

Zeitschrift: Mobile : die Fachzeitschrift für Sport

Herausgeber: Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule

Band: 3 (2001)

Heft: 5

Artikel: Abbau im Sportunterricht : sparen am falschen Ort

Autor: Lamprecht, Markus / Murer, Kurt / Stamm, Hanspeter

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-991718>

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: 04.02.2026

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

Abbau im Sport sparen am falschen Ort

Das Drei-Stunden-Obligatorium ist seit längerem Anlass und Gegenstand hitziger Diskussionen.

Dabei sind die verschiedensten finanz-, schul-, sport- und gesundheitspolitischen Argumente ins Feld geführt und viele Fragen aufgeworfen worden. «mobile» präsentiert die Resultate einer entsprechenden Studie.

Markus Lamprecht, Kurt Murer, Hanspeter Stamm

Bis jetzt waren zwar wöchentlich drei Stunden Sportunterricht obligatorisch. Aber nicht alle Kantone haben dieses Obligatorium konsequent umgesetzt. Gemäss der Erhebung der Schulturnkonferenz vom November 1994 werden seit Jahren in den Kantonen Freiburg, Waadt, Wallis, Neuenburg, Genf und Jura auf verschiedenen Schulstufen weniger als drei Stunden Sport unterrichtet. Um die Folgen einer Reduktion der Pflichtstunden besser abschätzen zu können, liegt es deshalb auf der Hand, sich das Bewegungsverhalten von Jugendlichen in Kantonen mit und ohne vollständige Umsetzung des Drei-Stunden-Obligatoriums genauer anzusehen.

Tatsächlich zeigen sich erstaunliche Differenzen: Die 15- bis 24-Jährigen aus den Kantonen, die das Drei-Stunden-Obligatorium erfüllen, zeichnen sich durch ein besseres Bewegungsverhalten aus als die Jugendlichen und jungen Erwachsenen aus Kantonen, die das Drei-Stunden-Obligatorium nicht erfüllen (vgl. Abb. 1).

Abbau nur schwer zu kompensieren

Die nachgewiesenen Unterschiede lassen sich nicht einfach auf die unterschiedliche Stundenzahl im Schulsport zurückführen, sondern betreffen sowohl die körperlichen Aktivitäten in der Freizeit als auch das Sportverhalten nach Abschluss der Ausbildung. Dies bedeutet, dass sich ein Abbau des Drei-Stunden-Obligatoriums nicht einfach durch ausserschulische Sport- und Bewegungsaktivitäten kompensieren lässt. Zumindest bisher war es so, dass in Kantonen, die das Drei-Stunden-Obligatorium nicht vollständig umgesetzt haben, in der Freizeit nicht mehr, sondern weniger Sport getrieben wurde.

Die Untersuchung beruht auf einer Sekundär-analyse der Schweizerischen Gesundheitsbefragung 1997 des Bundesamtes für Statistik. Die repräsentative Gesamtstichprobe umfasst 13 000 Personen, die zunächst telefonisch und anschliessend noch schriftlich befragt wurden. Der ausführliche Forschungsbericht «Obligatorischer Schulsport und das Bewegungsverhalten von Jugendlichen» kann im Internet unter www.svss.ch eingesehen werden.

Junge Frauen mehr betroffen

Die Unterschiede im Bewegungsverhalten sind bei den jungen Frauen ausgeprägter als bei den jungen Männern. Bei den 15- bis 24-jährigen Frauen aus Kantonen, die das Drei-Stunden-Obligatorium nicht erfüllen, zeigt sich der Bewegungsmangel besonders stark. Das Gleiche gilt mit Blick auf den Bildungsabschluss: Ohne Drei-Stunden-Obligatorium finden wir Personen mit einem tiefen Bildungsabschluss besonders häufig unter den körperlich Inaktiven. Männer mit höherer Bildung, die sich ohnehin durch eine überdurchschnittliche Sportaktivität auszeichnen, wären von einer Reduktion des obligatorischen Sportunterrichtes also viel weniger betroffen als junge Frauen und Personen mit tieferer Bildung. Letztere scheinen in besonderem Masse auf die schulischen Angebote und Anregungen angewiesen zu sein. Ein Wegfall der dritten Sportstunde würden die sozialen Ungleichheiten im Bewegungsverhalten also weiter verstärken.

Abb.1

Wie sportlich sind die 15- bis 24-Jährigen?

	Gesamt-schweiz	3-Std.- Obligat. erfüllt	3-Std.- Obligat. nicht erfüllt
Hohe Aktivität	37 %	38 %	33 %
Mässige Aktivität	33 %	33 %	34 %
Teilaktivität	17 %	18 %	16 %
Inaktiv	13 %	11 %	17 %
Anzahl Befragte	1385	931	454

Nachhaltige und lebenslange Folgen

Dies ist umso gravierender, als im Alter von 15 bis 24 Jahren wichtige Weichenstellungen im Hinblick auf das Bewegungsverhalten im späteren Leben vorgenommen werden. Der Vergleich zwischen Kantonen mit und Kantonen ohne vollständige Umsetzung des Drei-Stunden-Obligatoriums macht deutlich, dass sich die Unterschiede im Bewe-

unterricht –

gungsverhalten über die Zeit noch verstärken. Das heisst: Eine Reduktion des Sportunterrichtes wirkt sich nicht nur auf das unmittelbare Sportverhalten aus, sondern beeinflusst das Bewegungsverhalten nachhaltig. Und auch hier erweisen sich die Auswirkungen auf die vom Sport weiter entfernten Bevölkerungsgruppen als besonders schwerwiegend. So sind von den 25- bis 34-jährigen Frauen aus Kantonen ohne vollständige Umsetzung des Drei-Stunden-Obligatoriums bereits 37 Prozent völlig inaktiv. Bei den Männern aus Kantonen, die das Drei-Stunden-Obligatorium vollständig umgesetzt haben, ist der Anteil der Inaktiven dagegen erst etwa halb so gross (vgl. Abb. 2 und 3).

Auswirkungen auf die Gesundheit

Schliesslich kann festgestellt werden, dass sich Veränderungen beim Drei-Stunden-Obligatorium nicht nur auf das Sport- und Bewegungsverhalten auswirken, sondern darüber hinaus auch das Gesundheitsverhalten und den Gesundheitszustand beeinflussen dürften. Aufgrund der vorliegenden Ergebnisse kann nachgewiesen werden, dass gerade bei jungen Menschen körperliche Bewegung mit einem verbesserten Gesundheitsbewusstsein und Gesundheitsverhalten verknüpft ist: Sportliche Jugendliche rauchen deutlich weniger und achten stärker auf ihre Ernährung. Wer im Alter von 15 bis 24 Jahren regelmässig Sport treibt, zeichnet sich zudem durch weniger körperliche Beschwerden, ein höheres psychisches Wohlbefinden und eine positivere Lebenseinstellung aus.

Kulturelle Differenzen mitentscheidend

Aus den vorliegenden Ergebnissen lassen sich keine einfachen kausalen Schlüsse ziehen. Da die Grenze zwischen vollständiger und lückenhafter Umsetzung des Drei-Stunden-Obligatoriums weitgehend der Sprachgrenze zwischen der französischsprachigen und der deutsch- und italienischsprachigen Schweiz entspricht, dürften die wahren Ursachen tiefer liegen: Kulturelle Differenzen scheinen sowohl für das unterschiedliche Bewegungsniveau als auch für die unterschiedliche Handhabung des Drei-Stunden-Obligatoriums verantwortlich zu sein. Unabhängig davon, ob man die mangelnde Umsetzung als Folge oder als Ursache einer Geringschätzung von Bewegung und Sport liest, lässt sich jedoch zeigen, dass die Bedeutung des Sportunterrichts und der Bewegungsmangel durchaus zusammenhängen und ein Abbau der Stundenzahl weitreichende Folgen hätte.

m

Abb. 2

Wie hoch ist der prozentuale Anteil an sehr Aktiven unter den 15- bis 24-Jährigen und den 25- bis 34-Jährigen?

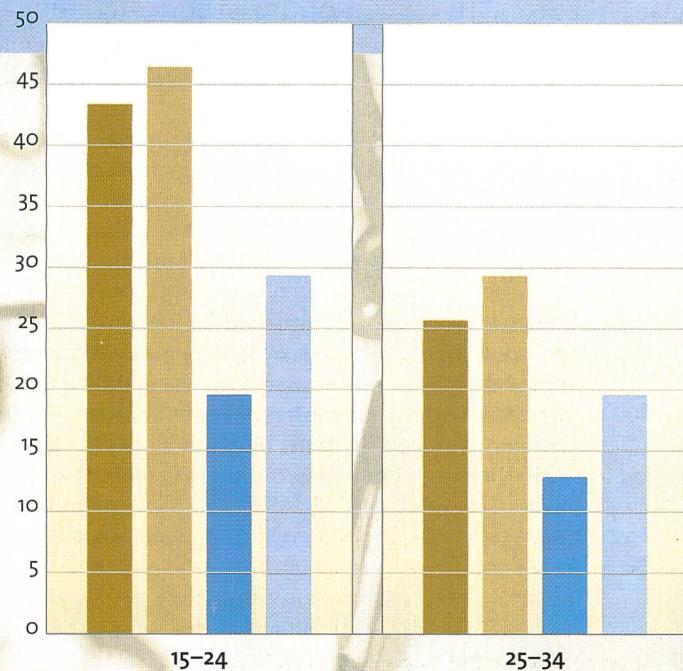
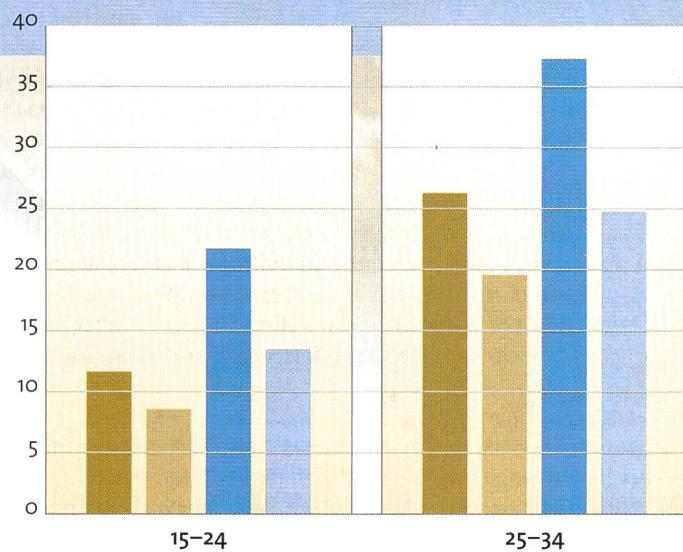


Abb. 3

Wie hoch ist der prozentuale Anteil an Inaktiven unter den 15- bis 24-Jährigen und den 25- bis 34-Jährigen?



- Männer ohne 3-Stunden-Obligatorium
- Männer mit 3-Stunden-Obligatorium
- Frauen ohne 3-Stunden-Obligatorium
- Frauen mit 3-Stunden-Obligatorium