



„ALLES FIT?! – Jugend in Bewegung“

Vortrag zum Jugendtag 2006 der Schwimmjugend NRW

Hachen, 4.11.2006

Prof. Dr. Hans Peter Brandl-Bredenbeck



Alles fit?! – Jugend in Bewegung

- I Das Bild der Heranwachsenden in der Öffentlichkeit
- II Unter welchen Bedingungen wachsen Kinder und Jugendliche auf?
- III Alles fit?! - Kinder- und Jugendsport heute
 - Hinführung zum Sport
 - Entwicklungsförderung durch Sport
- IV Schlussbemerkung

**„Fett, faul und
fernseh-süchtig.“**



**„Generation XXL – Deutsche Kinder
werden immer dicker.“**

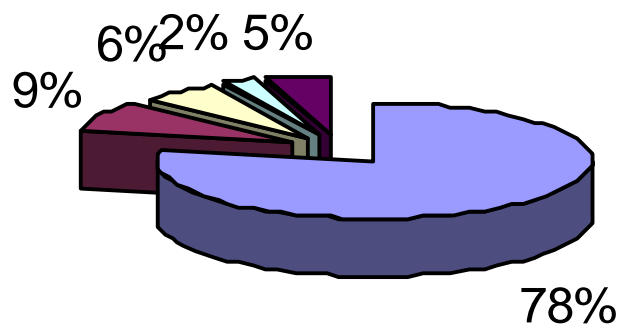
Gesundheitszustand

- ca. 10-15 % leiden unter chronischen Krankheiten
- ca. 1-5 % der Mädchen zwischen 13 und 20 haben Essstörungen
- ca. 5-10 % haben introvertierte oder extrovertierte Auffälligkeiten



Gesundheitszustand

Anteil normalgewichtiger, dicker und dünner Kinder zwischen 0 und 17 Jahren



- normalgewichtig
- übergewichtig
- adipös
- stark untergewichtig
- untergewichtig

Gesundheitszustand

Übergewicht und Adipositas

- Jungen sind etwas früher betroffen als Mädchen.
- Mädchen sind im Alter von 12 und 17 Jahren deutlich stärker betroffen als die Jungen.
- soziale schwache Milieus sind stärker betroffen
- Migranten sind stärker betroffen





Gesundheitszustand

Übergewicht und Adipositas

- Häufigkeit von Übergewicht ist um 50% gestiegen (Referenzdaten 1985-1999)

- Häufigkeit von Adipositas hat sich verdoppelt (Referenzdaten 1985-1999)

- Häufigkeit von Adipositas hat sich für Jugendliche ab 14 Jahren verdreifacht (Referenzdaten 1985-1999)





Gesellschaftlicher Hintergrund



Lebenssituation der Heranwachsenden

- Demografische Minderheit
- Pluralität der Biografien und Lebensstile
- Jugend als heterogene Gruppe
- Suche nach Identität; experimentelle Selbstinszenierung
- Streben nach Unabhängigkeit
- Belastung durch Entwicklungsaufgaben

Heranwachsende heute

Sonnenseite

- Optionsvielfalt
- Regie über Lebensstilgestaltung



Schattenseite

- Orientierungslosigkeit
- körperliche und psychosoziale Probleme



Aktueller Diskussionsstand:

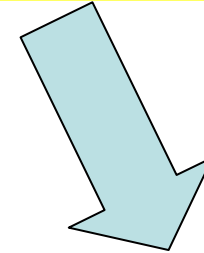
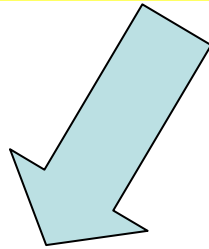
- (1) Kindheit und Jugend werden in ihrer Eigenständigkeit und ihrem Eigenwert betont
- (2) Kinder und Jugendliche als aktive Gestalter der eigenen biografischen Entwicklung



Und welche Rolle spielt der
Sport dabei?



Pädagogischer Doppelauftrag des Kinder- und Jugendsports



Hinführung zum
Sport

Entwicklungsförderung
durch Sport

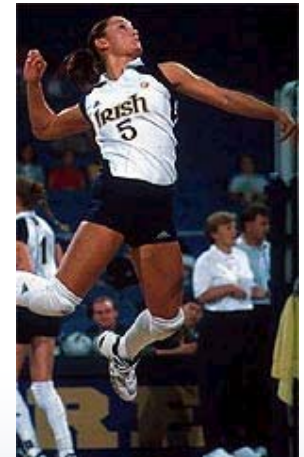


Alles Fit?!

- motorisch fit?!
- in der Schule fit?!
- sozial fit?!
- emotional fit?!



Wie sieht es aus mit dem Sportengagement?





Sportengagement im Sportverein

Unangefochtene Nr.1 unter den Jugendorganisationen

- Partizipationsrate bei Kindern: 60-70 %
- Partizipationsrate bei Jugendlichen: ca. 50%
- Bindungsdauer : 7-8 Jahre
- ohne Kontakt zum Sportverein: ca. 15%



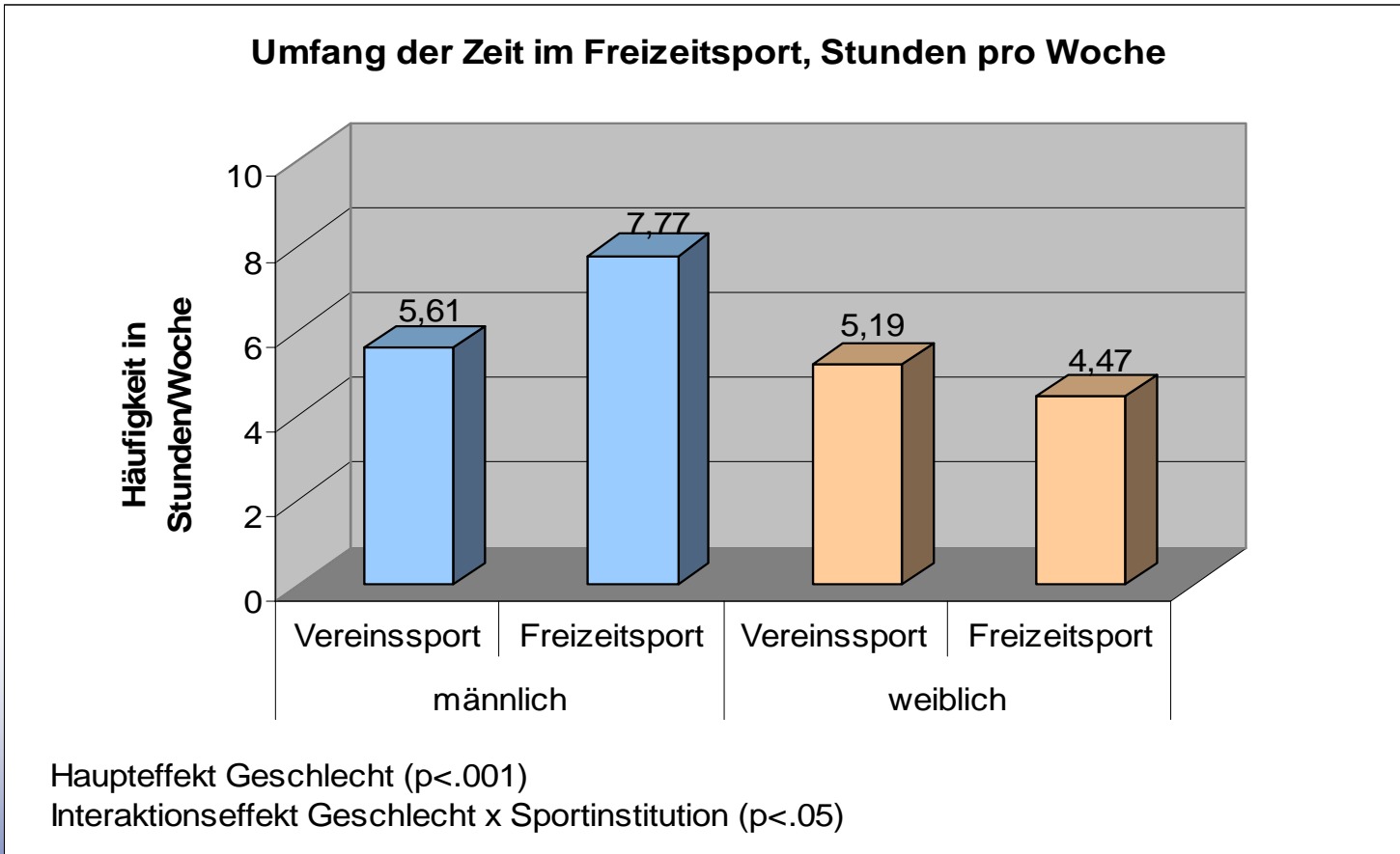
Sportengagement im Sportverein

Tendenz:

- früher Eintritt, früher Austritt, viele Wechsel
- mehr Jungen als Mädchen
- mehr Gymnasiasten als Hauptschüler
- nicht Rekrutierung, sondern **Bindung** als Problem



Umfang des Sporttreibens





Organisierter Jugendsport und
informeller Sport stehen nicht
alternativ, sondern *komplementär*
zueinander

Vereinssport als Motor für
Sportaktivitäten

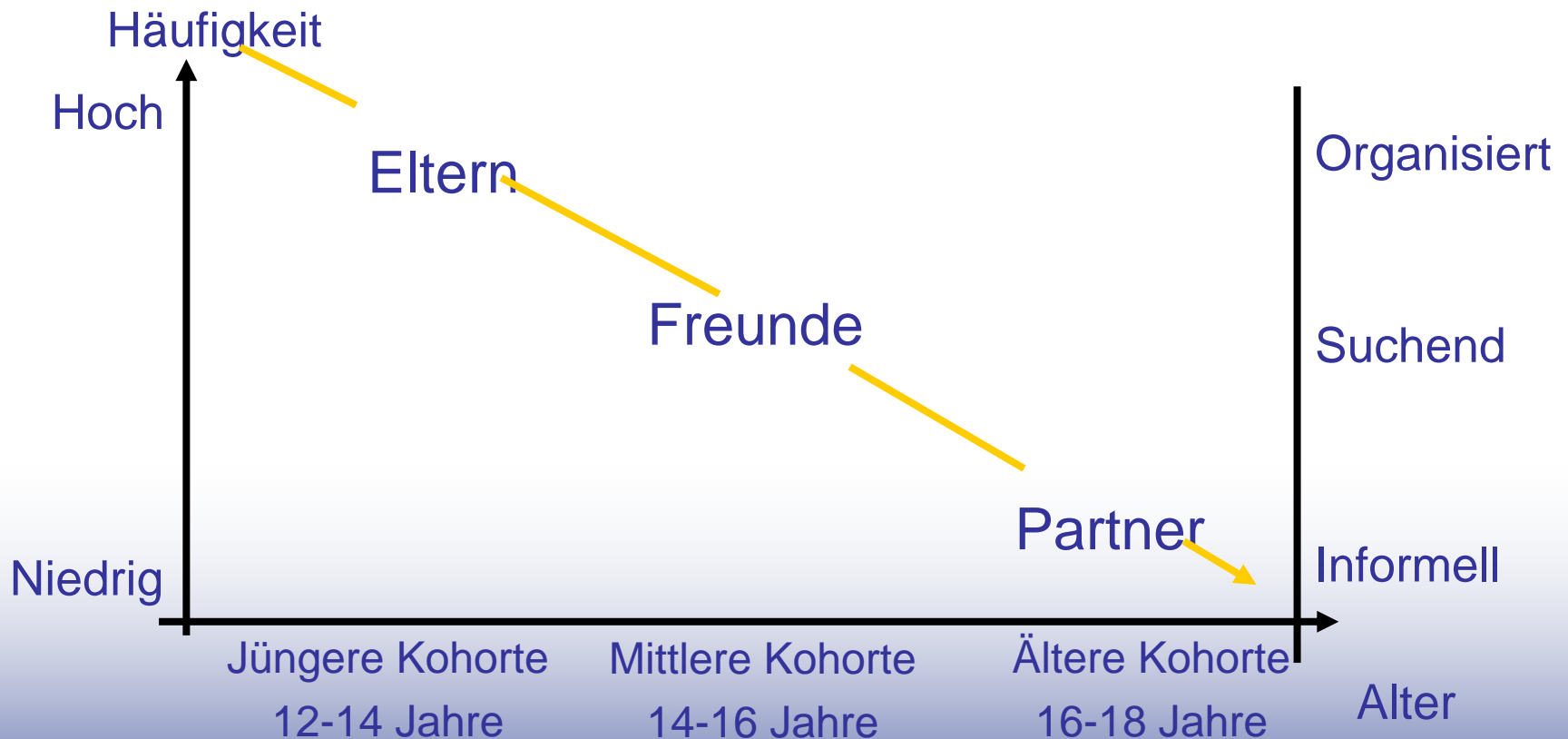


Fazit:

Insgesamt hohe
Systemintegration der
Heranwachsenden durch
den organisierten Sport



Veränderung des Sportengagements im adoleszenten Entwicklungsverlauf





Fazit:

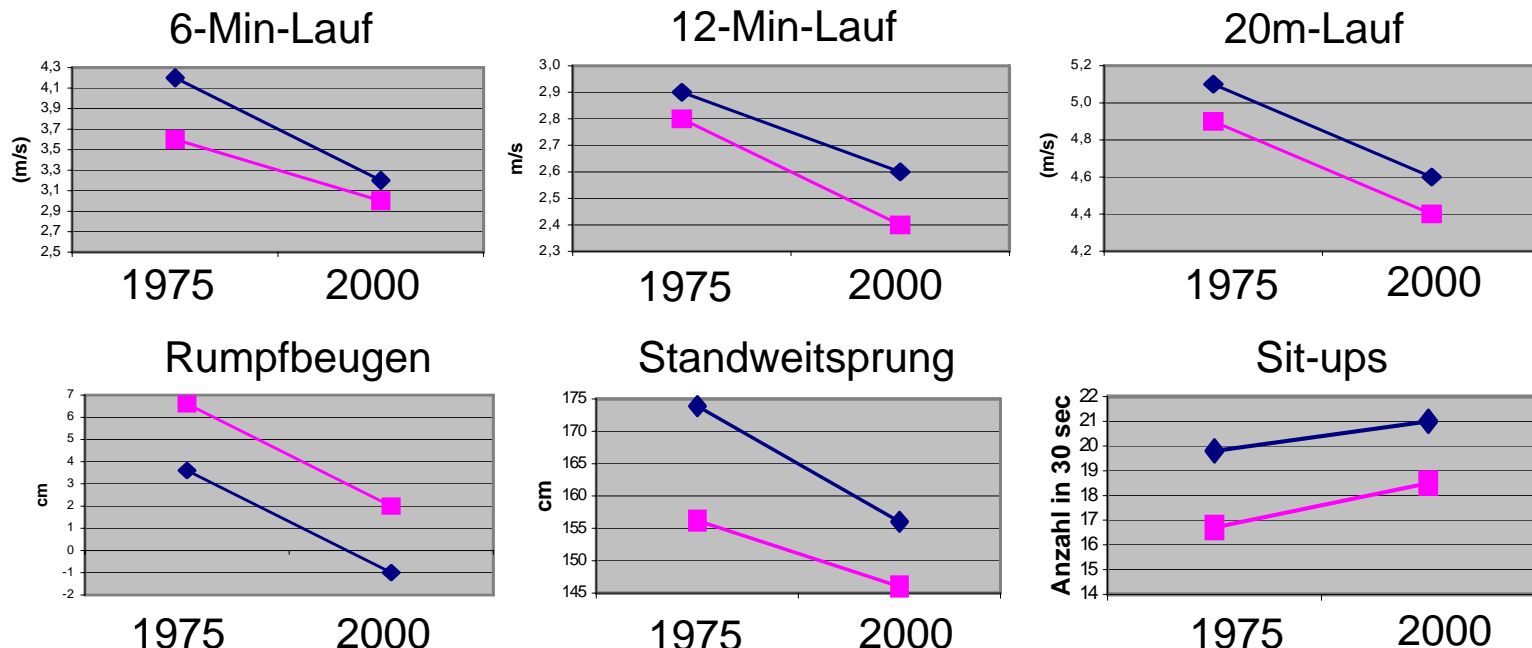
- **Beachtliche Partizipationsraten**
- **Hoher Stellenwert des Sports**
- **Veränderungen im adoleszenten Entwicklungsverlauf**

Sind die Heranwachsenden motorisch fit?

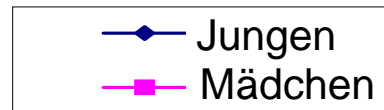




Motorische Leistungsfähigkeit im Verlauf von 25 Jahren



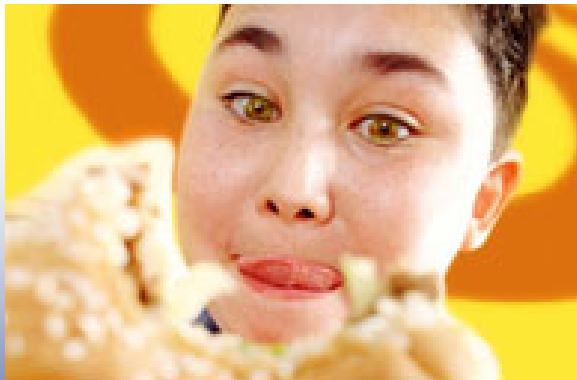
Im Durchschnitt beträgt die Leistungsminderung etwa 10%



(Bös, 2003)

Entwicklungsförderung durch Sport

Über den Sport hinaus
- wo der Sport wichtig werden kann





Persönlichkeitsentwicklung im Kindesalter



Fit in anderen Bereichen?



Entwicklungsaufgaben und ihre Folgen

- Bewältigung der Entwicklungsaufgaben
⇒ positive Persönlichkeitsentwicklung
- Probleme bei der Bewältigung
⇒ Stress

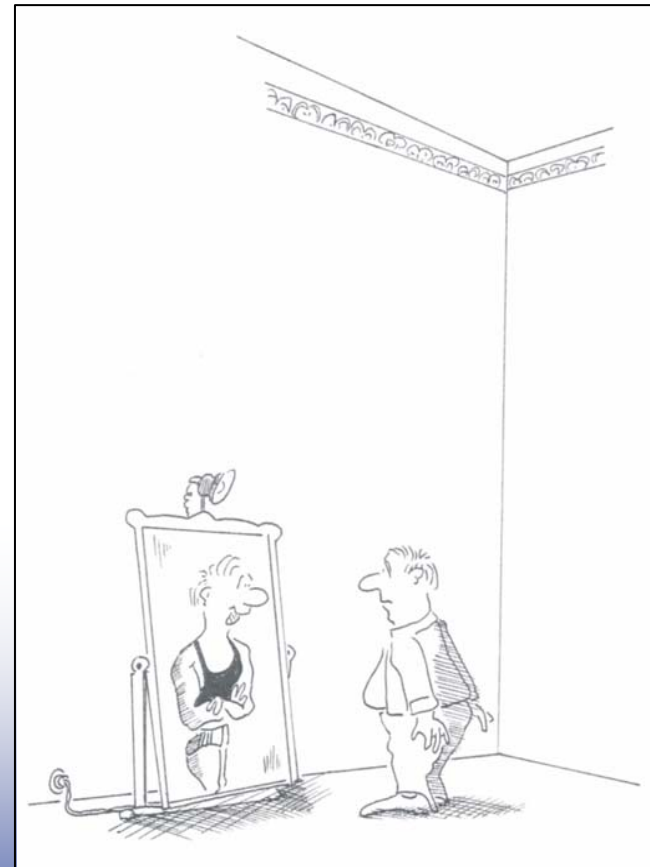
Stress verursacht

- Depressivität und psychosomatische Beschwerden
- auffälliges Verhalten (Gewalt & Delinquenz)

Untersucht wird das Selbstkonzept

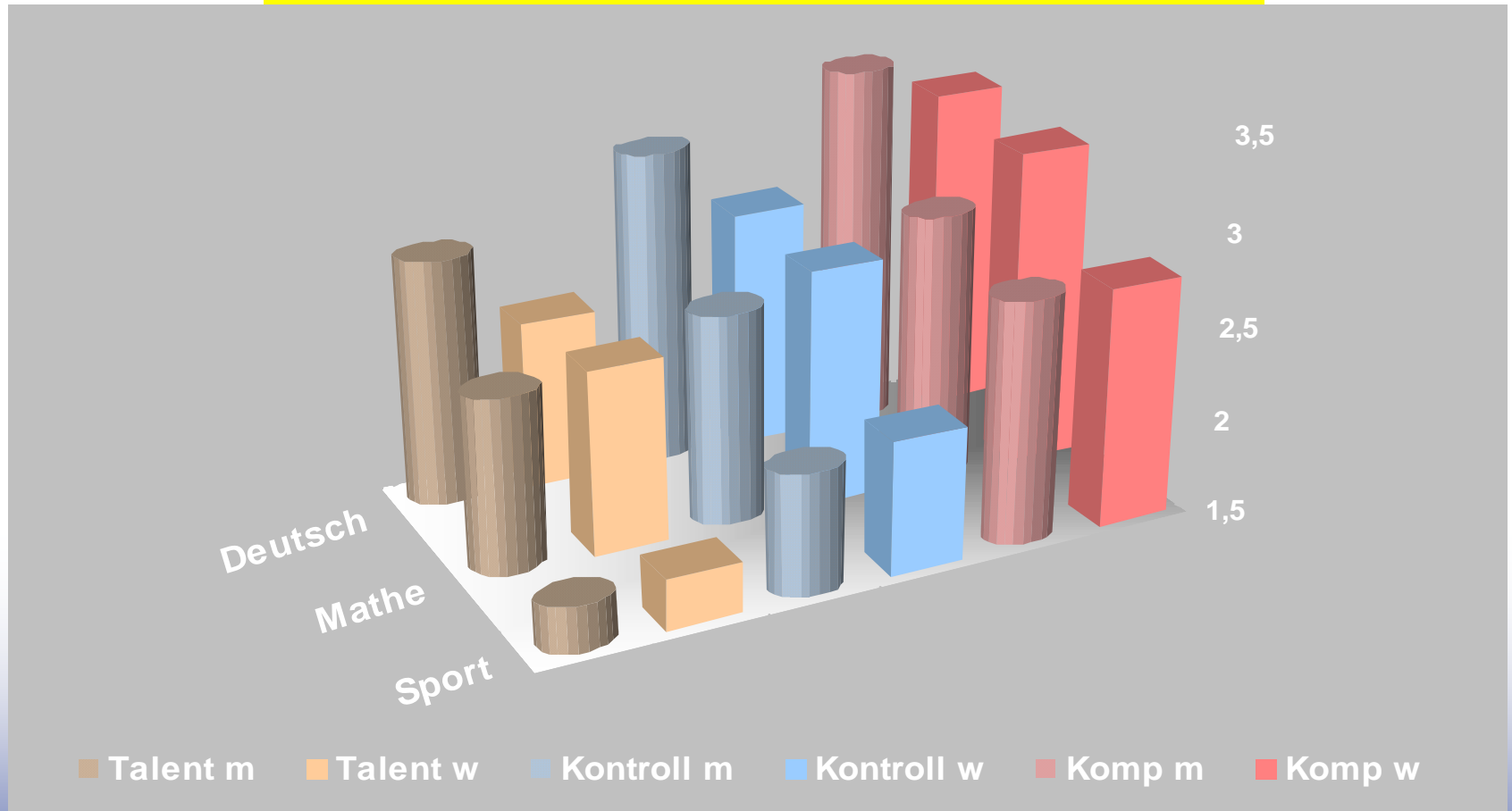
Selbstkonzept stellvertretend für die
Persönlichkeit

- Bild von sich selbst
- Sagt etwas aus über die
Persönlichkeit
- Ist gerade im Jugendalter bedeutsam
- Besitzt verschiedene Bereiche
(körperlich, emotional, sozial,
schulisch ...)
- Ist messbar



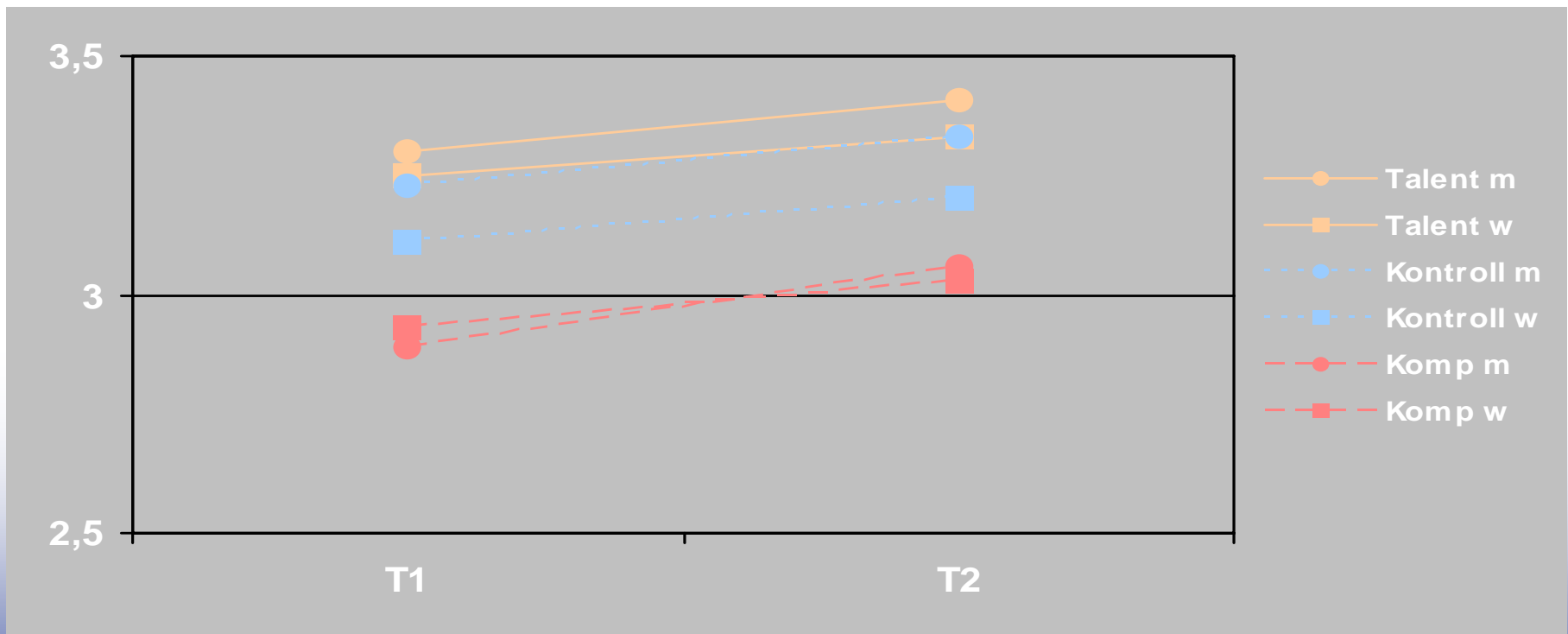


Schulnoten





Soziales Selbstkonzept in der Klasse

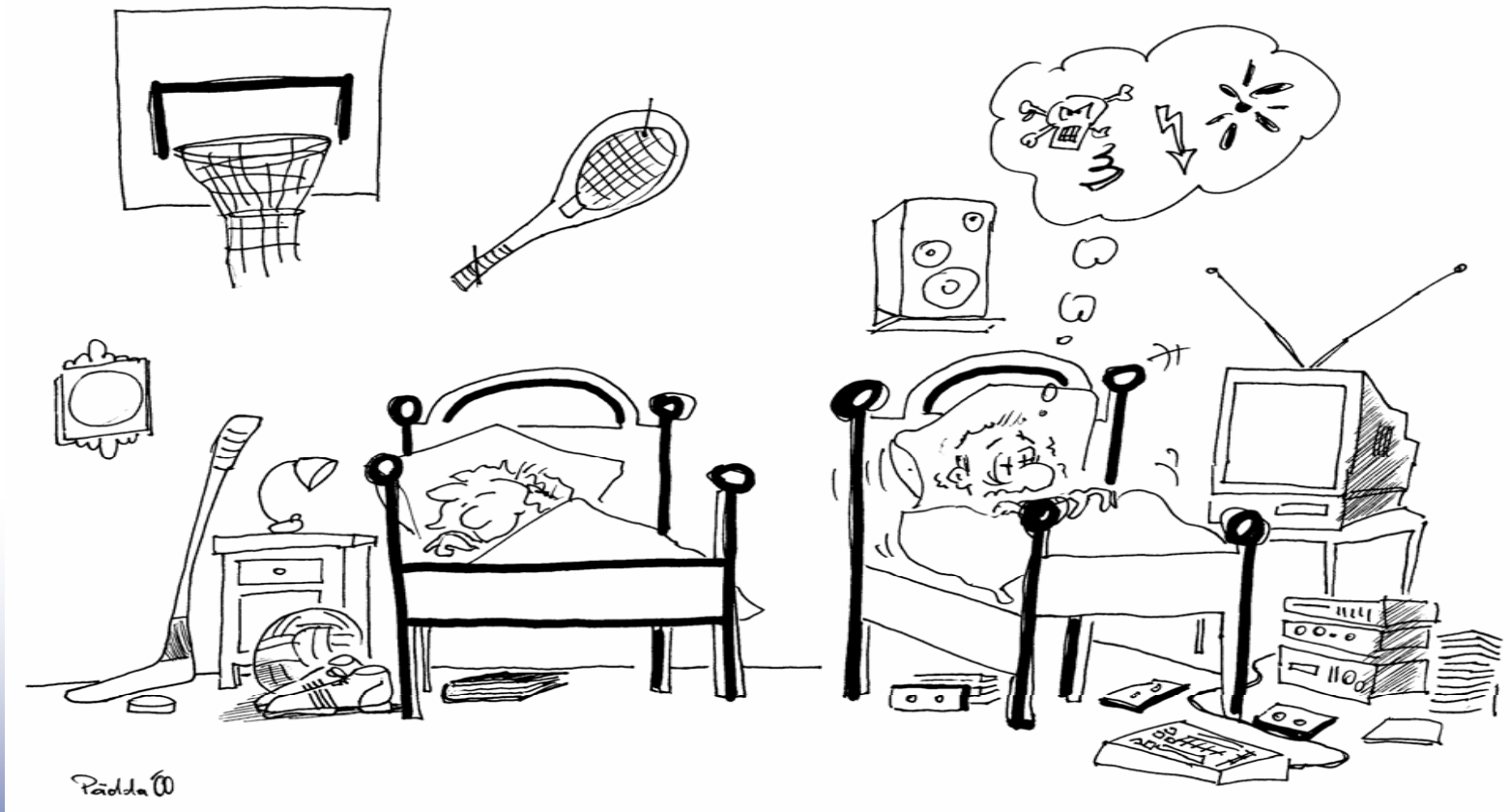




Beziehung zu den Eltern

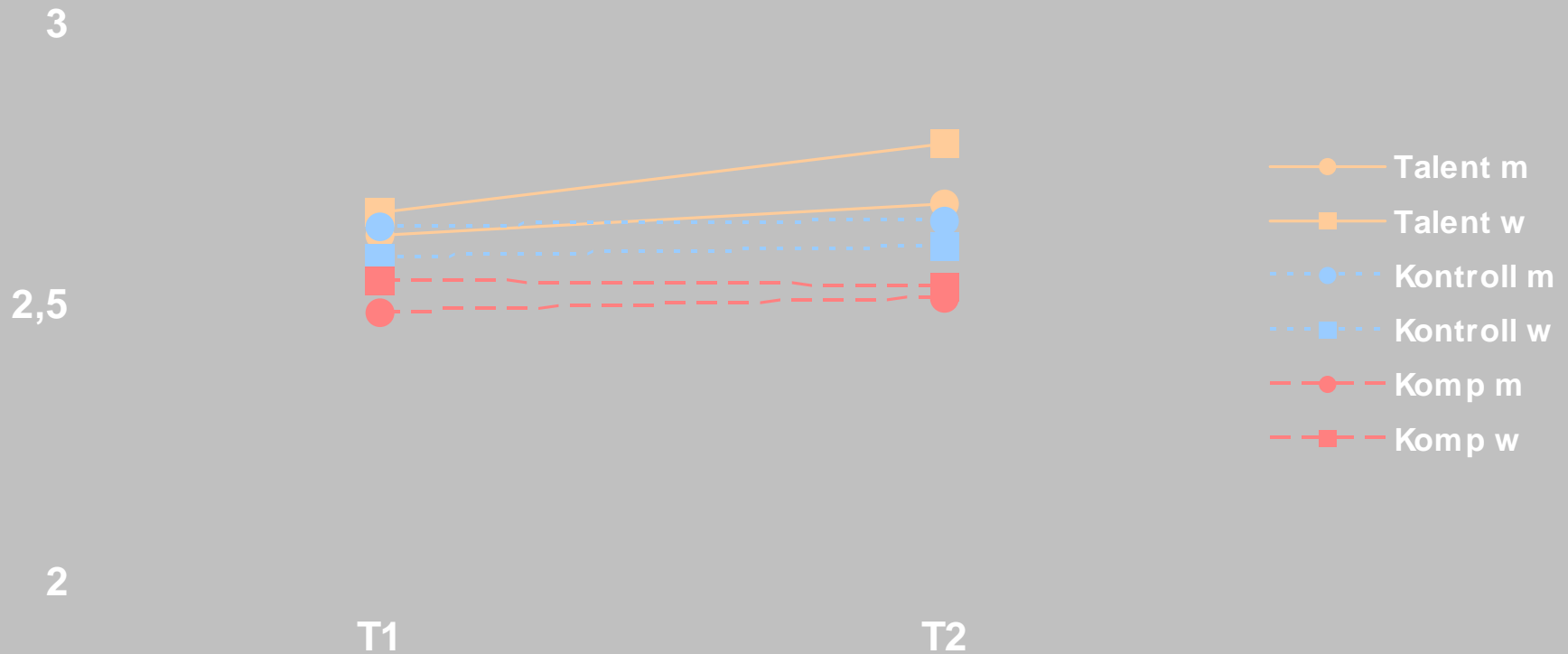
- mit steigendem Alter Verbesserungen der ohnehin guten Beziehungen
- Geschlecht differenziert in signifikanter Weise
- Sportengagement ohne jeden Einfluss

Emotionale Befindlichkeit



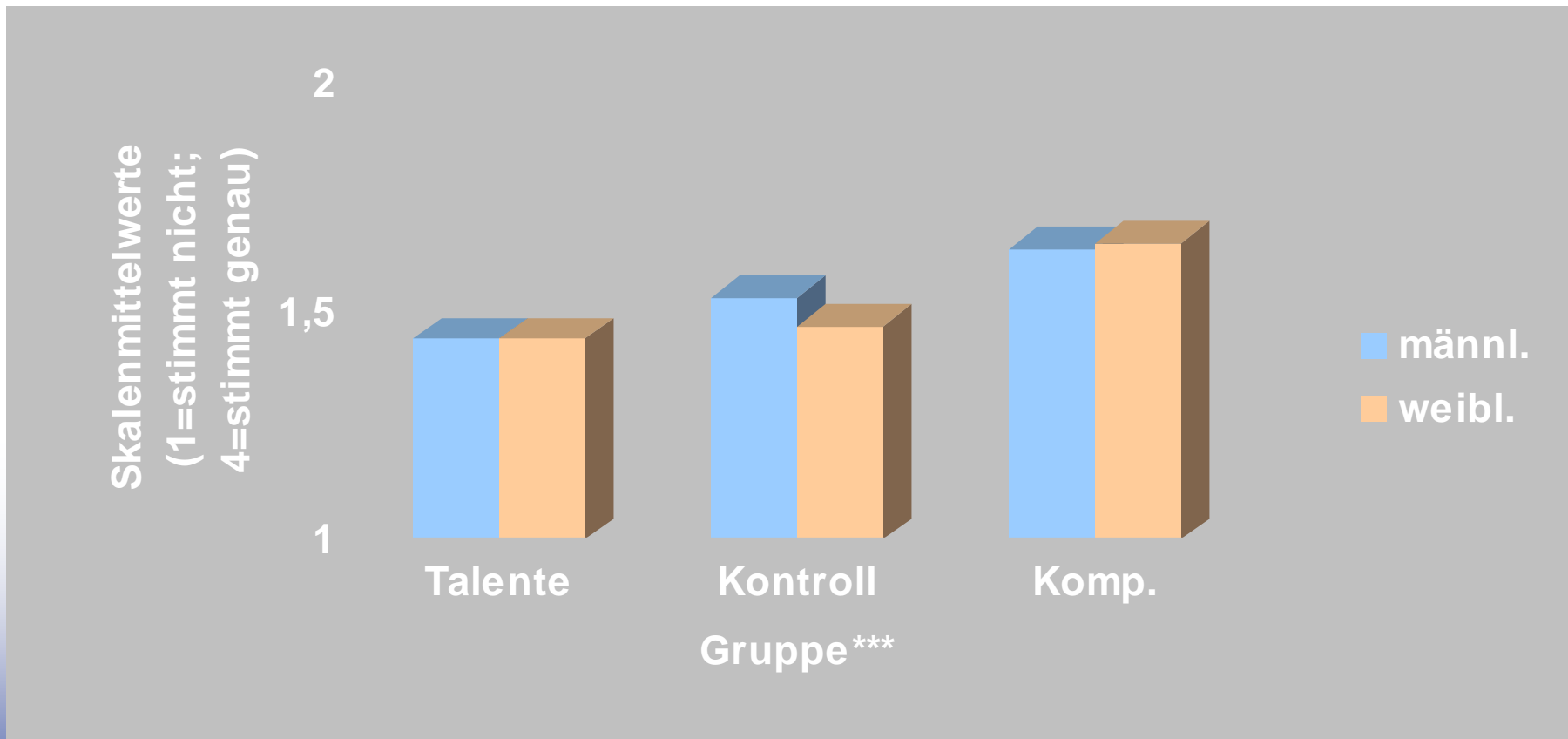


Lebensfreude



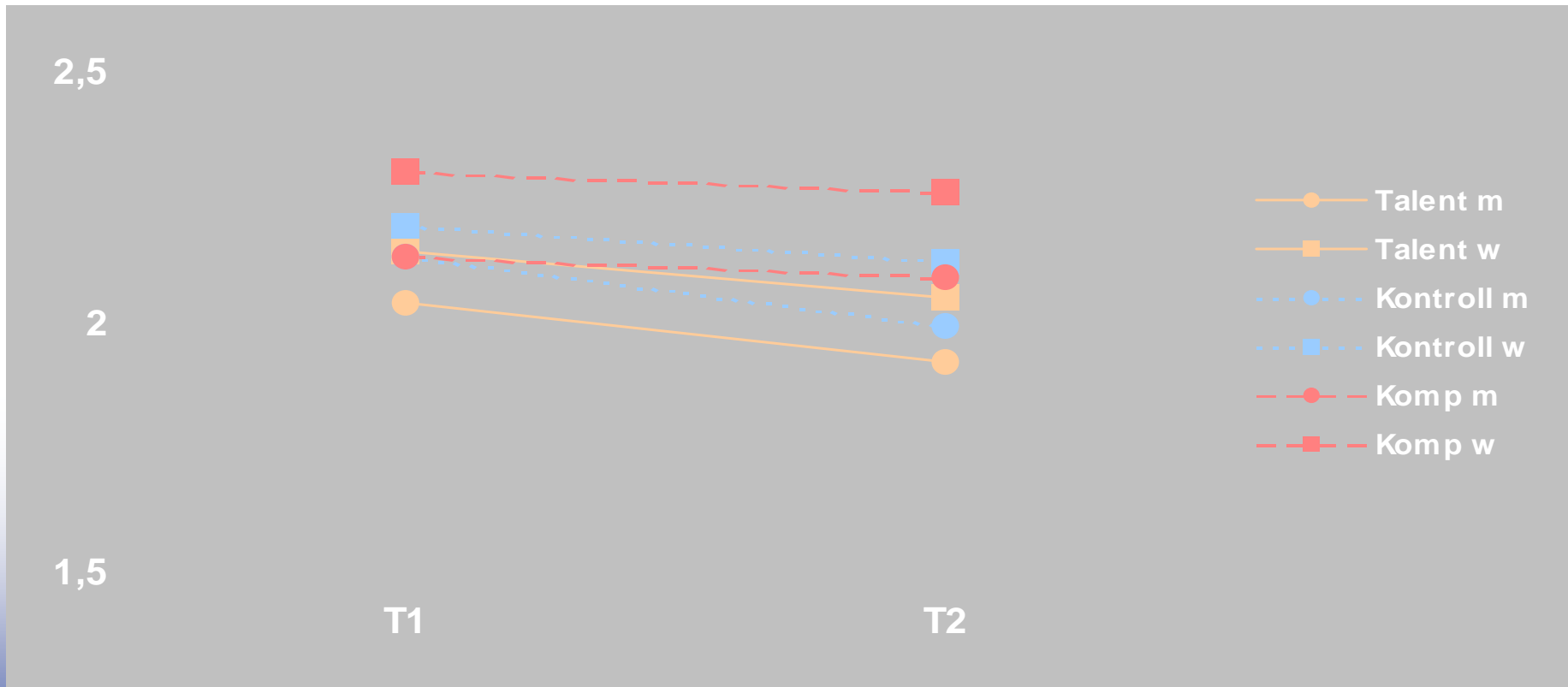


Depressivität





Psychosomatische Beschwerden





Sportliche Kinder:

- sind in der Schule gut**
- kommen mit den Schulkameraden klar**
- kommen mit den Eltern klar**
- sind fröhliche Kinder**
- sind gesunde Kinder**



Nun zur Jugend



Persönlichkeitsentwicklung im Jugendalter





Sportler schätzen sich
mit Blick auf ihre
schulischen
Leistungen (mit Recht)
positiver ein



Dennoch ist vor vorschnellen Interpretationen zu warnen

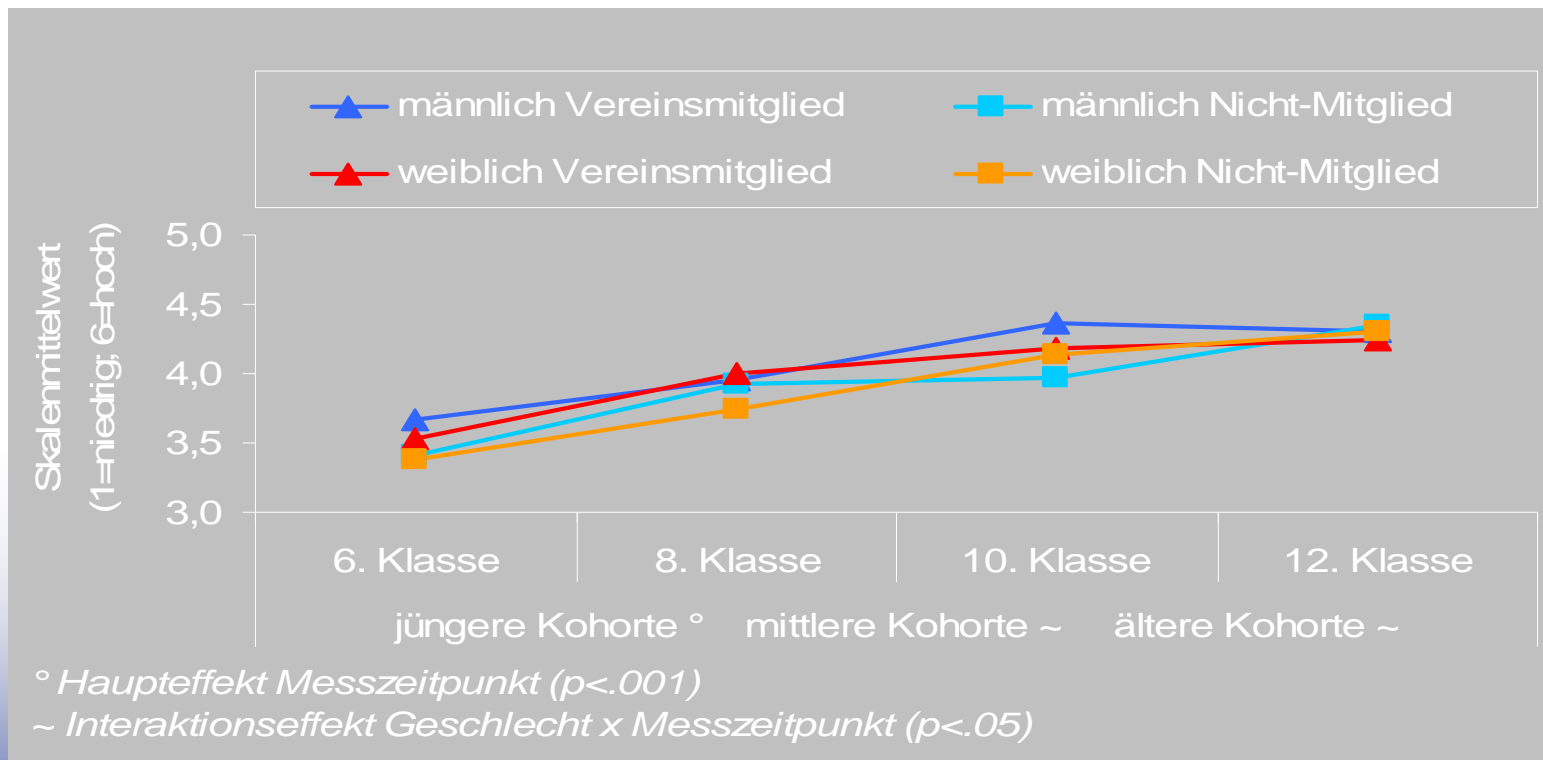
Sport und Kognition



**Aber: Ob Toben schlau macht, wissen wir
(noch) nicht**

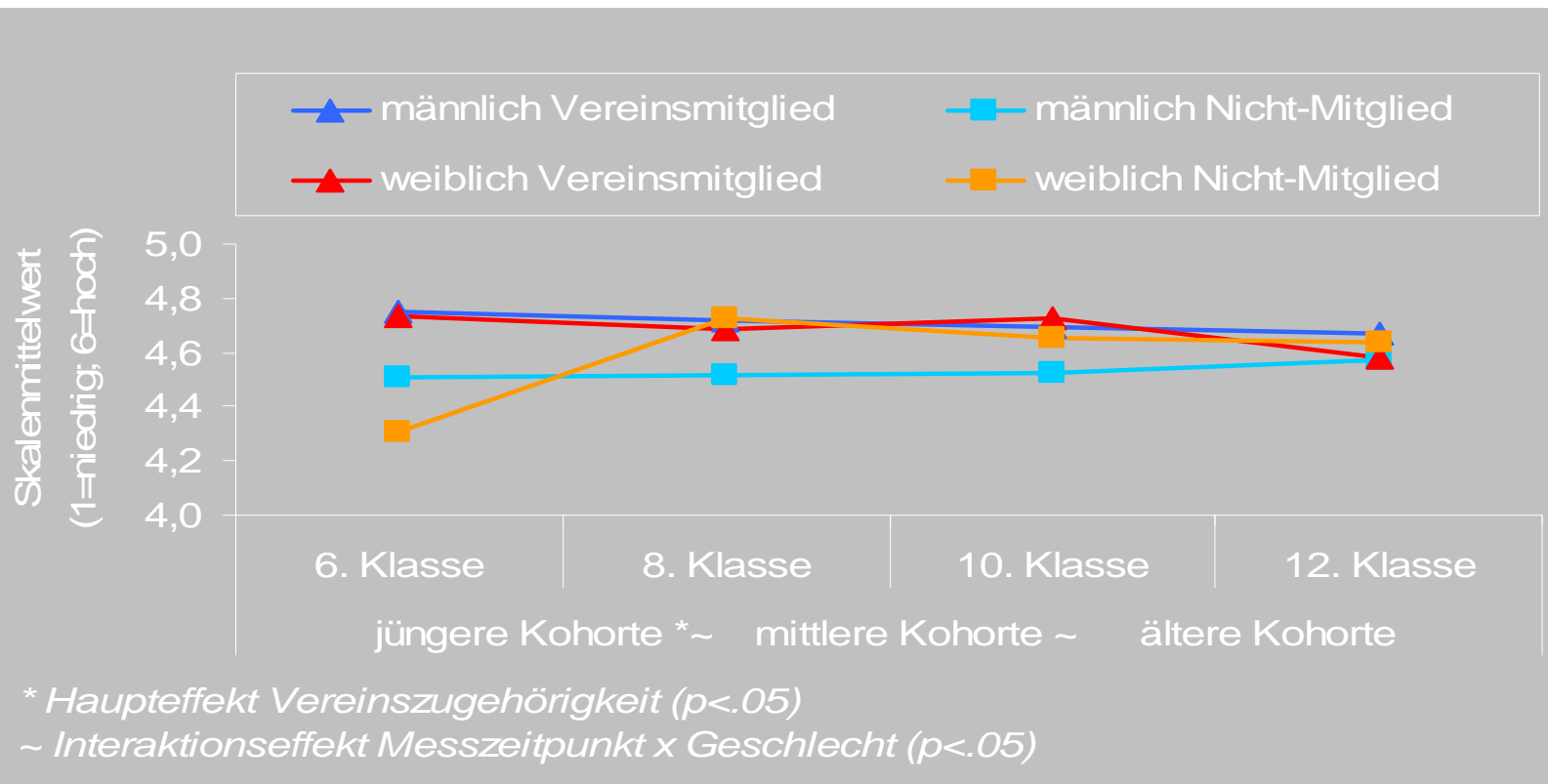


Beziehungen zu den Gleichaltrigen des anderen Geschlechts





Beziehungen zu Gleichaltrigen des gleichen Geschlechts





Keine Belege für den Einfluss von Sport auf die Entwicklung sozialer Beziehungen



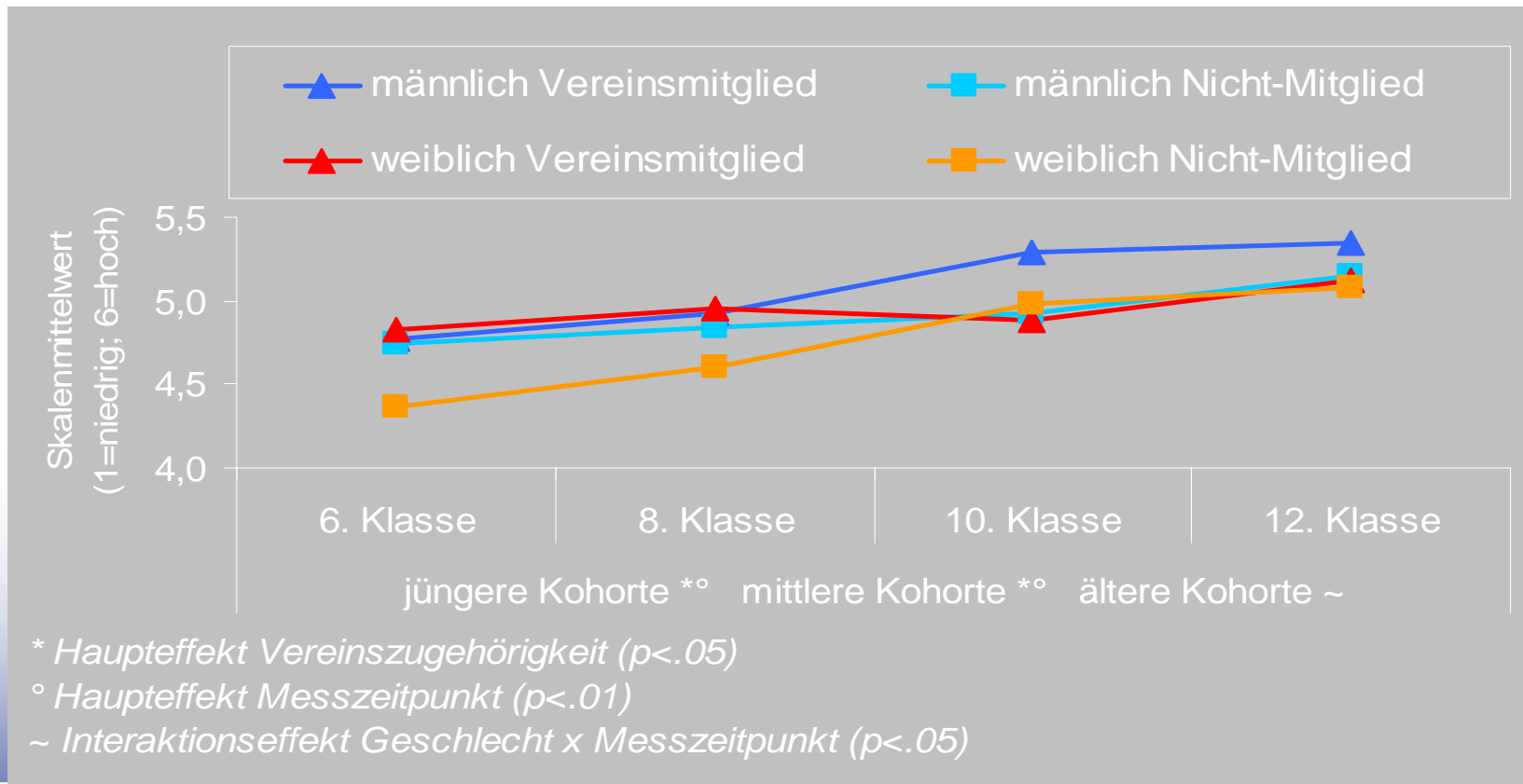
Emotionale Stabilität und psychosomatische Beschwerden

- Alter und Geschlecht sind bedeutsame Einflussvariablen
- Der Vereinsstatus unterscheidet die Jugendlichen nicht





Selbstwertgefühl



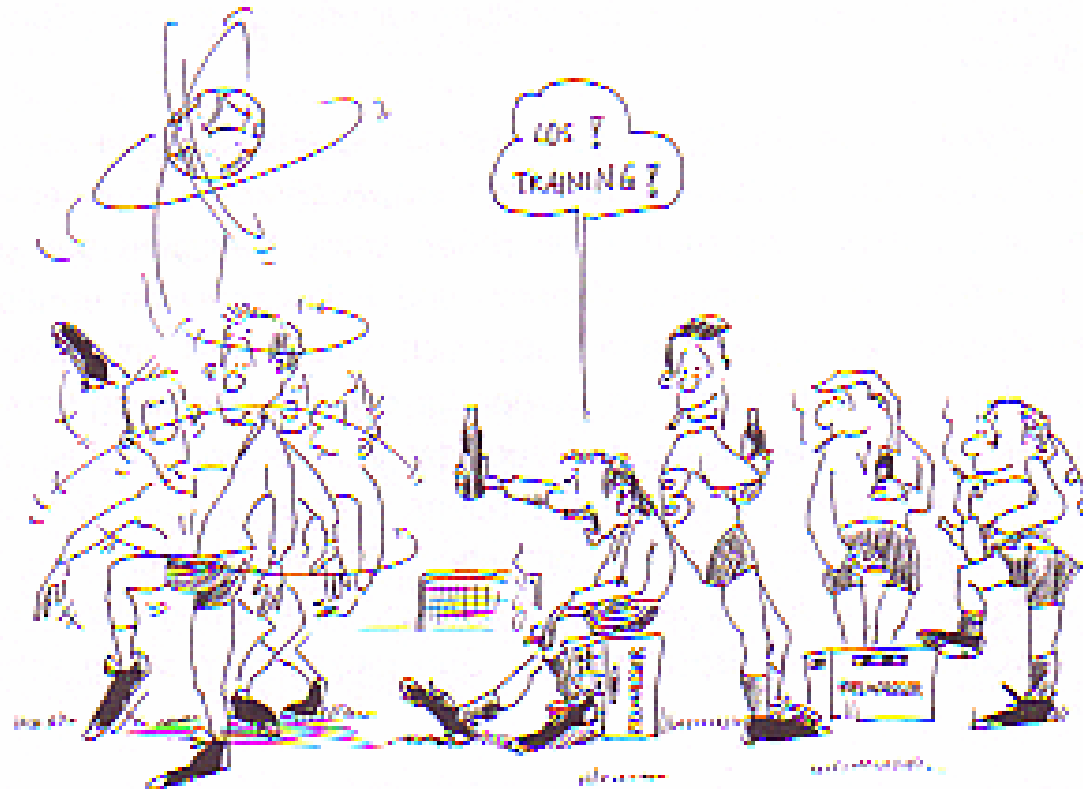


- Positive, aber nicht signifikante Zusammenhänge zwischen Sportaktivität und Selbstwertgefühl
- Mädchen „profitieren“ früher, Jungen später und länger



Legale Drogen

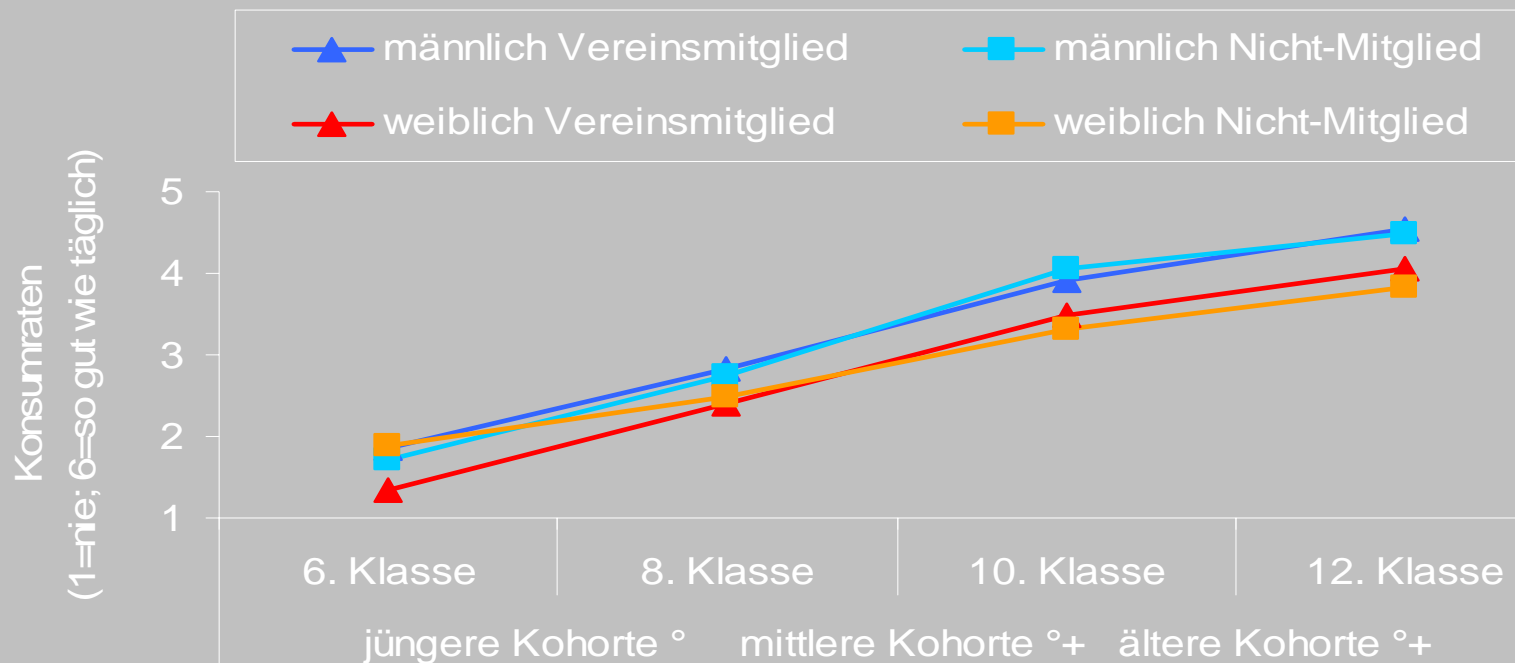




Training im Verein?



Bierkonsum



Alkoholkonsum

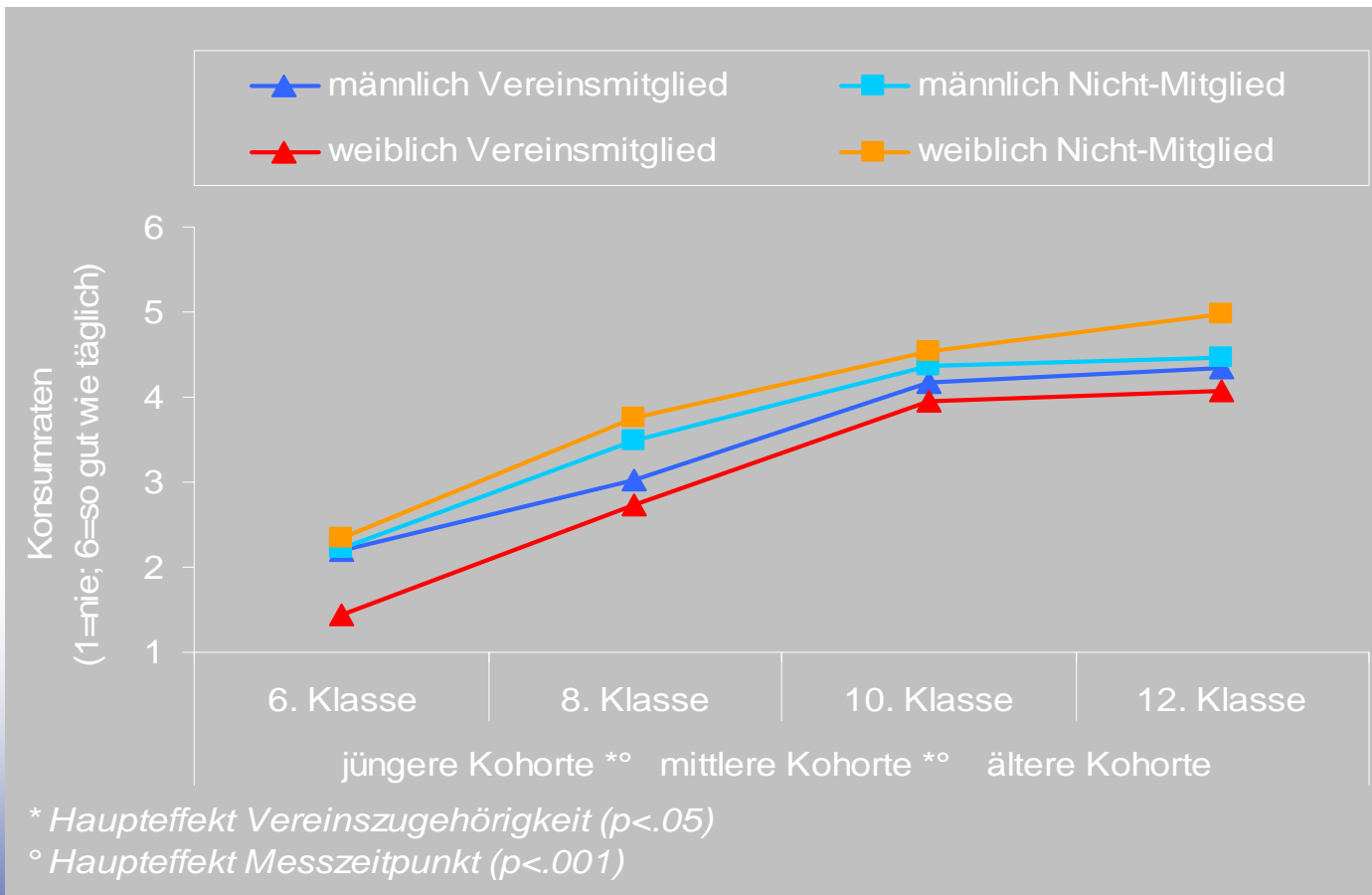
Beim Alkohol keine Unterschiede
zwischen Vereinsjugendlichen und
Nicht-Mitgliedern

In manchen Sportarten -
vor allem im Fußball -
sind Vereinsjugendliche
Spitzenreiter





Nikotinkonsum





Jugendliche meinen:

Rauchen gefährdet die
sportliche Leistungsfähigkeit

Illegale Drogen



Wie alle anderen auch!



Sport und Gewalt





Formen der Gewalt

1 Die physische Gewalt

- nimmt mit zunehmendem Alter ab
- ist bei Jungen stärker ausgeprägt als bei Mädchen

2 Die psychische Gewalt

- nimmt im Altersverlauf zu
- ist bei Jungen stärker ausgeprägt als bei Mädchen

Die Prävalenzraten sind insgesamt recht niedrig

Delinquentes Verhalten

- Bei Straftaten und Gewalt: Vereinsjugendliche kaum vertreten
- Bei leichten Vergehen und aggressivem Verhalten: Vereinsjugendliche nicht anders als Andere





Warum der Sport für Heranwachsende so wichtig ist und Chance für die Entwicklungsförderung bietet!

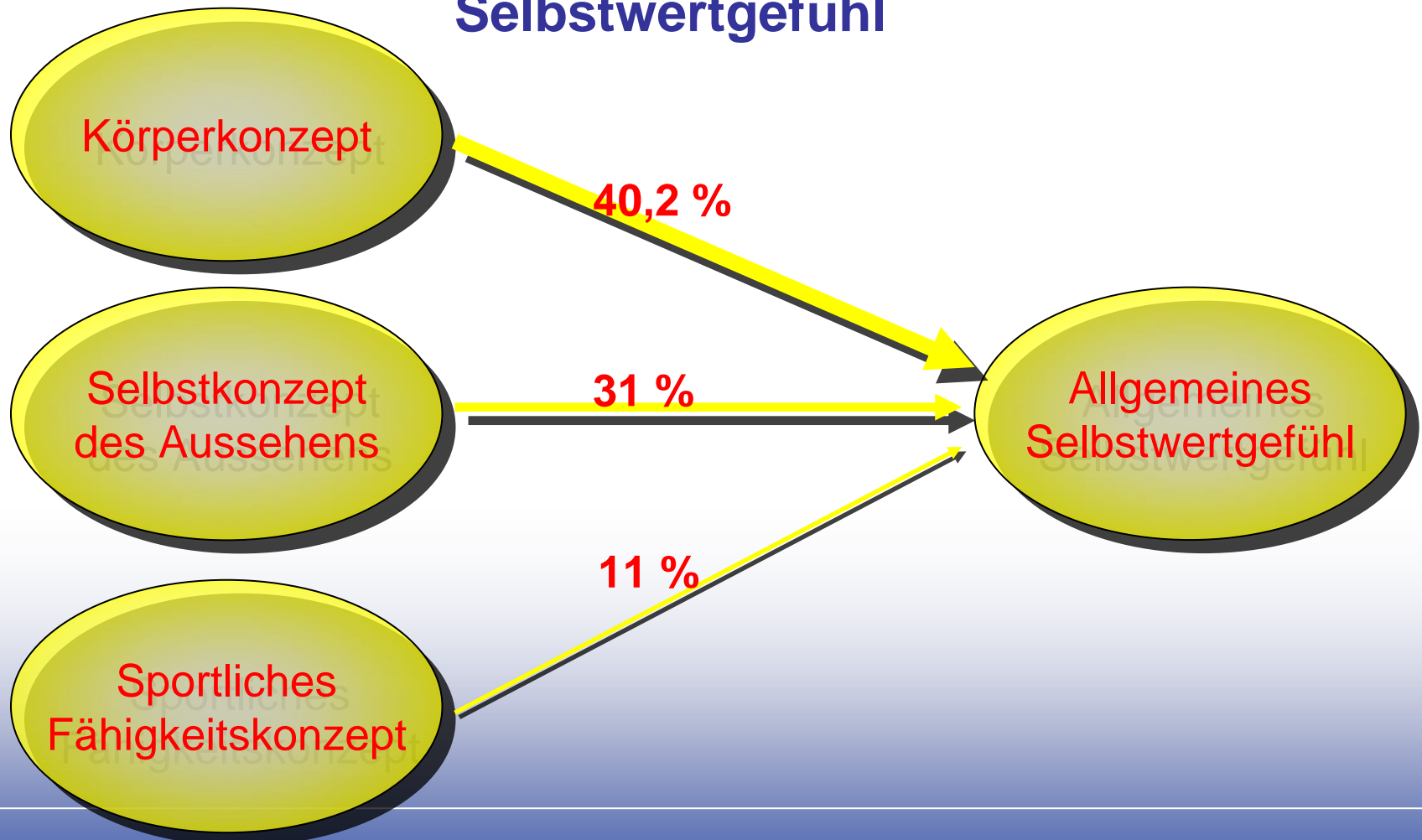


Für Heranwachsende spielt der eigene Körper eine wichtige Rolle

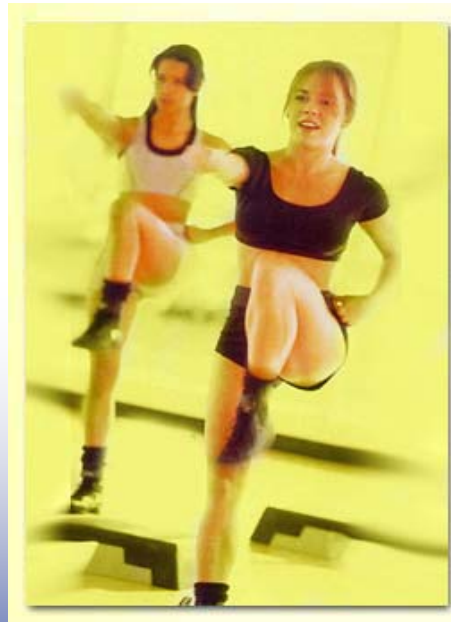
- Positive Wahrnehmung
 - Selbstsicherheit, soziale Einbindung, „Star“
- Negative Wahrnehmung
 - Unsicherheit, soziale Isolation, Stigmatisierung



Einfluss des Körperkonzepts auf das allgemeine Selbstwertgefühl



Sport kann durchaus positive Effekte auf verschiedene Facetten der Persönlichkeitsentwicklung junger Menschen haben, aber das geschieht nicht automatisch!





Gerade wegen der zunehmenden Wichtigkeit von Sport auf die Entwicklung von Heranwachsenden in beide Richtungen ist hohe Sensibilität und Verantwortungsbewusstsein der Übungsleiter(innen), Trainer(innen) und Vereinsverantwortlichen erforderlich!



Wer sich bewegt lebt



Vielen Dank für ihre Aufmerksamkeit

