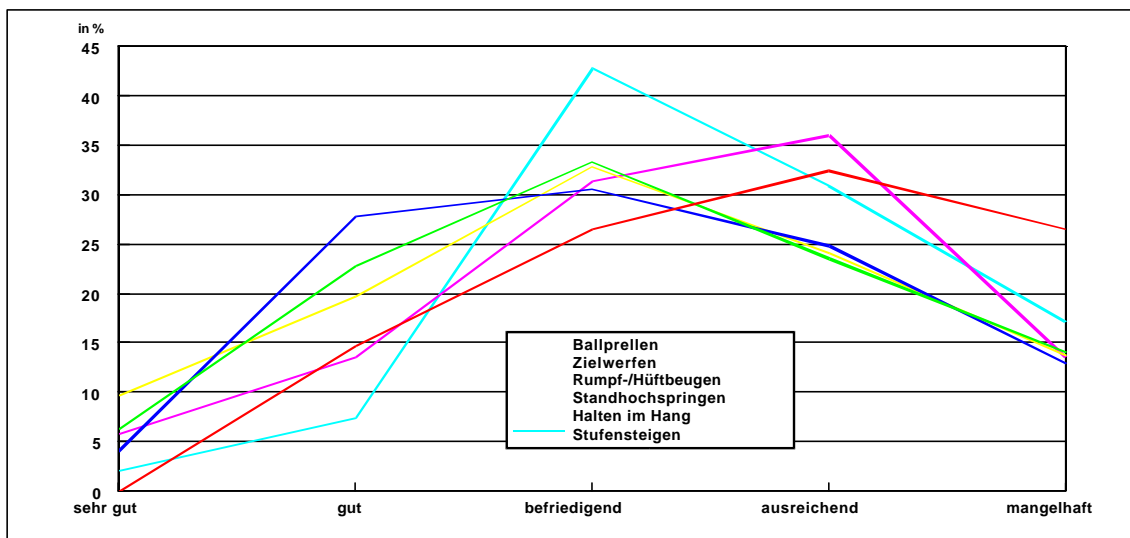
Die eigene sportliche Leistungsfähigkeit wurde von 55,3% mit 'sehr gut' (8,9%) und 'gut' (46,4%) bewertet, weitere 29,5% schätzen ihre Leistungsfähigkeit als 'befriedigend' ein, nur 9,7% mit

'ausreichend' und 5,5% mit 'mangelhaft'. 53,2% sind mit ihrer Leistungsfähigkeit 'sehr zufrieden' (18,7%) und 'eher zufrieden' (34,5%), weitere 37,4% urteilen 'teils/teils', 7,7% sind 'eher unzufrieden' und 1,7% sind 'sehr unzufrieden'.

Die Frage nach der letzten Sportnote auf dem Zeugnis beantworteten 63,0% mit 'sehr gut' (11,3%) und 'gut' (51,7%), 29,6% mit 'befriedigend', 5,7% mit 'ausreichend', 0,4% mit 'mangelhaft' und 0,4% mit 'ungenügend'.

Die Darstellung der Ergebnisse des MFT belegt, dass mit 53,2% die überwiegende Mehrheit der getesteten Schülerinnen und Schüler die Gesamtbeurteilung 'befriedigend' erhielt. Vor allem Übungen mit einem hohen Anteil an koordinativen Fähigkeiten (Ballprellen), einem hohen Kraftanteil (Halten im Hang) und mit ausdauerorientierter Ausrichtung (Stufensteigen) bedingten bei den getesteten Kindern und Jugendlichen am häufigsten die Gesamtbeurteilungen 'ausreichend' und 'schlechter' (s. Übersicht 10).

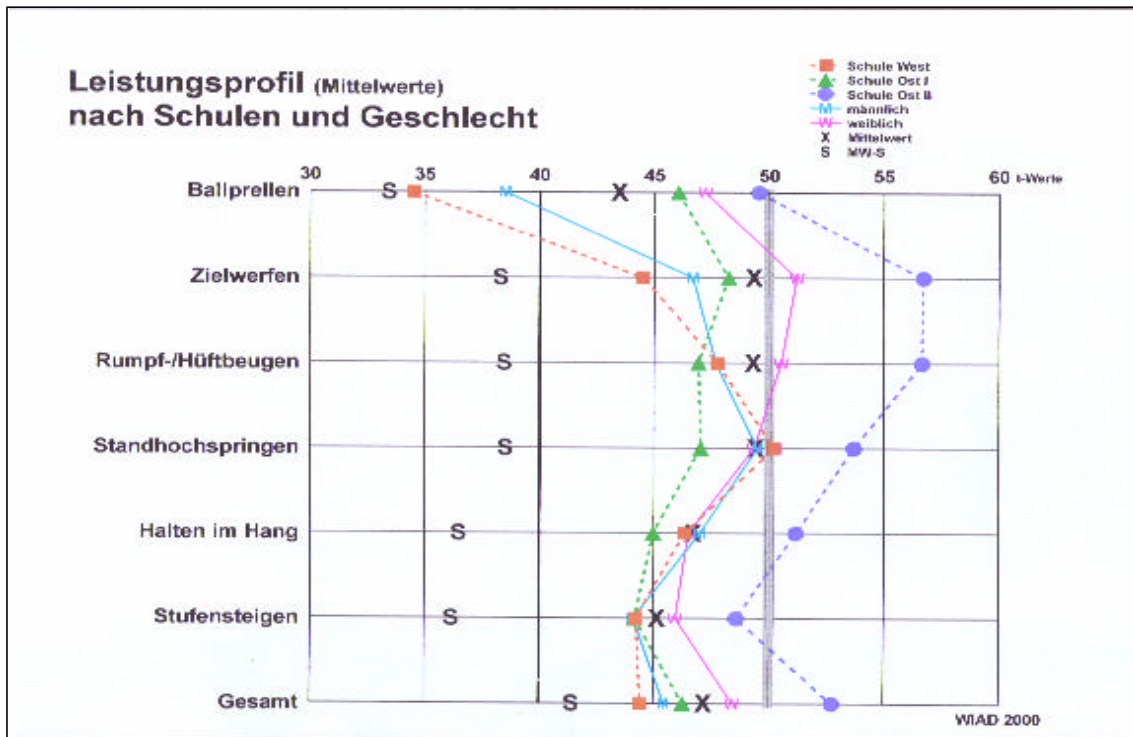
Übersicht 10: Beurteilung der Ergebnisse nach Übungen (Testpersonen in %)



Bei der Darstellung der im Rahmen der Modellstudie erhobenen Daten im Vergleich zu den 1995 gewonnenen Ergebnissen von RUSCH/IRRGANG zeigt sich eine deutliche Verschlechterung des Leistungsprofils bzw. der sportmotorischen Fähigkeiten (differenziert nach Schulen und Geschlecht) innerhalb von fünf Jahren (s. Übersicht 11). Hiernach sollten die zuletzt 1995 auf einen Mittelwert von 50 geeichten Ergebnisse anhand der aktuelleren Daten neu geeicht werden. Vor allem für die Übungen "Ballprellen", "Halten im Hang" und "Stufensteigen" lagen die neu errechneten Mittelwerte deutlich unter den Werten von RUSCH/IRRGANG. Diese drei Übungen umfassen drei der fünf Hauptbeanspruchungsformen, nämlich Koordination, Kraft und Ausdauer. Die WIAD-Ergebnisse, auch wenn sie sicherlich vor dem Hintergrund einer relativ kleinen Stichprobe zu sehen sind, belegen den in der Literatur teilweise bestätigten Negativ-

trend in der Entwicklung der sportmotorischen Fähigkeiten. Dieser Umstand macht erneut die Dringlichkeit einer Verbesserung der Datengrundlage deutlich.

Übersicht 11: Leistungsprofil nach Schulen und Geschlecht



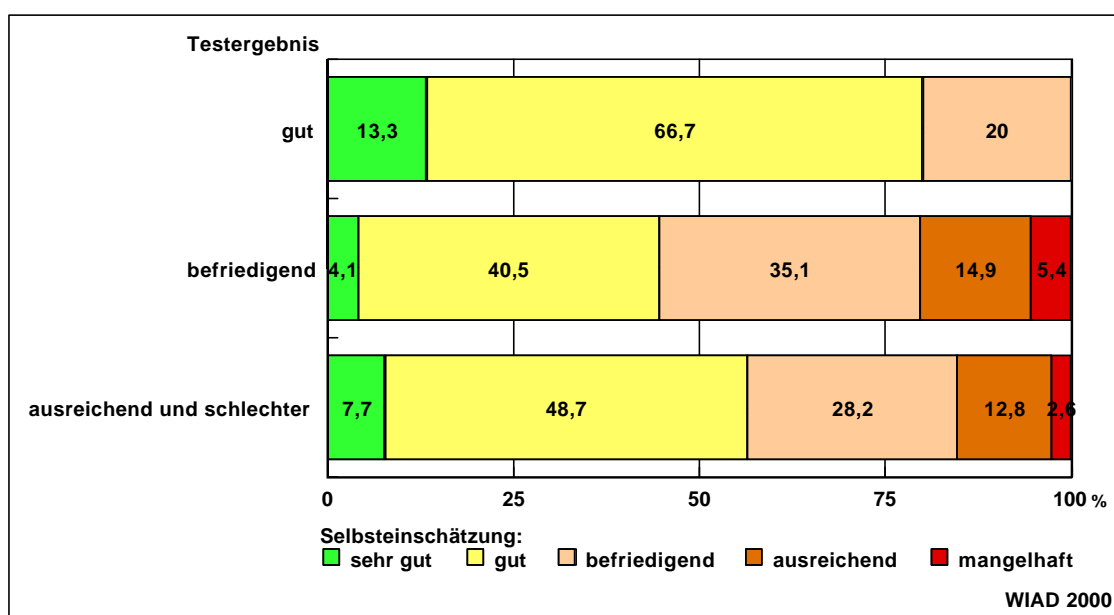
Während die Mädchen deutlich bessere Werte bei den Übungen "Ballprellen", "Zielwerfen", "Rumpf-/Hüftbeugen" und "Stufentest" dokumentierten und bei der Übung "Standhochspringen" nahezu gleiche Ergebnisse wie die Jungen erzielten, erfolgte bei der Übung "Halten im Hang" eine leichte Verschiebung zugunsten der männlichen Teilnehmer. Dieses Ergebnis belegt für die weiblichen Teilnehmer ein besseres Abschneiden im Bereich der Koordination, Flexibilität und Ausdauer sowie gleiche Werte für die Sprungkraft. Im Bereich der Kraft erzielten die Mädchen hingegen eindeutig schlechtere Ergebnisse.

Bei der Verknüpfung der Bewegungsdaten mit den Daten aus dem Fragebogen ergeben sich einige weitere interessante Erkenntnisse. Es konnte zunächst kein eindeutiger Zusammenhang zwischen einem höheren Body-Mass-Index (BMI) und den schlechten Testergebnissen beobachtet werden, d.h., schlechte Ergebnisse im MFT korrelieren nicht signifikant mit einem hohen BMI; ein Ergebnis, das allerdings auf einer erweiterten Datenbasis überprüft werden sollte. Eine mögliche Erklärung für diesen tendenziellen Befund könnte sein, dass bei den dickeren Kindern (BMI zwischen 25-40 kg/m²) motivationale Aspekte eine wichtigere Rolle gespielt ha-

ben, indem sie sich einfach mehr angestrengt haben, um bessere Resultate im MFT zu erzielen.

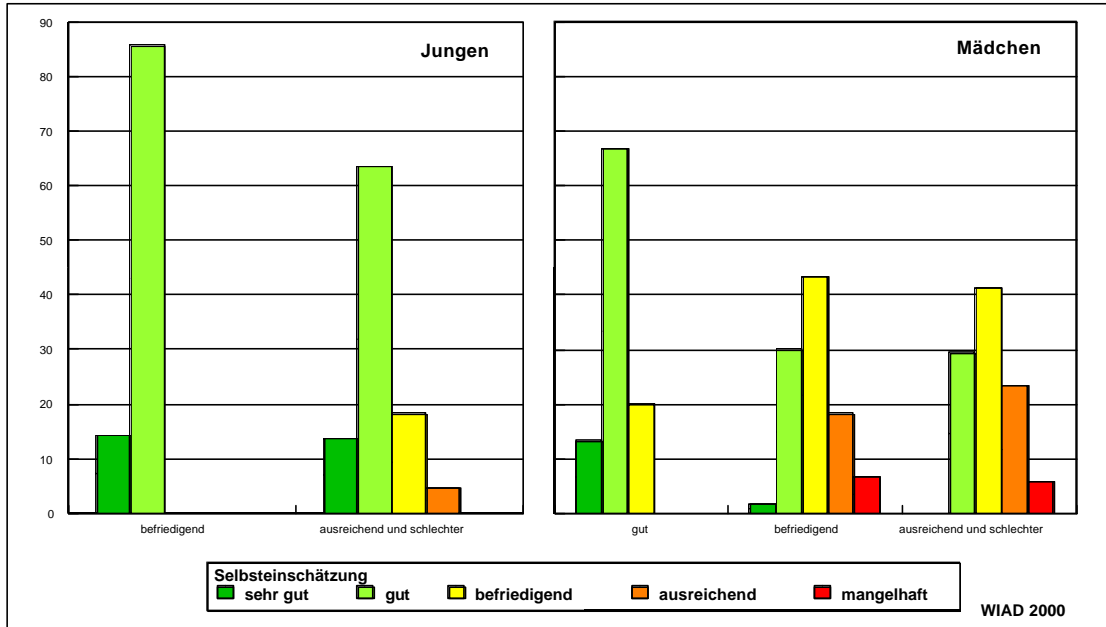
Das wohl interessanteste Ergebnis konnte bei der Zuordnung von subjektiver Einschätzung der körperlichen Leistungsfähigkeit zu den Daten aus dem MFT beobachtet werden (s. Übersicht 12). Hier zeigt sich eine recht große Diskrepanz zwischen der subjektiven Einschätzung und den objektiv ermittelten Daten aus dem MFT. Während sich 80% der getesteten Schüler und Schülerinnen mit 'sehr guten' und 'guten' Gesamtbewertungen aus dem MFT auch eine dementsprechende Leistungsfähigkeit zuschreiben, konnte eine leichte, aber tendenziell angemessene Verschiebung der Beurteilung in Relation zu den Testergebnissen bei den Schülerinnen und Schülern mit 'befriedigendem' Testergebnis zugunsten einer selbst eingeschätzten 'guten' Leistungsfähigkeit beobachtet werden. Als völlig realitätsfern aber muss die Einschätzung der körperlichen Leistungsfähigkeit bei den Getesteten mit 'ausreichenden und schlechteren' Gesamtbewertungen angesehen werden. Knapp 85% dieses Kollektivs beurteilten ihre Leistungsfähigkeit mit 'befriedigend' bis 'sehr gut'. Diese Tatsache dokumentiert für diese Gruppe eine große Diskrepanz zwischen den ermittelten Testergebnissen und der Selbsteinschätzung.

Übersicht 12: Selbsteinschätzung der eigenen Leistungsfähigkeit in Relation zu den Ergebnissen des MFT (in %)



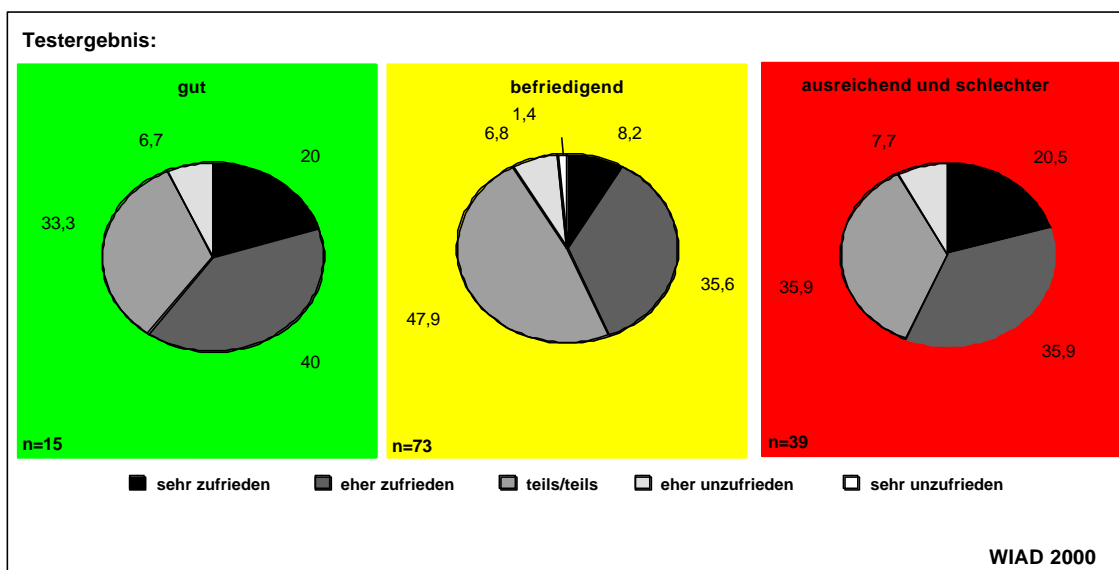
Diese positive Fehleinschätzung ist bei den Jungen besonders auffallend. Übersicht 13 zeigt, dass die Übereinstimmung zwischen den Testergebnissen und der Selbsteinschätzung der Leistungsfähigkeit bei den Mädchen erheblich höher ist. Während die Jungen sich selbst überwiegend mit 'gut' eingeschätzt haben, obwohl in der Modellstudie keiner der Jungen den Test mit 'gut' absolviert hatte, schätzten die Mädchen ihre Leistungsfähigkeit wesentlich realistischer ein.

Übersicht 13: Selbstbeurteilung der eigenen Leistungsfähigkeit nach Geschlecht in Relation zu den Ergebnissen des MFT (in %)



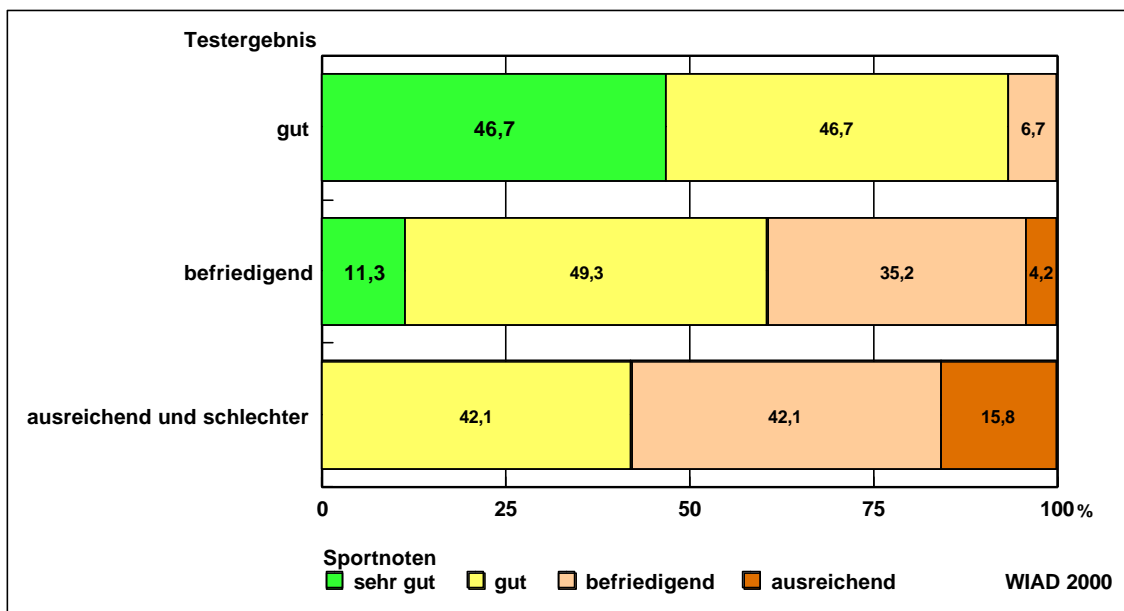
Das beschriebene Phänomen konnte durch die Frage nach der Zufriedenheit mit der eigenen sportlichen Leistungsfähigkeit bekräftigt werden. Während auch hier die Werte der Zufriedenheit mit der körperlichen Leistungsfähigkeit mit den Werten einer 'guten' und 'befriedigenden' Gesamtbewertung aus dem MFT korrelierten, beurteilten ca. 50% der Schüler und Schülerinnen mit einer 'ausreichenden und schlechteren' Beurteilung ihre subjektive Leistungsfähigkeit dennoch mit 'zufrieden' bis 'sehr zufrieden' (s. Übersicht 14), d.h., sie überschätzen ihre Leistungsfähigkeit und unterschätzen zugleich die Notwendigkeit, etwas dafür zu tun.

Übersicht 14: Die Zufriedenheit mit der eigenen Leistungsfähigkeit in Relation zu den Ergebnissen des MFT



Bezogen auf das letzte Zeugnis konnte eine leichte positive Verschiebung zugunsten der Notegebung im Vergleich zu den Ergebnissen des MFT beobachtet werden (s. Übersicht 15). Es stellt sich hier natürlich die Frage, was im Sportunterricht konkret benotet wird. In den Richtlinien und Lehrplänen Sport von 1980 werden neben Aspekten, die als Kriterien für eine Leistungsbeurteilung herangezogen werden, wie individuelle Voraussetzungen eines Schülers, individueller Lernfortschritt eines Schülers und Lernniveau bzw. Leistungsstand der Gruppe, auch solche Aspekte berücksichtigt, die weitere Handlungsbereiche in den Blick rücken und in denen auch soziale Leistungen beurteilt werden können, wie z.B. das Verhalten gegenüber den Mitschülern, Betreuung von Schülern im außerunterrichtlichen Schulsport und der Einsatz in Schulmannschaften.

Übersicht 15: Notengebung in Relation zu den Ergebnissen des MFT (in %)



Empfehlungen für einen flächendeckenden Einsatz des Bewegungs-Check-Up

Zweck der Modellstudie und der damit verbundenen exemplarischen Durchführung des Bewegungs-Check-Up an drei verschiedenen Schulen war die Gewinnung von Erfahrungen über die Bedingungen für eine optimale und zukünftig flächendeckende Implementation des Bewegungs-Check-Up. Die Erfahrungen zeigen, dass ein für die Praxis geeignetes Instrument zur Messung der sportmotorischen Leistungsfähigkeit gefunden werden konnte. Dies bezieht sich sowohl auf die allgemeine Durchführbarkeit als auch auf die leichte Organisierbarkeit und Praktikabilität sowie auf die Aussagekraft und Verwertbarkeit der Ergebnisse.

Aus den gewonnenen Erfahrungen lassen sich allgemeine Empfehlungen für einen flächendeckenden Einsatz des Bewegungs-Check-Up ableiten. Diese Empfehlungen beziehen sich auf Bereiche der allgemeinen Organisation und der Praxis. Dies umfasst Aspekte des optimalen Durchführungszeitpunkts (Festlegung von geeigneten Zeiträumen für die Durchführung des Tests im Schuljahr) und der Testung möglichst vieler Schülerinnen und Schüler.

Bei der Vorstellung des Bewegungs-Check-Up zeigte sich, dass auf der Basis der vorgelegten Handreichung des MFT eine persönliche Vorstellung nicht mehr notwendig war. Dies ist für zukünftige Planungen insoweit von entscheidender Bedeutung, als der Test im Sinne einer personenunabhängigen dauerhaften Implementation unbedingt als „Selbstläufer“ fungieren muss.

Als optimaler Zeitpunkt für die Durchführung des Bewegungs-Check-Up kann die Zeit nach den Sommerferien oder die Zeit nach den Weihnachtsferien angesehen werden. Der im Rahmen der Modellstudie aufgrund äußerer Umstände gewählte Zeitpunkt zwischen Osterferien und Sommerferien wurde von den beteiligten Lehrern und Schulleitungen als eher ungünstig bewertet, da in vielen Schulen in dieser Zeit Projektwochen durchgeführt werden und allgemeine Konferenzen, Fachkonferenzen und Zeugnis Konferenzen anstehen.

Bei der Testung von *allen* Schülern einer Schule bietet sich ein sogenannter "Testtag" an (vergleichbar mit den Bundes-Jugendspielen), der in Bayern in dieser Form bereits an drei Schulen praktiziert wird. An diesen "Testtagen" könnten alle Klassen einer Schule an einem Tag komplett durchgetestet werden, was den Vorteil hätte, dass der Organisationsaufwand, im Vergleich zu Testungen einzelner Klassen über eine Zeitspanne von mehreren Wochen oder Monaten, wesentlich geringer wäre.

Eine Vorbereitung der einzelnen Stationen vor dem geplanten Test ist eine wichtige Voraussetzung, so dass mit dem Aufbau der einzelnen Stationen nicht zu viel Zeit verlorengelht. Empfehlenswert ist die Festlegung von Betreuungszuständigkeiten pro Station (d.h. mindestens fünf Helfer und der zuständige Sportlehrer), um einen reibungslosen Ablauf zu gewährleisten. Skalierungen für die Station "Hüft-/Rumpfbeugen" und eventuell für den "Standhochsprung" sowie das Anbringen der Markierungen für die Übung "Zielwerfen" sind vorher fertigzustellen. Mit den unteren Klassen (5., 6. und 7. Klassen) sollte die Pulsmessung für den "Stufentest" vor Testdurchführung geübt werden. Da der Erholungspuls ca. zwei Minuten nach der Belastung gemessen wird, ist ein schnelles und zuverlässiges Erfühlen des Pulses von großer Wichtigkeit, um eine Verfälschung der Ergebnisse zu vermeiden.

Der einseitige Kurzfragebogen sollte vor der eigentlichen Testdurchführung ausgefüllt werden, um etwa bei unterdurchschnittlichen MFT-Ergebnissen einer möglichen Beeinflussung der subjektiven Beurteilung der eigenen Leistungsfähigkeit im Kurzfragebogen vorzubeugen.

Erwartungen und Perspektiven

Im Rahmen der Modellstudie wurde ein großes Interesse an der Überprüfung des Leistungsvermögens der Schülerinnen und Schüler im Zeitvergleich und auch im Vergleich mit anderen Schulen (Ranking) beobachtet, verbunden mit einer guten Akzeptanz und Compliance seitens der kooperierenden Schüler, Sportlehrer und Schulen. Ziel ist es, möglichst viele Schulen bundesweit für eine kontinuierliche jährliche Erfassung der motorischen Leistungsfähigkeit zur Mitwirkung zu motivieren. Zielübergreifend ist die Schaffung eines Datenpools aus Untersuchungs- und Befragungsdaten, d.h. die Verknüpfung der objektiven Ergebnisse aus dem MFT mit den subjektiven Daten des Kurzfragebogens, von großer Praxisrelevanz. Auf der Basis dieser Ergebnisse können Überprüfungen, Fundierungen und ggf. notwendige Neuorientierungen von Schulsport und Bewegungsangeboten vorgenommen werden.

5. Konsequenzen und Ausblick

Die vorliegende Studie hat aufzeigen können, welche Defizite im Bewegungsverhalten und Bewegungsstatus von Kindern und Jugendlichen in Deutschland heute zu beklagen sind. Sie hat insbesondere auch belegen können, welche alters-, geschlechts- und kontextbedingten Mängel und Entwicklungen im einzelnen vorliegen.

Darüber hinaus verweisen die Ergebnisse, wie sie sich aus der sekundäranalytischen Sichtung der empirischen Literatur der vergangenen zehn Jahre sowie aus der repräsentativen Primärerhebung bei 12- bis 18-jährigen Kindern und Jugendlichen in Deutschland ergeben haben, auf eine Reihe von Ansatzpunkten, die eine Verbesserung des Bewegungsverhaltens und Bewegungsstatus bewirken könnten. Aufbauend auf einer grundsätzlich positiven Einstellung zum Sporttreiben und auch auf einem - wenn auch mit zunehmendem Jugendalter abnehmendem - großen Elan, mit dem Sport betrieben wird, lassen sich durch eine gezielte Förderung der Bereiche, von denen sich die Kinder und Jugendlichen am ehesten zum Sport im Verein, in der Schule oder in der Freizeit motivieren lassen, Erfolge erzielen. Wenn in so deutlicher Weise Gesundheit und Fitness sowie soziale Erfahrung, Interaktion und Geselligkeit für die Kinder und Jugendlichen in allen Bereichen des Sporttreibens im Vordergrund stehen, sollte diesen Erfordernissen unbedingt verstärkt Rechnung getragen werden.

Ein weiteres Ergebnis dieser Untersuchung ist, dass bisher eine defizitäre Datenlage zu beklagen ist, welche die Verallgemeinerbarkeit vorliegender Befunde sowie eine Längsschnittbeobachtung erschwert. Mit dem in der Primärerhebung eingesetzten Fragebogeninstrument ist der Versuch eines systematischen Ansatzes unternommen worden, der es erlaubt, Sport und Bewegung in Verein, Schule und Freizeit übergreifend zu erfassen. Für künftige Erhebungen, die in jährlichen Abständen kontinuierliche Informationen zum Bewegungsstatus von Kindern und Jugendlichen in Deutschland liefern sollten, wären noch einige der Fragen zu ergänzen und zu

vertiefen, die als Ergebnis der sekundäranalytischen Sichtung derzeit als noch nicht schlüssig beantwortbar angesehen werden müssen. Hierzu zählen beispielsweise Fragen danach, auf welche Aktivitäten und weshalb sich das Sporttreiben mit zunehmendem Jugendalter zu verlagern beginnt, herauszufinden, worin die Bruchstelle zwischen Kindheit und Jugend begründet ist, die diesen Unterschied erst voll zur Geltung bringt, zu ergründen, auf welche Motive gerade auch der starke Rückgang des Sportinteresses bei Mädchen und jungen Frauen zurückzuführen ist, herauszufinden, ob analog zur zunehmenden Angleichung der Verhältnisse in Ost- und Westdeutschland sich in den neuen Bundesländern ähnliche Verhältnisse und auch Defizite (z.B. im Mädchensport) herausbilden, wie sie für Westdeutschland bereits seit längerem gelten, zu ermitteln, wie Sportarten und Präferenzen mit bestimmten monostrukturellen oder vielfältigen, regional unterschiedlichen Angebotsstrukturen variieren und wie das Sportpensum in Abhängigkeit von diesen Angeboten schwankt, herauszufinden, inwieweit die Bereitschaft bestünde, Trend- und Gesundheitssportarten verstärkt auch im Verein auszuüben, herauszuarbeiten, inwieweit die soziale Schicht Unterschiede begründet, die spezifischen Interventionen insbesondere im Vereins- und Schulsport zugänglich sind, sowie zu ermitteln, wie es möglich sein könnte, Mädchen in stärkerem Maße und schwächere Schüler überhaupt an den Sportunterricht und damit den Sport im allgemeinen heranzuführen.

Empfehlenswert wäre es, künftig solche regelmäßigen repräsentativen Befragungen im Rahmen des ebenfalls in dieser Studie getesteten Bewegungs-Check-Up in Schulen bei einer Stichprobe der einbezogenen Schülerinnen und Schüler einzusetzen. Dies böte den entscheidenden Vorteil, dass man jährlich für eine repräsentative Stichprobe neben den Einstellungs- und Verhaltensdaten auch Informationen über den Bewegungsstatus verfügbar hätte und langfristige Entwicklungen in der körperlichen Leistungsfähigkeit, verbunden mit bewegungs- und sportrelevanten Einstellungs- und Verhaltensparametern nachzeichnen könnte.

Der Bewegungs-Check-Up in Schulen, wie er im Rahmen dieser Studie entwickelt und getestet wurde, erfüllt neben dieser sport- und sozialwissenschaftlichen sowie epidemiologischen Funktion insbesondere auch den Zweck, dass er Sportlehrern sowie Schülerinnen und Schülern einen steten Überblick über Stärken und Schwächen und damit auch über Ansatzpunkte gibt, wie diese gezielt unterstützt bzw. behoben werden können. Es sollte versucht werden, möglichst viele Kultusverwaltungen und Schulen sowie Eltern und Sportlehrer gemeinsam mit ihren Verbänden für eine weitgehend flächendeckende Umsetzung dieses Bewegungs-Check-Up zu gewinnen. Gemeinsam mit der bei einer repräsentativen Stichprobe dieser Population regelmäßig durchzuführenden schriftlichen Befragung, wie sie oben beschrieben wurde, ließe sich hiermit die vielfach und zu Recht beklagte Informationslücke zum Bewegungsverhalten und Bewegungsstatus von Kindern und Jugendlichen in Deutschland schließen.

Literatur

Altenberger, H. (o.J.), Was leistet der Schulsport für das Sporttreiben im nachschulischen Leben?, Persönliche Mitteilung, Lehrstuhl für Sportpädagogik, Universität Augsburg.

BISP (Hg.) (1997), BISP Jahrbuch, Bundesinstitut für Sportwissenschaft, Köln.

Bös, K. (1998), Kinder und Jugendliche brauchen Sport, Fachtagung Sport des Kultusministeriums Baden-Württemberg und Kongreß der Turnbünde, Baden-Württemberg und Rheinland-Pfalz.

Bös, K. und Mechling, H. (1983), Dimensionen sportmotorischer Leistungen, Schorndorf.

Bös, K., Mechling, H. und Schott, N. (1997), Die Prognostizierbarkeit von sportlichen Leistungen über einen Zeitraum von 18 Jahren - Eine Nachuntersuchung bei 27jährigen Erwachsenen, in BISP (Hg.) (1997), Köln.

Bös, K. und Wohlmann, R. (1987), Allgemeiner Sportmotorischer Test (AST 6-11) zur Diagnose der konditionellen und koordinativen Leistungsfähigkeit, Lehrhilfen für den Sportunterricht, ständige Beilage zur Zeitschrift "sportunterricht", 36, 10, 145-153.

Bräutigam, M. (1999), "So schlecht ist er auch wieder nicht!" - Erste Zugänge auf die Frage nach dem "schlechten" Sportlehrer aus Schülersicht, sportunterricht, 48, 3, 100-111.

Brettschneider, W.-D. und Brandl-Bredenbeck, H. (1997), Sportkultur und jugendliches Selbstkonzept: eine interkulturell vergleichende Studie über Deutschland und die USA, Weinheim.

Brettschneider, W.-D. und Bräutigam, M. (1990), Sport in der Alltagswelt von Jugendlichen, Materialien zum Sport in Nordrhein-Westfalen, 27, Kultusministerium Nordrhein-Westfalen, Düsseldorf.

Brinkhoff, K.-P. (1998), Sport und Sozialisation im Jugendalter. Entwicklung, soziale Unterstützung und Gesundheit, Weinheim/München.

Brinkhoff, K.-P. und Sack, H.-G. (1999), Sport und Gesundheit im Kindesalter: Der Sportverein im Bewegungsleben der Kinder, Weinheim.

Büchner, P., du Bois-Reymond, M., Ecarius, J., Fuhs, B. und Krüger, H.-H. (1998), Teenie-Welten, Opladen.

Büchner, P., Fuhs, B. und Krüger, H.-H. (1996), Vom Teddybär zum ersten Kuß, Opladen.

- BZgA** (Hg.) (1998), Gesundheit von Kindern: Epidemiologische Grundlagen, Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Köln.
- Crasselt, W., Forchel, I., Kroll, M. und Schulz, A.** (1990), Kinder- und Jugendsport. Realitäten, Wünsche, Tendenzen, Deutsche Hochschule für Körperkultur Leipzig.
- Digel, H.** (1996), Schulsport - wie ihn Schüler sehen: Eine Studie zum Schulsport in Südhessen (Teil 1), sportunterricht, 45, 8, 324-339.
- DJI** (Hg.) (1992), Was tun Kinder am Nachmittag? Ergebnisse einer empirischen Studie zur mittleren Kindheit, Deutsches Jugendinstitut, München.
- Dordel, S.** (1985), Die körperliche Leistungsschwäche im Kindesalter, Sport und Gesundheit, 2, 30-33.
- Dordel, S.** (1998), Ätiologie und Symptomatik motorischer Defizite und Auffälligkeiten, in BZgA (Hg.) (1998), Köln.
- Dordel, S. und Bernoteit, M.** (1981), Ausdauer bei 8-9Jährigen. Ein Beitrag zur Auswahluntersuchung für das Schulsonderturnen, sportunterricht, 30, 345-350.
- Fetz, F. und Kornexl, E.** (1993), Sportmotorische Tests, Wien, ÖBV Pädagogischer Verlag.
- Gomolinsky, U.** (Red.) (1998), Jugend und Sport in Deutschland, Pressemitteilung zur ersten gesamtdeutschen Jugendsportstudie, Universität Bielefeld, Universität Stuttgart.
- Hardman, K. und Marshall, J.** (2000), World-wide Survey of the State and Status of School Physical Education, <http://www.icsspe.org>, International Council for Sport Science and Physical Education (ICSSPE), Berlin.
- Hummel, A.** (1998), Schulsport zwischen Leistungsorientierung und Entwicklungsförderung: Empirische Befunde zum Schulsport in der Sekundarstufe I (Mittelschulen und Gymnasien) im Freistaat Sachsen, Fachgebiet Sport, Technische Universität Chemnitz.
- Jaide, W. und Hille, B.** (1992), Jugend und Sport in den neuen Bundesländern, Opladen.
- Joch, W.** (1995), Schulsport: Anspruch und Wirklichkeit, sportunterricht, 44, 2, 45-53.
- Jugendwerk der Deutschen Shell.** (Hg.) (2000), Jugend 2000, Opladen.
- Kretschmer, J.** (2000), Was wissen wir wirklich über die Folgen der veränderten Bewegungswelt?, Körpererziehung, 50, 4, 217-223.
- Kruber, D.** (1996), Lieblingsfach Schulsport, sportunterricht, 45, 1, 4-8.

- Kurz, D.** (1999), Neuer Sport mit alten Werten?, Konferenz des Club of Cologne. 24.09.99, Köln.
- Kurz, D., Sack, H.-G. und Brinkhoff, K.-P.** (1996), Kindheit, Jugend und Sport in Nordrhein-Westfalen - der Sportverein und seine Leistungen, Materialien zum Sport in Nordrhein-Westfalen, 44, Ministerium für Stadtentwicklung, Kultur und Sport des Landes Nordrhein-Westfalen, Düsseldorf.
- Matthiass, H.H.** (1966), Reifung, Wachstum und Wachstumsstörungen des Haltungs- und Bewegungsapparates im Jugendalter, Basel/Freiburg/New York.
- Matthiass, H.H.** (1977), Regelvorgänge der Haltung - Grundlagen der menschlichen Haltung, in Volek, G. und Reiber, H. (Hg.) (1977).
- Opaschowski, H.W.** (1995), Neue Trends im Freizeitsport. Analysen und Prognosen, BAT Freizeit - Forschungsinstitut, Hamburg.
- Opaschowski, H.W.** (1996), Die Zukunft des Sports, BAT Freizeitforschungsinstitut, Hamburg.
- Opaschowski, H.W. und Duncker, C.** (1997), Jugend und Freizeit., BAT Freizeitforschungsinstitut, Hamburg.
- Opper, E.** (1996 a), Wie sehen gute und schlechte Schüler den Schulsport? - Teil 2 der Studie zum Schulsport in Südhessen, sportunterricht, 45, 8, 340-348.
- Opper, E.** (1996 b), Erleben Mädchen den Schulsport anders als Jungen? - Teil 3 der Studie zum Schulsport in Südhessen, sportunterricht, 45, 8, 349-356.
- Rusch, H.** (1991), Auswahlverfahren für den Sportförderunterricht, Salzburg, Geisteswissenschaftliche Fakultät der Universität Salzburg.
- Rusch, H.** (1999), Problemschüler und Schülerprobleme, Bewegungserziehung, 4, 3f.
- Rusch, H.** (1999), Sportförderunterricht - nötiger denn je?, Bewegungserziehung, 4, 4-9.
- Rusch, H.** (1999), Testdokumentation, Persönliche Mitteilung, Sportzentrum, Technische Universität München.
- Rusch, H. und Irrgang, W.** (1996), Verändert sich die körperliche Leistungsfähigkeit von Kindern und Jugendlichen? Eine Studie über die Entwicklung der körperlichen Leistungsfähigkeit, Persönliche Mitteilung, Sportzentrum, Technische Universität München.

- Rusch, H. und Irrgang, W.** (1999), Handreichung für den Münchner-Fitneßtest (MFT), Persönliche Mitteilung, Sportzentrum, Technische Universität München.
- Rusch, H. und Weineck, J.** (1998), Sportförderunterricht. Lehr- und Übungsbuch zur Förderung der Gesundheit durch Bewegung, Schorndorf.
- Schilling, F.** (1974), Körperkoordinationstest für Kinder. KTK. Manual, Weinheim.
- Schmidt, W., Haupt, B., Süßenbach, J.** (2000), Bewegung, Spiel und Sport im Alltag ostdeutscher Kinder, sportunterricht, 49, 4, 116-121.
- Schröder, J.** (1991), Jugendarbeit im Sportverein 2000, Aachen.
- Settertobulte, W., Hoepner-Stamos, F., Hurrelmann, K.** (1997), Gesundheitsstörungen im Kindesalter, Prävention, 20, 1, 3-6.
- Singer, R., Eberspächer, H., Bös, K. und Rehs, H.-J.** (1980), Die ATPA-D Skalen. Eine deutsche Version der Skalen von Kenyon zur Erfassung der Einstellung gegenüber sportlicher Aktivität, Bad Homburg v. d. H.
- Volek, G. und Reiber, H.** (Hg.) (1977), Schulsonderturnen in der Diskussion, Schorndorf.
- Wasmund-Bodenstedt, U., Braun, W.** (1984), Entwicklung anthropometrischer und sportmotorischer Parameter und deren Zusammenhang bei sechs- bis achtjährigen Kindern, Sportwissenschaft, 14, 1, 362-380.
- WHO** (Hg.) (1996), The Health of Youth. A Cross-National Survey, World Health Organisation, Regional Office, Kopenhagen.
- Willimczik, K.** (1991), Anreiz und/oder Abschreckung? - Die Bundesjugendspiele in der Sicht von Schülerinnen und Schülern der alten und der neuen Bundesländer, Bielefelder Beiträge zur Sportwissenschaft, 12, Institut für Sportwissenschaft, Universität Bielefeld.
- Winkler, J., Klaes, L., Florijn-Zens, Y. und Wild-Mittmann, B.** (1997), WIAD-Studie: Sport und Gesundheit. Bewegung als zentrale Größe von Zufriedenheit, Leistungsfähigkeit und Gesundheitsstabilität. Eine Analyse des Wissenschaftlichen Instituts der Ärzte Deutschlands gem. e.V., Deutscher Sportbund (Hg.), Frankfurt a. M.
- Wydra, G.** (2000), Beliebtheit und Akzeptanz des Sportunterrichts. Eine empirische Erhebung zur Situation des Schulsports im Saarland, <http://www.uni-saarland.de/fak5/sportpaed/>, Sportwissenschaftliches Institut der Universität des Saarlandes, Saarbrücken.

Wydra, G. und Förster, D. (2000), "Sportunterricht - nein danke!" - Eine Sekundäranalyse der Einstellungen von Schülerinnen und Schülern, denen der Sportunterricht egal ist, Körpererziehung, 50, 2, 90-95.

Zinnecker, J. und Sibereisen, R.K. (1996), Kindheit in Deutschland: aktueller Survey über Kinder und ihre Eltern, Weinheim/München.