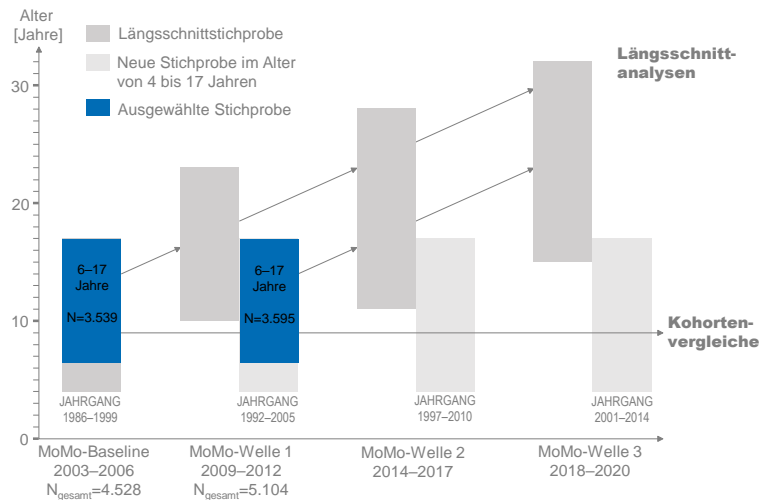


# Intensität des organisierten Sporttreibens von Kindern und Jugendlichen in Deutschland nimmt zu

### Problemstellung und Methodik

Die Intensität des Belastungsreizes ist ausschlaggebend für positive Gesundheitseffekte des Sporttreibens [1]. Allerdings wird die Intensität im Sportunterricht von Kindern und Jugendlichen deutlich niedriger eingeschätzt als beispielsweise im Vereinssport [2]. Neben dem Sportunterricht wird in Deutschland der außerunterrichtliche Schulsport – meist in Form von Sport-Arbeitsgemeinschaften (Sport-AGs) – im Zuge der Ausbreitung von Ganztagschulen immer häufiger angeboten. Es stellt sich die Frage, ob die Intensität von Sport-AGs heutzutage mit der von Sportunterricht oder Vereinssport vergleichbar ist und wie sich die Intensität des Sporttreibens in Sportunterricht und Vereinssport entwickelt hat. Die Erfassung der Intensität der sportlichen Aktivität erfolgte in einem 6-Jahres-Kohortenvergleich anhand der folgenden Frage des MoMo-Aktivitätsfragebogens [3]: „Wie sehr strengst du dich beim Sporttreiben in der Regel an? (1) ohne zu schwitzen und ohne Kurzatmigkeit/ Schnaufen; (2) etwas schwitzen und etwas Kurzatmigkeit/ Schnaufen; (3) viel schwitzen und Kurzatmigkeit/ Schnaufen“.

### Stichprobe



### Ergebnisse

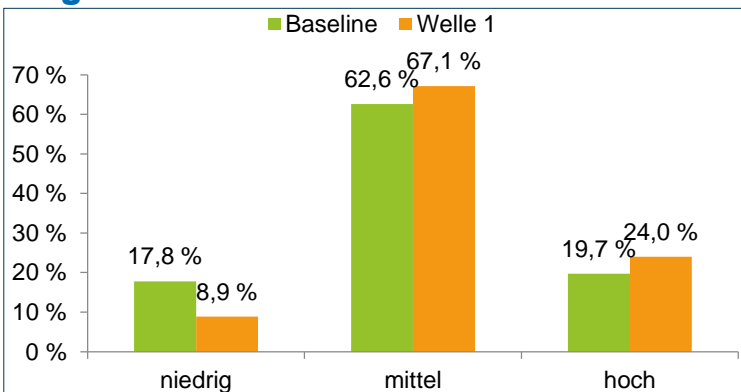


Abb. 1: Intensität der sportlichen Aktivität im Sportunterricht

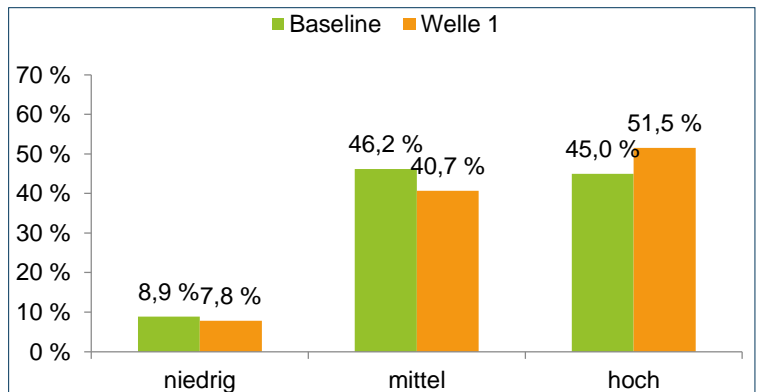


Abb. 2: Intensität der sportlichen Aktivität im Sportverein

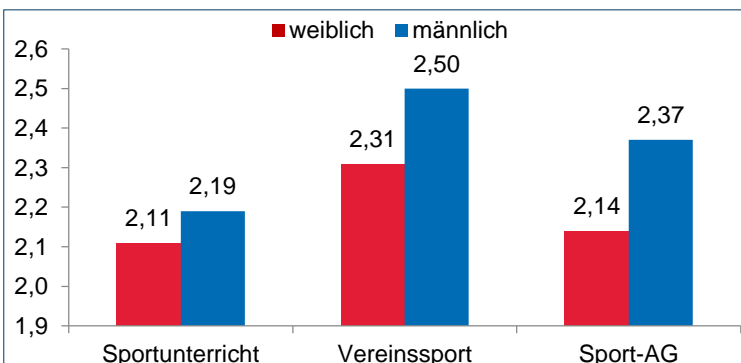


Abb. 3: Mittlere Intensitätsangaben der sportlichen Aktivität in Sportunterricht, Vereinssport und Sport-AG in Welle 1 nach Geschlecht

#### 6-Jahres-Kohortenvergleich (vgl. Abb. 1 und 2):

- Kinder und Jugendliche schätzen das Sporttreiben in Welle 1 vor allem im Sportunterricht intensiver ein als zur Baseline-Erhebung.
  - Zur Baseline empfanden noch 17,8 % der Kinder und Jugendlichen den Sportunterricht als nicht anstrengend – in Welle 1 nur noch 8,9 %.
- ➔ Positiver Trend aus gesundheitsprotektiver Sicht.

#### Vergleich des Intensitätsempfindens in den drei Settings (vgl. Abb. 3):

- Die Intensitäten des Sporttreibens in Sport-AGs werden niedriger als im Vereinssport, aber höher als im Sportunterricht beurteilt.
  - Dabei bewerten Jungen die Intensität des Sporttreibens in allen Settings deutlich höher als Mädchen.
- ➔ Im Sinne des Bildungsauftrags kann Sportunterricht nicht so intensiv sein wie das Sporttreiben im Verein.

[1] Janssen, I. & LeBlanc, A. G. (2010). Systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 7, 40.

[2] Will, N., Schmidt, S. & Woll, A. (2016). Intensität und soziale Disparität sportlicher Aktivität in Schule und Verein. Die Motorik-Modul-Studie (MoMo). *Sportunterricht*, 65 (8), 239–244.

[3] Schmidt, S., Will, N., Henn, A., Reimers, A. & Woll, A. (2016). *Der Motorik-Modul-Aktivitätsfragebogen (MoMo-AFB). Leitfaden zur Anwendung und Auswertung*. KIT Scientific Working Papers, 53. Karlsruhe: KIT.