

**Zeitschrift:** Magglingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule  
Magglingen mit Jugend + Sport

**Herausgeber:** Eidgenössische Sportschule Magglingen

**Band:** 51 (1994)

**Heft:** 2

**Artikel:** Zahlen zur ausserschulischen sportlichen Betätigung

**Autor:** Strub, Charlotte / Amstad, Hermann / Mühlemann, Rolf

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-993499>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 10.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Aus dem Schularztamt Basel-Stadt

# Zahlen zur auserschulischen sportlichen Betätigung

Charlotte Strub, Hermann Amstad, Rolf Mühlemann  
Fotos: Daniel Käsermann

**Sportliche Betätigung neben dem obligatorischen Turnunterricht wird immer wichtiger. Um mehr Kenntnisse über die auserschulische Betätigung zu erhalten, erhob das Schularztamt Basel-Stadt seit einiger Zeit Daten anlässlich von Reihenuntersuchungen. Die Ergebnisse sollen helfen, sinnvolle Massnahmen zu treffen.**

Sportliche Aktivität erfüllt neben der Prävention von Haltungsschäden, Herz- und Kreislauferkrankungen, Übergewicht und weiteren physischen Schädigungen auch andere Funktionen: aktive Entspannung, Förderung des Körperbewusstseins, Erkennen der eigenen Grenzen, sinnvolle Freizeitbeschäftigung, Sozialisation<sup>1</sup>. Darum ist es wünschenswert, dass möglichst viele Jugendliche neben den wenigen obligatorischen Schulturnstunden je nach Interesse noch weitere Gelegenheiten nutzen, um sich sportlich zu betätigen.

1979 führten wir im Schularztamt Basel-Stadt eine Studie durch, mit der wir die Häufigkeit von auserschulischer sportlicher Betätigung erfassen wollten<sup>2</sup>; dabei mussten wir unter anderem auch zur Kenntnis nehmen, dass das (passive) Fernsehen einen viel grösseren zeitlichen Raum in der Freizeit beansprucht als die (aktive) körperliche Betätigung bei Spiel und Sport.

Seit dem Schuljahr 1983/84 fragen wir anlässlich der schulärztlichen Reihenuntersuchung die Achtklässler (seit 1986/87 auch die Drittklässler) nach «auserschulischer sportlicher Betätigung». Unter diesen Begriff fallen jene sportlichen Aktivitäten, die regelmässig, das heisst mindestens einmal pro Woche, und unter Anleitung durchgeführt werden. (Interessant war also das Kriterium der Mitgliedschaft in einem Sportklub, in einem Verein oder zumindest in einer sportlich aktiven Gruppe. Sind diese Kriterien erfüllt, dann wird so ziemlich alles, was unter dem Oberbegriff Sport aufgezählt werden kann, berücksichtigt.)

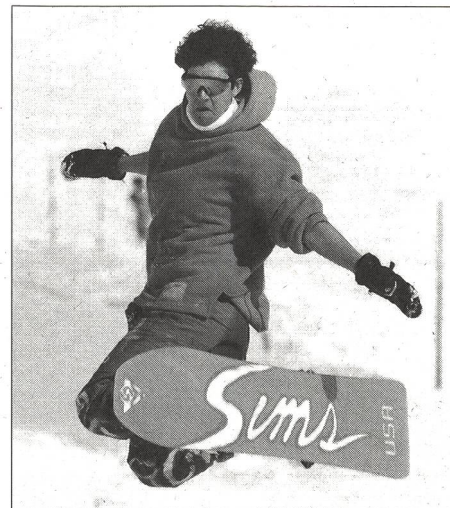
Da die Befunde aus den schulärztlichen Reihenuntersuchungen und die Angaben in den dazugehörigen Elternfragebogen nicht nur in den für jedes Kind angelegten Akten festgehalten, sondern auch (unter Berücksichtigung des Personenschutzes) elektronisch gespeichert werden, ist es möglich, mit relativ geringem Aufwand über das gesamte untersuchte Kollektiv Aussagen zu machen<sup>3</sup>. Bei unserer jetzigen Untersuchung über sportliche Aktivität ausserhalb der Schule gingen wir von folgenden Fragen aus:

- Bestehen Unterschiede zwischen den verschiedenen Altersstufen und Schultypen, zwischen den Geschlechtern und Nationalitäten?
- Hat der Körperbau einen Einfluss auf die sportliche Aktivität ausserhalb der Schule oder sind Sporttreibende besonders unfallgefährdet?
- Kurz: Welche Kinder müssten zusätzlich motiviert oder unterstützt werden, vermehrt in irgend einer ihnen zugehenden Art Sport zu treiben?

Das Kollektiv der Schüler/-innen der 8. Klassen (stufengemässes Alter 14 Jahre), auf das sich die jeweiligen Prozentzahlen in den Graphiken beziehen, umfasst 6276, dasjenige der 3. Klassen (9 Jahre) 1705 Kinder. In beiden Altersklassen hat es etwas mehr Knaben als Mädchen.

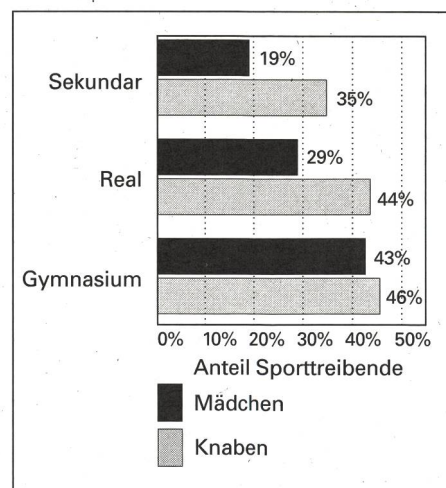
## Wer treibt ausserhalb der Schule aktiv Sport?

Bei den Drittklässlern erfüllen 22 Prozent aller Mädchen und 31 Prozent aller Knaben, bei den Achtklässlern 31 Prozent



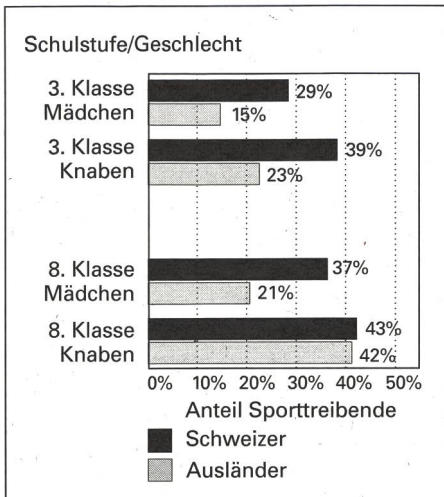
aller Mädchen und 41 Prozent aller Knaben die Kriterien der «auserschulisch Sporttreibenden». Diese Anteile von «Aktivsportlern» unter Schulkindern und Jugendlichen sind sicher beachtlich. Es gilt aber zu bedenken, dass für rund drei Viertel aller Drittklässler und für knapp zwei Drittel aller Achtklässler die im Schulplan fest eingebauten Turn- und Sportlektionen die einzigen Gelegenheiten sind, sich konsequent und gezielt sportlich zu betätigen.

Bei der Analyse nach Schultyp (Abb.1), dem die untersuchten Achtklässler zugeordnet sind, zeigt es sich, dass am Gymnasium der Anteil an Sporttreibenden am grössten ist. Jugendliche, die die Sekundarschule (in Basel unterstes Anspruchsniveau) besuchen, treiben wesentlich weniger Sport. Die Realschulkinder (mittleres Anspruchsniveau) liegen dazwischen, zumindest was die Mädchen betrifft. Der Anteil an sporttreibenden Knaben an der Realschule unterscheidet sich nicht gross vom Anteil an den Gymnasien. An den Gymnasien ist auch der Unterschied bezüglich der Geschlechter praktisch aufgehoben. Leider sind die Sekundarschulmädchen, zum



**Abb. 1: Sporttreibende nach Schultyp und Geschlecht (8. Kl.)**





**Abb. 2: Sporttreibende nach Schulstufe, Geschlecht und Nationalität**

Teil Vertreterinnen der sozial weniger privilegierten Schichten, diejenigen, die sich ausserschulisch sportlich nicht betätigen wollen, können oder dürfen. Gerade in dieser Gruppe von Jugendlichen leiden sehr viele an Übergewicht (Sekundarschule: 23 Prozent, Real-schule: 16 Prozent, Gymnasium: 7 Prozent übergewichtige Mädchen), so dass ein erhöhtes Risiko für spätere Krankheiten besteht.

Ein nicht unbedeutender Teil der Bevölkerung von Basel ist ausländischer Herkunft, dies wirkt sich auch auf die Schulen aus<sup>4</sup>. In einigen Schulhäusern in Basel ist die Mehrheit der Schüler/-innen ausländischer Nationalität, besonders in Quartieren, in denen sozial unterprivilegierte Schichten wohnen. Wir wollten wissen, ob sich die ausserschulische sportliche Aktivität der ausländischen Kinder von derjenigen der Schweizer unterscheidet. Unter «Ausländern» wurden alle Kinder fremder Nationalität ohne Berücksichtigung der Schichtzugehörigkeit oder der geographischen Herkunft zusammengefasst (Abb. 2).

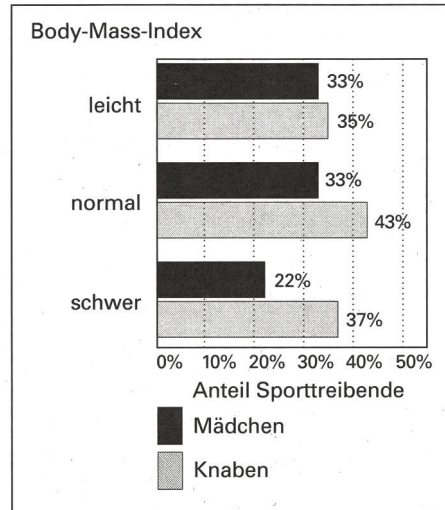
Es fällt auf und ist erfreulich, dass zumindest im Alter von 14 bis 15 Jahren fast gleich viele Ausländer- wie Schweizer Knaben Sport treiben. Leider trifft dies für die Mädchen auf allen Schulstufen nicht zu, ebensowenig auch für die erst 9jährigen Knaben.

## Körperliche Merkmale und Sport

Um einigermaßen abschätzen zu können, zu welchem Anteil über- und untergewichtige Jugendliche in unserem Sinne sportlich aktiv sind, teilten wir die Achtklässler des Studienkollektivs entsprechend ihrem Body-Mass-Index (Verhältnis von Gewicht zu Grösse) in drei Gruppen auf: leicht, normal, schwer (Abb. 3). Bei den Mädchen fällt sofort der

signifikant kleinere Anteil von sportlich Aktiven in der Gruppe der Übergewichtigen auf, der Anteil in den beiden anderen Gewichtsklassen ist ungefähr gleich. Bei den Knaben verhält es sich anders: In der Gruppe der Normalgewichtigen findet man den grössten Anteil an Sporttreibenden, die prozentualen Anteile in den beiden anderen Gruppen sind ungefähr gleich gross.

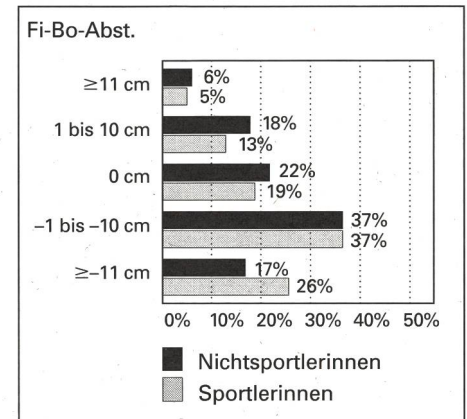
Ein Mass für die Beweglichkeit der Wirbelsäule und der Hüftgelenke ist der Finger-Boden-Abstand. (Die Versuchsperson steht mit geschlossenen Beinen und durchgestreckten Knien auf dem



**Abb. 3: Sporttreibende nach Body-Mass-Index und Geschlecht (8. Kl.)**

Korrespondenzadresse:  
Dr. med. Rolf Mühlemann,  
Vorsteher Schularztamt Basel-Stadt  
St.-Alban-Vorstadt 19, CH-4052 Basel

Boden, neigt den Oberkörper so weit wie möglich nach vorne und unten und versucht mit nach unten gestreckten Armen mit den Fingerspitzen den Boden zu erreichen. Ein positiver Wert resultiert, wenn zwischen Boden und Fingerspitzen ein Abstand gemessen werden kann, ein negativer, wenn die Person die Finger oder gar die ganze Hand auf den Boden auflegen kann. Der Wert «0» bedeutet, dass der Boden mit den Fingerspitzen gerade ungefähr erreicht wird.) Im



**Abb. 4: Finger-Boden-Abstand bei Nichtsportlerinnen / Sportlerinnen (8. Kl.)**

	≥ 11 cm	1 bis 10 cm	0 cm	-1 bis -10 cm	≤ -11 cm
Mädchen	5,7%	16,8%	21,0%	36,6%	19,9%
Knaben	22,7%	35,6%	20,7%	17,7%	3,3%

**Tabelle 1: Finger-Boden-Abstand bei Kindern der 8. Klasse**





Schularztamt weiss man schon lange aus Erfahrung, neue Untersuchungen und die Zahlen aus unserer Datei bestätigen es: Die Mädchen erreichen bei diesem Test signifikant häufiger negative Werte als die Knaben (Tabelle 1). Abbildung 4 zeigt, dass die ausserschulisch sporttreibenden Mädchen in der sehr guten Kategorie bezüglich Beweglichkeit (minus 11 und mehr) zu einem grösseren Anteil vertreten sind als die nicht sportlich Aktiven. In den schlechten Kategorien ist es umgekehrt.

Interessant ist die Tatsache, dass Mädchen mit hohen BMI-Werten (übergewichtige Mädchen) nicht weniger beweglich sind als solche mit mittleren oder niederen Werten (alle Mädchen, also Sportlerinnen und Nichtsportlerinnen), obwohl Mädchen mit hohen BMI-Werten weniger Sport treiben.

Inwieweit ein herabgesetztes Sehvermögen für die Ferne Schüler/-innen davon abhält, aktiv Sport zu betreiben, könnte anhand der Daten aus dem Schularztamt gelegentlich genauer analysiert werden. Eine erste Sichtung der Datenmaterials im Zusammenhang mit Sport und Visus lässt vermuten, dass Kinder mit vermindertem Sehvermögen signifikant seltener Sport treiben. Solche Kinder erleiden offenbar auch weniger Unfälle (aller Arten), was vermuten lässt, dass sie sich eher weniger und vorsichtiger bewegen.

## Unfallrisiko beim Sport

Bei aller Begeisterung für das aktive Sporttreiben darf nicht vergessen werden, dass dieses auch mit Risiken verbunden ist. Nicht vergebens wird in der Literatur auf die *Unfallgefahren* und *Unfallhäufigkeit* in diesem Zusammenhang hingewiesen<sup>5</sup>.

Die Tabelle 2 zeigt: dass sporttreibende Schüler/-innen häufiger *Unfälle*

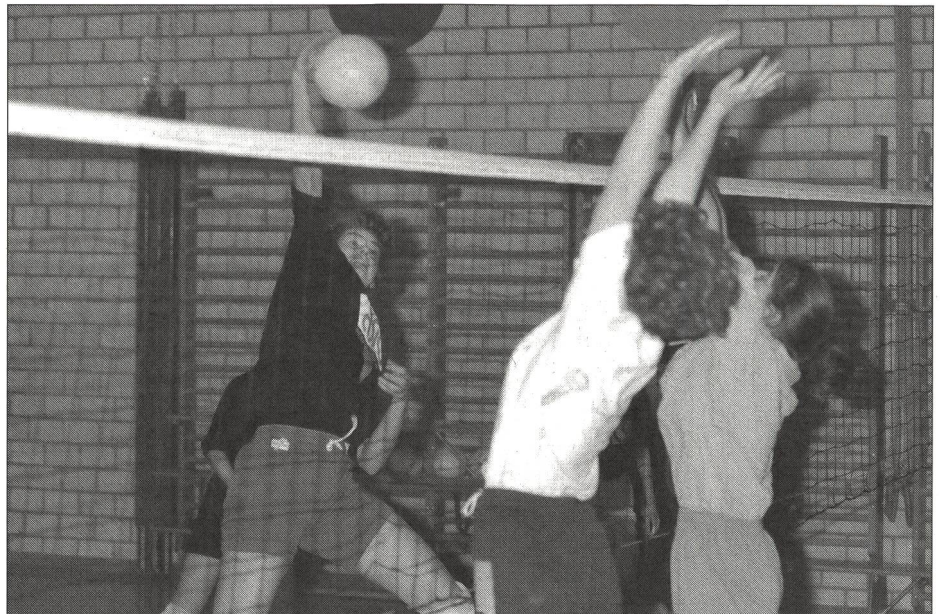
	Nichtsporttreibende	Sporttreibende
kein Unfall	45%	40%
Unfall zu Hause	20%	20%
Unfall in der Schule (inkl. Turnen)	24%	24%
Unfall auf der Strasse	13%	12%
Unfall beim Sport	17%	28%

**Tabelle 2: Häufigkeit (%) von verschiedenartigen Unfällen nach ausserschulischer sportlicher Aktivität (8. Kl.)\***

\* Mehrfachnennungen möglich

erleiden; für diesen Umstand sind die Sportunfälle verantwortlich.

Dass es sich bei den im Elternfragebogen angekreuzten Unfällen selten um Bagatellen gehandelt hat, belegen die Zahlen zu den Massnahmen. Nur in 12



Prozent der Sportunfälle war keine ärztliche Versorgung notwendig, in 67 Prozent resultierte eine *Arztkonsultation* und in 21 Prozent ein *Spitaleintritt*.

## Zusammenfassung und Schlussbemerkungen

Zwei von drei Schulkindern beschränken ihre sportliche Aktivität auf die drei Lektionen Turn- und Sportunterricht. Diese Lektionen betragen 45 Minuten, davon geht je nach Aufteilung in Doppel- oder Einzeltunstunden noch Zeit für Umkleiden und Duschen ab, was die effektive Unterrichtszeit noch verkürzen kann. Aus unseren Untersuchungen geht deutlich hervor, dass klar definierbare Gruppen von Jugendlichen zu weiteren sportlichen Aktivitäten ermuntert, motiviert oder aus gesundheitlichen Gründen überwiesen werden müssten: Dazu zählen vor allem Kinder aus der Primarschulstufe, Mädchen aus der Realschule und Sekundarschule, Ausländerkinder und übergewichtige Kinder.

Für die Schulärzte bieten sich verschiedene Gelegenheiten und Möglichkeiten, die sportliche Aktivität von Jugendlichen positiv zu beeinflussen. *Innerhalb des Schulbereiches* werden in Basel verschiedene Kurse wie Sonderturnen und Koordinationstraining für haltungsschwache Kinder und Spezialschwimmkurse und weitere Programme für übergewichtige angeboten, an welchen die Jugendlichen auf Anraten oder Zuweisung der Schulärzte teilnehmen können.

Bei der Aus- und Fortbildung der Lehrkräfte können die Schulärzte im Rahmen des Faches «Gesundheitserziehung» die Wichtigkeit der körperlichen Förderung in allen Bereichen immer wieder aufzeigen. Die sportliche Aktivität ausserhalb der Schule kann der schulärztliche

Dienst unterstützen, indem er die Kinder selbst, ihre Eltern und Lehrkräfte berät und gegebenenfalls direkt an Sportvereine oder Verbände weiterleitet. Begrenzte Möglichkeiten bestehen bei Ausländerkindern, vor allem Mädchen, da es schwierig und unter Umständen fragwürdig sein kann, bestehende Normen anderer Kulturen zu beeinflussen, Kulturen, welche zum Beispiel für Mädchen körperliche Betätigung in Form von Sport nicht für wichtig erachten oder gar verbieten. Für alle Kinder ist ganz sicher das Programm des «Bewegten Unterrichtes» eine äusserst begrüßenswerte neue Form<sup>6</sup>. In Basel waren es Mitarbeiter des Schularztamtes, die das Sitzen auf dem Ball statt auf dem Stuhl eingeführt und evaluiert haben<sup>7</sup> und interessierten Lehrkräften Einführungskurse für den «Bewegten Unterricht» anbieten.

## Literatur:

- <sup>1</sup> Marti B.: Physische Aktivität. Überblick über die präventiven gesundheitlichen Effekte körperlicher Betätigung. Der informierte Arzt – Gazette Médicale 13, 707–710, 1992.
- <sup>2</sup> Bächlin A., Mühlemann R.: Direktbefragung an reihenuntersuchten Achtklässlern über ausserschulische Aktivitäten. Sozial- und Präventivmedizin 24, 228–229, 1992.
- <sup>3</sup> Mühlemann R.: Vier Jahre elektronische Erfassung der schulärztlichen Reihenuntersuchungsdaten. Standortbestimmung und Ausblick. Sozial- und Präventivmedizin 25, 217–218, 1980.
- <sup>4</sup> Ackermann-Liebrich U., Mohler B., Ernst C.: Italienerkinder in einem deutschschweizerischen Schulsystem. Verlag Lehrerinnen und Lehrer Schweiz. Zürich 1992.
- <sup>5</sup> Biener K.: Gesundheit der Jugend. Medizinische und pädagogische Aufgaben. Verlag Huber, Bern, Stuttgart, Toronto 1991.
- <sup>6</sup> Autorenteam SVSS: Sitzen als Belastung... wir sitzen zuviel. Verlag SVSS, Schweizerischer Verband für Sport in der Schule, Zürich 1991.
- <sup>7</sup> Amstad H., Bächlin A., von Arx N.: Sitzball oder Stuhl im Klassenzimmer? Schweiz. med. Wschr. 122, 811–816, 1992. ■