

# **Obligatorischer Schulsport und das Bewegungsverhalten von Jugendlichen**

## **Kurzzusammenfassung**

Markus Lamprecht, Kurt Murer, Hanspeter Stamm

Die Neufassung der Verordnung zur Förderung von Turnen und Sport hat eine breite Diskussion über Sinn oder Unsinn des Drei-Stunden-Obligatoriums entfacht. Dabei sind die verschiedensten finanz-, schul-, sport- und gesundheitspolitischen Argumente ins Feld geführt worden. Eine Sekundäranalyse der Schweizerischen Gesundheitsbefragung von 1997 bot die Möglichkeiten einige dieser Argumente anhand eines grossen, repräsentativen Datensatzes empirisch zu überprüfen. Obwohl sich aus den nun vorliegenden Ergebnissen keine eindeutigen kausalen Schlüsse ziehen lassen, kann gezeigt werden, dass die Bedeutung des Sportunterrichts und der Bewegungsmangel durchaus zusammenhängen:

- Die 15 bis 24jährigen aus den Kantonen, die das Drei-Stunden-Obligatorium erfüllen, zeichnen sich durch ein signifikant besseres Bewegungsverhalten aus als die Jugendlichen und jungen Erwachsenen aus Kantonen, die das Drei-Stunden-Obligatorium nicht vollständig erfüllen.
- Diese Unterschiede sind nicht einfach auf die unterschiedliche Stundenzahl im Schulsport zurückzuführen, sondern lassen sich auch bei den körperlichen Aktivitäten in der Freizeit und beim Sportverhalten nach Abschluss der Ausbildung nachweisen. Eine Verlagerung vom schulischen zum ausserschulischen Sport kann zumindest bisher nicht festgestellt werden: In Kantonen, die das Drei-Stunden-Obligatorium nicht vollständig umsetzen, wird in der Freizeit nicht mehr, sondern weniger Sport getrieben.
- Das Bewegungsverhalten ist abhängig vom Bildungsstatus und Geschlecht. In Kantonen ohne Drei-Stunden-Obligatorium finden wir Frauen und Personen mit einem tieferen Bildungsabschluss besonders häufig unter den körperlich Inaktiven. Männer mit höherer Bildung, die sich ohnehin durch eine überdurchschnittliche Sportaktivität auszeichnen, scheinen weniger auf die schulischen Angebote und Anregungen angewiesen zu sein als junge Frauen und Personen in tieferen Bildungsgängen.
- Diese Unterschiede sind umso gravierender, als im Alter von 15 bis 24 Jahren wichtige Weichenstellungen im Hinblick auf das Bewegungsverhalten im späteren Leben vorgenommen werden. Der Vergleich von Kantonen mit und Kantonen ohne vollständige Umsetzung des Drei-Stunden-Obligatoriums zeigt, dass sich die Unterschiede im Bewegungsverhalten mit zunehmendem Alter noch verstärken.

- Schliesslich kann festgestellt werden, dass das Sport- und Bewegungsverhalten sich auch auf das Gesundheitsverhalten und den Gesundheitszustand auswirkt: Sportliche Jugendliche rauchen deutlich weniger und achten stärker auf ihre Ernährung. Wer im Alter von 15 bis 24 Jahren regelmässig Sport treibt, zeichnet sich zudem durch weniger körperliche Beschwerden, ein höheres psychisches Wohlbefinden und eine positivere Lebenseinstellung aus.

Die vorliegenden Befunde sind wie folgt zu zitieren:

Markus Lamprecht, Kurt Murer, Hanspeter Stamm (2000): Obligatorischer Schulsport und das Bewegungsverhalten von Jugendlichen. Forschungsbericht. Zürich: ETH Zürich.