

Deutscher Bundestag

Sportausschuss

Ausschussdrucksache

**19(5)313**

# Vierter Deutscher Kinder- und Jugendспортbericht

Gesundheit, Leistung und Gesellschaft

Herausgegeben von  
Christoph Breuer (Gesamtleitung),  
Christine Joisten und Werner Schmidt

## **Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek**

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Bestellnummer 9180

© 2020 by Hofmann-Verlag, 73614 Schorndorf

[www.hofmann-verlag.de](http://www.hofmann-verlag.de)

Alle Rechte vorbehalten. Ohne ausdrückliche Genehmigung des Verlags ist es nicht gestattet, die Schrift oder Teile daraus auf fototechnischem Wege zu vervielfältigen. Dieses Verbot – ausgenommen die in §§ 53, 54 URG genannten Sonderfälle – erstreckt sich auch auf die Vervielfältigung für Zwecke der Unterrichtsgestaltung. Dies gilt insbesondere für Übersetzungen, Vervielfältigungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Druck: AALEX Druck, 30938 Burgwedel

Printed in Germany · ISBN 978-3-7780-9180-7

# Inhalt

<b>Einleitung, Kernaussagen und Handlungsempfehlungen . . . .</b>	<b>8</b>
<b>I Gegenwärtige Situation . . . . .</b>	<b>20</b>
1 Gesellschaftliche Rahmenbedingungen von Kindheit, Jugend und Sport im Wandel der Zeit <i>Schmidt</i> . . . . .	22
2 Sport- und Bewegungsaktivitäten von Kindern und Jugendlichen in Deutschland – ein Update des Forschungsstands <i>Mutz</i> . . . . .	39
3 Motorische Leistungsfähigkeit <i>Niessner, Hanssen-Doose, Eberhardt, Oriwol, Woll, Worth &amp; Bös. . .</i>	51
4 Digitalisierung und körperliche Aktivität – Risiken und Nutzen digitaler Medien für Bewegung und Gesundheit <i>Wagner &amp; Wulff</i> . . . . .	64
<b>II Gesundheit . . . . .</b>	<b>76</b>
5 Bewegung als Fundament einer gesunden Entwicklung von Kindern und Jugendlichen <i>Joisten</i> . . . . .	78
6 Effekte von Bewegungsinterventionen auf kognitive Leistungen <i>Mühlbauer &amp; Schedler</i> . . . . .	99
7 Präventives Potenzial von Bewegung und Ernährung in verschiedenen Lebenswelten <i>Gätjens, Bosy-Westphal &amp; Müller</i> . . . . .	115
8 Bewegung und Sport bei ausgewählten chronischen Erkrankungen <i>Kriemler &amp; Schmitt</i> . . . . .	147
<b>III Leistung . . . . .</b>	<b>177</b>
9 Schulsport und Leistungsprinzip <i>Stibbe &amp; Ruin</i> . . . . .	179

10	Möglichkeiten und Rolle des Sportvereins im leistungsorientierten Kinder- und Jugendsport <i>Breuer, Rossi &amp; Feiler</i> .....	204
11	Talententwicklung im Fördersystem des Nachwuchsleistungssports <i>Barth &amp; Emrich</i> .....	225
12	Förderung Dualer Karrieren im Leistungssport <i>Sallen &amp; Gerlach</i> .....	249
<b>IV</b>	<b>Gesellschaft</b> .....	<b>277</b>
13	Prosoziale Werte und Werthaltungen im Sport <i>Burmann &amp; Konowalczyk</i> .....	280
14	Körpernormen und Körperdevianzen <i>Thiel, John &amp; Gropper</i> .....	307
15	Vorbilder für den Kinder- und Jugendsport <i>Wicker</i> .....	330
16	Kosten des Kinder- und Jugendsports <i>Dallmeyer, Feiler &amp; Breuer</i> .....	352
17	Schutz von Kindern und Jugendlichen vor Gewalt und Missbrauch im Sport <i>Rulofs</i> .....	373
18	Inklusion im Kinder- und Jugendsport unter besonderer Berücksichtigung der Heterogenitätsdimension Behinderung <i>Radtke &amp; Adolph-Börs</i> .....	399
	Autorenverzeichnis .....	426
	Stichwortverzeichnis .....	428

---

# Einleitung, Kernaussagen und Handlungsempfehlungen

*Christoph Breuer unter Mitarbeit von Christine Joisten und Werner Schmidt*

## Einleitung

Auf Anregung der Alfred Krupp von Bohlen und Halbach-Stiftung legen die Herausgeber hiermit den „Vierten Deutschen Kinder- und Jugendsportbericht“ vor. Er soll, wie die vorangegangenen Berichte auch, ein umfassendes Bild der aktuellen Situation des Kinder- und Jugendsports in Deutschland vermitteln und richtet den Blick auf das Schwerpunktthema: „Gesundheit, Leistung und Gesellschaft“.

Die Arbeiten hierzu begannen im Jahr 2018. Die Gesamtstruktur und die Akzentsetzungen des Berichts sind nicht nur zwischen den Herausgebern eingehend diskutiert worden. Im Rahmen eines umfassend angelegten Auftaktsymposiums, einer Präsentation und Evaluation der von den beteiligten Arbeitsgruppen zwischenzeitlich erarbeiteten Ergebnisse sowie in zahlreichen Autorenworkshops hat der Bericht schließlich die Form angenommen, in der er nun veröffentlicht wird. Allen Beteiligten ist herzlich dafür zu danken, dass sie bereit waren, ihre Arbeitshypothesen und -ergebnisse in einem interdisziplinären Kontext offen zu diskutieren. Ohne diese Bereitschaft könnte ein Deutscher Kinder- und Jugendsportbericht nicht entstehen.

Niemand konnte vorhersehen, dass der Kinder- und Jugendsport gerade im Jahr der Präsentation des Berichts in historisch einmaliger Weise von gänzlich sportfernen Faktoren geprägt sein würde. Denn nicht nur ist das Jahr 2020 aufgrund der COVID-19-Pandemie von weitreichenden Einschränkungen des öffentlichen Lebens betroffen – der sogenannte „Lockdown“ hat auch den Kinder- und Jugendsport voll erfasst. Dieser Umstand konnte in den im Frühjahr 2020 weitgehend vorliegenden Beiträgen nicht berücksichtigt werden – abgesehen davon, dass eine analytisch fundierte Einordnung des Geschehens kurzfristig kaum möglich war. Dennoch sollen einige wenige Bemerkungen zu dieser Thematik am Beginn des Berichts stehen.

Alle organisierten Sportangebote von Vereinen und anderen Anbietern waren für viele Wochen untersagt. Für Sportanlagen und Spielplätze gab es Betretungsverbote, so dass auch viele Formen des informellen Kinder- und Jugendsports zum Erliegen kamen. Aufgrund der mehrwöchigen Schließung der Schulen konnte kein regulärer Sportunterricht erteilt werden, Sportförderunterricht und Schulsport-AGs entfielen ebenfalls. Die Schließung der Kindertagesstätten hatte zur Folge, dass auch im Kindergartenalter keine institutionellen Sport- und Bewegungsangebote stattfinden konnten und Bewegungserfahrung und Bewegungslernen stark eingeschränkt waren. Kurzum: Außerhalb der Familie gab es keine Möglichkeiten für Kinder und Ju-

gendliche mehr, Bewegung mit sozialer Begegnung zu verbinden. Sportbezogenes soziales Lernen war während des Lockdowns kaum möglich.

Auch nach den etwa seit Anfang Juni erfolgten Lockerungen für Schulen, Kitas und Vereine wurden Teile der Restriktionen im Kinder- und Jugendsport aufrechterhalten. Davon betroffen waren insbesondere der kontaktintensive Einzel- und Mannschaftssport sowie der gesamte Wettkampfsport, für den Leistungsvergleich und regelgeleitetes Agieren konstitutiv sind – Aspekte, die für eine mögliche Sozialisation durch Sport höchst relevant sein können.

Einige Monate im Modus des „social distancing“ mögen im Leben eines Erwachsenen nicht so viel bedeuten. Für die physische, psychische, motorische und soziale Entwicklung von Kindern kann ein solcher Zeitraum womöglich prägend sein.

Inwiefern dieser Lockdown sich auf die Gesundheit und das soziale Miteinander ausgewirkt hat, wird die sportbezogene Kinder- und Jugendforschung in den nächsten Jahren facettenreich aufzuzeigen haben. Ungewollt ist ihr ein Feldexperiment zur Bedeutung von Sport und Bewegung für die kindliche und jugendliche Entwicklung zur Verfügung gestellt worden. Mit Blick auf die ersten internationalen Forschungsergebnisse zu den Effekten des Lockdowns (Dunton et al., 2020; Pietrobelli et al., 2020; Zenic et al., 2020; für Deutschland: Mutz & Gerke, 2020) können aber schon heute einige Annahmen formuliert werden:

- (1) Der Lockdown des Kinder- und Jugendsports wirkt im Sinne eines kritischen Lebensereignisses als sogenannter Kohorteneffekt auf die Kinder und Jugendlichen in Deutschland. Möglich ist, dass bewegungsbezogene Entwicklungsaufgaben (z. B. das Erlernen der Schwimmfähigkeit) und sportartspezifische Kompetenzen im Vergleich zu früheren Generationen verzögert erreicht werden und dass diese Differenz auch langfristig beobachtbar sein wird.
- (2) Die Sozialisation zu Sport und Bewegung ist beeinträchtigt worden. Dies schließt die Bindung von Kindern und Jugendlichen an die Institution Sportverein mit ein. Als Konsequenz daraus mag tendenziell ein Rückgang des Anteils sport- und bewegungsaktiver Kinder und Jugendlicher in Deutschland zu erwarten sein.
- (3) Der Ausfall von Sportmöglichkeiten und der Rückgang an Sportaktiven hat zu weniger sport- und bewegungsbezogenen Bildungs- und Sozialisationsprozessen geführt – ein Umstand, den es für die Hebung der gesellschaftlichen Potenziale des Kinder- und Jugendsports zu beachten gilt.
- (4) Die gerade bei Kindern und Jugendlichen zu beobachtende soziale Ungleichheit in Sport und Bewegung hat in seiner Wirkung zugenommen. Materielle Voraussetzungen wie Wohnungsgröße, der Zugang zu einem Garten und die Verfügbarkeit von Sportmaterialien, aber auch elterlicher Einfluss und elterliche Bewegungsanregung werden umso entscheidender, wenn alle anderen Sportmöglichkeiten entfallen. Entsprechend ist zu vermuten, dass Kinder und Jugendliche,

die in unterstützungsarmen Familien aufwachsen, stärker unter negativen Konsequenzen des Lockdowns des Kinder- und Jugendsports leiden.

- (5) Vorhandene Probleme der Inaktivität von Kindern und Jugendlichen in Deutschland dürften zumindest vorübergehend zugenommen haben. Inwieweit dies motorische oder gesundheitliche Folgen hat, bleibt zu untersuchen.

Die Auswirkungen der COVID-19-Pandemie auf den Kinder- und Jugendsport tangieren daher zentrale Aspekte, die der Deutsche Kinder- und Jugendsportbericht seit seinem ersten Erscheinen im Jahr 2003 regelmäßig beschreibt, analysiert und öffentlich zugänglich macht.

Vielleicht darf man sagen: Die weit vor der Pandemie entwickelten Leitgedanken des Vierten Deutschen Kinder- und Jugendberichts, die neu gewonnenen Erkenntnisse und die formulierten Handlungsempfehlungen haben vor dem Hintergrund der COVID-19-Pandemie zusätzlich an Bedeutung gewonnen.

## Leitgedanken

Der Vierte Deutsche Kinder- und Jugendsportbericht hat als Schwerpunktthema „Gesundheit, Leistung und Gesellschaft“ im Fokus. Drei Leitgedanken waren hierfür ausschlaggebend:

### (1) **Sport und Bewegung werden im Kindes- und Jugendalter zunehmend gesundheitsrelevant**

Die wachsende Ausbreitung von Inaktivität und als Folge davon von Fettleibigkeit macht sich auch in Deutschland verstärkt bemerkbar und beeinträchtigt die physische, psychische und soziale Gesundheit von Kindern und Jugendlichen. Die Abnahme der motorischen Leistungsfähigkeit sowie der Schwimmfähigkeit von Kindern und Jugendlichen könnte maßgeblich sozial determiniert sein. Darüber hinaus scheint bei einer erheblichen Zahl von Jugendlichen der Einfluss sozial und medial vermittelter Körpernormen auf das Körper selbstkonzept und hierüber auf das Bewegungs- und Sportverhalten zugenommen zu haben; auch Digitalisierung und Mediatisierung sowie die Genese des eSports wirken sich aus.

Diese gesellschaftlichen Entwicklungen mögen die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland in steigendem Maße beeinflussen. Eine mögliche Folge von zunehmender Inaktivität und Fettleibigkeit könnte ein Rückgang der Lebenserwartung sein, wie dies beispielsweise in den USA bereits gezeigt wurde (Borrell, 2014).

Das Wissen um den Gesundheitsnutzen von Bewegung und Sport in Kindheit und Jugend hat sich in den letzten Jahren erheblich erweitert und in Teilen revolutioniert. Dies gilt etwa im Hinblick auf die neurokognitive Bedeutung von Sport

und Bewegung im Kindes- und Jugendalter, die sogenannten Gen-Umwelt-Interaktionen und die Kenntnisse über die Kommunikation der verschiedenen Organsysteme wie Muskel, Gehirn, Fettmasse, die ein neuartiges, interdisziplinäres Verständnis verschiedener kindlicher Entwicklungsphasen und der entsprechenden individuellen aber auch gesellschaftlichen Bedingungen erfordern.

Gleichzeitig ist aber auch das Wissen um Gesundheitsgefährdungen durch Kinder- und Jugendsport stark angewachsen. Hier sind in erster Linie Hirnverletzungen zu nennen, die – wie man mittlerweile weiß – insbesondere in Kontaktsportarten wie Fußball, Eishockey, Rugby, American Football oder Kampfsport oder in Sportarten mit hoher Geschwindigkeit wie Radsport, alpiner Skilauf, Snowboard, Skateboarding bereits im Kinder- und Jugendsport auftreten. Sie können zu degenerativen neurologischen Erkrankungen führen.

Auch über den Einfluss von Verhältnissen bzw. Lebensräumen auf das Bewegungsverhalten und die Kinder- und Jugendgesundheit sowie die wechselseitige Abhängigkeit von Sport- und Ernährungsverhalten bzw. (In)Aktivität und Übergewicht wissen wir heute mehr als noch vor fünf oder zehn Jahren.

## **(2) Die Bedeutung von Leistung als eigentliches Kernelement des Kinder- und Jugendsports verschiebt sich zunehmend.**

Dies betrifft sowohl die Leistungsanforderungen im Kinder- und Jugendsport (etwa in Vereinen und Schul-AGs, aber auch im Sportunterricht) als auch die Nachfrage nach Leistung durch Kinder, Jugendliche und deren Eltern.

Diese Entwicklungen haben vielfältige Gründe und dürften nicht ohne Folgen bleiben etwa für die Sportartenvielfalt im Kinder- und Jugendsport, insbesondere für die Vermittlung des gesellschaftlichen Leistungsprinzips, die individuelle schulische und spätere berufliche Leistung und die Bildung von Eliten im Sport. Folglich sind Annahmen der Sozialisation im und durch Sport neu zu hinterfragen. Damit tangieren diese Phänomene zentrale Legitimationsformeln der öffentlichen Förderung des Kinder- und Jugendsports.

Auch der Nachwuchsleistungssport, der als Grundlage für den Spitzensport im Erwachsenenalter und somit für die Generierung öffentlicher Güter wie Nationalprestige und gesellschaftlicher Zusammenhalt eine wichtige Rolle spielt, ist von dieser Entwicklung betroffen. So kann eine zunehmende Verschiebung des Leistungsgedankens auch die Attraktivität und Anziehungskraft des Nachwuchsleistungssports für Kinder und Jugendliche beeinflussen.

## **(3) Die neuere Sportentwicklung wirft grundsätzliche Fragen nach dem gesellschaftlichen Wert des Sports auf, die sich bereits im Kinder- und Jugendsport manifestieren.**

Dies spiegelt sich in Gefährdungs- und Integritätsfragen wider, die sich schon im Kinder- und Jugendsport stellen (z. B. sexualisierte Gewalt, Spielmanipula-

tion, Medikamentenmissbrauch, Doping) und bereits dort präventiv zu bekämpfen sind. So sind einerseits Sportorganisationen besonders aufgefordert, einen sicheren und schützenden Raum für Kinder und Jugendliche darzustellen, in dem sich diese ausprobieren und entwickeln können. Andererseits spielen Sportorganisationen wie Vereine und Verbände eine wichtige Rolle in der Aufklärung und Vermittlung gesellschaftlicher Themen.

Zudem werfen die neuere Sportentwicklung im Bereich des professionellen Sports und seiner Vorbildfunktion, aber auch die Nutzung des Mediums Sports für Zwecke der Jugend- und Jugendsozialarbeit Fragen der Vermittlung sport-spezifischer (z. B. Fair Play) und allgemeiner gesellschaftlicher Werte (z. B. Regelorientierung, Bedürfnisaufschub) sowie prosozialen Verhaltens insgesamt neu auf. Es ist weiterhin zu untersuchen, inwiefern Sportorganisationen und der Kinder- und Jugendsport allgemein eine Rolle spielen können in der Vermittlung gesellschaftlicher Werte und Normen und welche Mechanismen hier wirksam sind. Insgesamt ist demnach weiterhin eine offene Frage, welche Rolle der Kinder- und Jugendsport in der Gesellschaft spielt und wie andersherum gesamtgesellschaftliche Themen im Kinder- und Jugendsport wirken.

## Aufbau

- (1) Anliegen des ersten Hauptkapitels „*Gegenwärtige Situation*“ ist es, die allgemeine Entwicklung des Kinder- und Jugendsports in Deutschland mit aktuellen Daten und Informationen darzulegen. Dies beinhaltet zunächst die Fragen, z. B. wie viele Kinder und Jugendliche überhaupt Sport treiben, welche Kinder und Jugendliche dies sind, welcher ‚Sport‘ getrieben wird, wie viele und welche Kinder und Jugendliche inaktiv sind und wie es um die motorische Leistungsfähigkeit bestellt ist.

Da diese Befunde Ausgangspunkt sind für eine Vielzahl weiterer Analysen und Betrachtungen des Kinder- und Jugendsports in Deutschland und zudem unklar, aber zugleich von Bedeutung ist, inwieweit sich in den letzten Jahren Veränderungen eingestellt haben, erhält diese Thematik auch im Vierten Deutschen Kinder- und Jugendsportbericht einen entsprechenden Stellenwert. In diesem Kontext werden auch Fragen der sozialen Ungleichheit im Kinder- und Jugendsport in differenzierter Weise behandelt. Dabei begnügt sich das Kapitel nicht mit der Analyse klassischer Faktoren der sozialen Ungleichheit wie etwa Einkommen, Bildung oder Migrationshintergrund, sondern bezieht auch neuere Aspekte wie die Wohnumgebung mit ein. Zudem wird die Bedeutung weiterer gesellschaftlicher Einflussfaktoren des Kinder- und Jugendsports erörtert, zu denen heute auch die Digitalisierung, Mediatisierung sowie die Entwicklung des eSports zu zählen sind.

- (2) Das Hauptkapitel „*Gesundheit*“ legt auf Basis des aktuellen Forschungsstandes dar, welche gesundheitlichen Konsequenzen Inaktivität und geringe motorische Leistungsfähigkeit mit sich bringen (z. B. Fettleibigkeit, geringe Lebenswartung) und wie hier effektiv präventiv angesetzt werden kann.
- Auch weitere zentrale Erkenntnisfortschritte zur gesundheitlichen und gesundheitspolitischen Bedeutung von Sport und Bewegung im Kindes- und Jugendalter kommen im Rahmen des Kapitels zur Sprache. Beispielhaft sind hier das Wissen um die sogenannten Gen-Umwelt-Interaktionen, die Kenntnisse über die Kommunikation der verschiedenen Organsysteme wie Muskel, Gehirn und Fettmasse sowie die zentrale Rolle von Sport und Bewegung in diesem Kontext zu nennen. Gleichzeitig werden neuere medizinische und sportbiologische Erkenntnisse zum neurokognitiven Nutzen von Bewegung und Sport für die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen dargelegt.
- Schließlich werden das neuere Wissen um die Gesundheitschancen durch Sport und Bewegung für chronisch kranke Kinder und Kinder mit orthopädischen Einschränkungen sowie die daraus folgenden Implikationen für den Kinder- und Jugendsport aufgearbeitet.
- (3) Im Hauptkapitel „*Leistung*“ steht die veränderte Rolle und Bedeutung von Leistung im Kinder- und Jugendsport im Mittelpunkt. Dies gilt für die Curricula und Realitäten von Sportunterricht, aber auch für die Angebote von Sportvereinen für Kinder und Jugendliche sowie die Angebote im Offenen Ganztage.
- Der Nachwuchsleistungssport ist ein spezifisches, aber wichtiges Thema für den Kinder- und Jugendsport. Dabei werden insbesondere Unterstützungsstrukturen und -systeme für den Nachwuchsleistungssport, aber auch grundlegende Ansätze der Talentförderung kritisch beleuchtet.
- (4) Das Hauptkapitel „*Gesellschaft*“ legt schließlich den Fokus auf neuere Entwicklungen, die den gesellschaftlichen Wert des Kinder- und Jugendsports gefährden, und geht der Frage nach, wie diesen Gefährdungen präventiv zu begegnen ist.
- Eine besondere Gefährdung des Kinder- und Jugendsports stellen Fälle sexuellen Missbrauchs im Kinder- und Jugendsport dar. Hierzu liegen zwischenzeitlich auch neue Befunde vor. Ganz bewusst wendet sich der Bericht diesem Thema wegen seiner Bedeutung, Tragweite und Dynamik inklusive der systemischen Präventionsarbeit im Kinder- und Jugendsport erneut zu.
- Auf allgemeinerer Ebene wird gefragt, inwieweit (und unter welchen Bedingungen) Sport überhaupt positive sportbezogene (z. B. Fair Play) und allgemeine gesellschaftliche Werte (z. B. Einhalten von Regeln) vermittelt und zu ihnen hin sozialisiert. Ein solcher Mechanismus dürfte weitaus komplexer wirken als von Apologeten der Sportförderung unterstellt und wird durch fragwürdige Vorbilder (sogenannte „Role Models“) im Sport zusätzlich in Frage gestellt. Schließlich werden auch die Themenbereiche Inklusion, Körper und Kosten aufgearbeitet.

## Kernaussagen

Aus den Beiträgen der wissenschaftlichen Autor/innen des Vierten Deutschen Kinder- und Jugendsportberichts lassen sich die wesentlichen Kernaussagen wie folgt zusammenfassen:

1. Kinder und Jugendliche in Deutschland bewegen sich im Alltag zu wenig. Die Mehrheit der Heranwachsenden in Deutschland erfüllt die Bewegungsempfehlungen der WHO nicht. Besonders dramatisch trifft dies auf weibliche Jugendliche zu.
2. Bewegungsmangel hat Auswirkungen auf die motorische Leistungsfähigkeit von Kindern und Jugendlichen. Die motorische Leistungsfähigkeit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland ist heutzutage deutlich geringer als in früheren Jahren. Dies kann auch Auswirkungen auf die körperliche sowie seelische Gesundheit haben.
3. Kinder und Jugendliche wachsen heute mit einem dynamisch wachsenden Angebot an digitalen Medien und Spielen auf. Zwar steht die Erforschung der Auswirkungen auf den Kinder- und Jugendsport noch am Anfang. Doch scheint insbesondere das mit dem Medienkonsum unmittelbar einhergehende Sitzverhalten und der daraus folgende geringe Energieumsatz problematisch. Für einen systematischen negativen Einfluss auf das Sportverhalten von Kindern und Jugendlichen in Deutschland insgesamt gibt es bislang keine hinreichenden Beweise.
4. Sport und Bewegung wirken positiv auf die kognitive Leistungsfähigkeit von Kindern und Jugendlichen. Wirksam sind vor allem Programme, die körperliche und koordinative Anforderungen kombinieren.
5. Sport und Bewegung müssen auch chronisch kranken Kindern und Jugendlichen zugutekommen. Sie sind medizinisch regelrecht erforderlich: In Abhängigkeit des jeweiligen Zustandes wirken Sport und Bewegung direkt positiv auf den Krankheitsverlauf und führen zusätzlich zu psychischer Stabilisierung, Steigerung der Lebensqualität sowie sozialer Integration.
6. Chronisch kranke Kinder werden vielfach zu stark behütet, vom Sport ferngehalten und damit gesundheitlich doppelt benachteiligt.
7. Physical Literacy sollte zukünftig als Leitprinzip eines gesundheitsorientierten Kinder- und Jugendsports in Deutschland dienen. Physical Literacy stellt einen ganzheitlichen Ansatz der (kindlichen) Bewegungsförderung dar, in dem neben Partizipation, motorischen Fähigkeiten und Fertigkeiten auch Motivation und Selbstwirksamkeit zusammengefasst werden. Es sollte ein Grundpfeiler bzw.

eine fest verankerte Zieldimension von Sportunterricht in Deutschland sein (wie etwa in Kanada und anderen Ländern bereits üblich).

8. Die Diskussion um die Rolle von Leistung im Kinder- und Jugendsport und die Bewertung der Situation von Leistung im Kinder- und Jugendsport wird erschwert durch teilweise differierende und sich partiell widersprechende Definitionen, Konzepte und Dimensionen von Leistung im Kinder- und Jugendsport.
9. Leistung ist eine zentrale immanente Komponente des Kinder- und Jugendsports. Dabei sind Leistungsverbesserung und Leistungsvergleiche für Kinder und Jugendliche selbstverständliche und attraktive Bestandteile des Sporttreibens. Erfahrungen des Leistens und des Leisten-Könnens stellen zugleich pädagogische Grundpfeiler des Schulsports dar. Alternative Definitionen, Konzepte und Dimensionen von Leistung im Kinder- und Jugendsport betonen dagegen, dass Leistung etwa im Schulsport weniger an Bedeutung verloren hat, sondern sich vielmehr die Leistungsperspektive begründet verschoben hat.
10. Sport würde ohne Wettbewerb, Regeln, sportartspezifische Fertigkeiten und Leistungsorientierung seine Existenzberechtigung als spezifisches Kulturgut und funktionales Teilsystem der Gesellschaft verlieren, reduzierte sich auf reine Bewegung und würde zu einer austauschbaren Gesundheits- oder Integrations-technik werden.
11. Bereits heute ist ein Rückgang der Leistungsorientierung im Kinder- und Jugendsport zu verzeichnen. Dies betrifft sowohl den Schulsport als auch den Sportverein.
12. Durch den Ausbau des schulischen Ganztags bestehen wieder vermehrt Möglichkeiten, Sinn Dimensionen wie Leistungs- und Anstrengungsbereitschaft oder Frustrationstoleranz anzusprechen. Tatsächlich stehen aber gesundheitliche Intentionen im Mittelpunkt sportbezogener Ganztagesangebote.
13. Mittlerweile liegt ein Basiswissen vor, wie im Kinder- und Jugendsport die Entwicklung von Fairness und prosozialem Verhalten erfolgreich gefördert werden kann.
14. Zahlreiche Aktivitäten im Kinder- und Jugendsport sind in Deutschland in den letzten Jahren teilweise deutlich teurer geworden (z. B. Schwimmbadbesuche). Dies gilt allerdings nicht für die Sportvereine. Die Höhe der Mitgliedsbeiträge für Kinder und Jugendliche in Vereinen ist über die letzten 12 Jahre trotz Inflation konstant geblieben.
15. Ein erheblicher Anteil der Kinder und Jugendlichen hat Erfahrungen mit emotionaler, körperlicher oder sexueller Gewalt in Sportangeboten machen müssen. So berichten 37 % der deutschen Leistungssportler/innen Erfahrungen mit se-

xualisierter Gewalt. Präventionskonzepte wurden erarbeitet, doch werden Präventionsmaßnahmen bislang nicht von allen Sportverbänden umgesetzt und kommen zu wenig in Sportvereinen an.

16. Im Kinder- und Jugendsport besteht eine Differenz zwischen gesellschaftlich-politischen Erwartungen und der tatsächlichen Realität.
17. Entsprechende Differenzen sind auch im Hinblick auf andere Gefährdungen im Kinder- und Jugendsport zu vermuten, etwa in den Bereichen Doping und Schmerzmittel, Korruption und Spielmanipulation oder im Hinblick auf den Einfluss durch politische oder religiöse Extremisten. Trotz potenzieller Bedrohungslagen liegen für den Kinder- und Jugendsport in Deutschland hierzu keine Daten vor.

## Handlungsempfehlungen

Auf Basis der Befunde ergeben sich Handlungsempfehlungen für den Kinder- und Jugendsport in Deutschland. Die wichtigsten sind:

1. *Bewegungsanreize im Alltag ausbauen*  
Der Alltag von Kindern und Jugendlichen muss wieder bewegungsaktiver werden. Die Sport- und Bewegungsumwelt der Kinder und Jugendlichen gilt es attraktiver zu gestalten, gut organisierte Sportprogramme müssen vermehrt angeboten und breit zugängliche Sportanlagen zur Verfügung gestellt werden, sodass Bewegung niedrigschwellig ermöglicht und gefördert wird. Dazu gehört auch, dass Wege von Kindern und Jugendlichen zu Schulen und Freizeiteinrichtungen so entwickelt werden, dass sie diese sicher und in vielfältiger Weise körperlich aktiv zurücklegen können. Eine angemessene urbane Sportraumentwicklung nutzt dabei auch innovative Bewegungsanreize im Sinne von Urban Design und Urban Furniture.
2. *Nachfrage erhalten*  
Angesichts steigender Kosten für Kinder- und Jugendsport ist darauf zu achten, dass die Nachfrage nach Kinder- und Jugendsport nicht sinkt. Dies kann über eine verstärkte Information der Nachfrager (Eltern) über den Wert von Kinder- und Jugendsport erfolgen, eine gezielte (stärkere) Subventionierung von bestimmten Angeboten des Kinder- und Jugendsports oder aber über die Sicherstellung eines hinreichenden öffentlichen Angebots an Kinder- und Jugendsport im Falle eines gleichzeitigen Markt- und Vereinsversagens. Keinesfalls aber sollten auf Kosten der Qualität von Kinder- und Jugendsportangeboten Preise niedrig gehalten werden.

### 3. *System Schule anpassen*

Um auch die kognitive Leistungsfähigkeit über Sport und Bewegung zu fördern, sind der Schulsport auszubauen und Schulsportcurricula anzupassen. Programme, die körperliche und kognitive Anforderungen kombinieren, sind systematisch in das System Schule zu integrieren. Zudem müssen unerfüllte bisherige Forderungen z. B. nach einem Erfüllen der Stundentafel Sport sowie einer Reduktion des Anteils fachfremd erteilten Sportunterrichts endlich erfüllt werden.

### 4. *Physical Literacy leben*

Gesundheitsorientierter Kinder- und Jugendsport in Deutschland sollte sich verstärkt am Konzept der Physical Literacy orientieren wie dies international bereits häufig üblich ist. Physical Literacy stellt einen ganzheitlichen Ansatz der (kindlichen) Bewegungsförderung dar, in dem neben Partizipation, motorischen Fähigkeiten und Fertigkeiten auch Motivation und Selbstwirksamkeit zusammengefasst werden.

### 5. *Chronisch kranke Kinder unterstützen*

Um die Wertschätzung, optimale Behandlung und Integration chronisch kranker Kinder und Jugendlicher zu verbessern, bedarf es einer entsprechenden Fort- und Weiterbildung von Ärzten, Gesundheitsexperten, Trainer/innen und Lehrer/innen hinsichtlich der positiven rehabilitativen, präventiven und therapeutischen Auswirkungen von Sport und Bewegung in der chronischen Krankheit. Zudem sollten Leitlinien entwickelt werden, chronisch kranke Kinder nur im Ausnahmefall vom Schulsport zu befreien. Darüber hinaus bedarf es einer frühzeitigen und langfristigen kassenpflichtigen Integration von Sport und Bewegung in das therapeutische Setting von chronisch kranken Kindern. Schließlich ist ein flächendeckendes Netz an Sportgruppen für chronisch kranke Kinder zu etablieren.

### 6. *Leistungsbereitschaft vermitteln*

Gerade weil sich Inanspruchnahme und Zielsetzungen des Kinder- und Jugendsports vervielfacht haben und vermehrt nicht-intendierte negative Folgen des leistungsorientierten Kinder- und Jugendsports diskutiert werden, dürfen die grundständigen individuellen und gesellschaftlichen Potenziale und Funktionen von Leistung im Kinder- und Jugendsport nicht übersehen oder vernachlässigt werden. Auch zukünftig müssen Leistungs- und Anstrengungsbereitschaft erfahrbar gemacht und vermittelt werden. Leistung muss somit einen festen Bestandteil im Kinder- und Jugendsport behalten. Dies gilt sowohl für den Vereins- als auch für den Schulsport (und hier auch für Angebote im Offenen Ganztag).

### 7. *Programmentwicklung vorantreiben*

Die Mut machende Befundlage zu den Möglichkeiten, Fairness und prosoziales Verhalten im Kinder- und Jugendsport zu fördern, sollte aufgegriffen werden. Darauf aufbauend sollten Programme entwickelt und erprobt werden, die glei-

chermaßen sowohl prosoziale Werte als auch Leistungsorientierung vermitteln. Dies stellt einen Schlüssel dar, um Zielsetzungen prosozialen Verhaltens nicht nur in Einzelinitiativen, sondern explizit, breit und nachhaltig im Kinder- und Jugendsport zu verankern und anzusteuern.

#### 8. *Implementationsschwierigkeiten überwinden*

Im Hinblick auf einige Gefährdungen im Kinder- und Jugendsport liegen mittlerweile wertvolle Präventionskonzepte vor. Umsetzungsambition und -vermögen an der Basis der Sportanbieter (Vereine, aber auch kommerzielle und öffentliche Anbieter) sind jedoch nicht gleichermaßen entwickelt. In der Folge werden gute Ansätze der Sportjugenden und -verbände nur eingeschränkt umgesetzt und Gefährdungen werden nicht hinreichend minimiert. Es bedarf somit einer systematischen Implementationsforschung, welche die Ursachen der Implementationsschwierigkeiten ermittelt. Auf den Befunden aufbauend sollte dann ein Anreiz- und Unterstützungsprogramm für die Basis entwickelt werden, um dort entsprechende Präventionskonzepte systematisch und nachhaltig zu implementieren.

#### 9. *Daten zu unerforschten Gefährdungslagen bereitstellen*

Während die Gefährdung von Kindern und Jugendlichen durch Gewalt und Missbrauch im Sport oder durch Körpernormen und Magersucht vergleichsweise gut erforscht ist, liegen im Hinblick auf andere Gefährdungen keine oder nur unzureichende Daten vor. Dies gilt etwa für Gefährdungen durch Doping und Schmerzmittel, Korruption und Spielmanipulation oder durch den Einfluss durch politische oder religiöse Extremisten. Hier bedarf es systematischer Forschungsanstrengungen, um Problemgröße, -wirkung und -verursachung zu ermitteln und auf dieser Basis ebenfalls Präventionskonzepte zu entwickeln.

## **Konsequenzen**

Aus den formulierten Handlungsempfehlungen ergeben sich nicht nur Konsequenzen im Hinblick auf die Frage, wie diese Empfehlungen denn im Einzelfall konkret umgesetzt werden können. Die Erfahrung der vorangegangenen Berichte hat auch gezeigt, dass es sinnvoll sein kann, hierzu einen grundsätzlich angelegten Weg aufzuzeigen.

Die Adressaten der Handlungsempfehlungen nämlich sind unterschiedliche Akteure auf verschiedenen Ebenen des Bildungs-, Gesundheits-, Sport- oder Wissenschafts-systems. Aufgrund autonomer, föderal-dezentraler selbststeuernder Strukturen und einem subsidiären Selbstverständnis kann die Umsetzung entsprechender Empfehlungen aber nicht einfach top-down „verordnet“ werden. Die Befunde und Empfehlungen des Vierten Deutschen Kinder- und Jugendsportberichts sind für die Adres-

saten daher zunächst so etwas wie Irritationen, die nicht zwangsläufig dazu führen, dass sie aufgegriffen und umgesetzt werden.

Um die Umsetzungswahrscheinlichkeit im Sinne eines gesteigerten Gemeinwohlbeitrags des Kinder- und Jugendsports in Deutschland zu erhöhen, sollte daher ein Gremium mit Fachvertretern und Entscheidern aus der Sportministerkonferenz, der Kommission Sport der Kultusministerkonferenz, Sportjugenden bzw. -bünden sowie Sportwissenschaft gebildet werden, das mit den Adressaten in einen engen und zielgerichteten Austausch tritt. Ziel sollte darüber hinaus die Erarbeitung von Selbstverpflichtungen der Adressaten sein, auf die Umsetzung der jeweiligen Handlungsempfehlungen hinzuwirken und diese idealerweise auch zu evaluieren. Ein entsprechendes Implementationsmanagement würde die Zeit bis zur Aufnahme der Arbeiten an einem etwaigen Fünften Deutschen Kinder- und Jugendsportbericht mehr als sinnvoll nutzen.

## Literatur

- Borrell, L. N. (2014). The effects of smoking and physical inactivity on advancing mortality in U.S. adults. *Annals of Epidemiology*, 24, 484–487. doi: 10.1016/j.annepidem.2014.02.016
- Dunton, G. F., Do, B. & Wang, S. D. (2020). *Early Effects of the COVID-19 Pandemic on Physical Activity and Sedentary Behavior in U.S. Children* (Working Paper). doi: 10.33774/coe-2020-q6pz0
- Mutz, M. & Gerke, M. (2020). Sport and exercise in times of self-quarantine: How Germans changed their behavior at the beginning of the Covid-19 pandemic. *International Review for the Sociology of Sport* (Online first). doi: 10.1177/1012690220934335.
- Pietrobelli, A., Pecoraro, L., Ferruzzi, A., Heo, M., Faith, M., Zoller, T., Antoniazzi, F., Piacentini, G., Fearnbach, N. & Heymsfield, S. B. (2020). Effects of COVID-19 Lockdown on Lifestyle Behaviors in Children with Obesity Living in Verona, Italy: A Longitudinal Study. *Obesity* (advanced online publication). doi: 10.1002/oby.22861
- Zenic, N., Taiar, R., Gilic, B., Blazevic, M., Maric, D., Pojskic, H. & Sekulic, D. (2020). Levels and Changes of Physical Activity in Adolescents during the COVID-19 Pandemic: Contextualizing Urban vs. Rural Living Environment. *Applied Sciences*, 10 (11), 3997. doi: 10.3390/app10113997