

Niederösterreichischer Kinder- und Jugendsport- bericht 2019

Befragung der niederösterreichischen
Schülerinnen und Schüler zum Thema
Bewegung und Sport





Niederösterreichischer Kinder- und Jugendsportbericht 2019

Amt der NÖ Landesregierung – Abteilung Sport

Projektbegleitung und -durchführung

Dr. Reinhard Raml – Institut für empirische Sozialforschung (IFES)
Petra Dirnberger, BA – Institut für empirische Sozialforschung (IFES)
Dr.ⁱⁿ Evelyn Dawid – Institut für empirische Sozialforschung (IFES)
Julia Birke, MA – Institut für empirische Sozialforschung (IFES)
Mag.^a Claudia Pflügl – Institut für empirische Sozialforschung (IFES)

Projektkoordination

Sebastian Pöggsteiner, Bakk. BSc (WU) – Amt der NÖ Landesregierung – Abteilung Sport

Projektteam

Dr. Christian Hummer – Amt der NÖ Landesregierung – Landesstatistik
MMag. Markus Schauburger – Amt der NÖ Landesregierung – Abteilung Sport
Christian Resch, MA – Niederösterreich-Werbung GmbH
Guido Wallner – ASKÖ Niederösterreich
Conrad Miller, MSc – ASVÖ Niederösterreich
Mag. Andreas Simon – SPORTUNION Niederösterreich
Roman Grießler – Bildungsdirektion Niederösterreich

Wien und St. Pölten, März 2020

In Kooperation mit

ASKÖ Niederösterreich
ASVÖ Niederösterreich
SPORTUNION Niederösterreich
Bildungsdirektion Niederösterreich



Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung.....	4
2	Hauptergebnisse in Kurzform	5
2.1	Eckdaten.....	5
2.2	Zentrale Ergebnisse.....	5
3	Methodik und Qualitätsstandards.....	7
3.1	Ablauf der Erhebung	7
3.2	Stichprobenziehung.....	7
3.3	Struktur der Stichprobe.....	8
4	Bewegungsverhalten	9
4.1	Bewegungsverhalten im internationalen Vergleich	9
4.2	Bewegungsverhalten der niederösterreichischen Schüler*innen	9
5	Sportverhalten	12
5.1	Sport in der Freizeit.....	12
5.2	Sport in der Schule	16
6	Sportmotivation und Sportwünsche	18
6.1	Motive für Sport in der Freizeit	18
6.2	Hindernisse für Sport in der Freizeit.....	20
6.3	Sportwünsche	21
7	Soziales Umfeld.....	23
7.1	Sportliche Aktivität: Selbstwahrnehmung, Familie und Freundeskreis	23
7.2	Sportkonsum und Themenpräsenz im Alltag.....	24
7.3	Ermutigung und Förderung durch Familie und Schule	27
8	Sport im Verein	29
8.1	Mitgliedschaft im Sportverein.....	29
8.2	Sportliche Aktivität und Sportarten im Verein	31
8.3	Pro und Kontra Mitgliedschaft im Sportverein.....	32
9	Freizeitverhalten und Gesundheit	35
9.1	Freizeitbeschäftigungen.....	35
9.2	Bildschirmzeit.....	36
9.3	Gesundheit: Körpergewicht, Rauchen und Alkoholkonsum.....	38
10	Sportkapital.....	39
10.1	Eine Messzahl für viele Einflussfaktoren.....	39
10.2	Sportkapital der Schüler*innen	39
10.3	Wie sich die Höhe des Sportkapital auswirkt.....	43
	Abbildungsverzeichnis.....	45

1 Einleitung

Dem Land Niederösterreich ist es ein großes Anliegen, Sport und Bewegung im Bewusstsein der jungen Niederösterreicher*innen zu verankern. Positive Bewegungserfahrungen und regelmäßige sportliche Aktivität im Kindes- und Jugendalter beeinflussen die langfristige Einstellung zu Bewegung und Sport maßgeblich und tragen dadurch wesentlich zu einem aktiven Lebensstil bei.

Neben den hinreichend bewiesenen physischen gesundheitlichen Wirkungen regelmäßiger Bewegung, wie der Verbesserung der Herz-Kreislauf-Funktion oder der Risikoprävention chronischer Krankheiten ist auch die positive Auswirkung auf die psychosoziale Gesundheit unverkennbar. Sport und Bewegung gelten als unverzichtbarer Bestandteil eines gesunden Lebens. Junge Sporttreibende bilden zudem das Fundament des zukünftigen Breiten- und Spitzensports, weshalb der Kinder- und Jugendsport in den Fokus der sportstrategischen Ausrichtung des Landes Niederösterreich rückte.

Doch wie sieht das Sportverhalten der niederösterreichischen Kinder und Jugendlichen aus und welche geschlechtsspezifischen Unterschiede lassen sich erkennen? Inwiefern spielen regionale Aspekte eine Rolle und welche Motivatoren und Hindernisse beeinflussen die sportliche Aktivität? Welche Bedeutung kommt dem familiären Umfeld, der Schule und den Sportvereinen hinsichtlich des Sport- und Bewegungsausmaßes der Kinder und Jugendlichen zu? Zur Beantwortung dieser und weiterer Fragen wurde im Jahr 2017 erstmals eine umfassende Befragung der niederösterreichischen Schüler*innen der 5. – 12. Schulstufe vorgenommen.

Um einerseits einen Anhaltspunkt für die Wirksamkeit bisher gesetzter Maßnahmen und Projekte und andererseits eine wichtige Grundlage für zukünftige sportpolitische Entscheidungen zu haben, empfiehlt sich ein regelmäßiges Monitoring des Kinder- und Jugendsportverhaltens umzusetzen. In Kooperation mit der Bildungsdirektion Niederösterreich und den niederösterreichischen Sportdachverbänden wurde daher im Jahr 2019 abermals eine repräsentative Studie zum Thema Bewegung und Sport durchgeführt.

Der vorliegende niederösterreichische Kinder- und Jugendsportbericht 2019 zeichnet ein aktuelles Bild über das Bewegungs- und Sportverhalten niederösterreichischer Schüler*innen und gibt Aufschluss über deren Einstellungen, Motive und Wünschen. Zudem werden relevante Vergleiche zu den Ergebnissen des Jahres 2017 sowie zu nationalen bzw. internationalen Entwicklungen dargestellt und darüber hinaus neue Themen wie der Umgang mit digitalen Freizeitbeschäftigungen aufgegriffen.

2 Hauptergebnisse in Kurzform

Die Befragung der Schüler*innen für den Niederösterreichischen Kinder- und Jugendsportbericht 2019 wurden in den Monaten von November 2019 bis Jänner 2020 durchgeführt. Auf Wunsch der teilnehmenden Schulen wurde der Befragungszeitraum gegenüber 2017 (April/Mai) geändert und in der aktuellen Erhebung in den Spätherbst verschoben, da sich in dieser Zeit die Interviewtätigkeit an den Schulen besser organisieren lässt und insbesondere die älteren Jahrgänge noch nicht mit den Vorbereitungen auf die Matura bzw. durch das bevorstehende Schulende blockiert sind.

2.1 Eckdaten

Population:	Niederösterreichische Schüler*innen der 5.-12. Schulstufe
Erhebungsinstrument:	Schriftliche Befragung mit Selbstausfüller-Fragebogen durchgeführt im Klassenverband
Stichprobe:	Zweistufig geschichtetes Klumpenverfahren; zuerst Zufallsauswahl der Schulen, geschichtet nach Schultyp und Region, danach Zufallsauswahl der Klassen innerhalb der Schulen, geschichtet nach Schulstufen
Stichprobengröße:	2.061 Schüler*innen insgesamt, davon 1.095 Burschen, 966 Mädchen aus 46 Schulen (104 Klassen)

2.2 Zentrale Ergebnisse

- **34% der Kinder und Jugendlichen, die in Niederösterreich zur Schule gehen, bewegen sich 7 Stunden pro Woche so intensiv, dass sie außer Atem oder ins Schwitzen geraten.** Damit erfüllen sie die Bewegungsempfehlung der UNO-Weltgesundheitsorganisation (WHO). Im Durchschnitt bewegen sich die Schüler*innen 6,3 Stunden pro Woche (arithmetisches Mittel; bereinigt um Ausreißer: 5,9 Stunden), es fehlt ihnen also eine knappe Stunde auf das WHO-Ziel. 46% des durchschnittlichen Bewegungsausmaßes entfallen auf den verpflichtenden Schulsport (2,7 Stunden/Woche).

Bei der Erhebung 2017 lagen die Werte etwas höher: 36% erreichten die 7-Stunden-Marke, der Mittelwert lag bei 6,7 Stunden wöchentlich (bereinigt um Ausreißer bei 6,1 Stunden). Die Unterschiede sind statistisch nicht signifikant und gehen wohl auf die unterschiedlichen Erhebungszeitpunkte zurück. 2017 erfolgte die Befragung im Frühsommer, für die aktuelle Studie im Spätherbst. In der kalten Jahreszeit geht das Aktivitätsniveau zurück, insbesondere bei jenen Kindern und Jugendlichen, die sich generell eher unterdurchschnittlich stark sportlich/körperlich betätigen. Die Ergebnisse beider Befragungen stimmen grundsätzlich in hohem Maß überein.

Dass Burschen körperlich wesentlich aktiver sind als Mädchen, ist eines der zentralen Ergebnisse der Studie. Ein anderes zentrales Ergebnis ist, dass die Bewegungsfreudigkeit mit zunehmendem Alter stark sinkt. 44% der Burschen, aber nur 26% der Mädchen erfüllen die WHO-Bewegungsvorgabe. Im Durchschnitt sind die Burschen punktgenau 7 Stunden pro Woche aktiv, die Mädchen nur 5,4 Stunden. Das gute Ergebnis der Burschen geht auf die Jüngsten unter ihnen zurück, die das WHO-Ziel sogar überschreiten – am deutlichsten die 12- bis 13-Jährigen (8,1 Std./Woche). In dieser Altersgruppe kommen auch die Mädchen den empfohlenen 7 aktiven Stunden so nah wie sonst nie (6,6 Std./Woche).

Die Burschen verteilen ihre aktiven Stunden auf 4,5 Wochentage, die Mädchen auf 3,8. An allen 7 Tagen der Woche sind 12% der Burschen, aber nur 3% der Mädchen aktiv.

- **83% der Kinder und Jugendlichen betreiben zumindest einmal pro Woche Sport.** Ein Viertel der Burschen, aber nur 13% der Mädchen sind an mindestens 5 Tagen pro Woche sportlich aktiv.

Mit steigendem Alter sinkt die Frequenz, mit der die Schüler*innen Sport ausüben: Von den 10- bis 11-Jährigen sind 29% an mindestens 5 Tagen pro Woche sportlich aktiv, von den 12- bis 13-Jährigen 23%. Mit der Pubertät und den steigenden Anforderungen in der Schule kommt der Rückgang: Die 14- bis 15-Jährigen sporteln nur noch zu 16% fünfmal wöchentlich, die Gruppe 16^{plus} zu 14%.

Die bei den niederösterreichischen Schülern*innen beliebtesten Sportarten sind Schwimmen (84%), Radfahren (83%), Jogging & Laufen (77%), Skifahren (68%), Wandern (68%), Turnen & Gymnastik (62%), Fußball (56%) sowie Fitnesstraining & Aerobics (54%). Mädchen bevorzugen andere Sportarten als Burschen: Turnen & Gymnastik (48%, B: 33%), Schwimmen (41%, B: 35%), Tanzen, Ballett & Jazztanz (28%, B: 3%) sowie Reiten (16%, B: 2%). Typische Burschen-Sportarten sind Fußball (47%, M: 9%), Radfahren (48%, M: 37%) sowie Fitnesstraining & Aerobics (37%, M: 29%). Gleichermäßen sehr attraktiv für Mädchen und Burschen sind Jogging & Laufen (M: 41%, B: 45%).

- **48% der niederösterreichischen Schüler*rinnen betreiben Sport im Rahmen eines Vereins.** Die Anzahl der Mitglieder in Sportvereinen ist seit 2017 signifikant angestiegen (42%), was auf die erhöhte Aktivität der Burschen zurückzuführen ist. Aktuell trainiert mehr als die Hälfte der Burschen in einem Verein (51%), 2017 waren es 40%. Der Wert für die Mädchen hingegen ist in den letzten beiden Jahren konstant geblieben (2017: 44%, 2019: 45%).

Die meisten Mitgliedschaften finden sich bei den 12- bis 13-Jährigen (57%), die wenigsten bei den ältesten Befragten (39%). In der Bildungsregion Zwettl spielt das Trainieren im Sportverein eine vergleichsweise geringere Rolle (39%) als in den anderen Bildungsregionen (zum. 45%).

Fußball führt die Liste der in Vereinen ausgeübten Sportarten an. 16% der niederösterreichischen Schüler*innen spielen Fußball im Verein. An zweiter Stelle folgt Tennis (7%), dann ex aequo Tanzen, Ballett & Jazztanz sowie Turnen & Gymnastik (je 6%).

- **Für die Hälfte der Befragten sind ihre anderen Freizeitbeschäftigungen mit Sport und Bewegung schwer vereinbar (49%),** für die Burschen noch mehr als für die Mädchen (B: 54%, M: 44%). Die beliebtesten Freizeitbeschäftigungen sind Musik/Radio streamen oder hören (58%), Videos auf Onlineplattformen ansehen (52%), chatten & posten via Soziale Medien (51%), Freunde*innen treffen (52%) und schließlich auch Sport betreiben (49%).

Die Schüler*innen verbringen im Durchschnitt 3,7 Stunden täglich vor einem Bildschirm, um in bzw. für die Schule zu arbeiten oder um einer Freizeitbeschäftigung nachzugehen. Je mehr Zeit sie vor dem Monitor verbringen, desto weniger Zeit bleibt ihnen für Bewegung und Sport. Kinder und Jugendliche, die bis zu 2 Stunden täglich einen Bildschirm nutzen, bewegen sich im Durchschnitt 6,9 Stunden pro Woche. Wer 3 Stunden vor dem Bildschirm verbringt, dem bzw. der bleiben nur 6,2 aktive Stunden wöchentlich. Bei mehr als 5 Stunden Bildschirmzeit, reduziert sich die aktive Zeit noch einmal auf 5,8 Stunden pro Woche.

3 Methodik und Qualitätsstandards

3.1 Ablauf der Erhebung

Die Befragung erfolgte von November 2019 bis Jänner 2020, sie erfasst Mädchen und Burschen im Alter von 10 bis (ca.) 18 Jahren, die in Niederösterreich zur Schule gingen (5. bis 12. Schulstufe), wobei auch die Landesberufsschulen berücksichtigt wurden, um Lehrlinge in die Erhebung einschließen zu können. Nicht abgebildet werden also Jugendliche, die nach der Schulpflicht keine weitere Schule besuchen, weil sie zum Beispiel ins Berufsleben einsteigen.

Nach der Genehmigung durch die Bildungsdirektion Niederösterreich wurden die Direktor*innen der vorab ausgewählten Schulen über die Studie im Detail informiert und die notwendigen Unterlagen versandt: Informationsblätter für die Eltern der Schüler*innen, Einverständniserklärungen sowie eine Check-Liste für den Ablauf in den Schulen. Hindernisse in der Koordination und bezüglich der Teilnahmembereitschaft der Schulen ergaben sich in der aktuellen Erhebung nur sehr vereinzelt. Insbesondere gab es dieses Mal keinerlei Probleme wegen Maturavorbereitungen oder parallel laufenden Testphasen von PISA oder Noesis.

Die Erhebung erfolgte während des Unterrichts mittels Fragebogen, den die Schüler*innen selbst ausfüllten. Neben den Lehrer*innen stand den jungen Befragten stets auch ein*e IFES-Mitarbeiter*in unterstützend zur Seite, der*die den Fragebogen allgemein erklärte, die ersten vier Fragen mit den Kindern und Jugendlichen durchging und die ganze Zeit anwesend blieb, um Nachfragen zu beantworten, aber auch um darauf zu achten, dass der Fragebogen selbstständig ausgefüllt und nicht von den Sitznachbarn*innen abgeschrieben wird. Der Fragebogen fand auf einem A3 gefalzten Bogen (vier A4-Seiten) Platz. Er wurde in zwei Versionen ausgegeben: einer sprachlich etwas einfacher gestalteten und kürzeren (17 thematische Frageblöcke) für die 5. bis 7. Schulstufe und einer sprachlich komplexeren und längeren für die 8. bis 12. Schulstufe (dort kamen die Fragen 18 und 19 dazu, die Alkoholkonsum und Rauchen erfassen). Es dauerte ca. 20 Minuten, den Fragebogen auszufüllen.

An der Befragung nahmen 104 Klassen aus 46 Schulen teil. 2.061 Schüler*innen füllten den Fragebogen aus. Die Teilnahmequote – bezogen auf die Gesamtzahl der Schüler*innen in diesen 104 Klassen – beträgt 94%. Der überwiegende Teil der Nicht-Teilnehmer*innen hatte keine Einverständniserklärung der Eltern erhalten bzw. diese nicht rechtzeitig bis zur Befragung unterschrieben mitgebracht. Nur in Einzelfällen waren es die Schüler*innen selbst, die eine Teilnahme an der Befragung verweigerten.

3.2 Stichprobenziehung

Aus einer Grundgesamtheit von 530 Schulen mit ca. 120.000 Schülern*innen in Niederösterreich wurde eine repräsentative Stichprobe für die Befragung an den Schulen mittels zweistufig geschichtetem Klumpenverfahren gezogen. Hierzu wurde im ersten Schritt eine Zufallsauswahl der Schulen, geschichtet nach Region und Schultyp, getroffen; in einem zweiten Schritt erfolgte innerhalb der Schulen eine Zufallsauswahl der Klassen, geschichtet nach Schulstufen. Ein weiteres Kriterium war der Sportfokus der Schulen. Die Stichprobe wurde disproportional gezogen, damit auch repräsentative Aussagen über kleinere Regionen oder Schultypen (wie Polytechnische Lehrgänge) getroffen werden können.

Nach der Erhebung wurde die Struktur der Stichprobe gewichtet, um die Disproportionalität wieder aufzuheben. Als Kriterien wurden dabei Region, Schultyp, Schulstufe und Geschlecht der Schüler*innen herangezogen.

Datengrundlage für die Stichprobenziehung und die anschließende Gewichtung war dabei einerseits die vom Auftraggeber zur Verfügung gestellten Daten zu den Schulen in Niederösterreich und ergänzend die Schulstatistik der Statistik Austria (2018).

3.3 Struktur der Stichprobe

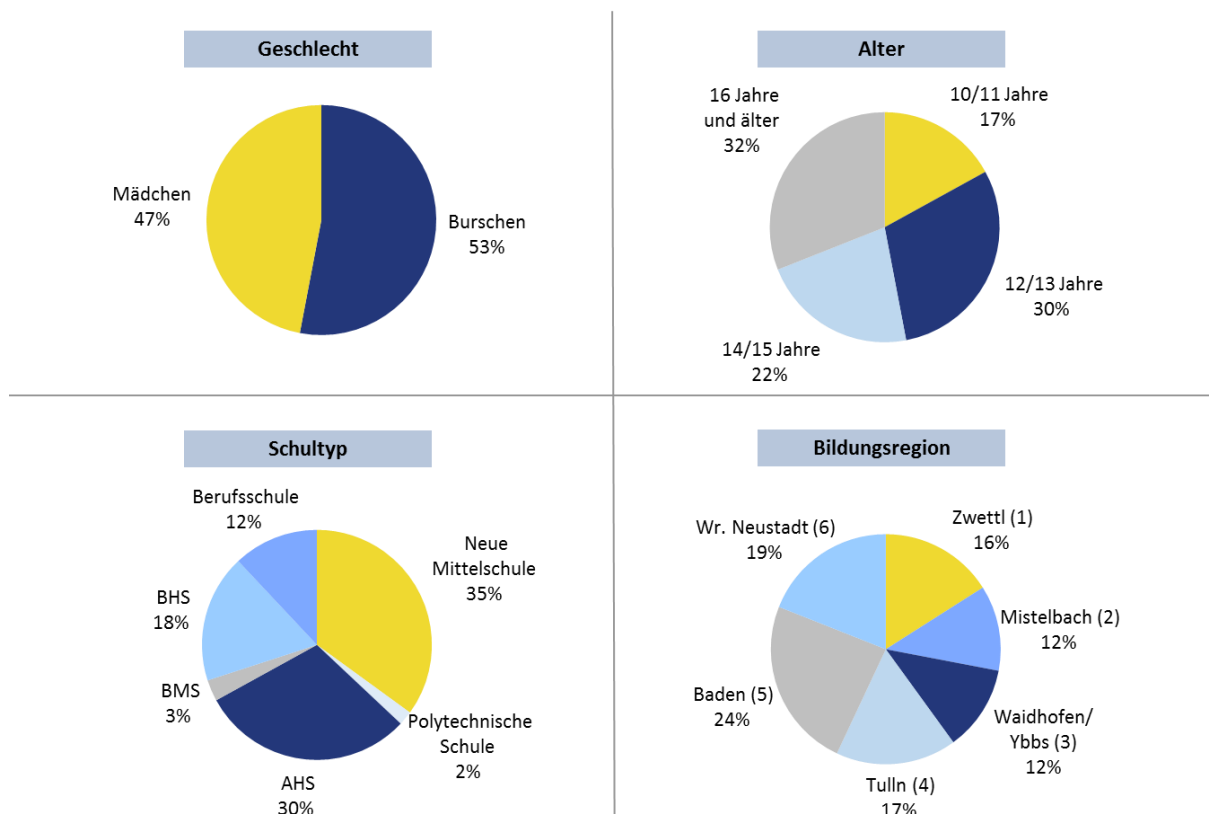
An der Studie nahmen **2.061 Schüler*innen** teil, 1.095 Burschen (53%) und 966 Mädchen (47%).

Um Entwicklungen im Altersverlauf im Detail festmachen zu können, wurden vier **Altersgruppen** gebildet: 10- bis 11 Jahre, 12- bis 13 Jahre, 14- bis 15 Jahre und 16^{plus}. Die ältesten Schüler*innen bilden die zahlenmäßig größte Gruppe (32%), da hier – anders als bei den anderen Altersgruppen – mehr als zwei Geburtsjahrgänge erfasst werden: die 16- bis 18-Jährigen und noch einige ältere Burschen und Mädchen dazu, die länger im Schulsystem verblieben sind. Dass die Jüngsten die kleinste Gruppe bilden (17%), liegt daran, dass Kinder mit Geburtstagen von September bis Dezember häufig erst mit sieben Jahren in die Schule kommen und daher mit zehn Jahren noch nicht in der 5. Schulstufe sind; hier wird also ein Geburtsjahrgang nicht vollständig von der Erhebung abgedeckt.

Die Befragten, die eine **Neue Mittelschule** (35%) oder eine **AHS** (30%) besuchen, machen zusammen nahezu zwei Drittel der Stichprobe aus, Schüler*innen einer **BHS** 18%, Lehrlinge 12%.

Die Einteilung in sechs **Bildungsregionen** zielt darauf ab, regionale Unterschiede innerhalb des Bundeslandes Niederösterreich herauszuarbeiten. Die Verteilung ist weitgehend ausgewogen mit einem leichten Schwerpunkt auf die Region Baden, wo fast ein Viertel der Befragten zur Schule geht (24%), und zwei kleineren Regionen, Mistelbach und Waidhofen/Ybbs (je 12%). Die Anteile von Wr. Neustadt (19%), Tulln (17%) und Zwettl (16%) liegen nah beisammen. In Bezug auf die Bildungsregionen ist ein direkter Vergleich mit den Ergebnissen von 2017 nur eingeschränkt möglich, da diese bei der aktuellen Befragung anders abgegrenzt wurden.

Abbildung 1: Struktur der Stichprobe



4 Bewegungsverhalten

4.1 Bewegungsverhalten im internationalen Vergleich

Die **Weltgesundheitsorganisation** (WHO) hat es sich zum Ziel gesetzt, das Ausmaß, in dem sich Kinder und Jugendliche bewegen, zu steigern. Es geht dabei nicht nur um Sport im engen Wortsinn, sondern um physische Aktivität jeder Art. Einzige Bedingung: Es soll so sehr anstrengen, dass man außer Atem oder ins Schwitzen gerät. Die UNO-Organisation hat dabei mittel- und langfristige Gesundheitsziele im Auge:

„The health benefits of a physically active lifestyle during adolescence are well documented. They include improved cardiorespiratory and muscular fitness, bone and cardiometabolic health, and positive effects on weight status. Current evidence suggests that many of those health benefits carry forward into adulthood. Furthermore, there is a growing body of evidence suggesting a positive impact of physical activity on cognitive development and prosocial behaviour”.¹

Damit diese positiven Folgen eintreten, schlägt die WHO ein **Bewegungsausmaß von einer Stunde täglich** vor – und erhob, dass man auf der ganzen Welt ziemlich weit von der Erreichung dieses Ziels entfernt ist. Die groß angelegte Studie berücksichtigt Daten aus 146 Ländern und 1,6 Millionen Befragten, basiert allerdings (aufgrund des beträchtlichen Auswertungsbedarfs) auf Zahlen von 2016, ist also nicht so aktuell wie die in diesem Bericht vorgestellten Ergebnisse für Niederösterreich.

Weltweit erreichten demnach 2016 lediglich **19% der 11- bis 17-jährigen Schüler*innen das Bewegungsziel der WHO**, 22,4% der Burschen und 15,3% der Mädchen. Schülerinnen bewegen sich gerade einmal in vier untersuchten Ländern² mehr als Schüler, in 43 Ländern (29%) betrug die geschlechtsspezifische Differenz mehr als 10%, in den USA und in Irland sogar mehr als 15%.³ **Österreich** wird in der WHO-Studie den *high income western countries* zugerechnet und gehört damit zu jener Staaten-Gruppe, in der die insgesamt höchsten Werte erzielt werden (Ø gesamt: 21,8%; Ø Österreich: 22,2%). Es sind die Burschen, auf die die Spitzenposition der einkommensstarken westlichen Staaten zurückgeht: Sie erfüllten zu 27,9% das WHO-Bewegungsziel, in Österreich sogar zu 28,8%; von den Mädchen waren es nur 15,4% bzw. 15,5%.⁴

4.2 Bewegungsverhalten der niederösterreichischen Schüler*innen

Die aktuellen Zahlen für Niederösterreich sind positiver, die Studienergebnisse können jedoch nicht eins zu eins verglichen werden, da die Erhebungsmethoden, die Erhebungszeiträume sowie die Definition der jeweiligen Grundgesamtheit im Detail voneinander abweichen. Die internationalen Zahlen liefern einen Rahmen für die niederösterreichischen und sie bestätigen ein zentrales Ergebnis: die großen geschlechtsspezifischen Unterschiede. **34% aller Kinder und Jugendlichen, die in Niederösterreich zur Schule gehen, bewegen sich – wie von der WHO gefordert – 7 Stunden wöchentlich, 44% der Burschen, aber nur 26% der Mädchen.** Der leichte Rückgang seit dem *Niederösterreichischen Kinder- und Jugendsportbericht 2017* – damals lag der Gesamtdurchschnitt bei 36% – ist nicht signifikant und wohl in erster Linie darauf zurückzuführen, dass die Befragung diesmal im Winter

¹ R. Guthold, G. A. Stevens, L. M. Riley & F. C. Bull (2020). Global trends in insufficient physical activity among adolescents: a pooled analysis of 298 population-based surveys with 1.6 million participants. In: *Lancet Child Adolescent Health* 2020/4, S. 23-35 (Online Publikation: 21. Nov. 2019. [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(19\)30323-2](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(19)30323-2)), S. 23f.

² Tonga, Samoa, Afghanistan und Zambia

³ ebenda, S. 30f.

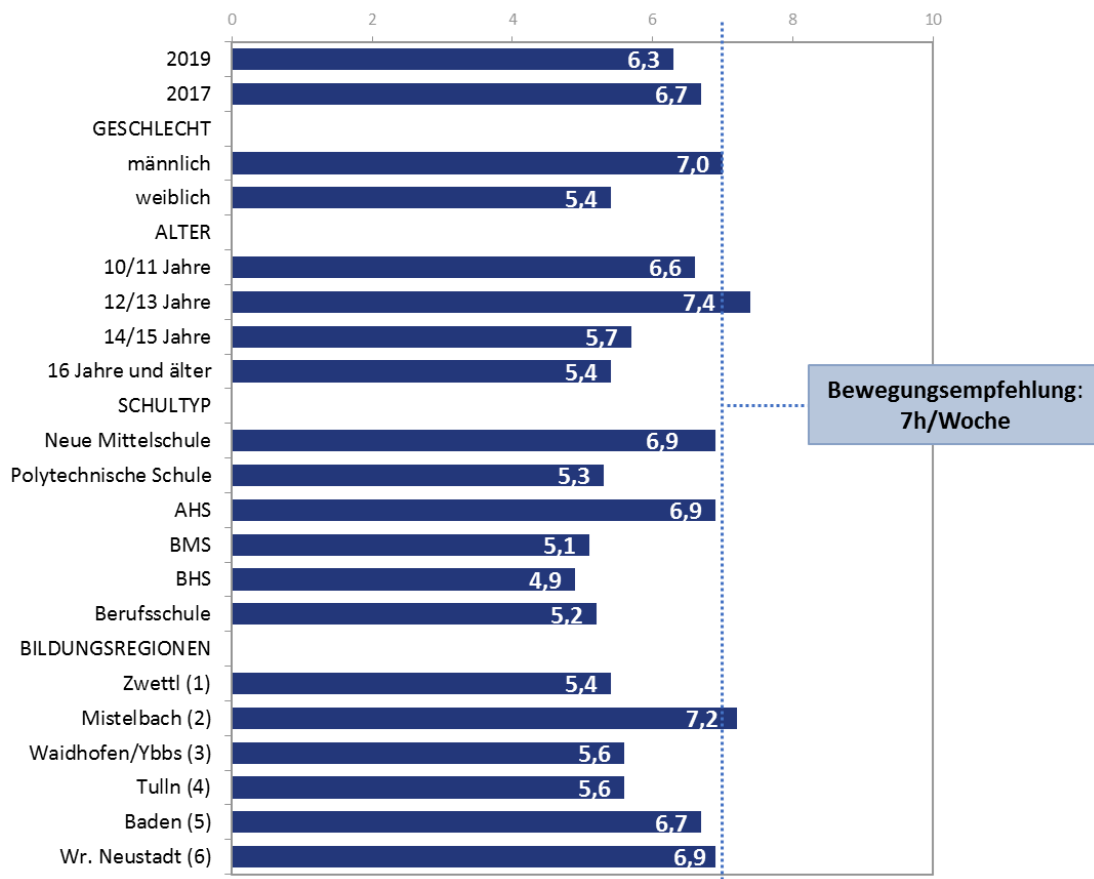
⁴ ebenda, S. 28.

stattfind, wo das Wetter weniger zum Bewegen im Freien einlädt als im Frühsommer, dem Untersuchungspunkt bei der Studie 2017.

Die niederösterreichischen Schülerinnen sind im Schnitt an 3,8 Tagen pro Woche mindestens 60 Minuten lang so aktiv, dass sie dabei außer Atem oder ins Schwitzen kommen, die Schüler an 4,5 Tagen (Ø gesamt: 4,2 Tage). Da es jedoch regelmäßig nicht bei einer Stunde Bewegung bleibt, **erreichen die Burschen das Bewegungsziel genau (7 Std./Wo.), die Mädchen hingegen sind weit davon entfernt (5,4 Std./Wo.)**.

Unterscheidet man nach **Altersgruppen**, zeigt sich, dass auch bei den Burschen nur die beiden jüngsten Alterskohorten das Bewegungsziel erreichen: die 10- bis 11-Jährigen (7,3 Std., M: 5,9 Std./Wo.) und die 12- bis 13-Jährigen, die den absoluten Spitzenwert von 8,1 Stunden erreichen. Auch die 12- bis 13-jährigen Mädchen kommen dem WHO-Richtwert so nahe wie sonst nie (6,6 Std./Wo.). Mit dem 14. Geburtstag nimmt die Aktivität ab (14/15 Jahre – B: 6 Std., M: 5,4 Std./Wo.), bei den ältesten Burschen liegt sie dann wieder höher, bei den Mädchen hingegen sinkt sie mit steigendem Alter noch weiter ab (16^{plus} – B: 6,4 Std., M: 4 Std./Wo.).

Abbildung 2: Körperliche Aktivität in Stunden

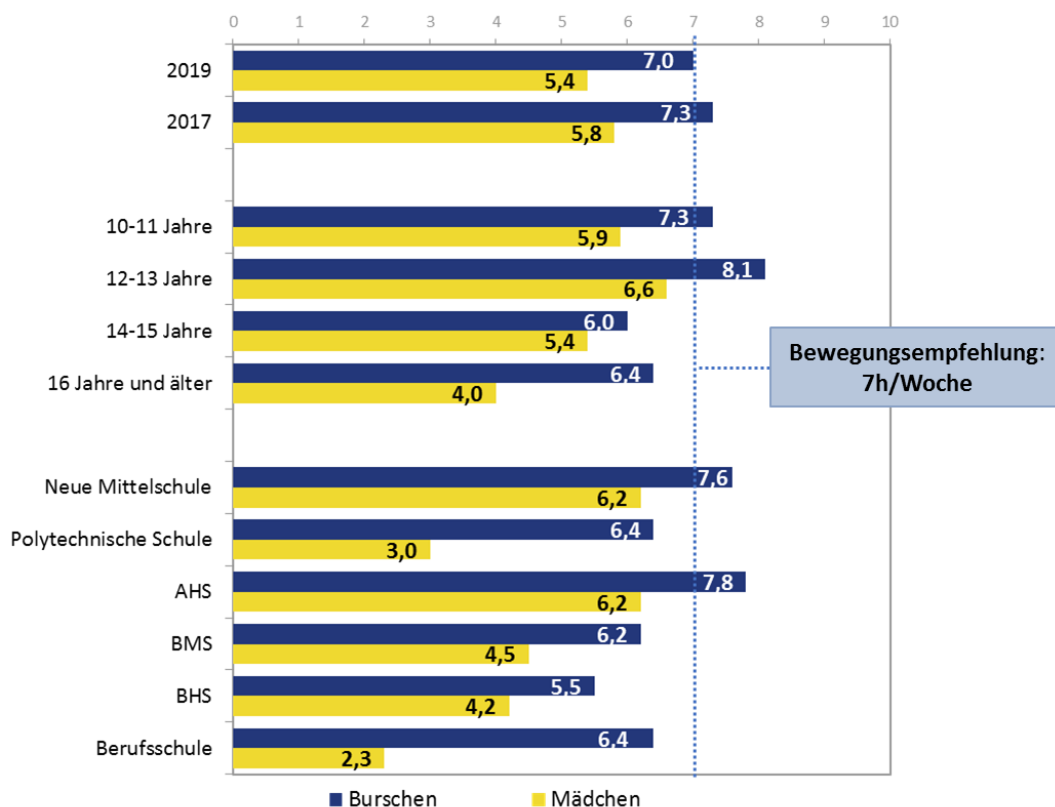


Die (männlichen) Schüler der **Neuen Mittelschule**, die mehrheitlich in die jüngeren Altersgruppen fallen, erreichen die WHO-Bewegungsempfehlung (7,6 Std.). Bemerkenswert ist, dass dies auch den Schülern der **AHS** gelingt (7,8 Std.), obwohl hier auch die Oberstufe erfasst ist. Die Werte der Schülerinnen liegen in beiden Schultypen zwar niedriger als jene der Burschen, aber deutlich über jenen der Mädchen in allen anderen Schultypen (jeweils 6,2 Std.). Die **Polytechnische Schule** und die **Berufsschule** sind insofern Ausreißerinnen als der geschlechtsspezifische Unterschied hier aufgrund des extrem niedrigen Werts der Mädchen (3 Std. bzw. 2,3 Std., B: jeweils 6,4 Std./Wo.) besonders groß ist.

In der **Bildungsregionen** Mistelbach überschreiten die Kinder und Jugendlichen das Bewegungsziel knapp (7,2 Std./Wo), in Wr. Neustadt erreichen sie es nahezu (6,9 Std.) und auch in Baden liegen sie nahe dran (6,7 Std.). Die drei restlichen Regionen Tulln (5,6 Std.), Waidhofen/Ybbs (5,6 Std.) und Zwettl (5,4 Std.) liegen deutlich schlechter.

In positivem Zusammenhang mit dem Bewegungsverhalten stehen außerdem ein höherer **Bildungsabschluss** der Eltern (zumindest ein Elternteil mit Matura: 6,7 Std.; keine Matura: 5,7 Std.), die **Mitgliedschaft in einem Sportverein** (7,8 Std.; kein Mitglied: 4,9 Std.) sowie eine **geringe Verweildauer vor einem Bildschirm**, z. B. Computer oder Mobiltelefon (Bildschirmzeit bis 1 Std./Tag: Bewegung 6,9 Std./Wo; Bildschirm mehr als 5 Std./Tag: Bewegung 5,8 Std./Wo).

Abbildung 3: Körperliche Aktivität in Stunden



5 Sportverhalten

5.1 Sport in der Freizeit

Frequenz

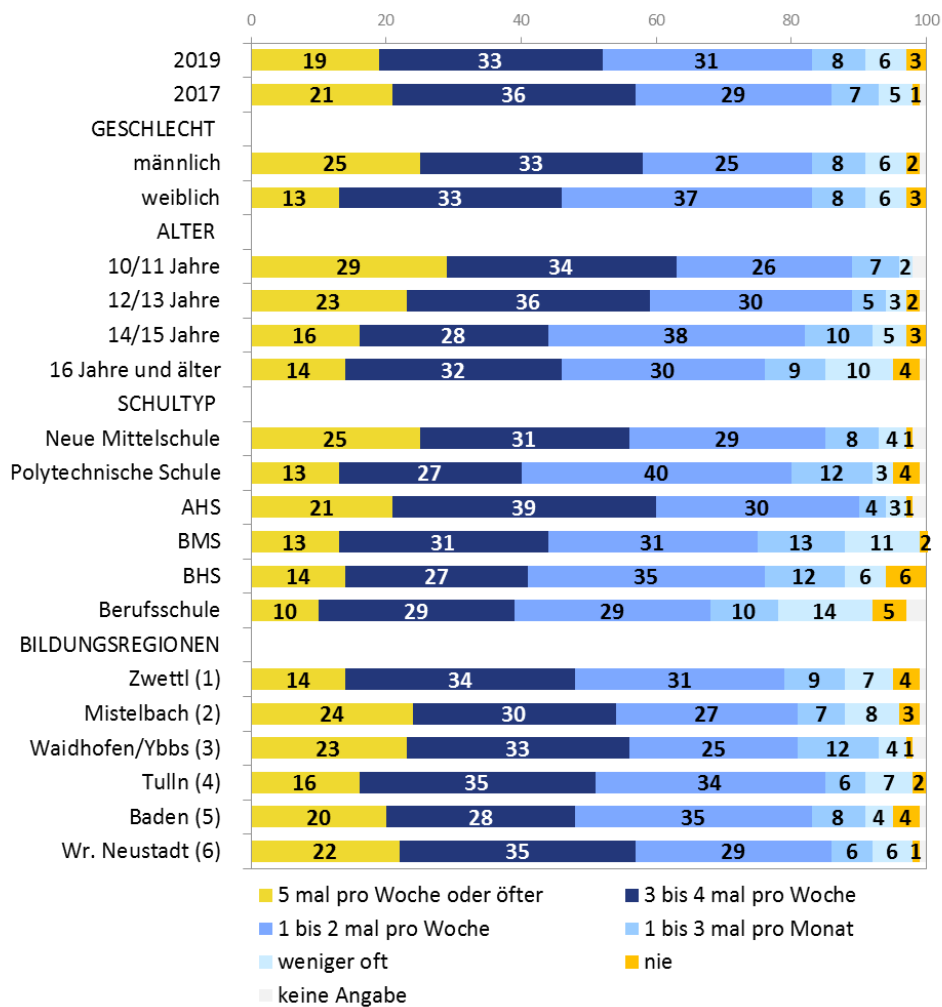
Knapp mehr als die Hälfte der Kinder und Jugendlichen, die in Niederösterreich zur Schule gehen, betreibt in der Freizeit **mindestens 3-mal pro Woche Sport** (52%). Hinzu kommt ein schwaches Drittel, das 1- bis 2-mal wöchentlich sportlich aktiv ist (31%). Das heißt, dass 8 von 10 Kindern und Jugendlichen regelmäßig und gezielt Bewegung machen (83%). Übrig bleiben 14%, die selten Sport ausüben, und 3%, die sich dem Sport gänzlich verweigern. Diesen insgesamt 17% Sportfernen steht – quasi auf der anderen Seite der Skala – eine etwa genauso große Gruppe außergewöhnlich Aktiver gegenüber: jene 19%, die öfter als 5-mal pro Woche Sport ausüben. Auf die Gruppe der aktivsten Kinder und Jugendlichen wirken Einflussfaktoren wie Geschlecht, Alter oder Sportlichkeit in der Familie besonders stark. Deshalb lohnt ein genauer Blick auf diese kleine und spezielle Gruppe, zum Beispiel um allgemeine Erkenntnisse über Wirkungszusammenhänge zu gewinnen.

Das gilt zum Beispiel im Zusammenhang mit den stark ausgeprägten **geschlechtsspezifischen Unterschieden**: Wie bei jeder anderen – nationalen und internationalen – Erhebung zu diesem Thema gilt auch für Niederösterreich, dass die Burschen wesentlich häufiger Sport betreiben als die Mädchen: Jeder 4. Schüler ist mindestens an 5 Tagen der Woche sportlich aktiv (25%), aber nur 13% der Mädchen. Das heißt aber nicht, dass die Mädchen in die Gruppe der Sportfernen fallen – dort ist das Geschlechterverhältnis ausgewogen. Sie sporteln nur seltener: am vergleichsweise häufigsten 1- bis 2-mal wöchentlich (M: 37%; B: 25%).

Mit steigendem **Alter** sinkt bei den Jugendlichen die Frequenz, mit der sie Sport betreiben. Der höhere Druck in der Schule und das Hinzukommen neuer Freizeitbeschäftigungen und Interessen kommen hier zum Tragen. Wieder ist der Blick auf die sportlichste Gruppe speziell aussagekräftig: Von den 10- bis 11-Jährigen ist jede*r Dritte an mindestens 5 Tagen pro Woche sportlich aktiv (29%). Bei den 12- bis 13-Jährigen gilt das immerhin noch für 23%. Mit der Pubertät kommt der Einbruch: Die Vergleichszahl für die 14- bis 15-Jährigen lautet 16%, für die Gruppe 16^{plus} 14% – der Anteil der besonders Sportlichen ist bei den ältesten Befragten also nur noch halb so groß wie bei den jüngsten. Manche üben nach dem 14. Geburtstag weiterhin regelmäßig Sport aus, wenn auch an weniger Tagen pro Woche. Vor allem aber steigt der Anteil der Sportfernen, der bei den Ältesten mit 23% deutlich über jenem der 10- bis 11-Jährigen (9%) liegt.

Von den Freizeitangeboten, die in Konkurrenz zum Sport stehen, kommt seit einigen Jahren den **Aktivitäten an Computer, Mobiltelefon oder Spielekonsole** immer größere Bedeutung zu. Der enge Zusammenhang lässt sich wieder an der Gruppe der besonders Sportlichen deutlich ablesen: Von den Schülern*innen, die nicht mehr als 2 Stunden pro Tag vor einem Bildschirm verbringen, betreibt mehr als ein Viertel an mindestens 5 Tagen Sport (27%), für jene, die hingegen 4 Stunden oder länger vor dem Bildschirm sitzen, gilt das nur für 14%. Umgekehrt sind unter den Bildschirm-Abstinenten (max. 1 Std./Tag) nur 8% Sportferne, unter den eifrigsten Bildschirmnutzer*innen (min. 5 Std./Tag) aber 23%.

Abbildung 4: Sport in der Freizeit (in Prozent)



Großen Einfluss auf die Frequenz haben auch das **familiäre Umfeld und die Mitgliedschaft in einem Sportverein**: Kinder und Jugendliche mit sportlich aktivem Elternhaus betreiben zu 21% an mindestens 5 Wochentagen Sport, lediglich 14% sind der Gruppe der Sportfernen zuzurechnen. Die Zahlen für Schüler*innen mit sportlich nicht aktiven Eltern kehren das Verhältnis um: 13% sehr Aktive stehen 29% Sportfernen gegenüber. Insgesamt 48% der Befragten gaben an, Sport im Rahmen eines Vereins auszuüben, ein gutes Viertel von ihnen ist der aktivsten Gruppe zuzurechnen (28%), 5% den Sportfernen; die Vergleichszahlen für Nicht-Mitglieder lauten – quasi spiegelverkehrt – 11% bzw. 26%.

In Zwettl und Tulln ist die Gruppe der sehr aktiven Jugendlichen kleiner (14% bzw. 16%) als in den anderen **Bildungsregionen**, Spitzenreiter ist Mistelbach (24%).

Im Fokus: Sport- und Bewegungsmuffel

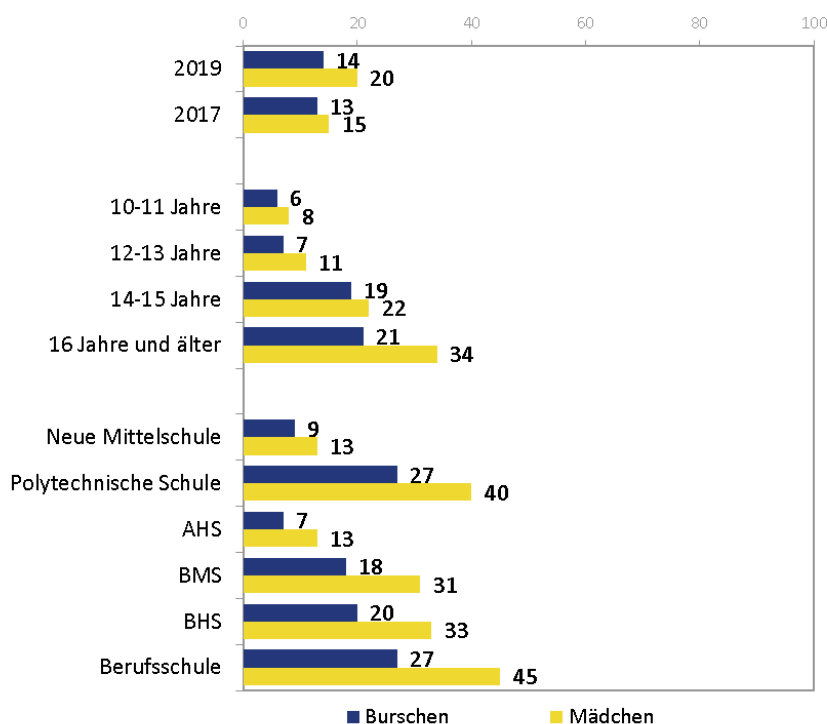
Um sowohl das Bewegungsverhalten (s. Kap. 4) als auch das Sportverhalten berücksichtigen zu können, wurde die Kategorie Sportmuffel definiert: Kinder und Jugendliche, die sich nicht öfter als an einem Tag der Woche bzw. nicht länger als insgesamt eine Stunde pro Woche so sehr bewegen, dass sie ins Schwitzen oder außer Atem geraten, und außerdem in ihrer Freizeit kaum Sport betreiben.

Von den niederösterreichischen Schülern*innen fallen 17% in diese Gruppe, **jeder 7. Bursche (14%) und jedes 5. Mädchen (20%)**. Bei der letzten Erhebung 2017 wurden insgesamt weniger Sportmuffel gezählt (14%), was vor allem auf die Mädchen zurückzuführen ist, deren Sportmuffel-Anteil um ein Drittel und damit signifikant gestiegen ist (2017 – M: 15%, B: 13%). Hier könnte wieder zum Tragen kommen, dass die Erhebung 2017 im Frühsommer, diesmal aber im Winter stattfand: Mädchen scheinen ihre körperliche Aktivität in der kälteren Jahreszeit stärker einzuschränken als Burschen.

Unter den jüngsten Befragten finden sich kaum Sportmuffel (10/11 J.: 7%; 12/13 J.: 9%). Ihr Anteil steigt aber mit dem 14. Geburtstag auf mehr als das Doppelte (14/15 J.: 21%) und liegt bei der Gruppe 16^{plus} (27%) nahezu viermal so hoch wie bei den Jüngsten. **Jede*r 2. Sportmuffel ist damit 16 Jahre oder älter.**

Hohe Anteile von Sportmuffeln finden sich in der **Polytechnischen Schule** und der **Berufsschule** (jeweils 32%), bei den **stark Übergewichtigen** (32%), bei jenen, die **nicht Mitglied eines Sportvereins** (28%) sind, bei jenen, die **maximal 2 verpflichtende Sportstunden pro Woche** haben (26%), bei Kindern und Jugendlichen aus der **Bildungsregion Zwettl** (25%) und bei jenen, deren **Eltern keine Matura** absolviert haben (22%).

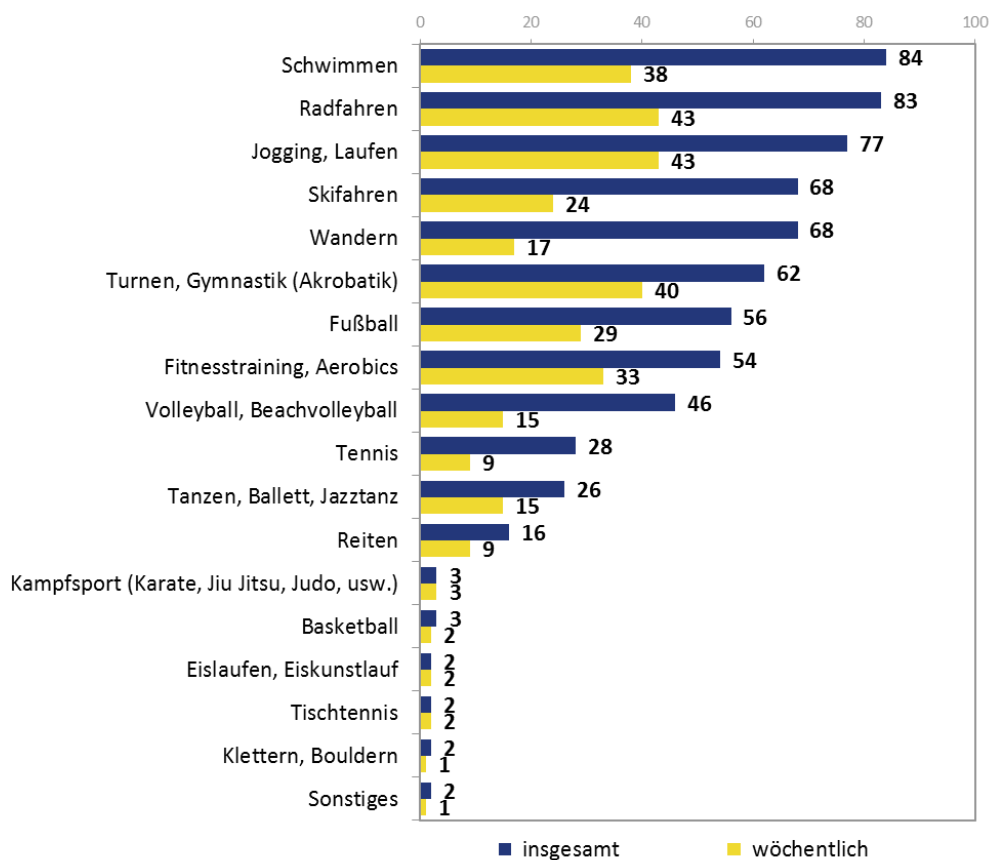
Abbildung 5: Sport- und Bewegungsmuffel (in Prozent)



Sportarten

Schwimmen, Radfahren, Jogging & Laufen, Skifahren, Wandern, Turnen & Gymnastik, Fußball sowie Fitnesstraining & Aerobics sind jene acht Sportarten, die von mehr als der Hälfte der Befragten – in der passenden Jahreszeit – ausgeübt werden. Der Hinweis auf die „passende Jahreszeit“ ist wichtig, wie sich einerseits daran zeigt, dass Outdoor-Sportarten wie Schwimmen, Radfahren oder Wandern zwar von sehr vielen Kindern und Jugendlichen in Niederösterreich betrieben werden, aber selten jede Woche. Im Gegensatz dazu, gehen jene, die sich für Indoor-Sportarten wie Turnen & Gymnastik oder Fitnesstraining & Aerobics entschieden haben, ihrem Sport vergleichsweise oft wöchentlich nach. Zwei Beispiele: 83% gaben an, prinzipiell mit dem Rad zu fahren, 43% tun dies jede Woche mindestens einmal. Deutlich weniger Kinder und Jugendliche (62%) gehen grundsätzlich Turnen oder betreiben Gymnastik, aber 40% einmal wöchentlich. Andere Sportarten wiederum sind ortsgebunden bzw. kostenintensiv: So sind 68% der Schüler*innen Skifahrer*innen, aber nur 24% kommen im Winter wöchentlich auf die Piste. Die Jahreszeit ist aber auch noch in ganz anderer Hinsicht von Bedeutung, und zwar für den Vergleich mit den Zahlen von 2017: Manche Sportarten wurden vor zwei Jahren öfter, andere seltener angekreuzt als diesmal, was aber in erster Linie auf den jeweiligen Befragungszeitraum – 2017 im Frühsommer, aktuell im Winter – zurückzuführen ist und nicht auf eine tatsächliche Entwicklung. Bei Erhebungen ist stets die gegenwärtige Situation ausschlaggebend für die Einschätzungen der Befragten, bei Kindern und Jugendlichen vielleicht sogar noch mehr als bei Erwachsenen. So gaben 2017 zum Beispiel 50% an, wöchentlich Rad zu fahren (aktuell: 43%), 43% wöchentlich zu schwimmen (aktuell: 38%), aber nur 17% wöchentlich Ski zu fahren (aktuell: 24%).

Abbildung 6: Sportarten (in der passenden Jahreszeit; von mind. 2% ausgeübt)



Bei den **Burschen** am beliebtesten – wenn man jene Sportarten berücksichtigt, die mindestens einmal wöchentlich ausgeübt werden – sind Radfahren (48%, M: 37%) und Fußball (47%, M: 9%) – die männliche Sportart schlechthin, denn bei keiner anderen ist der geschlechtsspezifische Unterschied größer.

Für Burschen und **Mädchen** in gleichem Maß attraktiv sind Jogging & Laufen (B: 45%, M: 41%). Mädchen haben ihre Schwerpunkte außerdem bei Turnen & Gymnastik (48%, B: 33%) sowie Schwimmen (41%, B: 35%), wobei Mädchen so viel öfter in die Turn- bzw. Gymnastikhalle gehen, dass man von einer typischen Mädchensportart sprechen kann. Das gilt auch für Tanzen, Ballett & Jazztanz (28%, B: 3%) sowie Reiten (16%, B: 2%). Für Buben typisch ist neben Fußball auch Radfahren (48%, M: 37%) sowie Fitnesstraining & Aerobics (37%, M: 29%).

Abbildung 7: Wöchentlich ausgeübte Sportarten (in der passenden Jahreszeit) nach Geschlecht

Sportarten außerhalb des verpflichteten Sportunterrichts

ausgewiesen sind die am häufigsten genannten Sportarten

(* Nennungsanteil <0,5%)

	insgesamt	wöchentlich (i. d. passenden Jahreszeit)	Burschen	Mädchen	Im Verein	Im Freifach	Wettkampf
Schwimmen	84	38	35	41	3	15	6
Radfahren	83	43	48	37	1	7	2
Jogging, Laufen	77	43	45	41	3	16	9
Skifahren	68	24	24	25	3	8	7
Wandern	68	17	18	17	1	6	*
Turnen, Gymnastik (Akrobatik)	62	40	33	48	6	19	5
Fußball	56	29	47	9	16	18	17
Fitnesstraining, Aerobics	54	33	37	29	4	10	1
Volleyball, Beachvolleyball	46	15	12	18	4	14	5
Tennis	28	9	12	7	7	4	5
Tanzen, Ballett, Jazztanz	26	15	3	28	6	4	2
Reiten	16	9	2	16	5	2	3

48% geben an, zumindest eine Sportart im Rahmen eines Vereins auszuüben (2017: 42%).

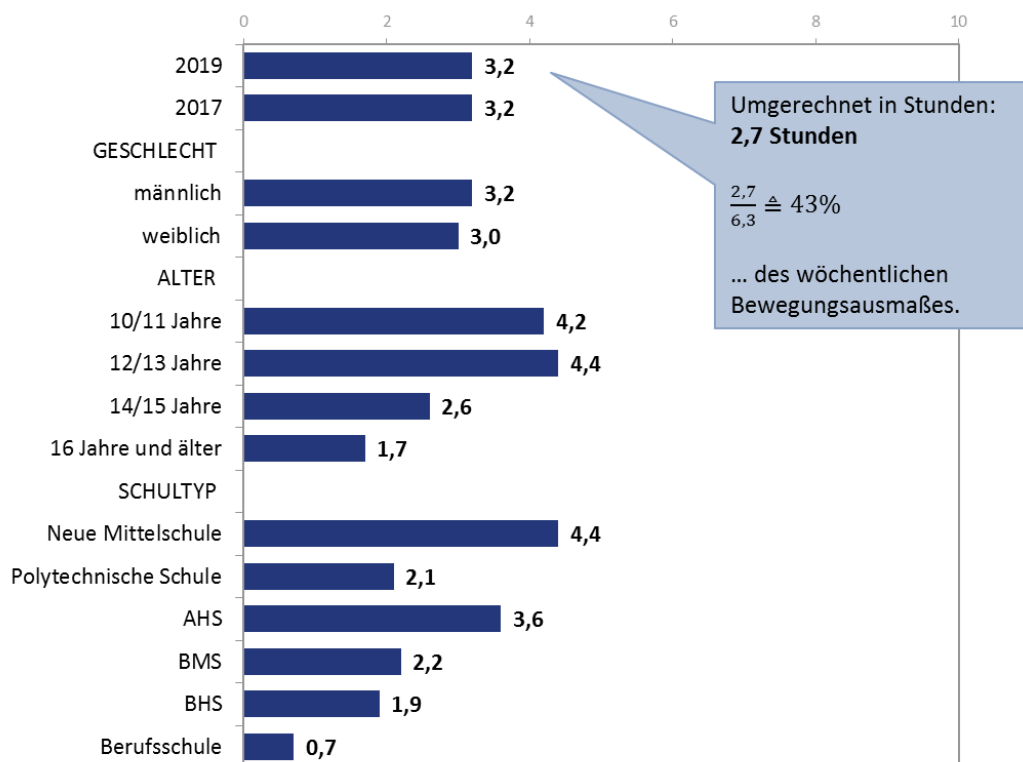
5.2 Sport in der Schule

Die niederösterreichischen Schüler*innen haben im Durchschnitt 3,2 verpflichtende Sportstunden (von rd. 50 Minuten) pro Woche, wobei es hier im Detail aber beträchtliche Differenzen gibt. Kinder und Jugendliche, die eine **Schule mit sportlichem Schwerpunkt** besuchen (das sind 22% aller Befragten), betreiben mehr als doppelt so viel verpflichtenden Schulsport (5,6 Unterrichtseinheiten) wie ihre Kollegen*innen an den anderen Schulen (2,4 Unterrichtseinheiten). In den höheren Schulstufen und damit auch mit steigendem **Alter** der Schüler*innen nimmt die Anzahl der Sportstunden deutlich ab: Für die 10- bis 13-Jährigen liegt der Mittelwert bei 4,4 Unterrichtseinheiten, für die 14- bis 15-Jährigen bei 2,6 und für die Gruppe 16^{plus} nur noch bei 1,7. Dazu passt, dass die Neue Mittelschule, die nur die Unterstufe abdeckt, deutlich die meisten verpflichtenden Sportstunden (4,4) anbietet, gefolgt von der AHS, die Unter- und Oberstufe umfasst (3,6), und dann - deutlich abgeschlagen - jenen **Schultypen**, die mit der 9. Schulstufe beginnen: BMS (2,2), Polytechnische Schule (2,1), BHS (1,9) und Berufsschule (0,7).

Rechnet man die kürzeren Unterrichtseinheiten in Stunden von 60 Minuten um, zeigt sich, dass die Kinder und Jugendlichen im Rahmen des verpflichtenden Schulunterrichts jede Woche 2,7 Stunden lang Sport betreiben. Das entspricht einem Anteil von 43% am gesamten wöchentlichen Bewegungsausmaß (6,3 Std.) bzw. – wenn man die Daten um die extremen Ausreißer bereinigt (5,9 Std.) – einem Anteil von 46%.

Dass im Bildungswesen dem Sport mit steigendem Alter der Schüler*innen weniger Zeit gegeben und damit auch weniger Bedeutung zugemessen wird, könnte durchaus in einem Zusammenhang mit der abnehmenden Sportaktivität ab dem 14. Geburtstag stehen. Jedenfalls deuten die Daten darauf hin, dass das **Ausmaß des Sportunterrichts und die Bewegungsfreudigkeit in der Freizeit** in Verbindung stehen. Je mehr verpflichtender Schulsport betrieben wird, desto aktiver sind die Kinder und Jugendlichen außerhalb der Schule: Wer in Summe nicht mehr als 2 Stunden pro Woche körperlich aktiv ist, sportelt fast nur im Schulunterricht (2,4 Unterrichtseinheiten/Wo). Bei jenen, die sich 6 bis 10 Stunden wöchentlich intensiv bewegen, entfällt ein guter Teil dieser aktiven Stunden auf die Freizeit, denn diese Gruppe hat im Durchschnitt 3,6 Einheiten verpflichtenden Schulsport. Die besonders Aktiven (mehr als 10 Stunden wöchentlich) haben sogar 4,4 verpflichtende Sportstunden pro Woche.

Abbildung 8: Sporteinheiten in der Schule pro Woche (Mittelwerte)



Zusätzlich zum regulären Unterricht besuchen 42% der Schüler*innen ein **Freifach** Sport, Burschen öfter als Mädchen⁵, die Jüngeren öfter als die Älteren⁶ und die körperlich Aktiven öfter als die Sportfernen⁷. Über ein Viertel der Buben und Burschen spielt **Fußball** (27%; M: 6%), wobei dieses Fach mit steigendem Alter vergleichsweise attraktiv bleibt: Der Wert sinkt von 31% bei den 10- bis 11-jährigen Buben auf 25% bei der Gruppe 16^{plus}, bei den Mädchen liegt der Wert über die Altersgruppen hinweg zwischen 5% und 8%. Beliebte Freifächer sind außerdem **Turnen & Gymnastik** (M und B: 19%), **Jogging & Laufen** (M: 17%, B: 16%), **Schwimmen** (M und B: 15%) sowie **Volleyball & Beachvolleyball** (M: 16%, B:

⁵ B: 45%, M: 38%

⁶ 10/11 Jahre: 46%, 12/13 Jahre: 50%, 14/15 Jahre: 42%, 16 Jahre und älter: 32%

⁷ körperliche Aktivität 2 Stunden/Woche: 35%, mehr als 10 Stunden/Woche: 53%

13%). In der Bildungsregion Wr. Neustadt besucht fast die Hälfte der Schüler*innen ein Freifach Sport (49%), in Zwettl nur ein gutes Drittel (36%). Überdurchschnittliche Werte haben außerdem Waidhofen/Ybbs (45%) und Baden (44%), unterdurchschnittliche die – wie auch Zwettl – nördlicher gelegenen Regionen Tulln (37%) und Mistelbach (38%).

6 Sportmotivation und Sportwünsche

6.1 Motive für Sport in der Freizeit

Die Kinder und Jugendlichen bekamen 13 mögliche Motive, Sport zu betreiben, zum Ankreuzen vorgelegt.⁸ Das deutlich am häufigsten gewählte Motiv lautet, um *gesund zu bleiben* (84%), worin sich bei diesen ganz jungen Leuten nicht eine konkrete Sorge um die eigene Gesundheit spiegelt, sondern die tief verwurzelte und weit verbreitete Überzeugung, dass Sport und Gesundheit eng miteinander zusammenhängen. Das zeigt sich auch daran, dass selbst die ältesten Befragten der Gruppe 16^{plus} dieses Motiv zu mehr als 80% ankreuzten – eine solche Zustimmung erreicht kein anderes Motiv auch nur annähernd.

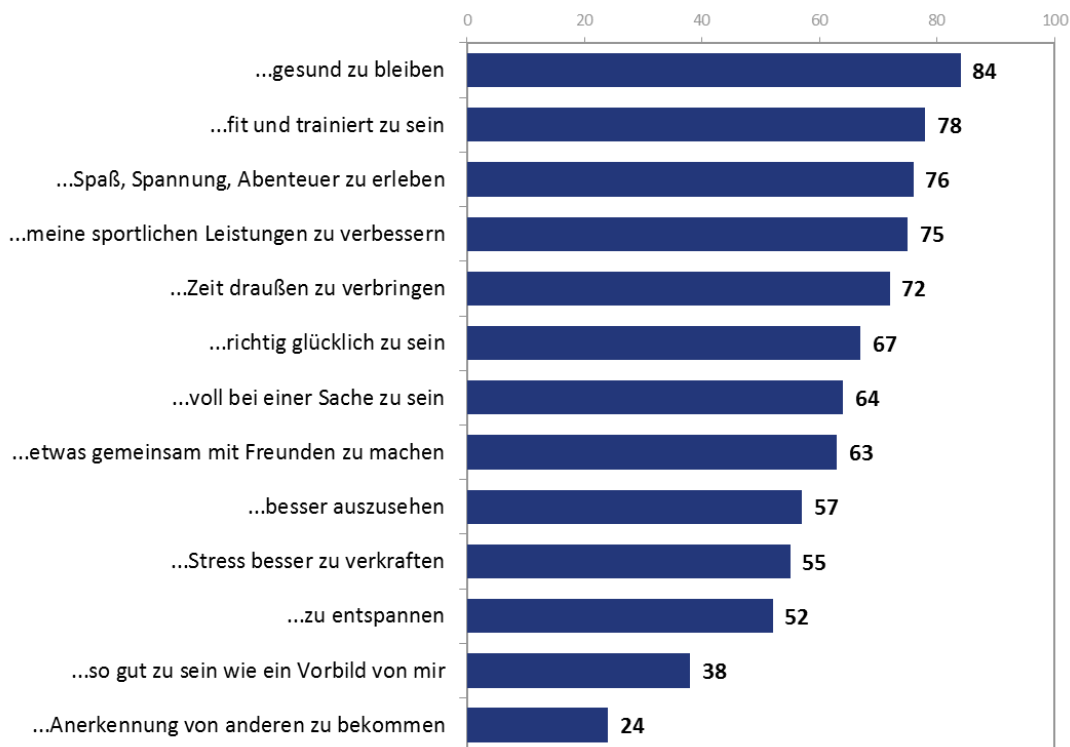
Jeweils rund drei Viertel der Befragten entschieden sich für die folgenden vier Motive: um *fit und trainiert zu sein* (78%), *Spaß, Spannung und Abenteuer zu erleben* (76%), *meine sportlichen Leistungen zu verbessern* (75%) sowie um *Zeit draußen zu verbringen* (72%). Zwei Drittel geht es darum, *richtig glücklich zu sein* (67%), *voll bei der Sache zu sein* (64%) und *etwas gemeinsam mit Freunden*innen zu machen* (63%). Während das *gute Aussehen* (57%) und die *Hilfe bei Stressabbau* (55%) und *Entspannung* (52%) noch von mehr als der Hälfte der Kinder und Jugendlichen als Sportmotiv wahrgenommen werden, spielen der Wunsch, *so gut wie ein Vorbild zu sein* (38%), und die *Anerkennung von anderen* (24%) eine deutlich untergeordnete Rolle.

Die **geschlechtsspezifischen Unterschiede** sind hier nicht sehr ausgeprägt. Tendenziell äußerten die Burschen höhere Zustimmung, vor allem beim insgesamt wenig bedeutenden Motiv, *so gut zu sein wie ein Vorbild* (47%, M: 28%), es ist ihnen aber auch wichtiger, *gemeinsam etwas mit Freunden*innen zu machen* (69%, M: 55%), *voll bei einer Sache zu sein* (70%, M: 58%), *ihre sportlichen Leistungen zu verbessern* (79%, M: 70%) sowie *Spaß, Spannung und Abenteuer zu erleben* (79%, M: 72%). Lediglich bei zwei Motiven, die beide mit dem Wohlbefinden zusammenhängen, überwiegen die Nennungen der Mädchen, wenn auch bei sehr geringen Differenzen zu den Burschen: *Stress besser zu verkraften* (58%, B: 52%) und *gesund zu bleiben* (85%; B: 82%).

Stärker unterscheidet sich das Antwortverhalten nach dem **Alter**: Die Jüngsten kreuzten fast alle Motive am häufigsten an, mit den Jahren wird deren Bedeutung dann kontinuierlich geringer eingeschätzt, mit einer einzigen Ausnahme: *Besser aussehen* zu wollen, motiviert 48% der 10- bis 11-Jährigen zum Sport, aber 63% der Gruppe 16^{plus}. Die größte Differenz besteht beim Ziel, die *Leistungen eines Vorbilds zu erreichen* (10/11 Jahre: 58%, 16^{plus}: 24%). Vorbilder scheinen also am stärksten auf Buben zu wirken, die die Unterstufe besuchen. Andere Motive, die die Jüngeren deutlich mehr ansprechen, betreffen die Möglichkeiten, *Zeit draußen zu verbringen* (10/11 Jahre: 88%, 16^{plus}: 62%), *richtig glücklich zu sein* (10/11 Jahre: 83%, 16^{plus}: 59%), *voll bei der Sache zu sein* (10/11 Jahre: 78%, 16^{plus}: 54%) sowie *Spaß, Spannung und Abenteuer zu erleben* (10/11 Jahre: 86%, 16^{plus}: 66%).

⁸ Auf einer vierteiligen Skala: „trifft zu“, „trifft eher zu“, „trifft weniger zu“, „trifft nicht zu“.

Abbildung 9: Sportmotivation außerhalb des Sportunterrichts (in Prozent)



Im Fokus: Sportvorbilder

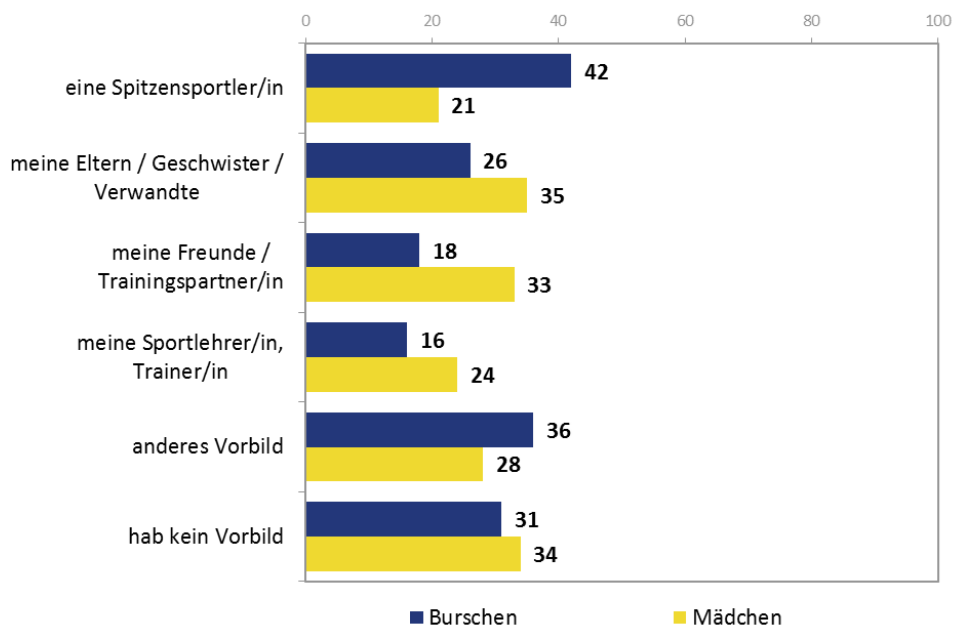
Ein schwaches Drittel der niederösterreichischen Schüler*innen hat kein Vorbild in sportlicher Hinsicht (32%). 2017 lag der Wert signifikant niedriger (22%), wobei beim direkten Vergleich Vorsicht geboten ist, weil im Fragebogen die zur Auswahl stehenden Antwortmöglichkeiten adaptiert und gröber kategorisiert wurden.

Während die Burschen sich zu 42% an Spitzensportlern*innen orientieren (M: 21%), suchen Mädchen ihre Vorbilder eher im persönlichen Umfeld: in der Familie (35%, B: 26%), im Freundeskreis (33%, B: 18%) sowie unter den Sportlehrern*innen und Trainern*innen in Schule und Sportverein (24%, B: 16%).

Die Jüngsten eifern am öftesten einem Vorbild nach (82%), vor allem ihren Eltern, Geschwistern oder anderen Verwandten (48%), aber auch Spitzensportlern*innen (43%). Die beiden mittleren Alterskohorten liegen nahe beim Durchschnitt, von der Gruppe 16^{plus} hingegen gaben lediglich 59% an, ein Sportvorbild zu haben.

Wer Mitglied in einem Sportverein ist, orientiert sich deutlich öfter an einem Vorbild (77%) als Nicht-Mitglieder (59%), in erster Linie an Spitzensportlern*innen (45%).

Abbildung 10: Vorbilder im Sport (in Prozent)



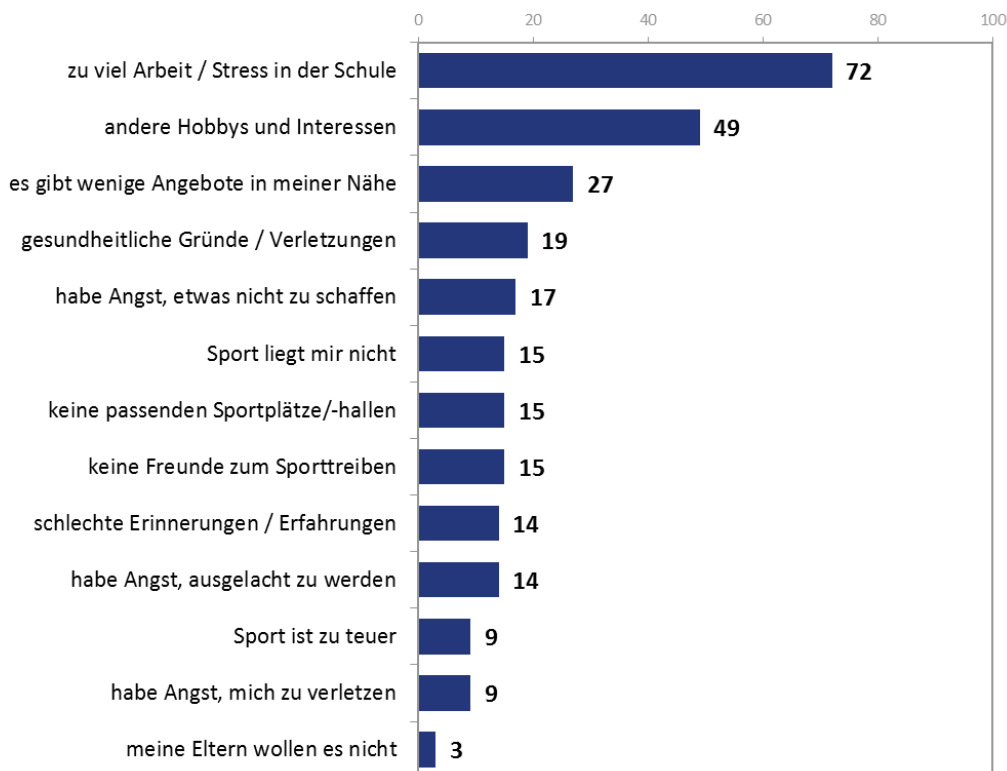
6.2 Hindernisse für Sport in der Freizeit

In der Schule gebe es *zu viel Arbeit und Stress*, um (mehr) Sport betreiben zu können, das meinten 72% der befragten Kinder und Jugendlichen, die Mädchen etwas öfter (76%) als die Burschen (69%). Damit ist die Schule im Empfinden der Schüler*innen das Haupthindernis für Bewegung und Sport. Je jünger die Befragten sind, desto weniger hindert sie die Schule am Sportbetreiben: die 10- bis 11-Jährigen zu 56%, die 11-bis 12-Jährigen schon zu 69%, aber die 14- bis 15-Jährigen zu 81% und die Gruppe 16^{plus} zu 79%.

Für die Hälfte der Befragten sind ihre *anderen Hobbys und Freizeitbeschäftigungen* mit Sportausübung kaum vereinbar (49%), diesmal eher für die Burschen (54%) als für die Mädchen (44%). Das Alter fällt hier kaum ins Gewicht: Die Jüngsten empfinden andere Hobbys zu 47% als Konkurrenz zum Sport, die Ältesten zu 55%. Alle anderen möglichen Hindernisse, die die Befragten ankreuzen konnten, spielen eine vergleichsweise geringe Rolle. Von Interesse ist ein Detail: Für 9% ist die Sportausübung in der Freizeit *zu teuer*.

Bei der letzten Befragung 2017 wurde den Ängsten, die Kinder und Jugendliche davon abhalten können, Sport auszuüben ein eigener Fragenblock mit beruhigendem Einleitungstext gewidmet. Diesmal gingen im Fragebogen die möglichen Ängste in der Liste der anderen Hindernisse auf - und wurden deutlich seltener angekreuzt. Ein direkter Vergleich ist wegen der unterschiedlichen Erhebungsart also nicht möglich, wobei die aktuellen Ergebnisse mehr die realen Angst widerspiegeln und weniger mögliche Ängste, die die Kinder und Jugendlichen haben könnten. Diesmal äußerten 18% die *Angst, etwas nicht zu schaffen*, die Mädchen viel öfter (23%) als die Burschen (13%), die Ältesten etwas seltener (15%) als alle anderen (19%). 14% haben *Angst, ausgelacht zu werden*, die Jüngsten viele eher (19%) als die Älteren (16^{plus}: 11%). Überhaupt scheinen die 10- bis 11-Jährigen einen eher emotionalen Zugang zum Sport zu haben: Sie lassen sich auch von *schlechten Erinnerungen bzw. Erfahrungen* eher vom Sport abhalten (18%) als der Durchschnitt (14%).

Abbildung 11: Hindernisse für Freizeitsport (in Prozent)



Im Fokus: Sportangebot

Ein spezieller Blick gilt der Frage, ob das *Angebot an Sportmöglichkeiten in räumlicher Nähe* von den Kindern und Jugendlichen in Niederösterreich als *ausreichend* empfunden wird. Die große Mehrheit von fast drei Viertel der Befragten (73%) sieht diesbezüglich kein Problem. Am besten wird die Situation in Waidhofen/Ybbs (78%) und in Baden (76%) empfunden. Am schlechtesten ausgestattet scheint die Bildungsregion Zwettl zu sein, wo 35% einen Mangel wahrnehmen (Ø 27%). In Wr. Neustadt liegt der empfundene Mangel ganz leicht über dem Durchschnitt (30%). Noch lückenloser ist die *Ausstattung mit passenden Sportplätzen bzw. -hallen*, 85% sehen hier keinen Zusatzbedarf, wobei es von Bildungsregion zu Bildungsregion kaum Unterschiede gibt.

6.3 Sportwünsche

71% der Schüler*innen nannten mindestens eine Sportart, die sie gerne ausprobieren möchten. 2017 machten ebenso viele von der Möglichkeit Gebrauch, bei dieser offenen Frage ihre Wünsche einzutragen. An der Spitze stand diesmal ganz deutlich *Tennis* (16%, 2017: 9%), vielleicht ein Effekt des enormen internationalen Erfolgs des Niederösterreichers Dominic Thiem. Bei den Burschen ist Tennis damit die Wunschsportart Nummer eins (17%), genauso wie bei den jüngeren Befragten (10/11 Jahre: 22%; 12/13 Jahre: 19%). Bei den Mädchen gehört Tennis ebenfalls zu den Spitzenreitern auf der Wunschliste (15%), nur übertroffen von *Reiten* (19%), was die Burschen kaum interessiert (3%). Reiten bewahrt auch bei den älteren Mädchen seine Attraktivität, erst die Gruppe 16^{plus} ist deutlich weniger interessiert. Andere Wunschsportarten, die mehrheitlich von Mädchen genannt wurden, sind *Tanzen*, *Ballett & Jazztanz* (14%, B:1%), die „männliche“ Sportart schlechthin *Fußball* (10%, B: 3%), *Turnen &*

Gymnastik (6%, B: 1%) sowie *Eislaufen & Eiskunstlauf* (5%, B: 0%). Eine einzige Sportart wurde deutlich öfter von Burschen gewünscht: *Football* (6%, M: 1%). Mehrere Nennungen, aber keine nennenswerten geschlechtsspezifischen Unterschiede gibt es bei *Volleyball & Beachvolleyball* (M: 11%, B: 8%), einer Sportart, die speziell die 10- bis 13-Jährigen anspricht, *Boxen & Kickboxen* (M: 7%, B: 9%), was wiederum die Ältesten am meisten interessiert, *Segeln & Surfen* (M: 8%, B: 5%), *Basketball* (M: 5%, B: 7%), *Kampfsportarten* wie Karate oder Judo (M: 5%, B: 6%), *Handball* (M: 5%, B: 3%), *Skifahren & Snowboarden* (M: 7%, B: 6%) sowie *Klettern & Bouldern* (M: 5%, B: 4%).

Abbildung 12: Ausprobieren neuer Sportarten

Sportarten, die Kinder und Jugendliche gerne ausprobieren würden ausgewiesen sind Sportarten mit zumindest 2% Nutzungsanteil (* Nennungsanteil <0,5%)	Gesamt		Burschen	Mädchen		10/11 Jahre	12/13 Jahre	14/15 Jahre	16 Jahre und älter
Tennis	16		17	15		22	19	13	12
Reiten	11		3	19		14	12	12	6
Volleyball, Beachvolleyball	9		8	11		16	13	9	3
Boxen, Kickboxen	8		9	7		2	8	9	12
Segeln, Surfen	7		5	8		3	7	11	5
Tanzen, Ballet, Jazztanz	7		1	14		6	6	9	7
Basketball	6		7	5		7	7	7	4
Fußball	6		3	10		11	7	7	2
Kampfsport (Karate, Jiu Jitsu, Judo, usw.)	6		6	5		4	6	4	8
Skifahren, Snowboarden	6		6	7		7	6	7	5
Klettern, Bouldern	5		4	5		3	5	6	5
Eishockey	4		5	2		3	4	3	3
Football	4		6	1		4	3	5	4
Handball	4		3	5		4	6	3	3
Fallschirmspringen	4		5	3		5	5	4	3
Motorsport	3		4	1		1	3	5	2
Turnen, Gymnastik (Akrobatik)	3		1	6		3	3	4	2
Badminton, Federball	2		2	1		1	1	1	2
Bogenschießen	2		2	2		*	3	2	2
Eislaufen, Eiskunstlauf	2		*	5		2	2	3	2
Fitnessstraining, Aerobics	2		1	3		2	1	3	2
Golf	2		3	1		1	2	2	3
Tischtennis	2		3	*		3	2	1	1
Bungee Jumping	2		2	2		2	2	3	1
Fechten	2		2	2		1	2	1	2
Parcour	2		3	2		2	4	1	1
Wassersport	2		2	3		2	2	4	2
Rugby	2		2	1		2	2	1	1

7 Soziales Umfeld

Ob bzw. in welchem Ausmaß Kinder und Jugendliche Sport betreiben, hängt sehr stark von dem ab, was sie in ihrer sozialen Umgebung täglich wahrnehmen. Die Familie, vor allem die Eltern, die gleichaltrigen Freunde*innen sowie die Schule spielen hier die Hauptrollen, wobei die Einflussfaktoren ganz unterschiedlich sein können. Sie beginnen bei all jenem, was den Alltag bestimmt: miteinander sprechen, Fernsehen schauen oder am Wochenende gemeinsam etwas unternehmen. Und sie enden bei gezielten Fördermaßnahmen, etwa durch Lehrer*innen in der Schule. Die Daten dieser Erhebung zeigen einen positiven Zusammenhang zwischen dem Ausmaß an körperlicher Aktivität auf der einen Seite und auf der anderen Seite zum Beispiel dem Besuch von Sportveranstaltungen, dem Konsum von Sportsendungen im Fernsehen und dem Sprechen über Sport in der Familie und im Freundeskreis. Die bloße Präsenz des Themas Sport im Alltag kann das Aktivwerden fördern, das Aktivsein macht andererseits den Sport automatisch zum ständigen Thema.

7.1 Sportliche Aktivität: Selbstwahrnehmung, Familie und Freundeskreis

Die befragten Schüler*innen haben ein klares Bild: Sie selbst und ihre Freunde*innen sind mehrheitlich sportlich aktiv, zu 80% bzw. die Freunde*innen zu 82%, ihre soziale Umgebung hingegen weit weniger. Das gilt sogar für die – altersmäßig nicht weit entfernten – Geschwister (aktiv: 62%). Die Eltern, speziell die Mütter, können in den Augen ihrer Kinder nicht mithalten (Mutter: 48%, Vater: 56%).

Im Fragebogen war nicht definiert, was unter „sportlich aktiv“ zu verstehen ist, und so konnte sich jede*r selbst ein Bild machen. Sportlich zu sein, ist für Kinder und Jugendliche offensichtlich positiv besetzt und wird deshalb stark in das Selbstbild integriert. Auf jeden Fall ist die Wahrnehmung der Befragten wohl etwas zu positiv geprägt, und zwar nicht nur in Bezug auf sich selbst. Trotzdem geben die Daten viele Zusammenhänge gut wieder. So beschreiben die Kinder und Jugendlichen sich selbst und ihre Freunde*innen mit steigendem Alter als immer weniger aktiv, was der Realität entspricht; die Werte sind aber in jeder Altersgruppe zu hoch gegriffen. Das scheint vor allem an jenen zu liegen, die in Wahrheit nicht viel Sport betreiben: So nehmen sich sogar die Sportmuffel zu 39% als sportlich aktiv wahr.

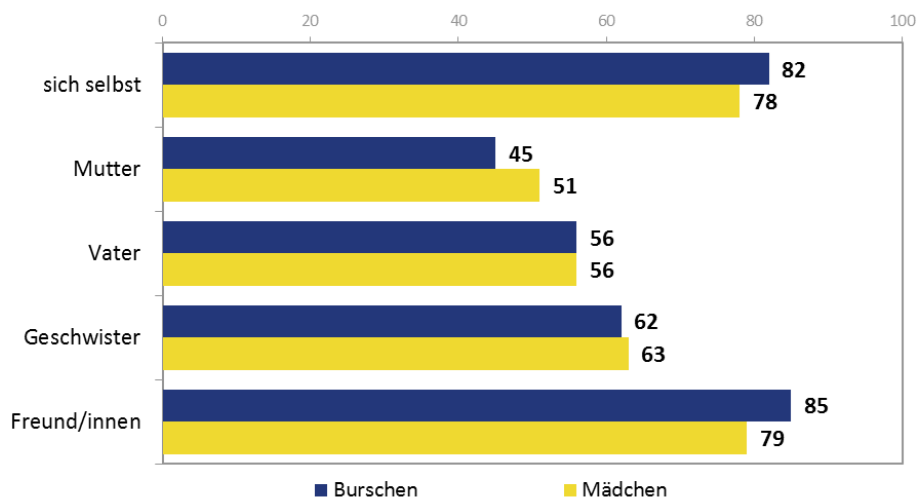
Drei Zusammenhänge, die das Elternhaus betreffen, sind erwähnenswert: Kinder und Jugendliche, ...

- ... die ihre *Familien* als *sportlich aktiv* wahrnehmen, sehen sich zu 84% selbst ebenfalls so (wenn die Familie nicht sportlich aktiv ist sind es 58%).
- ... die aus *Familien mit Migrationshintergrund*⁹ stammen, beschreiben sich selbst zwar als ebenso aktiv wie die Kinder und Jugendlichen ohne Migrationshintergrund, ihre Eltern aber als deutlich weniger sportlich.¹⁰
- ... deren *Eltern keine Matura* haben, schildern sowohl sich selbst (73%) als auch ihre Familien als unterdurchschnittlich aktiv (Vater: 46%, Mutter: 39%, Geschwister: 52%).

⁹ zumindest ein Elternteil nicht in Österreich geboren

¹⁰ Sportliche Aktivität – Migrationshintergrund: Mutter 40%, Vater: 46%; ohne Mig.: Mutter 51%, Vater: 60%

Abbildung 13: Wer ist sportlich im sozialen Umfeld? (in Prozent)



7.2 Sportkonsum und Themenpräsenz im Alltag

Sport im Fernsehen zu konsumieren, ist eindeutig eine männliche Domäne: Jeweils rund drei Viertel der befragten Burschen (73%), ihrer Freunde*innen (wohl öfter Freunde als Freundinnen; 74%) sowie der Väter (von Burschen und Mädchen gleichermaßen; 74%) sehen sich Sportsendungen im TV an. Bei den Mädchen und ihren Freundinnen hingegen trifft das lediglich auf etwa die Hälfte zu (51% bzw. 46%), bei den Müttern (von Burschen und Mädchen) gar nur auf ein gutes Drittel (36%). Geschlechtsspezifisches Verhalten und Interessenlagen scheinen hier also „vererbt“ zu werden. Das Alter spielt hingegen kaum eine Rolle, die Jüngsten (67%) schauen nur etwas mehr Sport-TV als die Ältesten (60%).

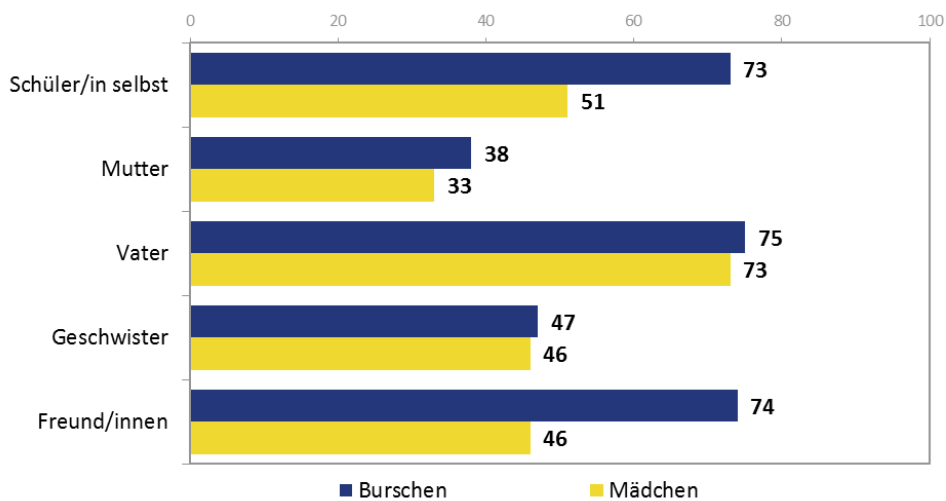
Schüler*innen, die körperlich sehr aktiv sind und/oder viel Sport in der Freizeit betreiben, konsumieren auch viel Sport im TV: 78% jener, die sich mehr als 10 Stunden wöchentlich so sehr bewegen, dass sie ins Schwitzen oder außer Atem geraten, schauen Sport im Fernsehen; von jenen, die nicht mehr als 2 Stunden körperlich aktiv sind, gilt das nur für 46%.

Kinder und Jugendliche, ...

- ... die ihre *Familien* als *sportlich aktiv* wahrnehmen, sind eifrigere TV-Sportkonsumenten*innen (64%) als jene aus nicht sportlichen Familien (55%).
- ... die aus *Familien mit Migrationshintergrund* stammen, schauen selbst ebenso oft Sport-TV wie die Kinder und Jugendlichen ohne Migrationshintergrund (mit Mig.: 65%, ohne Mig.: 63%); ihre Väter stehen den autochthon-österreichischen Vätern ebenfalls nicht nach (je 75%), ihre Mütter interessieren sich jedoch weniger für Sportsendungen (mit Mig.: 29%, ohne Mig.: 38%).
- ... deren *Eltern keine Matura* haben, sind – genauso wie auch ihre Familien – weniger eifrige Sport-Fernseher*innen als jene, deren Eltern einen höheren Bildungsabschluss haben, die Unterschiede sind jedoch gering (Eltern mit Matura: 65%, ohne Matura: 61%).¹¹

¹¹ Sportsendungen im TV – Eltern mit Matura: Vater 77%, Mutter 40%; ohne Matura: Vater 72%, Mutter 31%

Abbildung 14: Sehen Sportsendungen im Fernsehen (in Prozent)

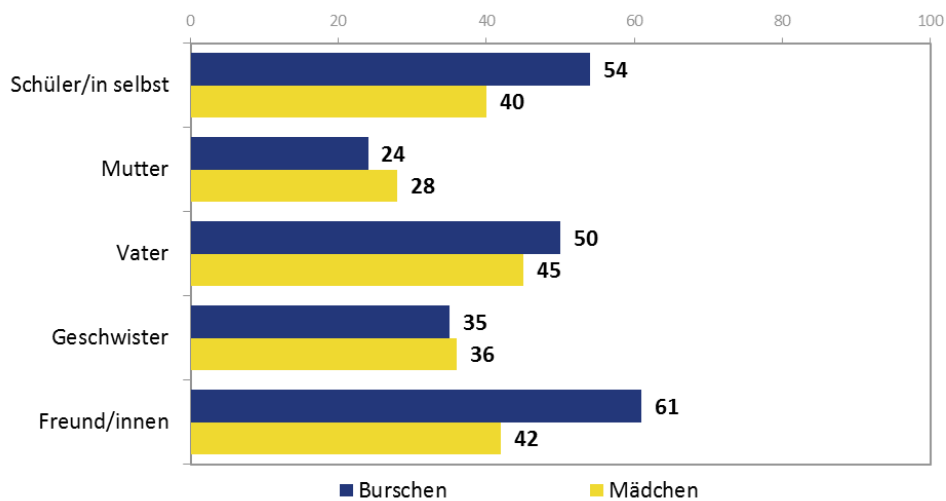


In Bezug auf den **Besuch von Sportveranstaltungen** zeigt sich ein ähnliches Muster wie beim Konsum von Sportsendungen im Fernsehen, die geschlechtsspezifischen Unterschiede sind jedoch schwächer ausgeprägt. Etwa die Hälfte der befragten Burschen (54%) sowie der Väter (von Burschen und Mädchen; 48%) besuchen Sportveranstaltungen als Zuseher. Von den Mädchen gehen 40% zu Sportevents, von den Müttern rund ein Viertel (26%). Auch hier spielt das Alter keine nennenswerte Rolle, sehr wohl aber das Ausmaß an körperlicher Aktivität: Jene, die sich wöchentlich länger als 10 Stunden intensiv bewegen, besuchen zu 64% Sportveranstaltungen, jene hingegen, die nicht länger als 2 Stunden aktiv sind, nur zu 33%.

Kinder und Jugendliche, ...

- ... die ihre *Familien* als *sportlich aktiv* wahrnehmen, gehen öfter zu Sportveranstaltungen (50%), als jene aus nicht sportlichen Familien (33%).
- ... die aus *Familien mit Migrationshintergrund* stammen, sind etwas seltener Live-Zuseher*innen bei Sportevents als Kinder und Jugendliche ohne Migrationshintergrund (mit Mig.: 45%, ohne Mig.: 49%); diese schwachen Unterschiede zeigen sich auch zwischen Eltern mit und ohne Migrationshintergrund.
- ... deren *Eltern keine Matura* haben, besuchen ungefähr genauso oft Sportveranstaltungen wie jene, deren Eltern einen höheren Bildungsabschluss haben, auch bei den Eltern sind die Unterschiede nur sehr schwach ausgeprägt, tendenziell zugunsten der höher Gebildeten.

Abbildung 15: Besuch von Sportveranstaltungen als Zuseher*innen (in Prozent)

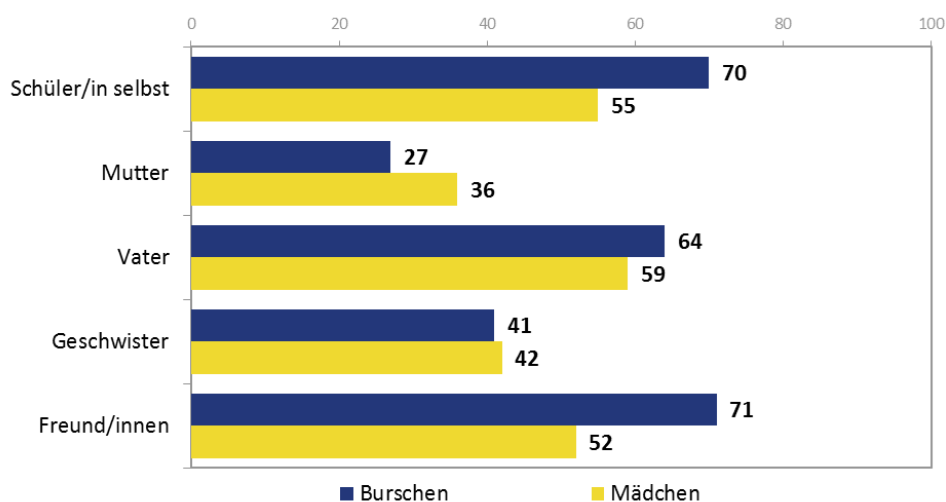


Sport ist bei der großen Mehrheit der befragten Burschen ein beliebtes **Gesprächsthema** (70%), aber auch mehr als die Hälfte der Mädchen spricht gerne über Sport (55%). Der Anteil der Kinder und Jugendlichen, die Sport im Alltag thematisieren, entspricht ungefähr jenem der Sport-TV-Zuseher*innen, die geschlechtsspezifischen Unterschiede sind aber etwas geringer. In der Wahrnehmung der Kinder und Jugendlichen wird in der Familie seltener über Sport gesprochen als Sport-TV geschaut. Wer sich mehr als 10 Stunden pro Woche intensiv bewegt, spricht gerne über Sport (86%); wer sich kaum bewegt, thematisiert Sport auch viel seltener (< 2 Std./Wo. aktiv: 38%).

Kinder und Jugendliche, ...

- ... die ihre **Familien** als **sportlich aktiv** wahrnehmen, sprechen öfter über sportliche Themen (66%), als ihre Kollegen*innen aus nicht sportlichen Familien (46%).
- ... die aus **Familien mit Migrationshintergrund** stammen, und ihre Eltern thematisieren Sport genauso oft wie Familien ohne Migrationshintergrund.
- ... deren **Eltern keine Matura** haben (58%), sprechen seltener über Sportthemen als jene, deren Eltern einen höheren Bildungsabschluss haben (67%), das gilt auch für ihre Eltern.

Abbildung 16. Sprechen gerne über Sport (in Prozent)



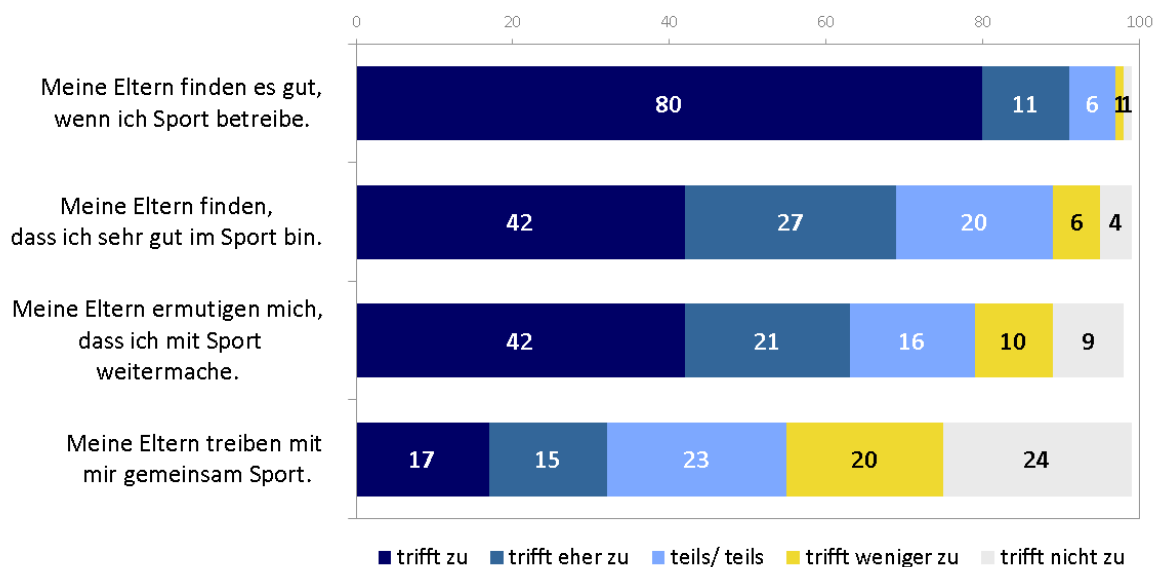
7.3 Ermutigung und Förderung durch Familie und Schule

Die Kinder und Jugendlichen wurden danach gefragt, wie sehr und auf welche Art sie **von den Eltern bzw. von der Familie zum Sport motiviert und in ihren sportlichen Bemühungen bestärkt** werden. Die abgefragten Bestärkungsvarianten unterscheiden sich, je nachdem wie intensiv die Ermutigung ausfällt und wie sehr sich die Eltern dabei selbst engagieren müssen. Auf eine allgemeine Art und Weise fühlen sich fast alle Schüler*innen unterstützt (*sportliche Aktivität der Kinder gut finden* - trifft (eher) zu: 91%). Je gezielter die Förderung wird (*Sportleistung der Kinder sehr gut finden*: 69%; *zum Sport ermutigen*: 63%) und insbesondere je mehr sich die Eltern aktiv einbringen müssen (*gemeinsam Sport treiben*: 32%), desto weniger positiv fielen die Antworten der Befragten aus.

Fast alle niederösterreichischen Schüler*innen haben also die Wahrnehmung, dass ihre Eltern bzw. ihre Familie es gut finden, wenn sie Sport betreiben. Eine Gruppe fällt aus diesem positiven Ergebnis heraus: **die Sportmuffel**. Deren Eltern (Familie) finden es nur zu 58% *gut* (Ø 80%) und zu 19% *eher gut* (Ø 11%), aber zu 14% *teils gut teils schlecht* (Ø 6%), zu 3% *eher schlecht* (Ø 1%) und zu 5% *schlecht* (Ø 1%), wenn die Kinder Sport betreiben. Die Sportmuffel - ihr Anteil beläuft sich auf 17% der niederösterreichischen Schüler*innen - fühlen sich insgesamt von ihrem unmittelbaren sozialen Umfeld weit weniger gefördert und unterstützt als die anderen Kinder und Jugendlichen. So haben sie auch sehr viel seltener den Eindruck, dass ihre Eltern (Familie) finden, dass sie sehr gut im Sport sind (33%). Sie fühlen sich von den Eltern (der Familie) seltener ermutigt, mit Sport weiterzumachen (40%). Und schließlich treiben die Eltern (die Familie) auch seltener Sport mit ihnen gemeinsam (19%).

Mädchen und Burschen fühlen sich gleichermaßen gefördert und unterstützt, mit einer Ausnahme: Die Mädchen haben etwas seltener den Eindruck, dass ihre Eltern bzw. die Familie ihre sportlichen Leistungen sehr gut findet (64%, B: 73%). Was das **Alter** anlangt, fühlen sich die Jüngeren tendenziell stärker gefördert, vor allem aber betreiben die Eltern mit den 10- bis 11-Jährigen deutlich öfter Sport (50%) als mit den Älteren (16^{plus}: 22%). **Eltern mit einem höheren Bildungsabschluss** fördern die sportliche Aktivität ihre Kinder mehr als jene ohne Matura (z. B. Eltern vermitteln, dass ihre Kinder sehr gut im Sport sind - mit Matura: 73%, ohne Matura: 62%).

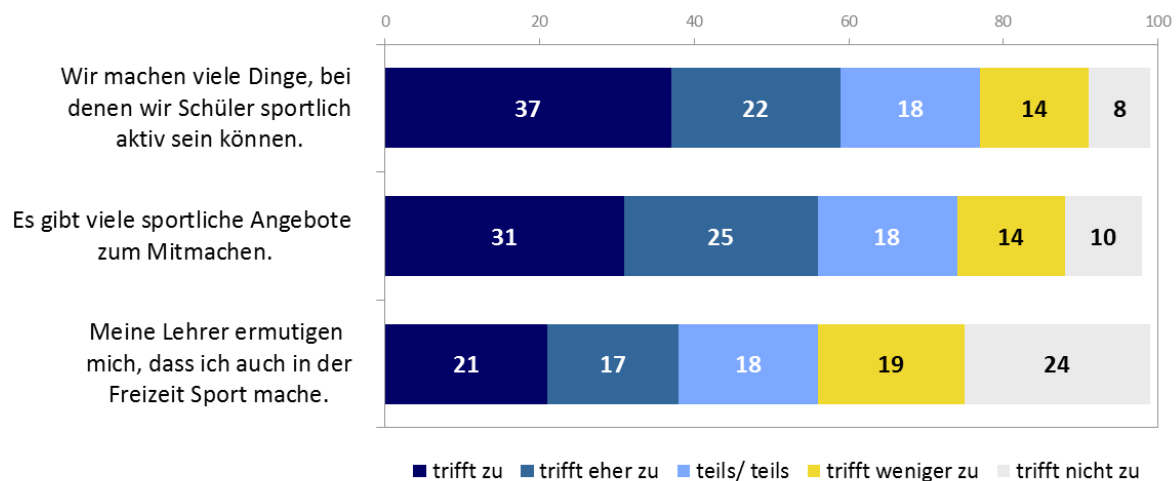
Abbildung 17: Einstellung der Eltern zu Sport (in Prozent)



59% der Kinder und Jugendlichen *machen in der Schule viele Dinge, bei denen sie sportlich aktiv sein können*. Für 56% gibt es *in der Schule viele sportliche Angebote zum Mitmachen*. Jeweils 18% gaben eine neutrale Antwort. Die kritischen Stimmen sind also deutlich in der Minderheit, trotzdem erreichen sie einen Anteil von deutlich über 20%. Die Jüngeren gaben hier die positiveren Rückmeldungen. Das hängt damit zusammen, dass das Antwortverhalten je nach **Schultyp** sehr unterschiedlich war: So erhalten die Schüler*innen aus der Neuen Mittelschule (also die beiden jüngeren Alterskohorten) zu 83% viele Möglichkeiten zur sportlichen Aktivität, jene aus der BHS und der Berufsschule jedoch nur zu jeweils 31%. In Bezug auf die Angebote zum Mitmachen schneiden nur die Neue Mittelschule und die AHS gut ab (66% bzw. 64%), alle anderen Schultypen fallen deutlich ab (Polytechnische Schule: 32%, BMS: 34%, BHS: 41%, Berufsschule: 43%).

38% der Schüler*innen fühlt sich *von den Lehrern*innen ermutigt, auch in der Freizeit Sport zu machen*. Die relative Mehrheit (43%) sieht sich jedoch nicht ermutigt. Wieder liefert die Neue Mittelschule die besten Werte (53%). AHS und Polytechnische Schule liegen zwar unter, aber zumindest nahe beim Durchschnitt (37% bzw. 34%), die anderen Schultypen weit darunter (BMS: 22%, BHS: 21%, Berufsschule: 24%).

Abbildung 18: Förderung sportlicher Aktivität in der Schule (in Prozent)



8 Sport im Verein

8.1 Mitgliedschaft im Sportverein

Ob die Kinder und Jugendlichen, die in Niederösterreich zur Schule gehen, Mitglied in einem Sportverein sind, wurde – da es sich hier um ein zentrales Erkenntnisinteresse der Studie handelt – auf zwei Arten erhoben. Erstens direkt: 45% der Schüler*innen kreuzten an, Mitglied in einem Sportverein zu sein. Das bedeutet eine leichte Steigerung gegenüber 2017 (42%). Zweitens wurden die Schüler*innen gefragt, welche Sportarten sie im Rahmen eines Vereins ausüben, und diese Nennungen wurden gesondert ausgewertet, um die Anzahl der Mitgliedschaften zu ermitteln. Diese Berechnung ergibt einen Wert von 48%, was den Anstieg der Vereinsmitgliedschaften bestätigt (2017: 42%). Dass die beiden Erhebungsmethoden leicht unterschiedliche Ergebnisse liefern, könnte daran liegen, dass Kindern und Jugendlichen nicht immer bewusst ist, welchen Status sie im Verein haben, wenn zum Beispiel die Eltern die Mitgliedschaft organisieren. Deshalb sind die Daten der Sonderauswertung verlässlicher und werden in weiterer Folge verwendet, um Ausmaß und Struktur der Mitgliedschaft in Sportvereinen zu beschreiben.

Mehr als die Hälfte der **Burschen** sind im Rahmen eines Vereins sportlich aktiv (51%), von den **Mädchen** sind es immerhin 45%. Hier hat sich seit 2017 eine deutliche Verschiebung zugunsten der Burschen ergeben: Bei der letzten Erhebung haben nämlich mehr Mädchen als Burschen in Vereinen trainiert (44%, B: 40%). Da der Wert für die Mädchen konstant geblieben ist, kann der Gesamtanstieg der Mitgliedschaften auf die Burschen zurückgeführt werden.

Die ältesten Befragten, die Gruppe 16^{plus}, sind am seltensten Sportvereinsmitglieder (39%). Die aktivste **Altersgruppe** bilden die 12- bis 13-Jährigen (57%). Sie sind schon weiter weg vom Spielerischen als die 10- bis 11-Jährigen (Mitgliedschaft: 51%), aber noch nicht zu sehr durch andere Freizeitangebote und die Anforderungen in der Schule in Anspruch genommen. Deshalb sind sie wohl auch für Schnupperangebote und ähnliches besonders empfänglich. In der nächsten Alterskohorte ist es sozusagen schon zu spät; der Anteil der Sportvereinsmitglieder liegt bei den 14- bis 15-Jährigen mit 47% um 10 Prozentpunkte niedriger.

Wer eine **Schule mit sportlichem Schwerpunkt** besucht, ist weit überdurchschnittlich oft auch in einem Sportverein aktiv (61%). Es gibt also einen positiven Zusammenhang zwischen der Intensität des Schulsports und der Aktivität in Sportvereinen, wobei von 2017 auf 2019 die Mitgliedschaften der Schüler*innen, die eine Schule ohne sportlichen Schwerpunkt besuchen, sogar ein wenig stärker angestiegen sind als bei ihren Kollegen*innen mit Sportfokus.¹² Das lässt wiederum darauf schließen, dass an den herkömmlichen Schulen das Rekrutierungspotential noch nicht ausgeschöpft ist – und wohl noch erhöht werden könnte, gäbe es mehr Schulsport.

Schüler*innen aus der **Bildungsregion** Zwettl sind weitaus seltener Mitglied in einem Sportverein (39%) als ihre Kollegen*innen in den anderen Bildungsregionen, vor allem im Vergleich mit Baden (55%) und Waidhofen/Ybbs (52%).

Ein Blick auf das unmittelbare **soziale Umfeld** zeigt, dass Kinder und Jugendliche, ...

... die ihre **Familien als sportlich nicht aktiv** wahrnehmen, weit unterdurchschnittlich oft Mitglieder in Sportvereinen sind (32%; sportlich aktive Familie: 51%).

... die aus **Familien mit Migrationshintergrund** stammen, nur etwas seltener die Mitgliedschaft eines Sportvereins haben (46%) als jene aus Familien ohne Migrationshintergrund (50%).

¹² Vereinsmitglieder 2017: Schule ohne sportlichen Schwerpunkt 38%; mit sportl. Schwerpunkt 57%; Vereinsmitglieder 2019: Schule ohne sportl. Schwerpunkt: 45%, mit sportl. Schwerpunkt: 61%.

... deren *Eltern keine Matura* haben, deutlich unterdurchschnittlich oft (37%) und überdies viel seltener als jene, deren Eltern einen höheren Bildungsabschluss haben, Mitglieder in Sportvereinen sind (56%).

Zu denken gibt, dass gerade jene, die am seltensten körperlich aktiv sind, von den Sportvereinen in den letzten beiden Jahren nicht nennenswert erreicht wurden: Von den *Sportmuffeln* waren 2017 lediglich 14% in einem Sportverein aktiv, der Anstieg um gerade einmal einen Prozentpunkt fällt nicht ins Gewicht. Bei allen anderen Kindern und Jugendlichen, also den „Nicht-Sportmuffeln“, betrug die Steigerung der Mitgliedschaften 10 Prozentpunkte (von 45% auf 55%).

Im Fokus: Vereinsmitgliedschaften jenseits von Sport

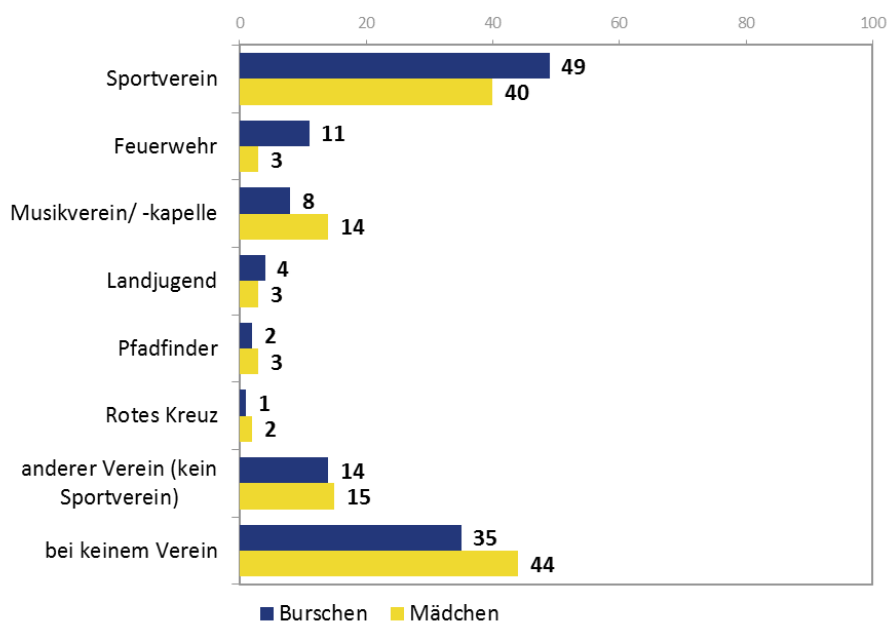
In keinem anderen Lebensbereich spielen Vereine eine ähnlich große Rolle wie im Sport. Zur Erinnerung: Die niederösterreichischen Schüler*innen geben auf die direkte Frage zu 45% an, Mitglied in einem Sportverein zu sein. Bei den nicht sportbezogenen Vereinen liegen *Musikkapellen bzw. Musikvereine* mit 11% an der Spitze, gefolgt von der *Freiwilligen Feuerwehr* mit 7%. Nur selten genannt wurden *Landjugend* (4%), *Pfadfinder*innen* (3%) und *Rotes Kreuz* (2%). Recht häufig wurde die Kategorie *andere Vereine* (die nichts mit Sport zu tun haben) angekreuzt (14%). Die Mädchen spielen öfter ein Instrument in einer Musikkapelle als die Burschen (14%, B: 8%), die wiederum häufiger bei der Freiwilligen Feuerwehr mitmachen (11%, M: 3%). Die Musikvereine sind bei den Ältesten im Vergleich etwas weniger beliebt, die Landjugend für die Ältesten etwas attraktiver. Überdurchschnittlich viele Mitglieder haben Musikkapellen in der Bildungsregion Tulln (16%) und die Freiwillige Feuerwehr in Mistelbach (16%). Insgesamt 39% sagen, dass sie bei gar keinem Verein aktiv sind.

Kinder und Jugendliche, ...

... die aus *Familien mit Migrationshintergrund* stammen, engagieren sich seltener bei der Freiwilligen Feuerwehr (3%; ohne M.: 8%) und bei der Landjugend (1%; ohne M.: 4%). Bei Musikkapellen ist die Differenz geringer (10%; ohne M.: 12%).

... deren *Eltern keine Matura* haben, sind etwas öfter bei der Freiwilligen Feuerwehr (9%) und bei der Landjugend (5%) als jene, deren Eltern einen höheren Bildungsabschluss haben (6% bzw. 3%). Umgekehrt verhält es sich bei Musikkapellen (8%, mit Matura: 13%).

Abbildung 19: Mitgliedschaft bei Vereinen (in Prozent)

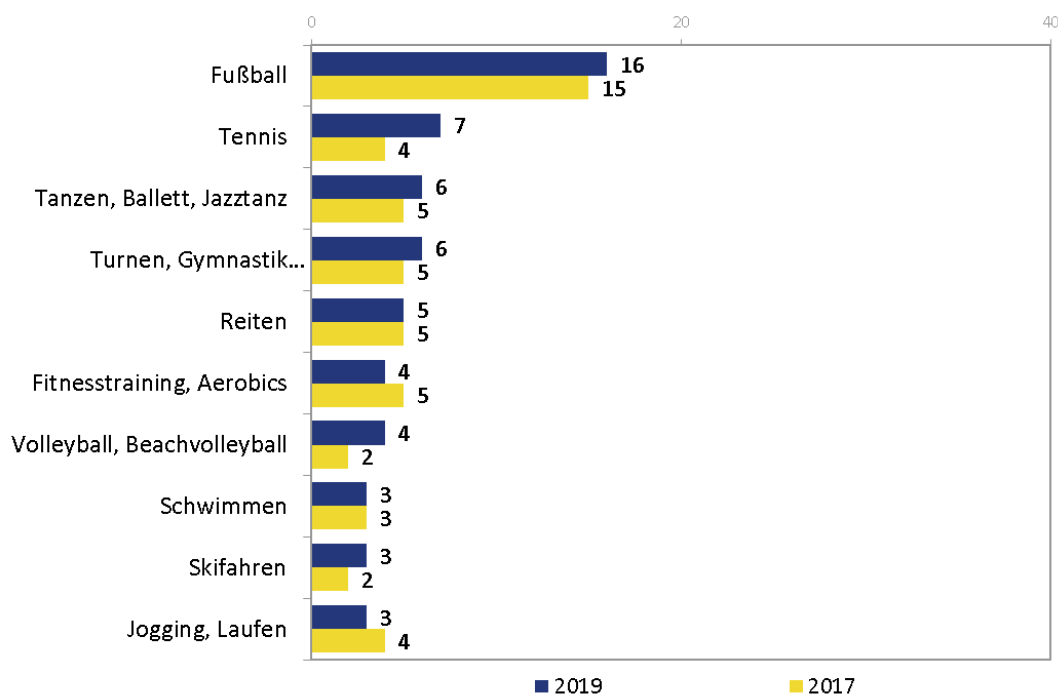


8.2 Sportliche Aktivität und Sportarten im Verein

Das **Ausmaß der körperlichen Aktivität und des Freizeitsports stehen in engem Zusammenhang mit einer Mitgliedschaft im Sportverein**: Schüler*innen, die sich länger als 10 Stunden pro Woche intensiv bewegen bzw. mindestens fünfmal wöchentlich Sport betreiben, sind zu über 70% Sportvereinsmitglieder (73% bzw. 71%). Wer hingegen maximal 2 Stunden wöchentlich aktiv ist bzw. nicht einmal jede Woche sportelt, gehört ungleich seltener einem Sportverein an (zu 21% bzw. zu 16%). Von den niederösterreichischen Schülern*innen, die 2 bis 5 aktive Stunden aufweisen, trainieren 38% in einem Verein; von jenen, die 5 bis 10 Stunden ihrer Freizeit wöchentlich der Bewegung widmen, haben immerhin zwei Drittel eine Mitgliedschaft (66%).

Die deutlich am häufigsten im Rahmen von Vereinen ausgeübte **Sportart** ist *Fußball*. 16% der niederösterreichischen Schüler*innen spielen Fußball im Verein. An zweiter Stelle folgt mit beträchtlichem Abstand *Tennis* (7%), dann ex aequo *Tanzen, Ballett & Jazztanz* sowie *Turnen & Gymnastik* (6%).

Abbildung 20: Sportarten, die im Sportverein betrieben werden (in Prozent)



Ein **Vergleich des organisierten Freizeitsports im Rahmen von Schulfreifächern und Vereinen**, fällt deutlich zugunsten des Freifachs aus. Fast alle Sportarten werden um ein Vielfaches öfter in der Schule ausgeübt, zum Beispiel Schwimmen (Freifach: 15%, Verein: 3%), Jogging & Laufen (16% bzw. 3%), Turnen & Gymnastik (19% bzw. 6%) oder Volleyball & Beachvolleyball (14% bzw. 4%). Auch Fußball spielen die niederösterreichischen Schüler*innen um einen Hauch öfter im Schulfreifach (18% bzw. 16%). Nur bei Tennis (Freifach: 4%, Verein: 7%), Reiten (2% bzw. 5%) sowie Tanzen, Ballett & Jazztanz (4% bzw. 6%) überflügeln die Sportvereine das Freifach, wobei die Unterschiede aber eher gering sind.

Aus den Daten lassen sich Rückschlüsse auf den **nicht-organisierten Freizeitsport** ziehen. Die drei Lieblingssportarten der niederösterreichischen Schüler*innen, Radfahren, Schwimmen sowie Jogging & Laufen, werden zu einem großen Teil nicht-organisiert ausgeübt. Sportarten, die in Mannschaften

gespielt werden oder spezielle Sportplätze bzw. ein bestimmtes Equipment erfordern, werden hingegen mehrheitlich organisiert ausgeübt: zum Beispiel Fußball, Volleyball, Tennis oder Reiten. Fitness und Aerobics werden in erster Linie nicht-organisiert ausgeübt, obwohl Trainer*innen und/oder Geräte meist notwendig sind; hier scheinen andere – kommerzielle – Anbieter (z. B. Fitness-Studios) ins Spiel zu kommen.

Im Fokus: Teilnahme an Wettkämpfen

Niederösterreichische Schüler*innen, die Mitglied in einem Sportverein sind, nehmen wesentlich häufiger (74%) an Wettkämpfen teil als Nicht-Mitglieder (15%). Somit ist die Teilnahme an Wettkämpfen ein wesentlicher Bestandteil des Lebens im Sportverein. Insgesamt – also nicht nur im Rahmen eines Vereins, sondern zum Beispiel auch für ihre Schule – treten 44% der Kinder und Jugendlichen zu **Wettkämpfen** an, die Hälfte der Burschen (50%), aber nur ein gutes Drittel der Mädchen (37%). Gegenüber 2017 ist die Teilnahme an Wettkämpfen bei den Buben deutlich angestiegen (2017: 39%), bei den Mädchen hat sich nichts Nennenswertes verändert. Die meisten Wettkampfteilnehmer*innen finden sich in der Altersgruppe der 12- bis 13-Jährigen (56%), die wenigsten in der Gruppe 16^{plus} (30%) – hier findet sich also in Bezug auf das Alter ein ähnliches Aktivitätsmuster wie bei den Vereinsmitgliedschaften. Die Schüler*innen der AHS sind die eifrigsten Wettkämpfer*innen (54%), gefolgt von jenen der Neuen Mittelschule (48%) und der BMS (43%). Alle anderen Schultypen liegen deutlich unter dem Durchschnitt (Polytechnische Schule: 37%, BHS: 33%, Berufsschule: 26%). Was die Bildungsregionen anlangt hat Waidhofen/Ybbs (52%) die Spitzenposition inne und Zwettl den letzten Platz (37%).

Kinder und Jugendliche, ...

- ... die ihre *Familien* als *sportlich nicht aktiv* empfinden, nehmen weit unterdurchschnittlich oft an Wettkämpfen teil (26%; sportlich aktive Familie: 47%).
- ... die aus *Familien mit Migrationshintergrund* stammen, treten etwa genauso oft zu Wettkämpfen an (42%) wie jene aus Familien ohne Migrationshintergrund (45%).
- ... deren *Eltern keine Matura* haben, nehmen seltener an Wettkämpfen teil (36%) als jene, deren Eltern einen höheren Bildungsabschluss haben (49%).

8.3 Pro und Kontra Mitgliedschaft im Sportverein

In den Augen der niederösterreichischen Schüler*innen spricht mehr für eine Mitgliedschaft in einem Sportverein als dagegen. In Summe gesehen kreuzten sie im Fragebogen die Argumente pro Sportverein deutlich öfter an als jene kontra Sportverein. Die zwei dominanten **Gründe für eine Mitgliedschaft** sind die Sportarten, die man dort ausüben kann (*Sportart gefällt mir*: 88%), und die sozialen Kontakte, die dort geknüpft und gepflegt werden (*Kameradschaft, Gemeinschaft, Freunde*innen*: 80%). Hohen Stellenwert hat auch die *Regelmäßigkeit des Trainierens* (71%), das Training im Allgemeinen (*Training gefällt mir*: 69%) sowie die gute Qualität der Trainer*innen (*Trainer*in ist gut*: 56%). Weit weniger wichtig ist die *Teilnahme an Wettkämpfen* (35%) sowie die Tatsache, dass man die *Wunschsportart nur in einem Verein* ausüben kann (33%). Geschlechtsspezifische Unterschiede zeigen sich bei einem einzigen Punkt: Den **Burschen** bedeuten die Wettkämpfe viel mehr als den **Mädchen** (44%, M: 24%). Und auch das **Alter** spielt nur bei einem Pro-Argument eine nennenswerte Rolle: Der gute Trainer bzw. die gute Trainerin ist für die Jüngsten in einem hohem Maß ausschlaggebend (72%), mit steigendem Alter ändert sich das (12/13 Jahre: 59%; 14/15 Jahre: 56%; 16^{plus}: 44%).

Gegen eine Mitgliedschaft sprechen vor allem Gründe organisatorischer Natur und erst in zweiter Linie Argumente, die mit Sport, Sportart oder Sportverein zu tun haben. 59% haben *zu viel Stress bzw. zu wenig Zeit*, 55% führen die *ungünstigen Trainingszeiten bzw. den weiten Weg* ins Treffen und

44% meinen, dass die *schulischen Leistungen unter der Aktivität im Sportverein leiden*. An vierter Stelle mit einem Anteil von immerhin 43% folgt das Argument: *kein Interesse bzw. keine Freude am Sport*. Für jeweils ein Drittel der Kinder und Jugendlichen sprechen die *schlechte Qualität der Trainer*innen* und die *Verpflichtungen im Verein* gegen eine Mitgliedschaft (je 33%), ein gutes Viertel findet *keinen Verein für die Wunschsportart* (26%). Die organisationsbezogenen Kontra-Argumente wiegen für die **Mädchen** deutlich schwerer als für die **Burschen**: Zwei Drittel von ihnen haben zu viel Stress bzw. zu wenig Zeit (66%, B: 54%), für 6 von 10 Mädchen sind die Trainingszeiten ungünstig oder der Verein zu weit entfernt (61%, B: 49%) und die knappe Hälfte befürchtet einen negativen Einfluss auf die Noten in der Schule (49%, B: 39%). Aber auch die ablehnende Haltung gegenüber Sport schlechthin ist bei den Mädchen ausgeprägter (46%, B: 39%). **Je älter** die Schüler*innen sind, desto stärker sind sie gegen eine Vereinsmitgliedschaft, das gilt für alle Kontra-Argumente, wobei in allen Alterskohorten Schulstress und Zeitmangel die größte Rolle spielen. Besonders weit liegen die Jüngsten und die Ältesten auseinander, wenn es um die Einstellung zu Sport geht: 21% der 10- bis 11-Jährigen, aber 52% der Gruppe 16^{plus} haben kein Interesse bzw. keine Freude am Sport.

Ein **Vergleich der Bildungsregionen** liefert einerseits erwartbare Ergebnisse, andererseits aber auch durchaus Überraschendes. Die Mädchen und Burschen, die eine Schule in der Region Zwettl besuchen, stehen einer Mitgliedschaft im Sportverein besonders skeptisch gegenüber – und sind folgerichtig auch vergleichsweise selten in einem Verein aktiv (39%, Ø: 48%). Sie kreuzten die Pro-Argumente weniger oft an als der Durchschnitt, das gilt insbesondere für die Freude an den einzelnen Sportarten (83%, Ø: 88%), das Training im Allgemeinen (64%, Ø: 69%), die gute Qualität der Trainer*innen (45%, Ø: 56%) und die Möglichkeit, regelmäßig zu trainieren (63%, Ø: 71%). Bei den Gegenargumenten ist das Ergebnis nicht ganz so eindeutig, die Schüler*innen aus Zwettl zeigen ein unterdurchschnittliches Interesse bzw. unterdurchschnittliche Freude am Sport (kein Interesse/keine Freude am Sport: 49%, Ø: 43%) und die Verpflichtungen im Verein wiegen für sie besonders schwer (39%, Ø: 33%). Soweit das erwartbare Ergebnis. Überraschend ist jedoch, dass die Kinder und Jugendlichen aus Baden, also jener Bildungsregion mit dem höchsten Anteil von Sportvereinsmitgliedschaften (55%), die Kontra-Argumente am häufigsten angekreuzt haben.¹³ Gleichzeitig kamen aus der Region Waidhofen/Ybbs, wo ebenfalls überdurchschnittlich viele Schüler*innen in einem Verein trainieren (52%), besonders wenige Kontra-Stimmen. Die Ergebnisse liefern also ein differenziertes Bild: Die Erfahrungen mit einer Mitgliedschaft sind ganz offensichtlich unterschiedlich, in Waidhofen/Ybbs sehr positiv, in Baden hingegen negativer, was allerdings nicht dazu führt, dass die Kritiker*innen den Verein in großer Zahl verlassen; die Vorteile scheinen also auch hier zu überwiegen.

Vergleicht man das Antwortverhalten der Sportvereinsmitglieder mit jenem der Nicht-Mitglieder, erhält man eine Gegenüberstellung von Innen- und Außensicht bzw. von wissenden Insidern und ahnenden Außenstehenden. Generell gilt, dass alle Pro-Argumente von den Mitgliedern und alle Kontra-Argumente von den Nicht-Mitgliedern öfter angekreuzt wurden, wobei die Differenzen bei den Pro-Argumenten größer sind. Das heißt, eine positive Einstellung wird durch eine Mitgliedschaft noch weiter bestärkt. Pro-Argumente, die für die Mitglieder deutlich wichtiger sind, betreffen das Training allgemein (83%, kein Mitglied: 55%), die Qualität der Trainer*innen (69%, kein Mitglied: 43%), die Wettkämpfe (48%, kein Mitglied: 22%) und die Regelmäßigkeit des Trainings (83%, kein Mitglied: 59%). Kontra-Argumenten, die für die Nicht-Mitglieder viel mehr Gewicht haben, sind Stress und Zeitmangel (71%, Mitglieder: 47%), aber auch die Verpflichtungen im Verein (42%, Mitglieder: 23%). Berücksich-

¹³ **Argumente gegen eine Mitgliedschaft im Sportverein** - Bildungsregion Baden: kein Interesse/keine Freude am Sport 49% (Ø: 43%), schulische Leistungen leiden 52% (Ø: 44%), Trainer/in ist nicht gut 38% (Ø: 33%), ungünstige Trainingszeiten/Entfernung 61% (Ø: 55%) - Bildungsregion Waidhofen/Ybbs: kein Interesse/keine Freude am Sport 33% (Ø: 43%), Verpflichtungen im Verein 26% (Ø: 33%), schulische Leistungen leiden 34% (Ø: 44%), zu viel Stress/zu wenig Zeit 50% (Ø: 59%), ungünstige Trainingszeiten/Entfernung 44% (Ø: 55%).

tigt man die Vereinsmitgliedschaft sind die **geschlechtsspezifischen Unterschiede** viel stärker ausgeprägt. So stehen die weiblichen Mitglieder den Vereinen tendenziell kritischer gegenüber: Sie kreuzen die Pro-Argumente etwas seltener und die Kontra-Argumente teilweise deutlich öfter an als die männlichen. Und das, obwohl sie mit einer positiveren Einstellung in die Vereine gehen, denn die weiblichen Nicht-Mitglieder finden die Pro-Argumente überzeugender als die männlichen Nicht-Mitglieder. Die Erfahrung einer tatsächlichen Mitgliedschaft scheint die Mädchen also weniger zu überzeugen als die Burschen.

Abbildung 21: Gründe für eine Vereinsmitgliedschaft nach Geschlecht (in Prozent)

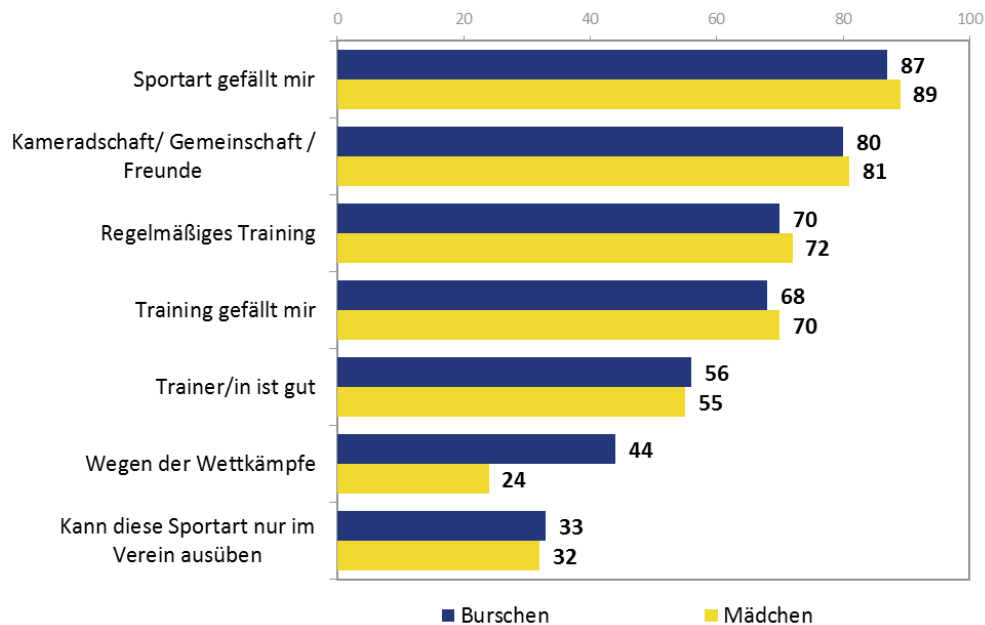
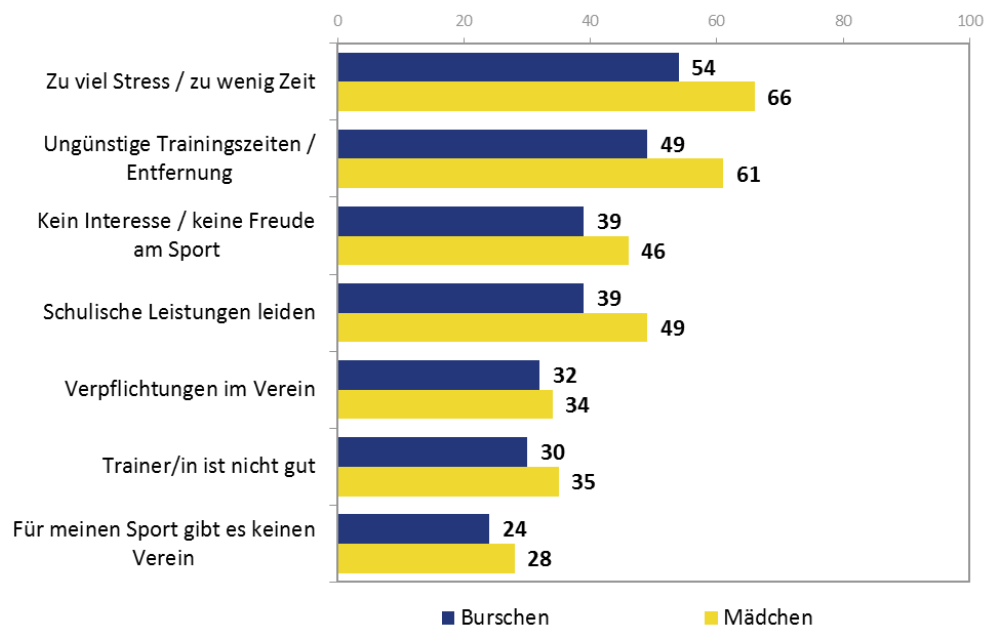


Abbildung 22: Gründe gegen eine Vereinsmitgliedschaft nach Geschlecht (in Prozent)



9 Freizeitverhalten und Gesundheit

9.1 Freizeitbeschäftigungen

Die Freizeitbeschäftigungen, denen die niederösterreichischen Schüler*innen am öftesten nachgehen, sind von der Digitalität unserer Zeit geprägt: Sie *streamen oder hören Musik bzw. Radio* (58%), *sehen sich Videos auf Onlineplattformen*, z. B. YouTube, *an* (52%), oder *chatten & posten*, z. B. über WhatsApp, Instagram oder Facebook (51%). In diese Gruppe der Lieblingsbeschäftigungen, denen mindestens die Hälfte der Befragten nachgehen, fallen aber auch zwei „analoge“ Hobbys: *Freunde*innen treffen* (52%) und auch *Sport machen* (49%). Ein Vergleich mit den Kindern und Jugendlichen aus Tirol¹⁴ und Oberösterreich¹⁵ liefert ein erstaunliches Ergebnis: In allen drei Bundesländern betreiben 49% in ihrer Freizeit Sport. Die Erhebungsmethoden waren in den drei Studien unterschiedlich, weshalb eine solche Gegenüberstellung mit Vorsicht betrachtet werden sollte, aber die Größenordnungen stimmen überein. Darauf weisen auch die geschlechtsspezifischen Unterschiede hin, die in allen Bundesländern ungefähr gleich sind.¹⁶ In Freizeit-Konkurrenz zum Sport stehen außerdem *TV, Serien, Filme schauen bzw. streamen* (45%), *Surfen im Internet* (40%) und – wieder „analog“ – *etwas mit der Familie machen*, z. B. Ausflüge oder Brettspiele (39%), sowie *sich mit (Haus)Tieren beschäftigen* (38%). Die drei Schlusslichter gehören der analogen Welt an: *handwerken, basteln & malen* (24%), *Zeitung, Magazine oder Bücher lesen* (18%) sowie *ein Instrument spielen & musizieren* (18%).

Betrachtet man die Rangordnung der Freizeitbeschäftigungen nach **Geschlecht** finden sich viele grundsätzliche Übereinstimmungen aber auch große Differenzen: Eher weibliche Tätigkeiten sind Musik hören bzw. streamen (62%, B: 55%), chatten & posten (57%, B: 46%), sich mit Tieren beschäftigen (48%, B: 30%), etwas mit der Familie unternehmen (43%, B: 37%), telefonieren (32%, B: 23%) sowie musizieren (22%, B: 14%). Eher männliche Beschäftigungen sind neben dem Sport Videos auf YouTube schauen (61%, M: 43%) und spielen auf Konsole, Tablet oder PC (51%, M: 11%).

Von den Freizeitbeschäftigungen, die der analogen Welt zuzurechnen sind, wurden im Fragebogen alle von den Jüngeren häufiger angekreuzt als von den Älteren – mit einer Ausnahme: die Gruppe 16^{plus} trifft ihre Freunde*innen öfter als die 10- bis 11 Jährigen (53% bzw. 45%). Besonders stark verändert sich die Freizeitgestaltung mit dem **Alter** bei den Unternehmungen mit der Familie (10/11 Jahre: 64%, 16^{plus}: 24%) und dem Sport (10/11 Jahre: 66%, 16^{plus}: 36%). Wesentlich komplexer sind die Entwicklungen von Alterskohorte zu Alterskohorte bei den Freizeitbeschäftigungen, die der digitalen Welt zugeordnet werden können. Nach dem 12. Geburtstag werden die Kinder und Jugendlichen digital aktiver. Das betrifft TV, Serien und Filme schauen bzw. streamen, Videos auf Onlineplattformen ansehen, chatten & posten via Social Media sowie Surfen im Internet. Mit dem 14. Geburtstag sinkt dann die Häufigkeit, mit der an Konsole, PC oder Tablet gespielt wird, und es wird mehr Musik gehört bzw. gestreamt. Manche Tätigkeiten verlieren bei der ältesten Gruppe wieder an Bedeutung: Videos auf Onlineplattformen ansehen, chatten & posten und schließlich auch telefonieren – die Gruppe 16^{plus} telefoniert zu 19% (sehr) viel, von den Jüngeren trifft das je nach Kohorte auf 27% bis 32% zu.

¹⁴ Schlüsselverlag J. M. Moser (2019). TT-Jugendstudie. Innsbruck, S. 4 (https://issuu.com/zielgruppenverlag.at/docs/umfrage_jugendliche_folder_210x285_1908_issuu?fr=sNjNkMDEzMTMyNg, zuletzt abgerufen 22.2.2020)

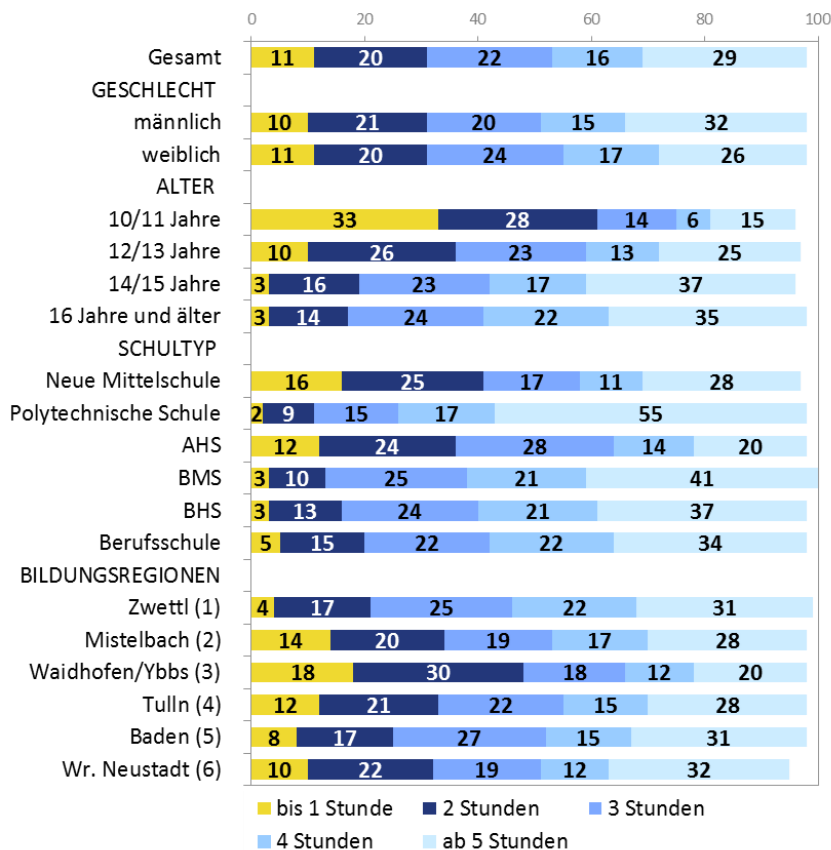
¹⁵ Education Group (2019). 6. OÖ Jugend-Medien-Studie, market Institut im Auftrag der Education Group, S. 6 (https://www.edugroup.at/fileadmin/DAM/Innovation/Forschung/Dateien/O2_Freizeitverhalten_und_Medienrelevanz_2019.pdf, zuletzt abgerufen 22.2.2020)

¹⁶ Sport in der Freizeit: NÖ – Burschen: 54%, Mädchen 42%; OÖ – Burschen: 56%, Mädchen: 41%; Tirol – Burschen: 56%, Mädchen 42%.

9.2 Bildschirmzeit

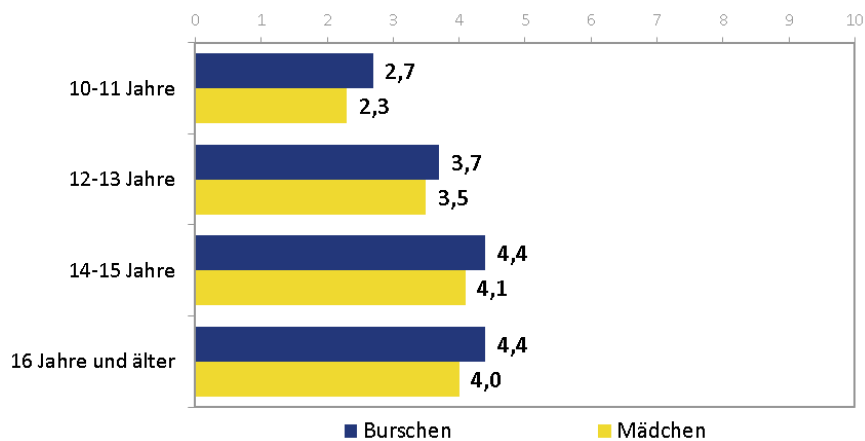
Die niederösterreichischen Schüler*innen verbringen im Durchschnitt 3,7 Stunden täglich vor einem Bildschirm, z. B. vor Handy, PC, Tablet oder Spielkonsole, die Burschen 3,9 Stunden, die Mädchen 3,6 Stunden.

Abbildung 23: Tägliche Bildschirmzeit (in Prozent)



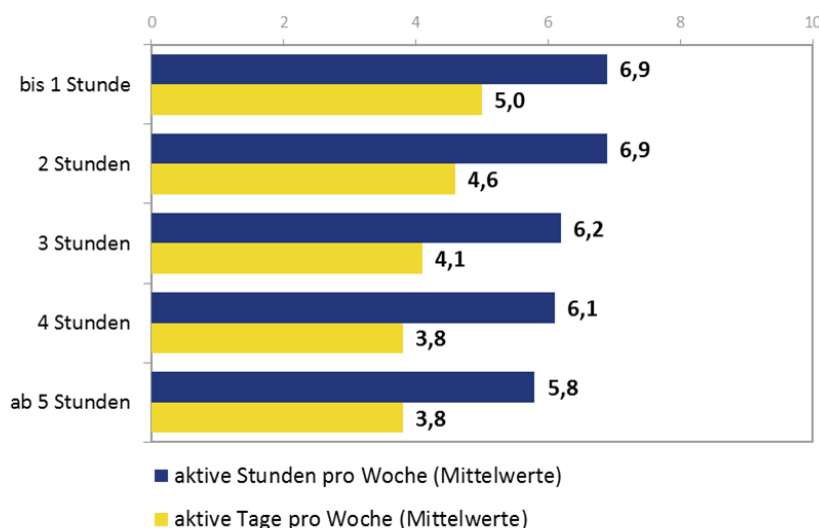
Die **geschlechtsspezifische Differenz** ist darauf zurückzuführen, dass die Mädchen etwas seltener 5 Stunden oder mehr pro Tag vor einem Monitor verbringen (26%, B: 32%) und es etwas öfter bei 3 oder 4 Stunden belassen (3 Std. - M: 24%, B: 20%; 4 Std. - M: 17%, B: 15%). In allen Altersgruppen und fast allen Schultypen (mit Ausnahme der Polytechnischen Schule) nutzen die Burschen Bildschirme intensiver als die Mädchen, aber meist nur geringfügig intensiver. Lediglich in der BMS und der Polytechnischen Schule ist der Unterschied beträchtlich: einmal zugunsten der Burschen (B: 5,5 Std./Tag; M: 3,9 Std.), das andere Mal zugunsten der Mädchen (M: 5,8 Std./Tag; B: 4,7 Std.). Die **Jüngsten** halten sich vom Bildschirm noch eher fern bzw. sie werden ferngehalten. Die 10- bis 11-Jährigen verbringen 2,5 Stunden täglich vor einem Monitor, die 11- bis 12-Jährigen bereits 3,5 Stunden, und nach dem 14. Geburtstag bleibt die Bildschirmzeit konstant bei 4,2 Stunden täglich.

Abbildung 24: Tägliche Bildschirmzeit nach Geschlecht (Mittelwerte in Stunden)



Angesichts der steigenden Bedeutung der digitalen Freizeitbeschäftigungen, aber auch der verbreiteten Nutzung von Computern in und für die Schule, ist die Bildschirmzeit eine interessante Messzahl. In ihr spiegeln sich sowohl die mit dem Sport konkurrierenden Freizeitangebote, als auch der Arbeitsaufwand für die Schule. **Die Hypothese lautet: Je mehr Zeit die Kinder und Jugendlichen vor dem Bildschirm verbringen, desto weniger Zeit bleibt ihnen für Bewegung und Sport.** Und tatsächlich bestätigen die Daten einen Zusammenhang: Kinder und Jugendliche, die bis zu 2 Stunden täglich einen Bildschirm nutzen, bewegen sich im Durchschnitt 6,9 Stunden pro Woche so sehr, dass sie ins Schwitzen oder außer Atem kommen. Wer 3 Stunden vor dem Bildschirm verbringt, dem bzw. der bleiben nur 6,2 aktive Stunden wöchentlich. Bei mehr als 5 Stunden Bildschirmzeit, reduziert sich die aktive Zeit noch einmal auf 5,8 Stunden pro Woche. Eine ähnliche Entwicklungskurve ergibt sich beim Vergleich von Bildschirmzeit und aktiven Tagen pro Woche: Wer den Bildschirm maximal eine Stunde täglich verwendet, sportelt an 5 Tagen pro Woche (mindestens eine Stunde lang) 2 Stunden Bildschirmzeit korrespondieren mit 4,6 aktiven Tagen wöchentlich, 3 Stunden mit 4,1 aktiven Tagen und eine Bildschirmzeit von 4 Stunden oder länger mit nur noch 3,8 aktiven Tagen pro Woche.

Abbildung 25: Körperliche Aktivität nach Bildschirmzeit



9.3 Gesundheit: Körpergewicht, Rauchen und Alkoholkonsum

Körpergröße und -gewicht wurden im Fragebogen erhoben und daraus der Body-Mass-Index (BMI) errechnet. Der BMI gilt als grober Richtwert, aus dem man vorsichtig auf Untergewicht, Normalgewicht und Übergewicht schließen kann, wobei alters- und geschlechtsspezifische Referenzwerte für die Einteilung herangezogen wurden.¹⁷ Mehr als zwei Drittel der niederösterreichischen Schüler*innen sind demnach normalgewichtig (68%), 9% untergewichtig und 19% übergewichtig, darunter 7% stark übergewichtig. Die **Burschen** bringen weitaus häufiger zu viele Kilos auf die Waage als die **Mädchen**: Fast ein Viertel von ihnen gilt nach BMI-Berechnung als übergewichtig (24%), der Anteil der übergewichtigen Mädchen ist genau halb so groß (12%). Gewichtsprobleme hängen mit dem **Alter** zusammen: Übergewicht ist bei den Jüngsten noch kaum ein Thema (10/11 Jahre: 12%), bis zum 16. Geburtstag liegen die Anteile zwar etwas höher, bleiben aber konstant (12/13 Jahre: 16%, 14/15 Jahre: 15%). Bei den Ältesten kommt es dann zu einem geradezu sprunghaften Anstieg: 27% der Gruppe 16^{plus} sind übergewichtig. Was besonders ins Auge fällt: Der Anteil der stark Übergewichtigen nimmt überproportional zu: von 4 bis 5% bei den jüngeren Kohorten auf 12% bei den Ältesten.

Kinder und Jugendliche, ...

- ... die ihre **Familien** als **sportlich aktiv** wahrnehmen, sind deutlich seltener übergewichtig (17%) als jene aus sportlich nicht aktiven Familien (30%).
- ... die aus **Familien mit Migrationshintergrund** stammen, sind etwas öfter übergewichtig (22%) jene aus Familien ohne Migrationshintergrund (17%).
- ... deren **Eltern keine Matura** haben, sind deutlich öfter übergewichtig (24%) als jene, deren Eltern einen höheren Bildungsabschluss haben (15%).

Körpergewicht und Bewegungsmaß hängen miteinander zusammen. Es ist ein Teufelskreis: Wer sich wenig bewegt, nimmt eher zu. Wer übergewichtig ist, bewegt sich vergleichsweise wenig. Unter den niederösterreichischen Schüler*innen, die seltener als einmal pro Woche körperlich so aktiv sind, dass sie ins Schwitzen oder außer Atem geraten, sind 24% übergewichtig; unter jenen, die mindestens 5 aktive Tage pro Woche haben, hingegen nur 12%. Die stark Übergewichtigen sind an 3,5 Tagen bzw. insgesamt 5,7 Stunden pro Woche aktiv, die Normalgewichtigen an 4,2 Tagen bzw. 6,5 Stunden.

Nach ihrem **Alkoholkonsum** und **Rauchverhalten** wurden nur die Jugendlichen befragt, die die Schulstufen 8 bis 12 besuchen. 41% von ihnen trinken nie alkoholische Getränke, 68% rauchen nie. Diese Gesamtergebnisse sind jedoch nur eingeschränkt aussagekräftig, da sich der Konsum von Alkohol und Tabakwaren mit steigendem Alter stark verändert. Von den 13-Jährigen, die bereits in der 8. Schulstufe sind, trinken nahezu drei Viertel niemals Alkohol (73%) und 80% rauchen nie. Von den 14- bis 15-Jährigen sind 58% abstinent, 82% rauchen nie. Mit dem 16. Geburtstag verändert sich das Verhalten der Jugendlichen grundlegend: In der Gruppe 16^{plus} verzichten nur noch 18% konsequent auf Alkohol, 4% konsumieren ihn fast täglich, ein Fünftel wöchentlich (20%), ein Viertel mehrmals monatlich (26%) und ein knappes Drittel seltener (31%). Rauchen ist weniger verbreitet als Alkohol trinken. Mehr als die Hälfte der Gruppe 16^{plus} greift niemals zu Zigarette, Shisha bzw. ihren elektronischen Varianten (54%), allerdings raucht jede*r Fünfte täglich (20%). Jede*r Vierte ist als Gelegenheitsraucher*in (wöchentlich, mehrmals monatlich, seltener; 24%) einzustufen. Über alle Altersgruppen gesehen, trinken die Mädchen etwas seltener Alkohol (nie: 42%) als die Burschen (nie: 38%), zu Zigaretten und ähnlichem greifen sie sogar deutlich seltener (nie - 74%, B: 62%). Es lässt sich kein Zusammenhang zwischen dem Konsum der beiden Suchtmittel und der sportlichen Aktivität der Jugendlichen feststellen.

¹⁷ Wikipedia: Body Mass Index (<https://de.wikipedia.org/wiki/Body-Mass-Index>, zuletzt abgerufen 23.2.2020)

10 Sportkapital

10.1 Eine Messzahl für viele Einflussfaktoren

In welchem Ausmaß man körperlich aktiv ist – sich bewegt, sportelt oder richtiggehend trainiert –, ist von zahlreichen verschiedenartigen Faktoren abhängig. Viele davon kommen in den vorangegangenen Kapiteln des vorliegenden *Niederösterreichischen Kinder- und Jugendsportberichts 2019* vor. Das Konzept des Sportkapitals ermöglicht es, diese einzelnen Einflussfaktoren zu vereinen und aus ihnen rechnerisch eine einzige Messzahl zu ermitteln, die darüber Auskunft gibt, mit welchem persönlichen Potential und welchen externen Ressourcen verschiedene Personengruppen ausgestattet sind – immer in Bezug auf Sportausübung. Oder anders gesagt: Wieviel Kapital bringen die niederösterreichischen Kinder und Jugendlichen für den Sport mit? Wieviel Kapital wird ihnen mitgegeben? Kapital ist hier nicht Geld, sondern als ein Fächer von individuellen Möglichkeiten, psychischer Motivation und Unterstützung aus dem sozialen Umfeld zu verstehen.

Die **Bestandteile**, die die Höhe des Sportkapitals bestimmen, lassen sich in drei Gruppen einteilen, und zwar in ...

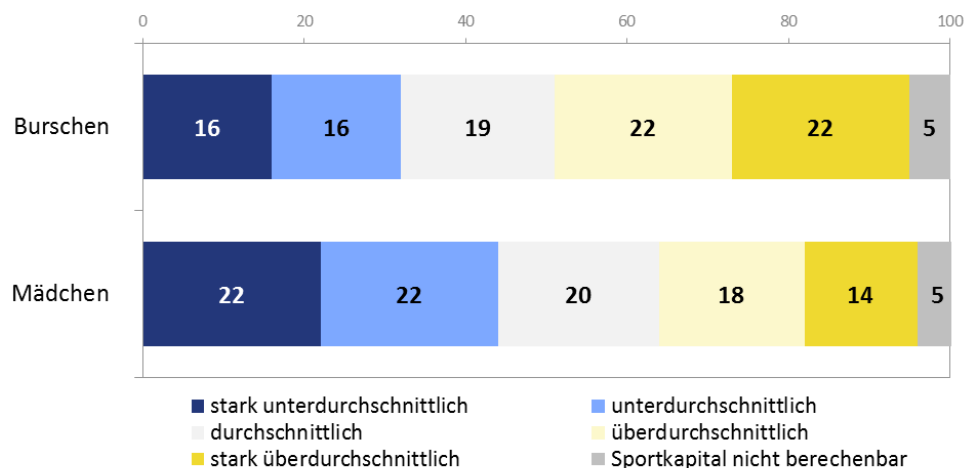
- ... **psychische Faktoren**: Hier fallen die Motive fürs Betreiben von Sport bzw. die Hindernisse herein (s. Kap. 6.1), zum Beispiel funktionale Motivatoren (wie Gesundheit, gutes Aussehen oder soziale Anerkennung) und intrinsische Motivatoren (wie Spaß oder Spannung), aber auch die Anforderungen des (schulischen) Alltags und schließlich die alternativen Freizeitbeschäftigungen (s. Kap. 9.1), wobei die Frage ist, auf welche Art die Betroffenen all das miteinander vereinbaren (können).
- ... **physisch-kognitive Faktoren**: Auch hier geht es wieder um Motive und Hindernisse, wenn auch mit einem körperbezogenen Fokus: gesundheitliche Faktoren (z. B. Erkrankungen, Schmerzen), gute und schlechte Erfahrungen (z. B. Verletzungen), Ängste (z. B. vor Blamage) bzw. Kompetenzerfahrungen (z. B. Scheitern oder Schwäche).
- ... **soziale Faktoren**: Hier gehören die familiäre und die schulische Unterstützung dazu (im Sinne von Möglichkeiten schaffen und ermuntern), die gemeinsamen Aktivitäten in der Familie und in der Peer-Group (vom Gesprächsthema Sport bis zum gemeinsamen Sporteln) sowie schließlich auch die Sport-Vorbilder (s. Kap. 7).

10.2 Sportkapital der Schüler*innen

Die Kinder und Jugendlichen wurden anhand ihres Sportkapital-Index in fünf gleich große Gruppen eingeteilt, die sich von stark unterdurchschnittlich, unterdurchschnittlich über durchschnittlich bis hin zu überdurchschnittlich und stark überdurchschnittlich erstrecken. Dadurch ergibt sich in der Gesamtheit eine ausgewogene Situation: **38% der niederösterreichischen Schüler*innen verfügen über ein überdurchschnittliches Sportkapital, 37% über ein unterdurchschnittliches**, 19% stehen in der Mitte und entsprechen dem Durchschnitt, für die kleine Restgruppe konnte das Sportkapital nicht bestimmt werden.

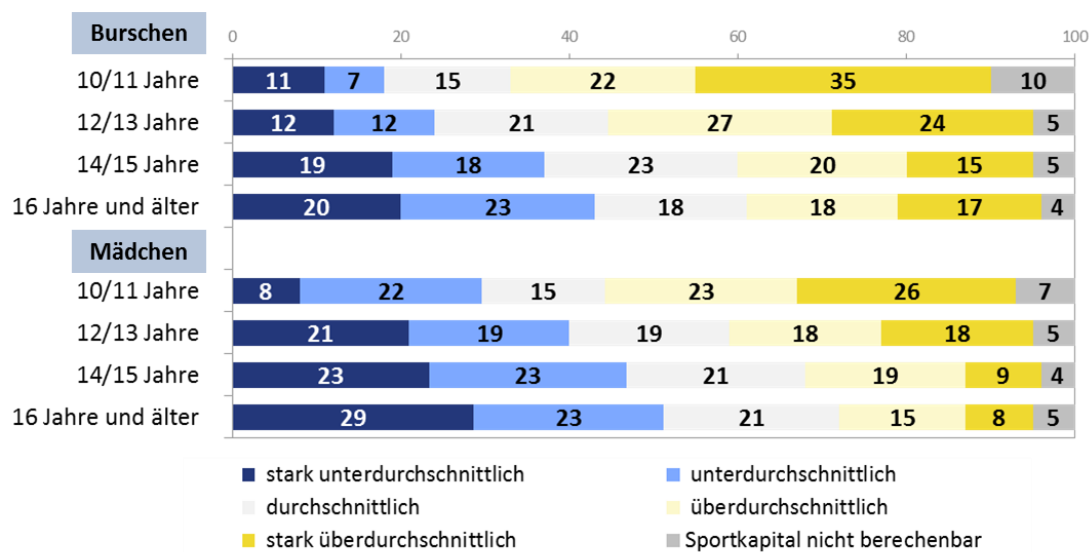
Wertet man nun die Daten in den unterschiedlichen Gruppen aus, zum Beispiel nach Geschlecht und Alter, zeigen sich beträchtliche Unterschiede. So sind die **Burschen** zu 44% mit einem überdurchschnittlichen und zu 32% mit einem unterdurchschnittlichen Sportkapital ausgestattet. Bei den **Mädchen** ist das Verhältnis genau umgekehrt (über Ø: 32%, unter Ø: 44%), sie bringen also das geringere Potential und die geringeren Ressourcen für den Sport mit.

Abbildung 26: Sportkapital nach Geschlecht (in Prozent)



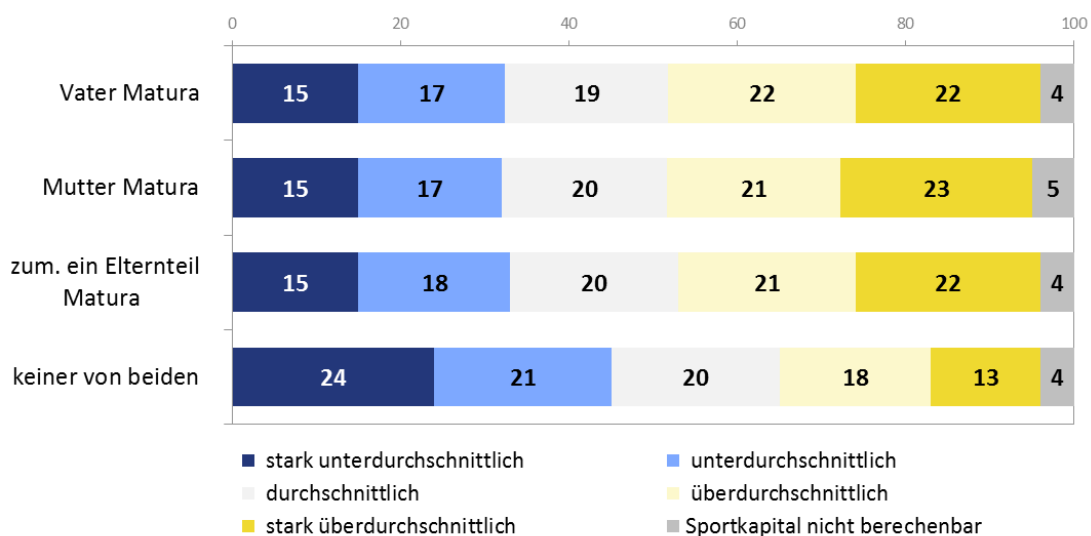
Das höchste Sportkapital haben ganz eindeutig die Jüngsten (10/11 Jahre - über Ø: 53%, unter Ø: 22%), das geringste die Ältesten (16^{plus} - über Ø: 30%, unter Ø: 47%). **Bezieht man neben den Altersgruppen auch noch das Geschlecht ein**, bietet sich ein äußerst differenziertes Bild. Den absoluten Spitzenwert erreichen die 10- bis 11-jährigen Buben: 57% von ihnen verfügen über ein überdurchschnittliches Sportkapital und nur 18% über ein unterdurchschnittliches. Die Mädchen sind bereits in diesem Alter weitaus dürftiger ausgestattet: nur zu 49% überdurchschnittlich, aber zu 30% unterdurchschnittlich. Die **Burschen** verlieren zunächst langsam an Kapital (12/13 Jahre - über Ø: 51%, unter Ø: 24%), mit dem 14. Geburtstag geht es jedoch sprunghaft bergab. Nur noch 35% der 14- bis 15-Jährigen können auf eine überdurchschnittliche Kapitalausstattung zurückgreifen, ein Niveau, das aber zumindest von den Ältesten gehalten werden kann. Dies gilt für das entgegengesetzte Ende der Skala jedoch nicht: Der Anteil der Burschen mit unterdurchschnittlichem Sportkapital steigt mit dem 14. Geburtstag - als Gegenbewegung zur Entwicklung bei den überdurchschnittlich Ausgestatteten - stark an (14/15 Jahre - unter Ø: 37%), wird aber in der ältesten Gruppe noch größer (16^{plus}: 43%) - diesmal auf Kosten der durchschnittlich Ausgestatteten (14/15 Jahre: 23%; 16^{plus}: 18%). Bei den **Mädchen** sind die Entwicklungen geradliniger: der Anteil jener mit überdurchschnittlichem Sportkapital nimmt von Altersgruppe zu Altersgruppe kontinuierlich ab und ist bei den Ältesten nicht einmal halb so groß wie bei den Jüngsten (10/11 Jahre: 49%; 16^{plus}: 23%); im Gegenzug wächst der Anteil jener mit unterdurchschnittlichem Kapital stetig an und erreicht in der Gruppe 16^{plus} mit 52% den insgesamt höchsten negativen Wert. Das höchste Sportkapital haben also die jüngsten Burschen, das niedrigste die ältesten Mädchen.

Abbildung 27: Sportkapital nach Alter x Geschlecht (in Prozent)



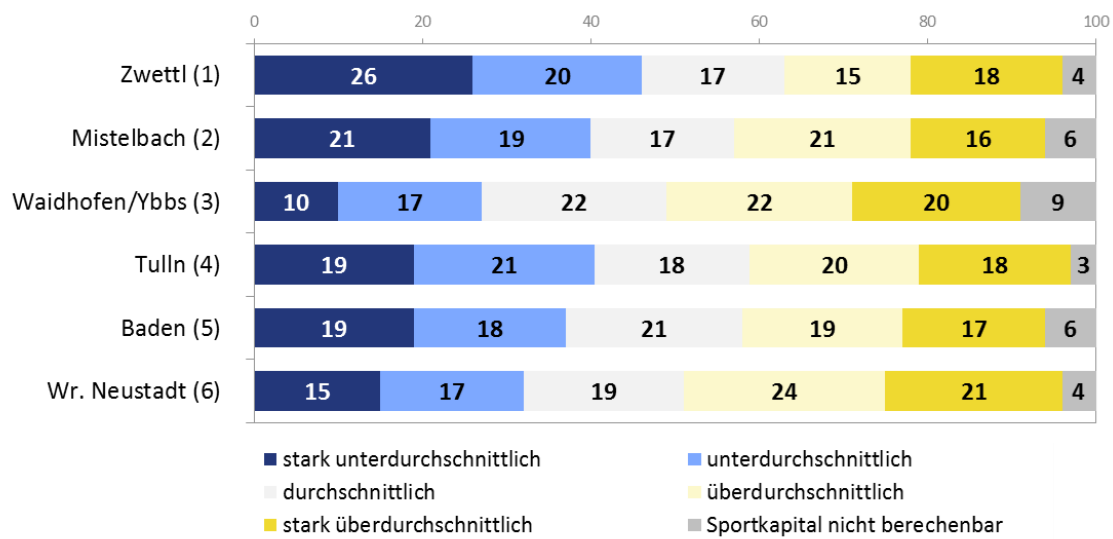
Hat zumindest ein **Elternteil Matura**, ist das Sportkapital der Kinder deutlich höher (über Ø: 43%, unter Ø: 33%) als jenes von Schüler*innen, deren Eltern beide keinen höheren Bildungsabschluss haben (über Ø: 31%, unter Ø: 45%).

Abbildung 28: Sportkapital nach Bildung der Eltern (in Prozent)



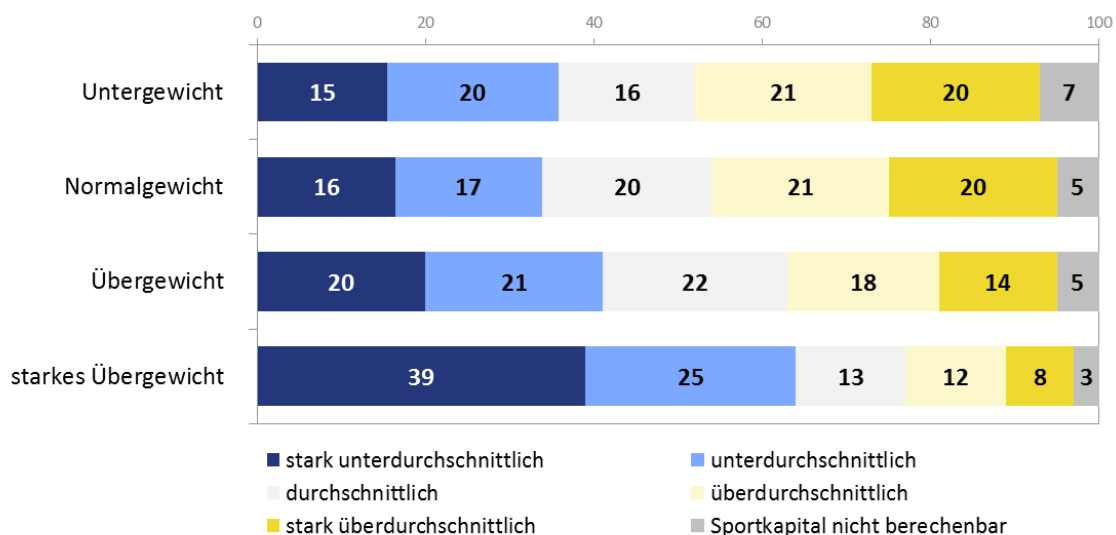
Kinder und Jugendliche, die in den **Bildungsregionen** Wr. Neustadt (über Ø: 45%, unter Ø: 32%) und Waidhofen/Ybbs (über Ø: 42%, unter Ø: 27%) zur Schule gehen, haben das höchste Sportkapital. In Zwettl dreht sich das Verhältnis von überdurchschnittlich zu unterdurchschnittlich ausgestatteten Schülern*innen fast auf den Punkt genau um (über Ø: 33%, unter Ø: 46%). Die Schüler*innen aus Zwettl haben also das deutlich niedrigste Sportkapital Niederösterreichs.

Abbildung 29: Sportkapital nach Bildungsregion (in Prozent)



Körpergewicht und Sportkapital stehen in einem engen Zusammenhang: Normalgewichtige Schüler*innen verfügen zu 41% über ein überdurchschnittliches Sportkapital und zu 33% über ein unterdurchschnittliches. Die Werte der Untergewichtigen sind nahezu gleich. Übergewichtige Kinder und Jugendliche sind hingegen viel schlechter gestellt (über Ø: 32%, unter Ø: 41%), stark übergewichtige haben sogar extrem schlechte Werte: Gerade einmal 20% können auf ein überdurchschnittliches Sportkapital zurückgreifen, aber nahezu zwei Drittel bloß auf ein unterdurchschnittliches (64%).

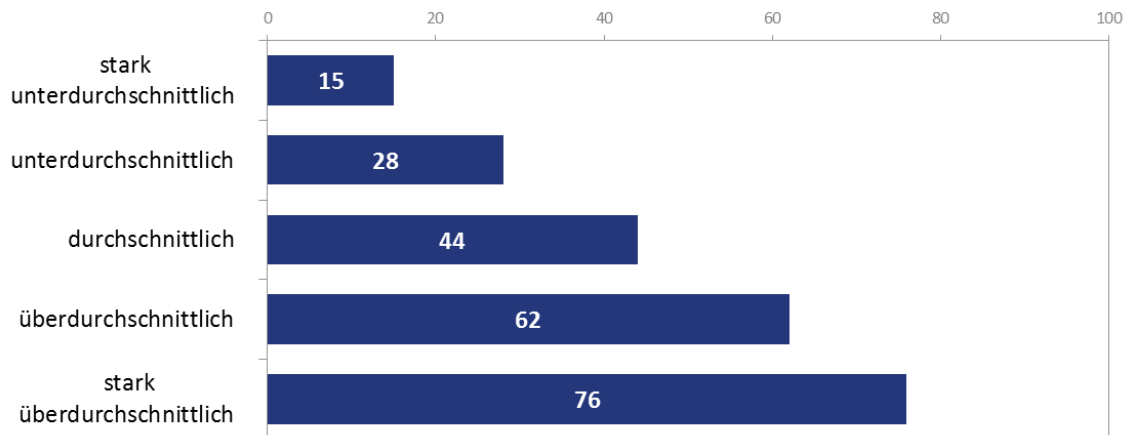
Abbildung 30: Sportkapital nach Body-Mass-Index-Klassifikation (in Prozent)



10.3 Wie sich die Höhe des Sportkapital auswirkt

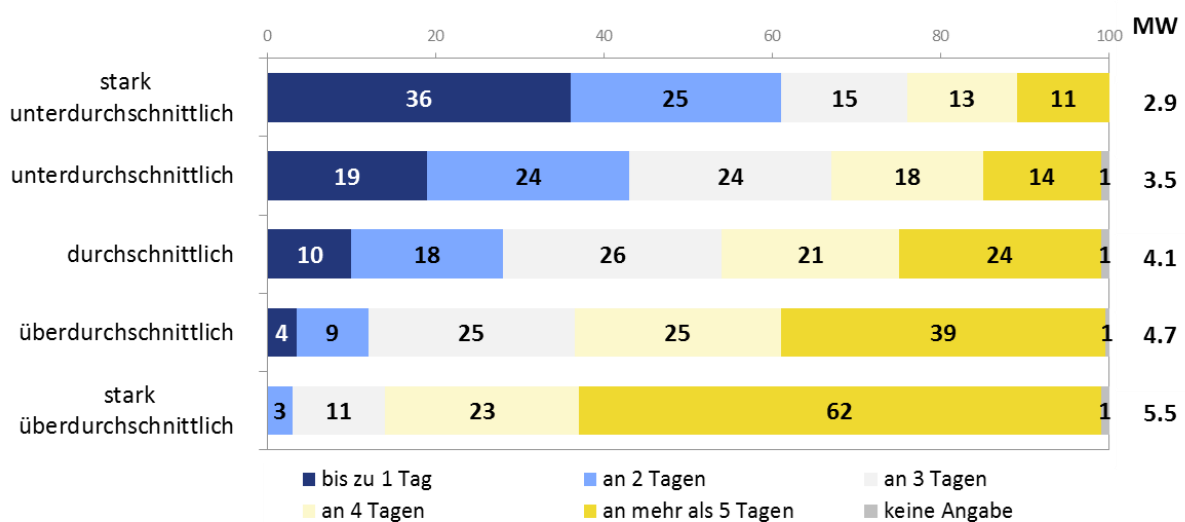
Je höher das Sportkapital der Kinder und Jugendlichen ist, desto eher sind sie **Mitglieder in einem Sportverein**: jene mit stark überdurchschnittlichem Kapital zu 76%, jene mit durchschnittlichem zu 44%, aber jene mit stark unterdurchschnittlichem nur zu 15%. Die Unterschiede sind also überaus groß.

Abbildung 31: Sportvereinsmitglied nach Sportkapital (in Prozent)



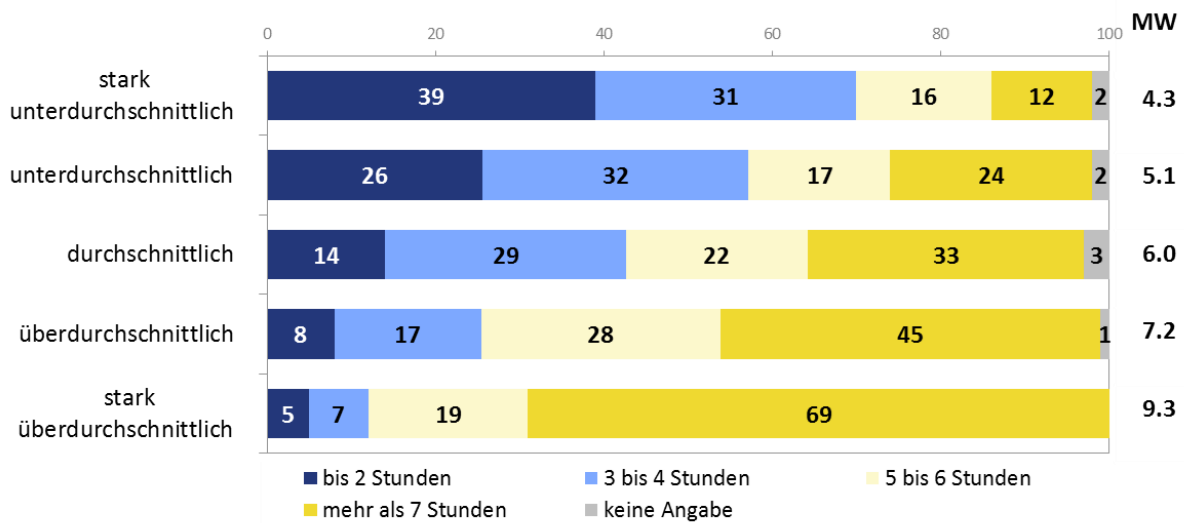
Je höher das Sportkapital der Kinder und Jugendlichen ist, desto mehr bewegen sie sich, und zwar in einer Intensität, die sie zum Schwitzen oder außer Atem bringt: jene mit stark überdurchschnittlichem Kapital sind im Durchschnitt an 5,5 **Tagen pro Woche körperlich aktiv**, jene mit durchschnittlichem Kapital an 4,1 Tagen, jene mit stark unterdurchschnittlichem Kapital hingegen nur an 2,9 Tagen pro Woche.

Abbildung 32: Körperliche Aktivität (in Tagen/Wo.) nach Sportkapital (in Prozent; Mittelwerte)



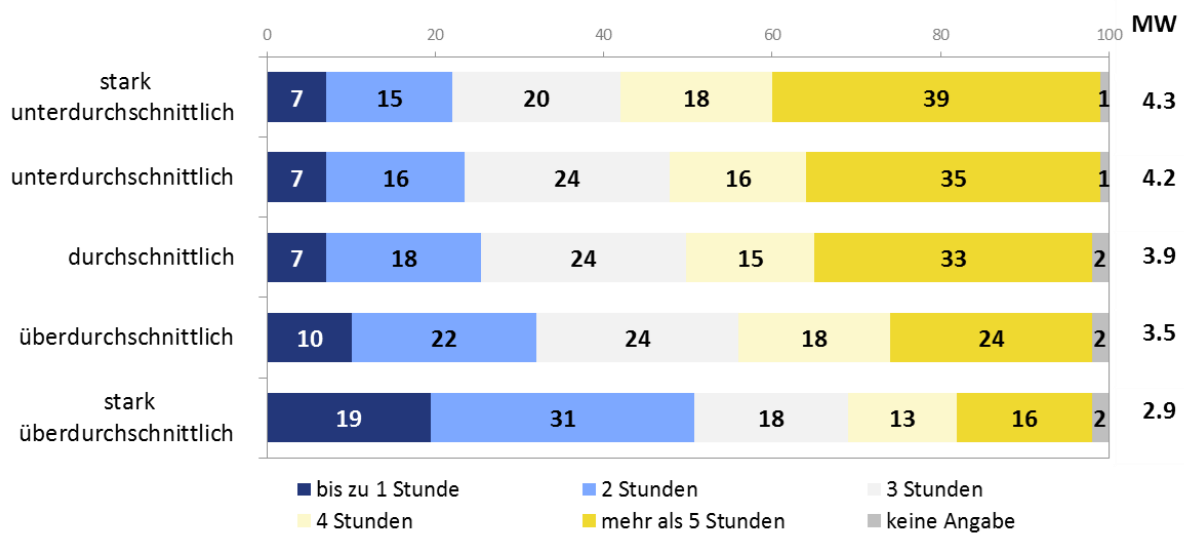
Das Zusammenspiel von Sportkapital und dem Ausmaß der körperlichen Aktivität lässt sich auch anhand der aktiven Stunden pro Woche aufzeigen: Schüler*innen mit stark überdurchschnittlichem Sportkapital sind im Durchschnitt 9,3 **Stunden pro Woche körperlich aktiv**, jene mit durchschnittlichem Kapital 6 Stunden, jene mit stark unterdurchschnittlichem Kapital 4,3 Stunden wöchentlich.

Abbildung 33: Körperliche Aktivität (in Stunden/Wo.) nach Sportkapital (in Prozent; Mittelwerte)



Je niedriger das Sportkapital der Kinder und Jugendlichen ist, desto länger ist ihre **Bildschirmzeit**: bei jenen mit stark überdurchschnittlichem Sportkapital beträgt sie im Durchschnitt 2,9 Stunden täglich, bei jenen mit durchschnittlichem Kapital 3,9 Stunden, bei jenen mit stark unterdurchschnittlichem Kapital 4,3 Stunden. Das heißt, die Schüler*innen mit dem geringsten Sportkapital verbringen jeden Tag genauso viel Zeit vor einem Bildschirm wie sie in einer ganzen Woche körperlich aktiv sind.

Abbildung 34: Bildschirmzeit pro Tag nach Sportkapital (in Prozent; Mittelwerte)



Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Struktur der Stichprobe	8
Abbildung 2: Körperliche Aktivität in Stunden	10
Abbildung 3: Körperliche Aktivität in Stunden	11
Abbildung 4: Sport in der Freizeit (in Prozent)	13
Abbildung 5: Sport- und Bewegungsmuffel (in Prozent)	14
Abbildung 6: Sportarten (in der passenden Jahreszeit; von mind. 2% ausgeübt).....	15
Abbildung 7: Wöchentlich ausgeübte Sportarten (in der passenden Jahreszeit) nach Geschlecht.....	16
Abbildung 8: Sporteinheiten in der Schule pro Woche (Mittelwerte)	17
Abbildung 9: Sportmotivation außerhalb des Sportunterrichts (in Prozent)	19
Abbildung 10: Vorbilder im Sport (in Prozent)	20
Abbildung 11: Hindernisse für Freizeitsport (in Prozent)	21
Abbildung 12: Ausprobieren neuer Sportarten	22
Abbildung 13: Wer ist sportlich im sozialen Umfeld? (in Prozent)	24
Abbildung 14: Sehen Sportsendungen im Fernsehen (in Prozent)	25
Abbildung 15: Besuch von Sportveranstaltungen als Zuseher*innen (in Prozent).....	26
Abbildung 16: Sprechen gerne über Sport (in Prozent).....	26
Abbildung 17: Einstellung der Eltern zu Sport (in Prozent)	27
Abbildung 18: Förderung sportlicher Aktivität in der Schule (in Prozent).....	28
Abbildung 19: Mitgliedschaft bei Vereinen (in Prozent)	30
Abbildung 20: Sportarten, die im Sportverein betrieben werden (in Prozent)	31
Abbildung 21: Gründe für eine Vereinsmitgliedschaft nach Geschlecht (in Prozent).....	34
Abbildung 22: Gründe gegen eine Vereinsmitgliedschaft nach Geschlecht (in Prozent)	34
Abbildung 23: Tägliche Bildschirmzeit (in Prozent)	36
Abbildung 24: Tägliche Bildschirmzeit nach Geschlecht (Mittelwerte in Stunden).....	37
Abbildung 25: Körperliche Aktivität nach Bildschirmzeit	37
Abbildung 26: Sportkapital nach Geschlecht (in Prozent).....	40
Abbildung 27: Sportkapital nach Alter x Geschlecht (in Prozent)	41
Abbildung 28: Sportkapital nach Bildung der Eltern (in Prozent).....	41
Abbildung 29: Sportkapital nach Bildungsregion (in Prozent)	42
Abbildung 30: Sportkapital nach Body-Mass-Index-Klassifikation (in Prozent).....	42
Abbildung 31: Sportvereinsmitglied nach Sportkapital (in Prozent)	43
Abbildung 32: Körperliche Aktivität (in Tagen/Wo.) nach Sportkapital (in Prozent; Mittelwerte)	43
Abbildung 33: Körperliche Aktivität (in Stunden/Wo.) nach Sportkapital (in Prozent; Mittelwerte) ..	44
Abbildung 34: Bildschirmzeit pro Tag nach Sportkapital (in Prozent; Mittelwerte).....	44