



Sachstand

**Körperlich-sportliche Aktivität von Kindern und Jugendlichen in
Deutschland**

Körperlich-sportliche Aktivität von Jugendlichen in Deutschland

Aktenzeichen: WD 10 – 3000 – 055/21
Abschluss der Arbeit: 9. Februar 2022
Fachbereich: WD 10: Kultur, Medien und Sport

Die Wissenschaftlichen Dienste des Deutschen Bundestages unterstützen die Mitglieder des Deutschen Bundestages bei ihrer mandatsbezogenen Tätigkeit. Ihre Arbeiten geben nicht die Auffassung des Deutschen Bundestages, eines seiner Organe oder der Bundestagsverwaltung wieder. Vielmehr liegen sie in der fachlichen Verantwortung der Verfasserinnen und Verfasser sowie der Fachbereichsleitung. Arbeiten der Wissenschaftlichen Dienste geben nur den zum Zeitpunkt der Erstellung des Textes aktuellen Stand wieder und stellen eine individuelle Auftragsarbeit für einen Abgeordneten des Bundestages dar. Die Arbeiten können der Geheimschutzordnung des Bundestages unterliegende, geschützte oder andere nicht zur Veröffentlichung geeignete Informationen enthalten. Eine beabsichtigte Weitergabe oder Veröffentlichung ist vorab dem jeweiligen Fachbereich anzuzeigen und nur mit Angabe der Quelle zulässig. Der Fachbereich berät über die dabei zu berücksichtigenden Fragen.

Inhaltsverzeichnis

1.	Vorbemerkung	4
2.	Die Bedeutung des Sportunterrichts für Schüler	4
3.	Quantitative Entwicklung des Sportunterrichts in den allgemeinbildenden Schulen nach Jahrgangsstufen in den Jahren 2004-2020	5
3.1.	Jahrgangsstufen 1 bis 4	7
3.2.	Jahrgangsstufen 5 bis 10	8
3.3.	Jahrgangsstufen 11 bis 13	9
3.4.	Teilnahme an schulischen Sport-AGs	10
3.5.	Differenz zwischen im Lehrplan vorgesehenen und tatsächlich erteilten Sportstunden	10
4.	Körperlich-sportliche Aktivitäten – Definition	10
5.	Entwicklung der körperlich-sportlichen Aktivität von Kindern und Jugendlichen in Deutschland von 2003 bis 2017	11
5.1.	Veränderung der körperlich-sportlichen Aktivitäten insgesamt	13
5.2.	Körperlich-sportliche Aktivitäten in der Freizeit und im organisierten Sport	14
5.3.	Zwischenfazit	15
6.	Die Aktivitäten der Kinder und Jugendlichen im organisierten Sport außerhalb der Schule	15
6.1.	Entwicklung der Mitgliederzahl der Landessportbünde in den Jahren 2004 bis 2021 nach Altersgruppen	16
6.2.	Entwicklung der Mitgliederzahl der Landessportbundes Sachsen in den Jahren 2004 bis 2021 nach Altersgruppen	17
7.	Zusammenhang von Sportunterricht in den allgemeinbildenden Schulen und der Mitgliedschaft in Landessportbünden	19
8.	Sonderfall: Auswirkungen der COVID-19-Pandemie	20
8.1.	Organisierter Sport während der Pandemie	21
8.2.	Sport in der Freizeit während der Pandemie	22
8.3.	Körperliche Alltagsaktivitäten während der Pandemie	23
8.4.	Die Mediennutzung während der Pandemie	23
8.5.	Zwischenfazit	24
9.	Fazit	24

1. Vorbemerkung

Dieser Sachstand befasst sich mit der Entwicklung der körperlich-sportlichen Aktivität von Kindern und Jugendlichen in Deutschland sowie der Bedeutung und der quantitativen Entwicklung des Sportunterrichts an allgemeinbildenden Schulen.

2. Die Bedeutung des Sportunterrichts für Schüler

Der Sportunterricht in der Schule ist von großer Bedeutung für die körperliche, persönliche und soziale Entwicklung von Schülern. Er dient insbesondere der Entwicklung und Förderung körperlicher und motorischer Fähigkeiten und schafft zudem eine Umgebung, in der Schülerinnen und Schüler soziale, emotionale und kognitive Kompetenzen erlernen.¹

Sportunterricht soll als Ausgleich für den in den meisten anderen Unterrichtsfächern sitzend verbrachten Unterricht dienen und Schüler von einer überwiegend sitzenden Lebensweise abbringen.² Sie sollen Freude an Bewegung entwickeln und die Bedeutung sportlicher Aktivitäten für ihre Gesundheit erlernen³ und auf diese Weise dazu animiert werden, den Sport dauerhaft und auch in der Zukunft in ihr Leben zu integrieren⁴.

Der Sportunterricht trägt zudem zur persönlichen Entwicklung der Schüler bei. Er vermittelt ihnen Körperbewusstsein und Vertrauen in die eigenen körperlichen Fähigkeiten und fördert Willenskraft und Verantwortungsbewusstsein. Auf diese Weise verhilft der Sportunterricht ihnen zu mehr Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl. Außerdem erlernen Schüler im Sportunterricht

-
- 1 Gemeinsame Handlungsempfehlungen der Kultusministerkonferenz und des Deutschen Olympischen Sportbundes zur Weiterentwicklung des Schulsports 2017 bis 2022: Schulsport nachhaltig fördern und systematisch weiterentwickeln – gemeinsame und gleichberechtigte Teilhabe für alle Schülerinnen und Schüler. Beschluss der Kultusministerkonferenz vom 16.02.2017, Beschluss des Deutschen Olympischen Sportbundes vom 30.01.2017, S. 3.
 - 2 Europäische Kommission/EACEA/Eurydice: Leibeserziehung und Sportunterricht an den Schulen in Europa. Eurydice-Bericht 2013, S. 17. Abrufbar unter: <https://data.europa.eu/doi/10.2797/24644>. Zuletzt abgerufen – wie alle URL in diesem Sachstand – am 9. Februar 2022.
 - 3 Europäische Kommission/EACEA/Eurydice: Leibeserziehung und Sportunterricht an den Schulen in Europa. Eurydice-Bericht 2013, S. 3. Abrufbar unter: <https://data.europa.eu/doi/10.2797/24644>.
 - 4 Lorz, Ralph Alexander: Der Schulsport, ein oft unterschätztes Fach mit Zukunft. In: RdJB 2019, 326 ff. [326].

die realistische Einschätzung ihrer Fähigkeiten.⁵ Da körperliche Aktivität sich nachweislich positiv auf die mentale Gesundheit auswirkt⁶, soll der Sportunterricht Schülern die Möglichkeit bieten, einen konstruktiven Umgang mit negativen Emotionen und Stress kennenzulernen⁷.

Weiterhin sollen Schülerinnen und Schüler im Sportunterricht soziale Fähigkeiten entwickeln können. Der Sportunterricht bietet ihnen die Möglichkeit zur Teilhabe und Akzeptanz.⁸ Sie lernen, sich selbst und andere in ihrer Andersartigkeit zu akzeptieren.⁹ Durch die Interaktion mit anderen Menschen erwerben Schülerinnen und Schüler Teamfähigkeit sowie die Fähigkeit, auf Augenhöhe miteinander zu kommunizieren.¹⁰ Das soziale Bewusstsein wird geschult¹¹ und es werden Grundsätze wie Fair Play und Respekt sowohl vor Regeln als auch vor anderen Menschen vermittelt¹².

3. Quantitative Entwicklung des Sportunterrichts in den allgemeinbildenden Schulen nach Jahrgangsstufen in den Jahren 2004-2020

Da eine Beschaffung detaillierter und zwischen den Bundesländern nach identischen Kriterien erhobener Zahlen nicht möglich war, kann im Folgenden unter Zugrundelegung der durch die Kultusministerkonferenz übermittelten Angaben über die Kontingente der Wochenstunden für den Sportunterricht der Bundesländer in den Jahren 2004, 2007, 2012 und 2020 lediglich ein

-
- 5 Europäische Kommission/EACEA/Eurydice: Leibeserziehung und Sportunterricht an den Schulen in Europa. Eurydice-Bericht 2013, S. 17. Abrufbar unter: <https://data.europa.eu/doi/10.2797/24644>.
 - 6 Schulz, Karl-Heinz/Meyer, Anja/Langguth, Nadine: Körperliche Aktivität und psychische Gesundheit. In: Bundesgesundheitsblatt 2012, 55 ff. [63].
 - 7 Europäische Kommission/EACEA/Eurydice: Leibeserziehung und Sportunterricht an den Schulen in Europa. Eurydice-Bericht 2013, S. 18. Abrufbar unter: <https://data.europa.eu/doi/10.2797/24644>.
 - 8 Gemeinsame Handlungsempfehlungen der Kultusministerkonferenz und des Deutschen Olympischen Sportbundes zur Weiterentwicklung des Schulsports 2017 bis 2022, Schulsport nachhaltig fördern und systematisch weiterentwickeln – gemeinsame und gleichberechtigte Teilhabe für alle Schülerinnen und Schüler. Beschluss der Kultusministerkonferenz vom 16.02.2017, Beschluss des Deutschen Olympischen Sportbundes vom 30.01.2017, S. 3.
 - 9 Europäische Kommission/EACEA/Eurydice: Leibeserziehung und Sportunterricht an den Schulen in Europa. Eurydice-Bericht 2013, S. 17. Abrufbar unter: <https://data.europa.eu/doi/10.2797/24644>.
 - 10 Europäische Kommission/EACEA/Eurydice: Leibeserziehung und Sportunterricht an den Schulen in Europa. Eurydice-Bericht 2013, S. 18. Abrufbar unter: <https://data.europa.eu/doi/10.2797/24644>.
 - 11 Europäische Kommission/EACEA/Eurydice: Leibeserziehung und Sportunterricht an den Schulen in Europa. Eurydice-Bericht 2013, S. 7. Abrufbar unter: <https://data.europa.eu/doi/10.2797/24644>.
 - 12 Europäische Kommission/EACEA/Eurydice: Leibeserziehung und Sportunterricht an den Schulen in Europa. Eurydice-Bericht 2013, S. 18. Abrufbar unter: <https://data.europa.eu/doi/10.2797/24644>.

Trend der Entwicklung des Bundesdurchschnitts der Anzahl der Sportstunden abgebildet werden. Für eine eingehendere Betrachtung wird auf die Übersichten der Kultusministerkonferenz in der Anlage verwiesen.

Auf Einschränkungen bei der Vergleichbarkeit der Zahlen aus den verschiedenen Bundesländern wird im Interesse der Lesbarkeit nur zum Teil hingewiesen. Auch hier sei wegen der Einzelheiten auf die Anlage verwiesen.

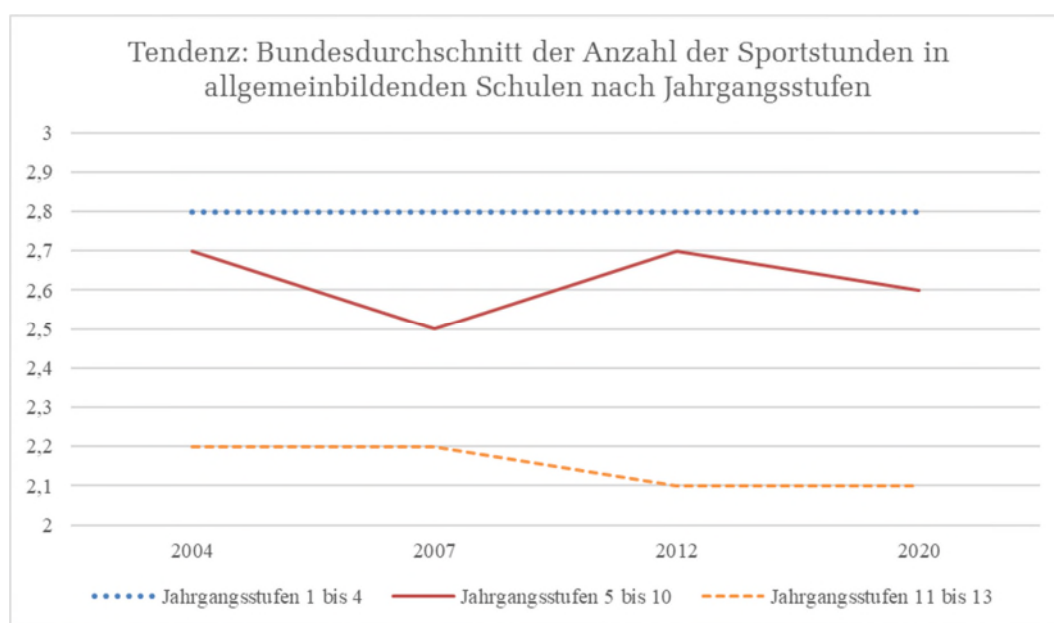


Schaubild 1: eigene graphische Darstellung der Zahlen aus den Übersichten der Kultusministerkonferenz (Anlage)

3.1. Jahrgangsstufen 1 bis 4

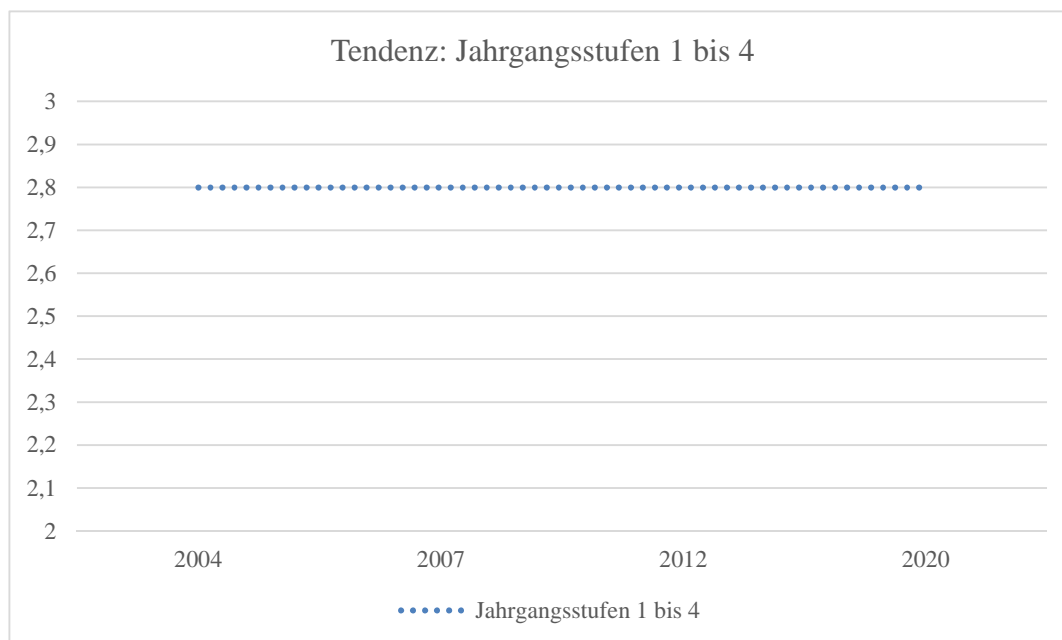


Schaubild 2: eigene graphische Darstellung der Zahlen aus den Übersichten der Kultusministerkonferenz (Anlage)

In den Jahrgangsstufen 1 bis 4 liegt das Kontingent an Sportstunden bundesweit durchgängig gleichbleibend bei durchschnittlich 2,8 Wochenstunden.

Das Land Bremen blieb bei der Berechnung unberücksichtigt, weil Sport dort im Rahmen eines Fächerverbundes unterrichtet wurde und keine differenzierte Anzahl Sportstunden ausgewiesen wurde. Aus demselben Grund blieben das Land Schleswig-Holstein bei der Berechnung für die Jahre 2007, 2012 und 2020 sowie das Land Rheinland-Pfalz bei der Berechnung für die Jahre 2012 und 2020 unberücksichtigt. Für das Jahr 2020 wurden zudem die Europa-Grundschulen (1. bis 6. Jahrgangsstufe) in Berlin nicht berücksichtigt, in denen Sport zweistündig unterrichtet wird.

Überwiegend sehen die Bundesländer drei Wochenstunden für die Jahrgangsstufen 1 bis 4 vor. In einigen Bundesländern sind für das erste oder auch das erste und zweite Schuljahr zwei und für das dritte und vierte Schuljahr drei Wochenstunden vorgesehen. Dies ist beispielsweise in Mecklenburg-Vorpommern, Thüringen und Sachsen-Anhalt der Fall. Lediglich im Saarland sind nur zwei Wochenstunden pro Schuljahr vorgesehen. In Sachsen wurde im Jahr 2020 das Kontingent für das vierte Schuljahr von drei auf zwei Wochenstunden reduziert.

3.2. Jahrgangsstufen 5 bis 10

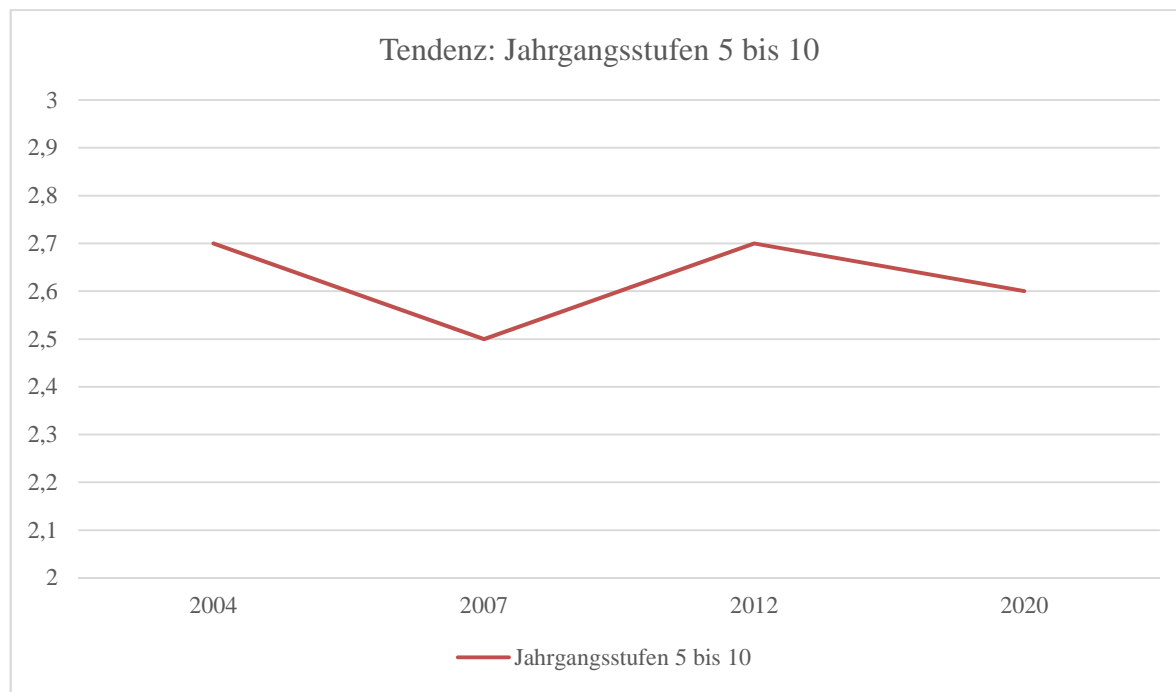


Schaubild 3: eigene graphische Darstellung der Zahlen aus den Übersichten der Kultusministerkonferenz (Anlage)

Die durchschnittliche Anzahl an Wochenstunden in den Jahrgangsstufen 5 bis 10 lag im Jahr 2004 bei 2,7, sank im Jahr 2007 auf 2,5 Wochenstunden, stieg im Jahr 2012 wieder auf 2,7 Wochenstunden an und befindet sich im Jahr 2020 bei 2,6 Wochenstunden. Diese geringfügigen Abweichungen dürften insbesondere auf nicht immer faktische Unterrichtsstunden im Fach Sport für unterschiedliche Schulformen in den jeweiligen Bundesländern zurückzuführen sein, aus denen für die vorliegende Statistik Mittelwerte gebildet wurden.

Bei der Berechnung für die Jahre 2004, 2007 und 2012 blieben die Hauptschulen in Baden-Württemberg unberücksichtigt, weil Sport dort in den Klassen 5 bis 9 im Rahmen eines Fächerverbundes zusammen mit Musik und Gestaltung unterrichtet wurde und keine differenzierte Anzahl Sportstunden ausgewiesen war. Bei der Berechnung für die Jahre 2004 und 2007 blieben die besonderen Kontingente der altsprachlichen Gymnasien und der integrierten Gesamtschulen in Rheinland-Pfalz unberücksichtigt. Die fakultativen Sportstunden in Thüringen blieben für die Berechnung der Wochenstunden in den Jahren 2004 und 2007, die fakultativen Sportstunden in Mecklenburg-Vorpommern für die Jahre 2004, 2007 und 2012 unberücksichtigt. In den Jahren 2007, 2012 und 2020 blieb außerdem das Land Schleswig-Holstein unberücksichtigt, da Sport dort in einem Fächerverbund unterrichtet wurde und keine differenzierte Anzahl Sportstunden ausgewiesen waren.

Die Länder sehen überwiegend drei Wochenstunden Sportunterricht für die Jahrgangsstufen 5 bis 10 vor. In einigen Bundesländern wie beispielsweise in Hessen reduzieren sich die Wochenstunden ab der 8. oder 9. Klasse auf zwei Wochenstunden. Auch für die Jahrgangsstufen 5 bis 10 sind im Saarland für alle Jahrgangsstufen lediglich zwei Wochenstunden Sportunterricht vorgesehen.

Sachsen-Anhalt sieht nur für die 5. und 6. Klasse drei Wochenstunden vor. In den anderen Jahrgangsstufen finden zwei Wochenstunden Sportunterricht statt. Auch in dieser Altersgruppe hat Sachsen das Kontingent an Wochenstunden im Jahr 2020 für die Jahrgänge 7 bis 10 von drei Wochenstunden auf zwei Wochenstunden reduziert. Im Land Berlin reduziert sich im Jahr 2020 der Stundenumfang im Fach Sport in den Jahrgängen 9 und 10 um jeweils eine Stunde, wenn Altgriechisch oder Japanisch als dritte Fremdsprache unterrichtet wird.

3.3. Jahrgangsstufen 11 bis 13

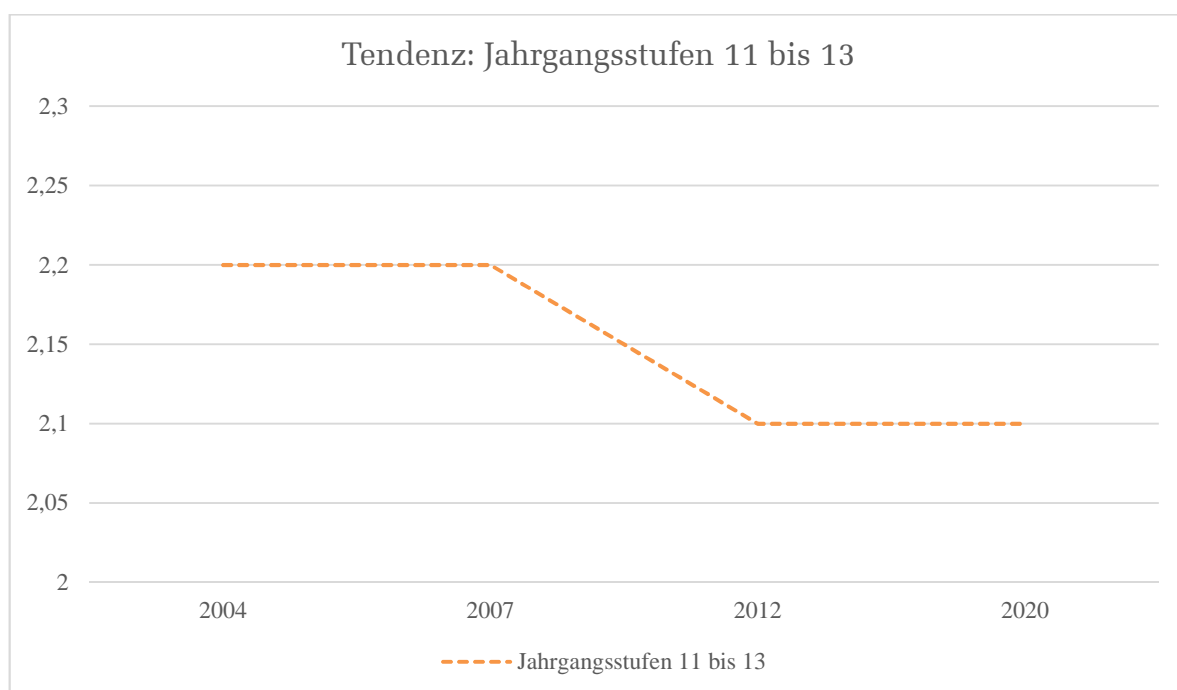


Schaubild 4: eigene graphische Darstellung der Zahlen aus den Übersichten der Kultusministerkonferenz (Anlage)

In den Jahrgangsstufen 11 bis 13 lag die durchschnittliche Anzahl an Wochenstunden für den Sportunterricht in den Jahren 2004 und 2007 bei 2,2 Wochenstunden und in den Jahren 2012 und 2020 bei 2,1 Wochenstunden.

Bei der Berechnung für die Jahre 2004 und 2007 blieben die fakultativen Sportstunden in Hessen und im Saarland unberücksichtigt. Für das Jahr 2007 blieb Schleswig-Holstein aufgrund des Unterrichts im Rahmen eines Fächerverbundes unberücksichtigt. Außerdem sind unter anderem Leistungskurse unberücksichtigt geblieben und nur die Werte von Grund- oder Pflichtkursen mit einbezogen worden.

Grundsätzlich sehen alle Bundesländer für die Jahrgangsstufen 11 bis 13 weniger Sportunterricht vor als für die jüngeren Schülerinnen und Schüler. In der Regel handelt es sich um zwei Wochenstunden pro Jahrgang. In Brandenburg und Nordrhein-Westfalen zum Beispiel sind hingegen drei Wochenstunden vorgesehen. Das Kontingent an Wochenstunden für den Sportunterricht in den Jahrgangsstufen 11 bis 13 hat sich in den Bundesländern im Laufe der Jahre nicht verändert.

3.4. Teilnahme an schulischen Sport-AGs

Die Teilnahme an schulischen Sport-AGs stieg in dem Zeitraum von 2003 bis 2017 nach der Motorik-Modul-Studie (Einzelheiten dazu s. unter 5.) in der Altersgruppe der 6- bis 10-Jährigen von 9,8 % auf 24,6 %, in der Altersgruppe der 11- bis 13-Jährigen von 14,1 auf 21,5 %.¹³

3.5. Differenz zwischen im Lehrplan vorgesehenen und tatsächlich erteilten Sportstunden

Aussagen über eine mögliche Differenz zwischen den im Lehrplan vorgesehenen und tatsächlich erteilten Sportstunden können nicht getroffen werden. Auswertbare Antworten auf diesbezügliche Anfragen in einigen Bundesländern wurden in der Erstellungszeit dieses Sachstandes nicht übermittelt.

4. Körperlich-sportliche Aktivitäten – Definition

Die körperliche und sportliche Aktivität ist eine Untergruppe der allgemeinen körperlichen Aktivität. Bestimmte körperliche Aktivitäten – wie z.B. das Fußballspielen im Verein oder das Training im Fitnessstudio – sind gleichermaßen körperliche wie sportliche Aktivitäten.¹⁴

Körperliche Aktivitäten zeichnen sich nach Caspersen et al aus durch:

- Körperbewegung durch Bewegung der Skelettmuskulatur,
- Steigerung des Energieverbrauchs,
- positive Auswirkungen auf die körperliche Gesundheit.¹⁵

13 Karlsruhe Institut für Technologie. MoMo-Factsheet – Die sportliche Aktivität der Kinder und Jugendlichen in Deutschland. Organisierter Sport. Abrufbar unter: https://www.sport.kit.edu/MoMo/downloads/FS_Schmidt_Aktivitaet_gesamt_201712.pdf.

Schmidt, Steffen C. E.; Henn, Annette; Albrecht, Claudia; Woll, Alexander: The physical activity of children and adolescents in Germany 2003-2012. The MoMo-Study. International Journal of Environmental Research and Public Health 14 (7/2017), S. 1375ff. Abrufbar unter: https://primo.bibliothek.kit.edu/primo-explore/fulldisplay?docid=KITSRCE1000077425&context=L&vid=KIT&lang=de_DE&search_scope=KIT_Evostar&adaptor=Local%20Search%20Engine&tab=kit_evastar&query=any.contains.2003-2017.

Schmidt, Steffen C. E.; Anned, Bastian; Buchartz, Alexander; Oriwol, Doris; Kolb, Simon; Wäsche, Hagen; Niessner, Claudia; Woll, Alexander: The physical activity of children and adolescents in Germany 2003-2017. The MoMo-Study. PLoS ONE 15 (7/2020), S. 1ff. Abrufbar unter: <https://journals.plos.org/plosone/article/file?id=10.1371/journal.pone.0236117&type=printable>.

14 Statistisches Bundesamt. Das Informationssystem der Gesundheitsberichterstattung des Bundes: Info-Box 3.7.1 – Körperliche und sportliche Aktivität. Abrufbar unter: https://www.gbe-bund.de/gbe/abrechnung.prc_abr_test_logon?p_uid=gast&p_aid=0&p_knoten=FID&p_sprache=D&p_suchstring=25499.

15 Caspersen, Carl J.; Powell, Kenneth E.; Christenson, Gregory M.: Physical activity, exercise, and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research. Public Health (1985) Rep100 (2), S. 126 ff [127]. Abrufbar unter: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1424733/pdf/pubhealthrep00100-0016.pdf>.

Sportliche Aktivität ist dabei anzusehen als eine körperliche „Aktivität, für die traditionell insbesondere Spaß an der Bewegung, körperliche Leistung und Wettkampf typisch sind.“¹⁶

5. Entwicklung der körperlich-sportlichen Aktivität von Kindern und Jugendlichen in Deutschland von 2003 bis 2017

Im Rahmen des Motorik-Moduls (MoMo) der bundesweiten Studie zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland (KiGGS) des Robert Koch-Instituts (RKI) werden seit dem Jahr 2003 die motorische Leistungsfähigkeit und die körperlich-sportliche Aktivität von Kindern und Jugendlichen im Alter von 4 bis 17 Jahren in Deutschland untersucht. Ziel ist es, die Entwicklung der körperlich-sportlichen Aktivität und der motorischen Leistungsfähigkeit im Laufe der Jahre abzubilden und zu analysieren, welche Faktoren einen Einfluss auf diese haben.¹⁷

Die MoMo-Basiserhebung fand von 2003 bis 2006 statt. An ihr nahmen 4.528 Kinder und Jugendliche im Alter von 4 bis 17 Jahren teil.¹⁸

Die nächste Untersuchung, MoMo-Welle 1, fand von 2009 bis 2012 mit insgesamt 5.104 Kindern und Jugendlichen im Alter von 4 bis 17 Jahren statt. Darunter waren 2.807 Teilnehmer der Basiserhebung, die erneut untersucht wurden.¹⁹

-
- 16 Statistisches Bundesamt. Das Informationssystem der Gesundheitsberichterstattung des Bundes: Info-Box 3.7.1 – Körperliche und sportliche Aktivität mWn. Abrufbar unter: https://www.gbe-bund.de/gbe/abrechnung.prc_abr_test_logon?p_uid=gast&p_aid=0&p_knoten=FID&p_sprache=D&p_suchstring=25499.
- 17 Schmidt, Steffen C. E.; Burchartz, Alexander; Kolb, Simon; Niessner, Claudia; Oriwol, Doris; Hanssen-Doose, Anke; Worth, Annette; Woll, Alexander: Zur Situation der körperlich-sportlichen Aktivität von Kindern und Jugendlichen während der COVID-19 Pandemie in Deutschland: Die Motorik-Modul Studie (MoMo). KIT Scientific Working Papers 165 (2021), S. 1. Abrufbar unter: https://www.sport.kit.edu/rd_download/1.%20Startseite/Aktuelles/Schmidt%20et%20al%20MoMo%20Corona%202%20SR%202021.pdf.
- 18 Woll, Alexander; Albrecht, Claudia; Worth, Annette: Motorik-Modul (MoMo) – das Modul zur Erfassung der motorischen Leistungsfähigkeit und der körperlich-sportlichen Aktivität in KiGGS Welle 2. In: Journal of Health Monitoring 2017, 66 ff. [67]. Abrufbar unter: https://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Gesundheitsberichterstattung/GBEDownloads/ConceptsMethods/JoHM_02S3_2017_MoMo.pdf?blob=publication-File.
- Schmidt, Steffen C. E.; Henn, Annette; Albrecht, Claudia; Woll, Alexander: The physical activity of children and adolescents in Germany 2003-2012. The MoMo-Study. International Journal of Environmental Research and Public Health 14 (7/2017), S. 1375ff. Abrufbar unter: https://primo.bibliothek.kit.edu/primo-explore/fulldisplay?docid=KITSRCE1000077425&context=L&vid=KIT&lang=de_DE&search_scope=KIT_Evastar&adaptor=Local%20Search%20Engine&tab=kit_evastar&query=any,contains,2003-2017.
- 19 Karlsruher Institut für Technologie. MoMo-Factsheet – Die sportliche Aktivität der Kinder und Jugendlichen in Deutschland. Organisierter Sport. Abrufbar unter: https://www.sport.kit.edu/MoMo/downloads/FS_Schmidt_Aktivitaet_gesamt_201712.pdf.

MoMo-Welle 2 fand von 2014 bis 2017 mit insgesamt 6.233 Teilnehmern statt.²⁰

MoMo-Welle 3 begann im Jahr 2018.²¹ Im März 2020 wurden die Untersuchungen der MoMo-Studie wegen der COVID-19 Pandemie unterbrochen. In dieser Zeit fanden während des Lockdowns jedoch analog zur MoMo-Studie die MoMo-Sonderbefragungen „Lockdown 1“ und „Lockdown 2“ statt, um die Auswirkungen der Lockdowns auf die körperlich-sportliche Aktivität und die Mediennutzung von Kindern und Jugendlichen zu untersuchen (s. dazu 8.).²²

Erfasst wurden die Erfüllung der Bewegungsempfehlung der Weltgesundheitsorganisation (WHO), der organisierte Sport, der unorganisierte Sport, die Alltagsaktivität und die Mediennutzung in der Freizeit.²³

-
- 20 Schmidt, Steffen C. E.; Anned, Bastian; Buchartz, Alexander; Oriwol, Doris; Kolb, Simon; Wäsche, Hagen; Niessner, Claudia; Woll, Alexander: The physical activity of children and adolescents in Germany 2003-2017. The MoMo-Study. PLoS ONE 15 (7/2020), S. 1ff. Abrufbar unter: <https://journals.plos.org/plosone/article/file?id=10.1371/journal.pone.0236117&type=printable>.
 - 21 Schmidt, Steffen C. E.; Burchartz, Alexander; Kolb, Simon; Niessner, Claudia; Oriwol, Doris; Hanssen-Doose, Anke; Worth, Annette; Woll, Alexander: Zur Situation der körperlich-sportlichen Aktivität von Kindern und Jugendlichen während der COVID-19 Pandemie in Deutschland: Die Motorik-Modul Studie (MoMo). KIT Scientific Working Papers 165 (2021), S. 2. Abrufbar unter: https://www.sport.kit.edu/rd_download/1.%20Startseite/Aktuelles/Schmidt%20et%20al%20MoMo%20Corona%202%20SR%202021.pdf.
 - 22 Schmidt, Steffen C. E.; Burchartz, Alexander; Kolb, Simon; Niessner, Claudia; Oriwol, Doris; Hanssen-Doose, Anke; Worth, Annette; Woll, Alexander: Zur Situation der körperlich-sportlichen Aktivität von Kindern und Jugendlichen während der COVID-19 Pandemie in Deutschland: Die Motorik-Modul Studie (MoMo). KIT Scientific Working Papers 165 (2021), S. 2f. Abrufbar unter: https://www.sport.kit.edu/rd_download/1.%20Startseite/Aktuelles/Schmidt%20et%20al%20MoMo%20Corona%202%20SR%202021.pdf.
 - 23 Schmidt, Steffen C. E.; Burchartz, Alexander; Kolb, Simon; Niessner, Claudia; Oriwol, Doris; Hanssen-Doose, Anke; Worth, Annette; Woll, Alexander: Zur Situation der körperlich-sportlichen Aktivität von Kindern und Jugendlichen während der COVID-19 Pandemie in Deutschland: Die Motorik-Modul Studie (MoMo). KIT Scientific Working Papers 165 (2021), S. 6f. Abrufbar unter: https://www.sport.kit.edu/rd_download/1.%20Startseite/Aktuelles/Schmidt%20et%20al%20MoMo%20Corona%202%20SR%202021.pdf.

Organisierter Sport meint Sport im Verein, Schulsport und außerschulische Sport AGs.²⁴ Unorganisierter Sport dagegen ist das Sporttreiben in der Freizeit und umfasst zum Beispiel Joggen oder Krafttraining.²⁵

5.1. Veränderung der körperlich-sportlichen Aktivitäten insgesamt

Diese Studien kommen zu dem Ergebnis, dass sich die körperlich-sportliche Aktivität im organisierten Sport und in der Freizeit dieser Gruppe in den Jahren 2003-2017 nur unwesentlich verändert hat. In der folgenden Grafik wird diese Entwicklung für den Untersuchungszeitraum von 2003-2006 und den Untersuchungszeitraum von 2014-2017 nach Altersgruppen aufgeschlüsselt dargestellt:

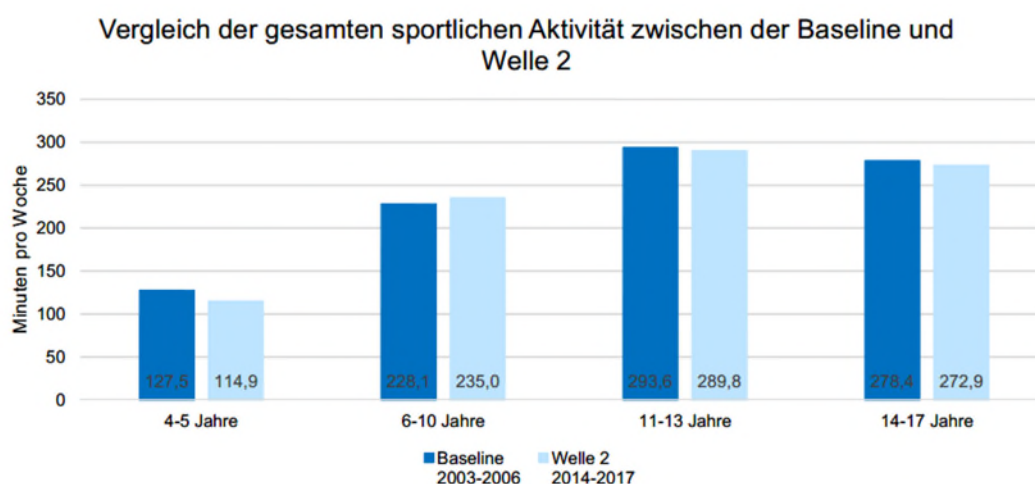


Schaubild 5: Motorik-Modul-Studie²⁶

- 24 Schmidt, Steffen C. E.; Burchartz, Alexander; Kolb, Simon; Niessner, Claudia; Oriwol, Doris; Hanssen-Doose, Anke; Worth, Annette; Woll, Alexander: Zur Situation der körperlich-sportlichen Aktivität von Kindern und Jugendlichen während der COVID-19 Pandemie in Deutschland: Die Motorik-Modul Studie (MoMo). KIT Scientific Working Papers 165 (2021), S. 6. Abrufbar unter: https://www.sport.kit.edu/rd_download/1.%20Startseite/Aktuelles/Schmidt%20et%20al%20MoMo%20Corona%202%20SR%202021.pdf.
- 25 Schmidt, Steffen C. E.; Burchartz, Alexander; Kolb, Simon; Niessner, Claudia; Oriwol, Doris; Hanssen-Doose, Anke; Worth, Annette; Woll, Alexander: Zur Situation der körperlich-sportlichen Aktivität von Kindern und Jugendlichen während der COVID-19 Pandemie in Deutschland: Die Motorik-Modul Studie (MoMo). KIT Scientific Working Papers 165 (2021), S. 7f. Abrufbar unter: https://www.sport.kit.edu/rd_download/1.%20Startseite/Aktuelles/Schmidt%20et%20al%20MoMo%20Corona%202%20SR%202021.pdf.
- 26 Karlsruher Institut für Technologie: MoMo-Factsheet – Die sportliche Aktivität der Kinder und Jugendlichen in Deutschland. Abrufbar unter: <https://www.sport.kit.edu/MoMo/downloads/Die%20sportliche%20Aktivitaet%20a4t.pdf>.

5.2. Körperlich-sportliche Aktivitäten in der Freizeit und im organisierten Sport

Die Bewegungsempfehlung der WHO sieht für Kinder und Jugendliche im Alter von 5 bis 17 Jahren täglich mindestens 60 Minuten körperlich-sportlicher Aktivität mit moderater bis hoher Intensität vor.²⁷ Diese Vorgabe erreichten seit dem Jahr 2003 immer weniger Kinder und Jugendliche in Deutschland²⁸: 2003 waren es noch ca. 25 %, 2020 waren es im Mittel nur noch ca. 18 %.

Kennzahlen der körperlich-sportlichen Aktivität vor der Pandemie

4-17 Jahre		MoMo Baseline* 2003-2006	MoMo Welle 1* 2009-2012	MoMo Welle 2* 2014-2017	MoMo Welle 3* 2018-2020
N (nur Querschnitt)		4.528	3.994	3.708	2.841
Alter	Jahre	10,0 ± 4,0	11,6 ± 3,8	11,4 ± 3,8	10,5 ± 4,0
WHO Guideline	% erfüllt	25,1	17,3	17,0	18,1
Organisierter Sport (Schule & Verein)	Min/Woche	160,9 ± 136,3	188,5 ± 150,9	192,2 ± 157,1	191,3 ± 156,4
	Min/Tag	23,0 ± 19,4	27,0 ± 21,6	27,5 ± 22,4	27,3 ± 22,3
Sport in der Freizeit	Min/Woche	82,6 ± 137,6	64,0 ± 119,8	52,2 ± 121,7	48,5 ± 103,0
	Min/Tag	11,8 ± 19,4	9,1 ± 17,1	7,5 ± 17,4	6,9 ± 14,7

* Daten zur körperlich-sportlichen Aktivität sind gewichtet (repräsentativ für 4-17-Jährige in Deutschland); angegeben sind Mittelwert ± Standardabweichung

Schaubild 6: Motorik-Modul-Studie²⁹

Sehr detailliert werden die Ergebnisse und das Design der Untersuchung in den oben genannten Studien dargestellt.

- 27 World Health Organization: Guidelines on physical activity and sedentary behaviour 2020, S. 1. Abrufbar unter: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/336656/9789240015128-eng.pdf>.
- 28 Schmidt, Steffen C. E.; Burchartz, Alexander; Kolb, Simon; Niessner, Claudia; Oriwol, Doris; Hanssen-Doose, Anke; Worth, Annette; Woll, Alexander: Zur Situation der körperlich-sportlichen Aktivität von Kindern und Jugendlichen während der COVID-19 Pandemie in Deutschland: Die Motorik-Modul Studie (MoMo). KIT Scientific Working Papers 165 (2021), S. 8f. Abrufbar unter: https://www.sport.kit.edu/rd_download/1.%20Startseite/Aktuelles/Schmidt%20et%20al%20MoMo%20Corona%202%20SR%202021.pdf.
- 29 Schmidt, Steffen C. E.; Burchartz, Alexander; Kolb, Simon; Niessner, Claudia; Oriwol, Doris; Hanssen-Doose, Anke; Worth, Annette; Woll, Alexander: Zur Situation der körperlich-sportlichen Aktivität von Kindern und Jugendlichen während der COVID-19 Pandemie in Deutschland: Die Motorik-Modul Studie (MoMo). KIT Scientific Working Papers 165 (2021), S. 8f. Abrufbar unter: https://www.sport.kit.edu/rd_download/1.%20Startseite/Aktuelles/Schmidt%20et%20al%20MoMo%20Corona%202%20SR%202021.pdf.

5.3. Zwischenfazit

Es ist eine divergierende Entwicklung zu beobachten: Während der Sport in der Freizeit im Berichtszeitraum deutlich zurückgegangen ist, haben die Jugendlichen sich im organisierten Sport (Schule und Verein) deutlich mehr engagiert.

Diese beiden gleichzeitig auftretenden Entwicklungen führen zudem auf den ersten Blick beruhigenden Ergebnis, dass die körperlich-sportliche Aktivität der Jugendlichen im gesamten Untersuchungszeitraum gleichgeblieben sei (s. oben 5.1.).

6. Die Aktivitäten der Kinder und Jugendlichen im organisierten Sport außerhalb der Schule

Zu untersuchen ist, ob und wie diese Entwicklung sich auch in der Entwicklung der Mitgliederzahl der Sportbünde widerspiegelt.

6.1. Entwicklung der Mitgliederzahl der Landessportbünde in den Jahren 2004 bis 2021 nach Altersgruppen

Dazu werden die Zahlen des Deutschen Olympischen Sportbundes über die Gesamtmitgliederzahl der Jahre 2004 bis 2021³⁰ herangezogen:

30 Deutscher Sportbund: Bestandserhebung 2004, S. 4. Abrufbar unter: https://cdn.dosb.de/user_upload/www.dosb.de/uber_uns/Bestandserhebung/Bestandserhebung_2004.pdf; Deutscher Sportbund: Bestandserhebung 2005, S. 4. Abrufbar unter: https://cdn.dosb.de/user_upload/www.dosb.de/uber_uns/Bestandserhebung/Bestandserhebung_2005.pdf; Deutscher Olympischer Sportbund: Bestandserhebung 2006, S. 4. Abrufbar unter: https://cdn.dosb.de/user_upload/www.dosb.de/uber_uns/Bestandserhebung/Bestandserhebung_2006.pdf; Deutscher Olympischer Sportbund: Bestandserhebung 2007, S. 4. Abrufbar unter: https://cdn.dosb.de/user_upload/www.dosb.de/uber_uns/Bestandserhebung/Bestandserhebung_2007.pdf; Deutscher Olympischer Sportbund: Bestandserhebung 2008, S. 4. Abrufbar unter: https://cdn.dosb.de/user_upload/www.dosb.de/uber_uns/Bestandserhebung/Bestandserhebung_2008.pdf; Deutscher Olympischer Sportbund: Bestandserhebung 2009, S. 4. Abrufbar unter: https://cdn.dosb.de/user_upload/www.dosb.de/uber_uns/Bestandserhebung/Bestandserhebung_2009.pdf; Deutscher Olympischer Sportbund: Bestandserhebung 2010, S. 4. Abrufbar unter: https://cdn.dosb.de/user_upload/www.dosb.de/uber_uns/Bestandserhebung/Bestandserhebung_2010.pdf; Deutscher Olympischer Sportbund: Bestandserhebung 2011, S. 2. Abrufbar unter: https://cdn.dosb.de/user_upload/www.dosb.de/uber_uns/Bestandserhebung/Bestandserhebung_2011.pdf; Deutscher Olympischer Sportbund: Bestandserhebung 2012, S. 2. Abrufbar unter: https://cdn.dosb.de/user_upload/www.dosb.de/uber_uns/Bestandserhebung/Bestandserhebung_2012.pdf; Deutscher Olympischer Sportbund: Bestandserhebung 2013, S. 2. Abrufbar unter: https://cdn.dosb.de/user_upload/www.dosb.de/uber_uns/Bestandserhebung/Bestandserhebung_2013.pdf; Deutscher Olympischer Sportbund: Bestandserhebung 2014, S. 2. Abrufbar unter: https://cdn.dosb.de/user_upload/www.dosb.de/uber_uns/Bestandserhebung/Bestandserhebung_2014.pdf; Deutscher Olympischer Sportbund: Bestandserhebung 2015, S. 2. Abrufbar unter: https://cdn.dosb.de/user_upload/www.dosb.de/uber_uns/Bestandserhebung/Bestandserhebung_2015.pdf; Deutscher Olympischer Sportbund: Bestandserhebung 2016, S. 2. Abrufbar unter: https://cdn.dosb.de/user_upload/www.dosb.de/uber_uns/Bestandserhebung/Bestandserhebung_2016.pdf; Deutscher Olympischer Sportbund: Bestandserhebung 2017, S. 2. Abrufbar unter: https://cdn.dosb.de/user_upload/www.dosb.de/uber_uns/Bestandserhebung/BE-Heft_2017_aktualisierte_Version_25.01.18.pdf; Deutscher Olympischer Sportbund: Bestandserhebung 2018, S. 2. Abrufbar unter: https://cdn.dosb.de/user_upload/www.dosb.de/uber_uns/Bestandserhebung/BE-Heft_2018.pdf; Deutscher Olympischer Sportbund: Bestandserhebung 2019, S. 2. Abrufbar unter: https://cdn.dosb.de/user_upload/www.dosb.de/Medien_Service/BE/BE-Heft_2019.pdf; Deutscher Olympischer Sportbund: Bestandserhebung 2020, S. 2. Abrufbar unter: https://cdn.dosb.de/user_upload/www.dosb.de/uber_uns/Bestandserhebung/BE-Heft_2020.pdf; Deutscher Olympischer Sportbund: Bestandserhebung 2021, S. 2. Abrufbar unter: https://cdn.dosb.de/user_upload/www.dosb.de/uber_uns/Bestandserhebung/BE-Heft_2021.pdf.

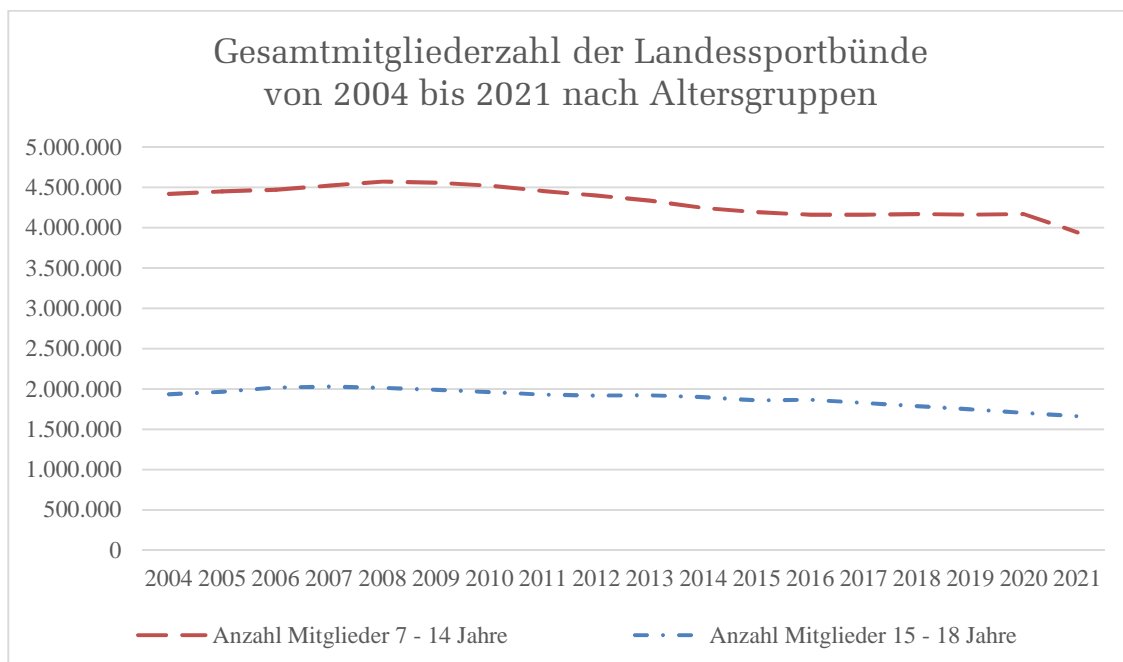


Schaubild 7: eigene graphische Darstellung der Mitgliederzahlen nach den Daten des DOSB (Fn. 30)

Die Gesamtmitgliederzahl der Landessportbünde sinkt in der Altersgruppe von 7 bis 14 Jahren seit dem Jahr 2008 stetig. In den Jahren 2012 bis 2017 ist ein stärkerer Rückgang der Mitgliederzahlen zu erkennen. Im Jahr 2018 stieg die Mitgliederzahl geringfügig auf 4.173.108 Mitglieder an, sank im Jahr 2019 auf 4.163.897 und stieg im Jahr 2020 erneut auf 4.170.183 Mitglieder an. Aufgrund der Maßnahmen zur Bekämpfung der COVID-19-Pandemie sank die Zahl der Mitglieder im Jahr 2021 stark und betrug in der Altersgruppe von 7 bis 14 Jahren 3.944.381 Mitglieder.

Auch in der Altersgruppe der 15- bis 18-Jährigen verringert sich die Mitgliederzahl seit 2008 stetig. Seit 2016 ist ein stärkerer Rückgang zu verzeichnen. Der Rückgang während der Maßnahmen zur Bekämpfung der COVID-19-Pandemie im Jahr 2021 ist im Vergleich zu dem Rückgang der Mitgliederzahlen der Altersgruppe der 7- bis 14-Jährigen jedoch gering.

6.2. Entwicklung der Mitgliederzahl der Landessportbundes Sachsen in den Jahren 2004 bis 2021 nach Altersgruppen

Eine abweichende Entwicklung zur zusammengefassten bundesweiten Betrachtung ist beim Landessportbund Sachsen zu verzeichnen:

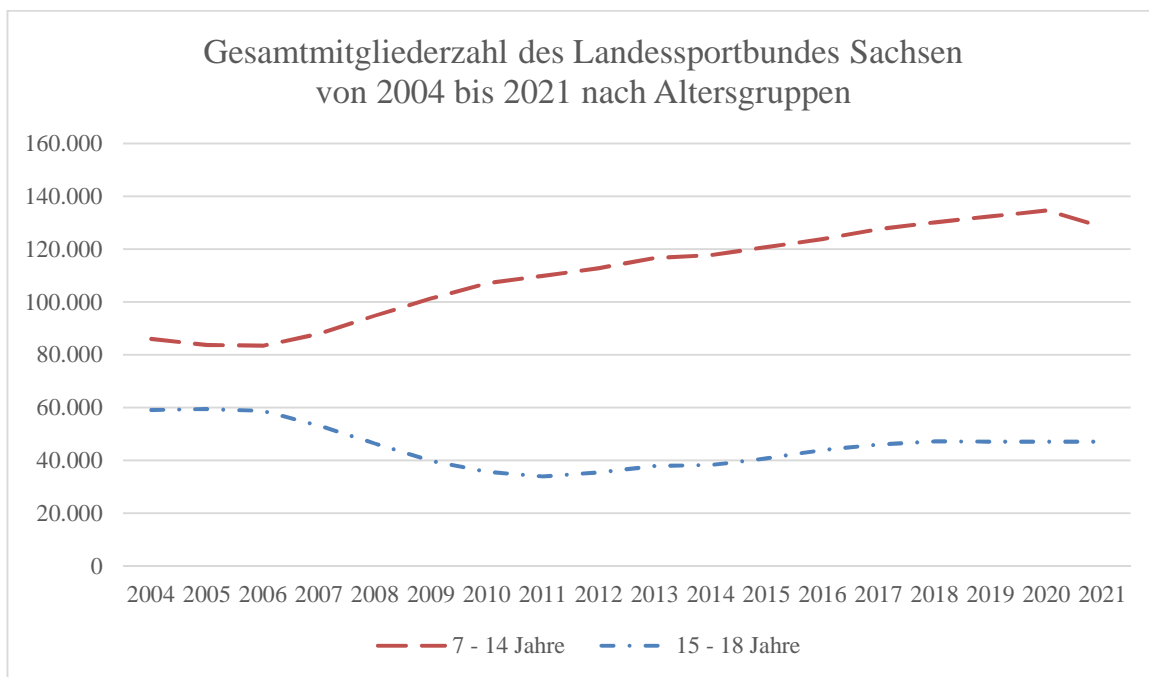


Schaubild 8: eigene graphische Darstellung der Mitgliederzahlen nach den Daten des DOSB (Fn. 30)

Anders als die bundesweiten Mitgliederzahlen stieg die Gesamtmitgliederzahl des Landessportbundes Sachsen in der Altersgruppe der 7- bis 14-Jährigen seit 2006, bis auf 134.718 Mitglieder im Jahr 2020 stetig an. Allerdings gilt auch hier, dass infolge der Auswirkungen der Maßnahmen zur Bekämpfung der COVID-19-Pandemie im Jahr 2021 ein stärkerer Rückgang der Mitgliederzahlen zu erkennen ist. So ging die Zahl der Mitglieder des Landessportbundes Sachsen auf 128.549 Mitglieder in dieser Altersgruppe zurück.

In der Altersgruppe der 15- bis 18-Jährigen hingegen sank die Anzahl der Mitglieder von 2006 bis 2011 stark von 58.813 Mitgliedern auf 34.023 Mitglieder. Seitdem stieg die Mitgliederanzahl stetig an. Seit 2017 erhöht sich die Mitgliederzahl zwar nur noch geringfügig. Dieser Trend hat aber auch in den Jahren 2020 und 2021 während der Maßnahmen zur Bekämpfung der COVID-19-Pandemie tendenziell fortgesetzt.

7. Zusammenhang von Sportunterricht in den allgemeinbildenden Schulen und der Mitgliedschaft in Landessportbünden

Darzustellen ist auch, inwieweit es einen Zusammenhang zwischen Sportunterricht – hier als Zahl der im Lehrplan vorgesehenen Unterrichtsstunden in den allgemeinbildenden Schulen – und der Zahl der Mitglieder in den Landessportbünden gibt. Hierzu wurden im untenstehenden Schaubild für den Zeitraum 2004 bis 2020 die zahlenmäßige Entwicklung dieser beiden Größen unter Berücksichtigung von zwei Altersgruppen bei der Gesamtmitgliederzahl der Landessportbünde und drei Jahrgangsstufen bei der Zahl der im Lehrplan vorgesehenen Schulstunden grafisch dargestellt.

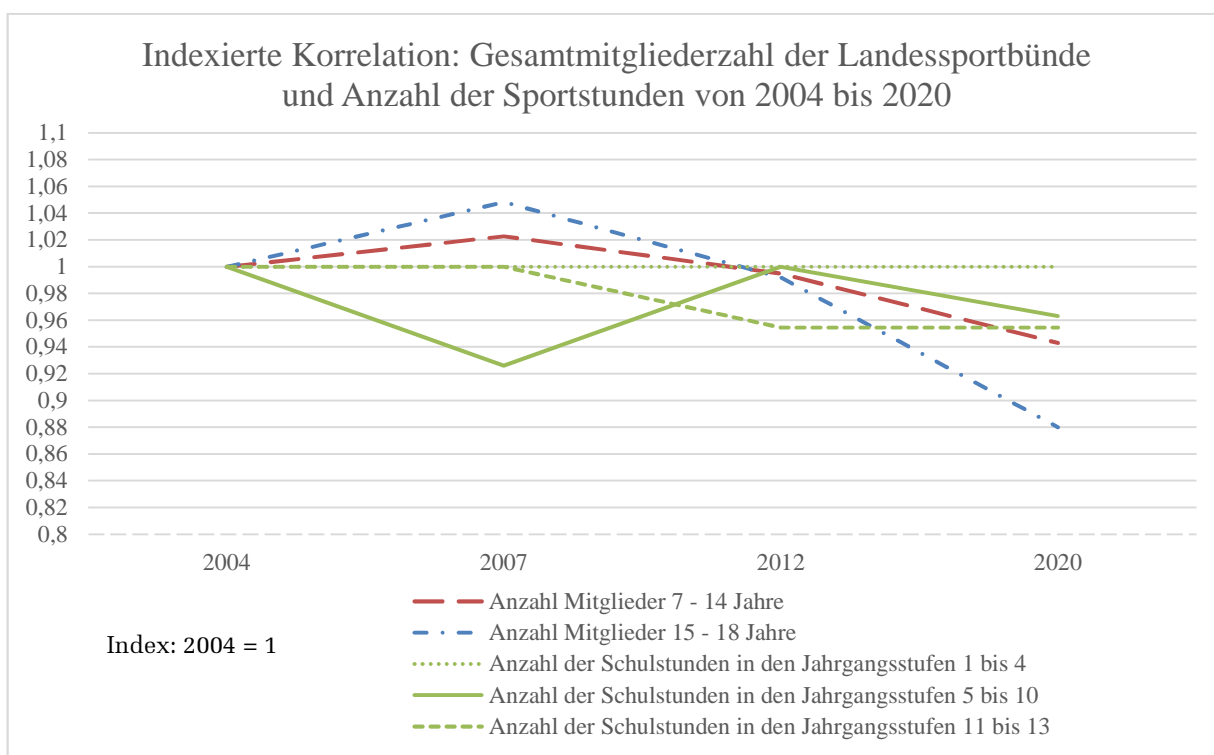


Schaubild 9: eigene graphische Darstellung der Mitgliederzahlen der Landessportbünde nach den Daten des DOSB (Fn. 30) und der Sportstunden nach den Zahlen aus den Übersichten der Kultusministerkonferenz (Anlage)

Basis dieser Darstellung sind die Daten, die den entsprechenden Tabellen in diesem Sachstand zugrunde liegen. Um eine bessere Vergleichbarkeit zu ermöglichen, wurde eine indizierte Darstellung gewählt. Ausgangspunkt ist das Jahr 2004.

Über den gesamten Zeitraum ist weitgehend eine uneinheitliche Entwicklung zu erkennen. Vor allem fällt auf, dass im Zeitraum 2004 bis 2012 die Entwicklung der Mitgliederzahlen in beiden Altersgruppen zur Entwicklung der Schulstunden in den Jahrgangsstufen 5 bis 10 gegenläufig ist: Zunächst steigen die Mitgliederzahlen und die Zahl der Unterrichtsstunden fällt, um ebenfalls wieder gegenläufig ab 2007 bis 2012 zu steigen bzw. zu fallen.

Ab 2012 bis 2020 setzt sich der Trend fallender Verbandsmitgliederzahlen in beiden Altersgruppen weiter fort und ebenso der Rückgang der Zahl der Unterrichtsstunden in den Jahrgangsstufen 5 bis 10. In diesem Zeitraum ist der Rückgang der Mitgliederzahlen in der Altersgruppe 15 – 18 Jahre wesentlich stärker ausgeprägt als in der Jahrgangsstufe 7 – 14 Jahre.

Die Zahl der im Lehrplan vorgesehenen Unterrichtsstunden in den Jahrgangsstufen 1 bis 4 ist über den gesamten Zeitraum 2004 bis 2020 konstant. Bis 2007 gilt dies auch für die Zahl der Unterrichtsstunden in den Jahrgangsstufen 11 bis 13. Dann fällt sie auf ein Niveau im Jahr 2012, auf dem sie seither verharret.

Zum stetigen Rückgang der Zahl der Verbandsmitglieder in beiden Altersgruppen seit 2007 gesellt sich ab 2012 der Rückgang der Zahl der im Lehrplan vorgesehenen Unterrichtsstunden in den Jahrgangsstufen 5 bis 10. Der Rückgang der Zahl der Unterrichtsstunden in den Jahrgangsstufen 11 bis 13 erreicht in 2012 sein niedrigstes Niveau. Diese Konstellation erweckt den Eindruck, dass sich mit dem Rückgang der Zahl der Unterrichtsstunden in den beiden vorgenannten Jahrgangsstufen der Rückgang der Zahl der Vereinsmitgliedschaften beschleunigt hat.

Aus der beschriebenen Entwicklung kann man aber nicht auf eine Abhängigkeit der Mitgliederzahl von Landessportbünden von der Zahl der Unterrichtsstunden im Schulsport schließen. Es gibt zahlreiche weitere Faktoren, die hierfür angeführt werden könnten.

8. Sonderfall: Auswirkungen der COVID-19-Pandemie

Die Maßnahmen zur Bekämpfung der COVID-19-Pandemie haben weltweit zu Einschränkungen im öffentlichen Leben und im Alltag der Bevölkerung geführt. In Deutschland kam es während der ersten Welle der Pandemie, die ihren Höhepunkt im März und April 2020 erreichte, zum ersten Lockdown.³¹ Zunächst wurden für den Zeitraum 22. März 2020 bis 19. April 2020³² Maßnahmen wie das sogenannte „Social Distancing“, Selbstisolation und die Schließung von Einrichtungen und Geschäften getroffen.³³ Neben Restaurants, Museen und Geschäften des Einzelhandels wurden auch Schulen sowie Freizeit- und Sporteinrichtungen geschlossen. Die Schließung von Sporteinrichtungen hatte zur Folge, dass viele Menschen ihren sportlichen Gewohnheiten nicht mehr nachgehen konnten.

31 Mutz, Michael Reimers, Anne K.: Leisure time sports and exercise activities during the COVID-19 pandemic: a survey of working parents. In: German Journal of Exercise and Sport Research 2021, 384 ff. [384].

32 Zu den Regelungen vgl. im Einzelnen Bundesregierung, 22. März 2020: Regeln zum Corona-Virus, Abrufbar unter: <https://www.bundesregierung.de/breg-de/leichte-sprache/22-maerz-2020-regeln-zum-corona-virus-1733310>.

33 Wunsch, Kathrin; Nigg, Carina; Niessner, Claudia; Schmidt, Steffen C. E.; Oriwol, Doris; Hanssen-Doose, Anke; Burchartz, Alexander; Eichsteller, Ana; Kolb, Simon; Worth, Annette; Woll, Alexander: The Impact of COVID-19 on the Interrelation of Physical Activity, Screen Time and Health-Related Quality of Life in Children and Adolescents in Germany: Results of the Motorik-Modul Study. In: Children 2021, 8, 98, S. 1. Abrufbar unter: <https://doi.org/10.3390/children8020098>.

Viele Wissenschaftler nehmen an, dass diese Maßnahmen den schon vor der Pandemie bestehenden Rückgang der körperlichen Aktivität und die Zunahme einer sitzenden Lebensweise verstärken.³⁴

8.1. Organisierter Sport während der Pandemie

Dennoch war bemerkenswerterweise im ersten Lockdown während der Pandemie trotz der Schließung der Schulen und Sporteinrichtungen ein starker Anstieg der Anzahl derjenigen Kinder und Jugendlichen zu verzeichnen, die die Bewegungsempfehlung der WHO³⁵ (s. 5.2.) erfüllten: Während vor der Pandemie durchschnittlich 19,5 % der Kinder und Jugendlichen zwischen 4 und 17 Jahren die Bewegungsempfehlung der WHO erreichten, waren es während des ersten Lockdowns (März/April 2020) durchschnittlich 31,5 % der Kinder und Jugendliche.³⁶

Dies lässt sich nach der MoMo-Studie möglicherweise dadurch erklären, dass die Teilnehmer im ersten Lockdown mehr Freizeit zur Verfügung hatten und angesichts der Pandemie mehr auf ihre Gesundheit achteten.³⁷ Allerdings gingen diese Zahlen im zweiten Lockdown, der im Winter 2020³⁸ begann, wieder stark zurück und waren dann sogar geringer als vor Beginn der Pandemie.

34 Chen, Peijie; Mao, Lijuan; Nassis, George P.; Harmer, Peter; Ainsworth, Barbara E.; Li, Fuzhong: Coronavirus disease (COVID-19): The need to maintain regular physical activity while taking precautions. In: Journal of Sport and Health Science 2020, 103 f. [103]. Abrufbar unter: <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2020.02.001>;

Jordan, Susanne; Starker, Anne; Krug, Susanne; Manz, Kristin; Moosburger, Ramona; Schienkiewitz, Anja; Varnaccia, Gianni; Zeiher, Johannes; Wachtler, Benjamin; Loss, Julika: Gesundheitsverhalten und COVID-19: Erste Erkenntnisse zur Pandemie. In: Journal of Health Monitoring 2020. Abrufbar unter: https://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Gesundheitsberichterstattung/GBEDownloads/JoHM_S8_2020_Gesundheitsverhalten_COVID_19.pdf?_blob=publicationFile;

Rundle, Andrew G.; Park, Yoosun; Herbstman, Julie B.; Kinsey, Eliza W.; Wang, Y. Claire: COVID-19-Related School Closings and Risk of Weight Gain Among Children. In: Obesity 2020, 1008 f. [1008]. Abrufbar unter: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1002/oby.22813>.

35 World Health Organization: Guidelines on physical activity and sedentary behaviour 2020, S. 1. Abrufbar unter: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/336656/9789240015128-eng.pdf>.

36 Schmidt, Steffen C. E.; Burchartz, Alexander; Kolb, Simon; Niessner, Claudia; Oriwol, Doris; Hanssen-Doose, Anke; Worth, Annette; Woll, Alexander: Zur Situation der körperlich-sportlichen Aktivität von Kindern und Jugendlichen während der COVID-19 Pandemie in Deutschland: Die Motorik-Modul Studie (MoMo). KIT Scientific Working Papers 165 (2021), S. 8. Abrufbar unter: https://www.sport.kit.edu/rd_download/1.%20Startseite/Aktuelles/Schmidt%20et%20al%20MoMo%20Corona%20%20SR%202021.pdf.

37 Ebd. S. 9.

38 Die Bundes- und Länderregierungen haben am 13. Dezember 2020 nochmals „Lockdown“-Maßnahmen beschlossen, die zunächst für den Zeitraum 16. Dezember 2020 bis 10. Januar 2021 gelten sollten. Vgl. Bundesregierung, Coronavirus in Deutschland, Diese Regeln gelten seit 16. Dezember. Abrufbar unter: <https://www.bundesregierung.de/breg-de/themen/coronavirus/bundesweiter-lockdown-1829134>.

Nur noch 16,2 % der Kinder und Jugendlichen erfüllten die Bewegungsempfehlung der WHO während des zweiten Lockdowns.³⁹

Organisierter Sport in Sportvereinen und in der Schule fand im ersten Lockdown jedoch nicht statt und auch während des zweiten Lockdowns war Schulsport nicht erlaubt.⁴⁰ Aus diesem Grund sank der Durchschnitt von 26,3 Minuten organisierten Sports in Sportvereinen und der Schule der Teilnehmer in Welle 3 der Studie im ersten Lockdown auf 0 Minuten. Da ungefähr 12 % der Teilnehmer angaben, im zweiten Lockdown über virtuelle Trainingsangebote an Vereinssport teilgenommen zu haben, ergab sich für den Zeitraum des zweiten Lockdowns ein Durchschnitt von 3,7 Minuten organisierten Sports pro Tag.⁴¹

8.2. Sport in der Freizeit während der Pandemie

Hinsichtlich des Sports in der Freizeit ist bereits seit 2003 ein dauerhafter Rückgang zu verzeichnen. Waren es zunächst noch 82,6 Minuten pro Woche in der Basiserhebung, so gaben die Teilnehmenden in Welle 3 der Studie an, durchschnittlich 48,5 Minuten Sport pro Woche in ihrer Freizeit zu treiben.⁴² Es ergibt sich ein Durchschnitt von 6,2 Minuten unorganisiertem Sport pro Tag vor der Pandemie. Entsprechend der körperlichen Aktivität im Sinne der Bewegungsempfehlung der WHO stieg auch der unorganisierte Sport in der Freizeit während des ersten Lockdowns stark an, auf durchschnittlich 23,9 Minuten pro Tag, und reduzierte sich im zweiten Lockdown wieder um ungefähr 60 % auf 9,9 Minuten pro Tag.⁴³

Insgesamt war vor der Pandemie eine Summe an sportlicher Aktivität, also organisiertem und unorganisiertem Sport, von 32,5 Minuten pro Tag zu verzeichnen, die sich im ersten Lockdown auf 23,9 Minuten und im zweiten Lockdown auf 13,6 Minuten verringerte.⁴⁴

39 Schmidt, Steffen C. E.; Burchartz, Alexander; Kolb, Simon; Niessner, Claudia; Oriwol, Doris; Hanssen-Doose, Anke; Worth, Annette; Woll, Alexander: Zur Situation der körperlich-sportlichen Aktivität von Kindern und Jugendlichen während der COVID-19 Pandemie in Deutschland: Die Motorik-Modul Studie (MoMo). KIT Scientific Working Papers 165 (2021), S. 9f. Abrufbar unter: https://www.sport.kit.edu/rd_download/1.%20Startseite/Aktuelles/Schmidt%20et%20al%20MoMo%20Corona%202%20SR%202021.pdf.

40 Ebd. S. 10f.

41 Ebd. S. 10.

42 Ebd. S. 8f.

43 Ebd. S. 10.

44 Ebd. S. 11.

8.3. Körperliche Alltagsaktivitäten während der Pandemie

Die körperliche Alltagsaktivität umfasst das Spielen im Freien, Hausarbeit, Gartenarbeit, tägliche Fußwegstrecken und tägliche Wegstrecken mit nicht motorisierten Hilfsmitteln wie zum Beispiel Fahrrädern.⁴⁵

Auch diese Alltagsaktivitäten ließen während des ersten Lockdowns einen Zuwachs erkennen und reduzierten sich im zweiten Lockdown wieder deutlich. So gaben die Teilnehmer vor der Pandemie an, durchschnittlich 59,1 Minuten pro Tag im Freien zu spielen, während sie im ersten Lockdown durchschnittlich 81,7 Minuten pro Tag draußen spielten.

Im zweiten Lockdown nahm dieser Anteil wieder stark ab und sank auf 22,4 Minuten pro Tag und befand sich damit unter dem Niveau von vor Beginn der Pandemie. Auch insgesamt war die Summe an körperlicher Alltagsaktivitäten im zweiten Lockdown geringer als vor Beginn der Pandemie. Von durchschnittlich 108,8 Minuten körperlicher Alltagsaktivitäten pro Tag sank die Zahl im zweiten Lockdown auf nur 62,2 Minuten pro Tag, nachdem sie im ersten Lockdown auf 146,8 Minuten pro Tag angestiegen war.⁴⁶

8.4. Die Mediennutzung während der Pandemie

Die Mediennutzung der Kinder und Jugendlichen in der Freizeit wurde durch Selbstangaben der Teilnehmer erfasst. Sie sollten angeben, wie viel Zeit sie mit Fernsehen, Videospiele und sonstiger Nutzung des Internets in ihrer Freizeit verbracht haben.⁴⁷

Vor der Pandemie nutzten die befragten Kinder und Jugendlichen digitale Medien in ihrer Freizeit im Durchschnitt für 131 Minuten am Tag.

Im ersten Lockdown stieg diese Zahl auf 191 Minuten und im zweiten Lockdown auf 228 Minuten pro Tag an.⁴⁸ Vor der Pandemie lag die Anzahl der Kinder und Jugendlichen, die digitale Medien in ihrer Freizeit weniger als zwei Stunden am Tag nutzten, bei 61,9 %. Während des ersten

45 Schmidt, Steffen C. E.; Burchartz, Alexander; Kolb, Simon; Niessner, Claudia; Oriwol, Doris; Hanssen-Doose, Anke; Worth, Annette; Woll, Alexander: Zur Situation der körperlich-sportlichen Aktivität von Kindern und Jugendlichen während der COVID-19 Pandemie in Deutschland: Die Motorik-Modul Studie (MoMo). KIT Scientific Working Papers 165 (2021), S. 7f. Abrufbar unter: https://www.sport.kit.edu/rd_download/1.%20Startseite/Aktuelles/Schmidt%20et%20al%20MoMo%20Corona%202%20SR%202021.pdf.

46 Ebd. S. 7.

47 Ebd., S. 7.

48 Ebd. S. 11.

Lockdowns waren dies nur noch 38,6 % und während des zweiten Lockdowns 30,6 % der Kinder und Jugendlichen.⁴⁹ Es ist also ein starker Anstieg der Nutzung digitaler Medien unter den Kindern und Jugendlichen während der Pandemie zu erkennen. Nicht erfasst ist dabei die Zeit der Bildschirmnutzung außerhalb der Freizeit, die aus dem Homeschooling während der Lockdowns resultiert.

48 % der befragten Kinder und Jugendlichen gaben außerdem im Vergleich zum ersten Lockdown an, dass sich ihre Fitness verschlechtert habe. 38 % der Teilnehmenden berichteten von einer Erhöhung ihres Körpergewichts.⁵⁰

8.5. Zwischenfazit

Zusammenfassend ist festzustellen, dass die organisierte körperlich-sportliche Aktivität aufgrund der Maßnahmen zur Eindämmung der COVID-19- Pandemie abnahm, darunter auch die körperliche Betätigung im Sportunterricht, der während des ersten und des zweiten Lockdowns gar nicht stattfand. Der unorganisierte Sport und die Alltagsaktivitäten wie das Spielen im Freien nahmen im ersten Lockdown zu. Dieses verhältnismäßig hohe Niveau an körperlicher Aktivität konnte der Großteil der Kinder und Jugendlichen während des zweiten Lockdowns nicht halten.

9. Fazit

- Ein signifikanter Rückgang der Anzahl der im Lehrplan vorgesehenen Sportstunden in allgemeinbildenden Schulen ist nach den hier vorliegenden Materialien auf Bundesebene nicht festzustellen. In den Jahrgangsstufen 1-4 blieb die Anzahl der Sportstunden seit 2004 und in den Jahrgangsstufen 11 bis 13 seit 2012 konstant. Lediglich in den Jahrgangsstufen 5 bis 10 gab es einen Rückgang seit 2012 auf das derzeitige Niveau der Jahrgangsstufen 11 bis 13.
- Die Teilnahme der Schüler an schulischen Sport-AGs stieg im Zeitraum von 2003-2017.
- Die gesamten sportlichen Aktivitäten der Kinder und Jugendlichen blieben im Zeitraum von 2003-2006 und 2014-2017 im Wesentlichen gleich.
- Dabei ist zu berücksichtigen, dass der Sport in der Freizeit zurückgegangen ist, während die Aktivitäten der Kinder und Jugendlichen im organisierten Sport erheblich zugenommen haben.
- Die Landessportbünde verlieren in dem Untersuchungszeitraum 2007 bis 2020 stetig Mitglieder der beiden Altersgruppen 7 bis 14 und 15 bis 18 Jahre. Eine gegenläufige Entwicklung ist in Sachsen zu verzeichnen.
- Die sportlichen Aktivitäten dieser Altersgruppen nahmen in der ersten Lockdown-Phase zu, während sie beim zweiten Lockdown deutlich zurückfielen.

49 Schmidt, Steffen C. E.; Burchartz, Alexander; Kolb, Simon; Niessner, Claudia; Oriwol, Doris; Hanssen-Doose, Anke; Worth, Annette; Woll, Alexander: Zur Situation der körperlich-sportlichen Aktivität von Kindern und Jugendlichen während der COVID-19 Pandemie in Deutschland: Die Motorik-Modul Studie (MoMo). KIT Scientific Working Papers 165 (2021), S. 12. Abrufbar unter: https://www.sport.kit.edu/rd_down-load/1.%20Startseite/Aktuelles/Schmidt%20et%20al%20MoMo%20Corona%202%20SR%202021.pdf.

50 Ebd., S. 2.

Anlage:

- Sekretariat der Ständigen Konferenz der Kultusminister der Länder in der Bundesrepublik Deutschland. Berliner Büro. Gz. II D: Sportunterricht in den Ländern – Anzahl der Sportstunden in allgemeinbildenden Schulen (ohne Förderschule und Leistungs-/Prüfungsfach in der gymnasialen Oberstufe). Stand: 22. Dezember 2004.
- Sekretariat der Ständigen Konferenz der Kultusminister der Länder in der Bundesrepublik Deutschland. Berliner Büro. Gz. II D: Sportunterricht in den Ländern – Anzahl der Sportstunden in allgemeinbildenden Schulen (ohne Förderschule und Leistungs-/Prüfungsfach in der gymnasialen Oberstufe). Stand: 30. November 2007.
- Sekretariat der Ständigen Konferenz der Kultusminister der Länder in der Bundesrepublik Deutschland. Berliner Büro. Gz. IIB/he: Sportunterricht in den Ländern – Anzahl der Sportstunden in allgemeinbildenden Schulen (ohne Förderschule und Leistungs-/Prüfungsfach in der gymnasialen Oberstufe). Stand: 30. Juli 2012.
- Sekretariat der Ständigen Konferenz der Kultusminister der Länder in der Bundesrepublik Deutschland. Berliner Büro. Gz. IIB/he: Sportunterricht in den Ländern – Anzahl der Sportstunden in allgemeinbildenden Schulen (ohne Förderschule und Leistungs-/Prüfungsfach in der gymnasialen Oberstufe). Stand: 25. August 2020.

* * * *