

Landkinder sind fitter als Städter

Das zeigt eine Studie – ein wichtiger Faktor ist die Herkunft



Fast die Hälfte der Kinder zwischen 10 und 14 Jahren sind etwa siebeneinhalb Stunden pro Woche aktiv

Foto: Benjamin Manser

Pia Wertheimer

Vor sechs Jahren enthüllte der Kinder- und Jugendbericht des Bundesamtes für Sport (Baspo) Besorgniserregendes: Die Heranwachsenden trieben 2014 deutlich weniger Sport als noch 2008. Nun die unerwartete Kehrtwende. Der jüngste Bericht zeigt: Sie bewegen sich nicht nur wieder häufiger, sie treiben sogar mehr Sport, als sie es 2008 taten.

Fast die Hälfte der befragten Kinder zwischen 10 und 14 Jahren ist etwa siebeneinhalb Stunden pro Woche aktiv – und damit eine Stunde mehr als 2014. Zählt man den Sportunterricht dazu, kommen die Kinder auf rund zehn Stunden. Etwas weniger ist es bei den Jugendlichen zwischen 15 und 19. Auf mehr als sieben Stunden Sport pro Woche bringen es nur 35 Prozent.

Der Stadt-Land-Graben: Landkinder sind aktiver

Im letzten Jahrzehnt tat sich ein sportlicher Stadt-Land-Graben auf, der sich nun weiter akzentuiert hat. Auf dem Land gibt es nicht nur mehr «sehr aktive» junge Menschen (über sieben Stunden Sport pro Woche), sondern auch weniger «Nichtsportlerinnen» als in den Städten. Bei den Erwachsenen konnten die Experten diesen Unterschied nicht ausmachen.

Doch auch bei den Landkindern gibt es Unterschiede – und zwar abhängig von der Grösse ihrer Wohngemeinde: Die Sportaktivität der jungen Landmenschen sinkt, je kleiner eine Kommune ist. Die Experten führen dies auf das Angebot an Sportvereinen zurück, das mit der Grösse einer Gemeinde wächst. Und gerade auf dem Land sind besonders die Kinder in den Vereinen sehr aktiv.

Die Deutschschweizer: Der Vorsprung schmilzt

In den vergangenen Erhebungen stellten die Fachleute eine Kluft zwischen den besonders aktiven jungen Deutschschweizern und

dem Rest des Landes fest. Nun sind die Romands und die Tessiner nähergerückt. Zwar sind die Kinder in der Deutschschweiz nach wie vor am sportlich aktivsten: Die Hälfte von ihnen treibt mehr als sieben Stunden Sport pro Woche. Aber ähnlich sieht es inzwischen bei den Tessinern aus – dort trifft dies auf 47 Prozent zu. Die Romands liegen mit 41 Prozent deutlich zurück, das ändert sich jedoch, je älter sie werden: Die welchen Jugendlichen sind in dieser Gruppe mit 37 Prozent am aktivsten, gefolgt von den Tessinern (36 Prozent) und den Deutschschweizern (35 Prozent).

Die Eltern: Unsportliche Erwachsene, faule Kinder

Die Autoren des Baspo-Berichts haben in einer komplexen Berechnung festgestellt, dass Bildung und Einkommen der Eltern das sportliche Verhalten ihrer Sprösslinge beeinflussen: Je höher das Einkommen und je besser die Ausbildung, desto aktiver ist der Nachwuchs. Es gibt aber einen weiteren Faktor, der eine noch bedeutendere Rolle spielt: die Sport-Affinität der Eltern.

Sport ist offenbar ansteckend, denn je mehr sich die Erwachsenen bewegen, desto eher sind ihre Sprösslinge aktiv: Jedes dritte Kind von «Nichtsportlern» geht überhaupt nie oder höchstens drei Stunden pro Woche einer sportlichen Aktivität nach. Keine 20 Prozent der Sprösslinge von inaktiven Eltern treiben mehr als sieben Stunden Sport wöchentlich. Umgekehrt sind keine 10 Prozent des Nachwuchses von Sportlern inaktiv, und mehr als die Hälfte betätigt sich über sieben Stunden pro Woche körperlich.

Die Migrant: Je länger hier, desto sportlicher

Der Bericht zeigt ganz grundsätzlich, dass die Heranwachsenden mit Migrationshintergrund weniger Sport treiben als jene ohne. Allerdings akzentuiert sich dieser Unterschied mit zunehmendem

Alter: Während jedes dritte Kind ohne Schweizer Pass keinen oder nur wenig Sport treibt, trifft dies auf die Hälfte der Jugendlichen zwischen 15 und 19 Jahren zu.

Ganz anders sieht das Sportpensum bei den Doppelbürgern aus. Ab dem 15. Lebensjahr sind sie genauso aktiv wie die Schwei-

zer: In beiden Gruppen kommen nur 35 Prozent auf weniger als drei Stunden pro Woche. Für die Experten ist dies «ein Indiz dafür, dass sich das Sportverhalten der Migrationsbevölkerung mit zunehmender Aufenthaltsdauer in der Schweiz den einheimischen Werten angleicht».

Sie stellen aber auch fest, dass die sportliche Aktivität je nach Herkunftsland der Migrant:innen variiert: Die jungen Menschen aus Mittel- und Nordeuropa oder auch von ausserhalb des Kontinents fallen durch eine hohe sportliche Aktivität auf. Die Heranwachsenden aus den süd- und osteuropäischen Staaten sind hingegen «klar unterdurchschnittlich aktiv».

Die jungen Frauen: Fitnessboom wirkt sich aus

Wie seit 2008 treiben immer noch die Buben mehr Sport als die Mädchen. Diese sind aber auf der Überholspur. Denn im Vergleich zu damals gibt es deutlich mehr junge Frauen, die sich über zehn Stunden pro Woche sportlich betätigen. Für die Autoren ist klar: Der Fitnessboom macht sich besonders bei ihnen bemerkbar – was die Zahl der Fitnessabos belegt.

Doch auch die jüngeren schliessen allmählich zu den Jungs auf: Der Anteil sehr aktiver Mädchen ist seit 2014 um 13 Prozent gestiegen. Die Knaben legten hingegen nur 8 Prozent zu. Nicht nur deshalb erwarten die Experten, dass der Unterschied zwischen den Geschlechtern künftig weiter abnimmt. Denn: Bei den Mädchen und jungen Frauen ist der Wunsch ausgeprägter, eine Sportart häufiger oder neu zu betreiben. So wollen 52 Prozent der jungen Sportlerinnen ihr Pensum erhöhen.

Hitliste der Jungen: Mädels tanzen, Buben kicken

Die 10- bis 14-Jährigen betreiben heute durchschnittlich rund fünf verschiedene Sportarten. Allerdings unterscheiden sich die Präferenzen je nach Geschlecht (siehe Box). Während Tennis 2014 noch zu den zehn beliebtesten Sportarten der Mädchen zählte, gehört es 2020 nicht mehr dazu. Aufgeholt hat indessen die Leichtathletik, die nun in den Top Ten erscheint. Bei den Buben sind die populärsten Sportarten seit 2014 gleich geblieben. Verändert hat sich aber die

Reihenfolge. Beliebter geworden sind Kampfsport, Tennis und Unihockey, während Schwimmen, Basketball und Turnen im Vergleich zu 2014 weniger populär sind.

Die Sportmuffel: Stress hält sie vom Aktivsein ab

In ihrem Bericht halten die Experten fest: Auch wenn 12 Prozent der Kinder und 18 Prozent der Jugendlichen ausserhalb des obligatorischen Unterrichts keinen Sport treiben, sind nur wenige von ihnen von Anfang an richtige «Sportmuffel». Denn viele (rund 80 Prozent) waren in früheren Jahren durchaus aktiv – und zwar mindestens einmal pro Woche.

Offensichtlich ist Zeitmangel nicht erst bei Erwachsenen einer der Gründe, weshalb der Sport keinen Platz im Alltag findet. Mehr als die Hälfte der Jugendlichen und jedes vierte Kind gibt an, wegen fehlender Zeit inaktiv zu sein – zu viel Arbeit oder Stress in der Schule. Bei 30 Prozent der inaktiven Jugendlichen ist es hingegen eine Lust- oder Interessensfrage, ihnen macht Sport weder Spass, noch interessiert er sie.

Gar keinen Zugang zum Sport finden nur rund 3 Prozent aller Heranwachsenden. Unter ihnen sind mehrheitlich junge Menschen mit Migrationshintergrund und überproportional viele junge, auslandstämmige Frauen.

Die kritischen Phasen: Achtung, Schulwechsel!

Der Bericht zeigt, dass Kinder grundsätzlich mehr Sport treiben als Jugendliche. Ein «Aktivitätsknick» ist beim Wechsel von der Primar- in die Sekundarstufe, aber auch am Ende der obligatorischen Schulzeit zu beobachten: Der Anteil an Nichtsportlerinnen verdoppelt sich von der Primar- zur Sekundarschule. Und später fällt auch der Anteil an Jugendlichen, die mehr als sieben Stunden pro Woche Sport treiben: von 50 Prozent bei den 14-Jährigen auf 33 Prozent bei den 16-Jährigen.

Sportarten-Hitliste

Mädchen		Knaben	
10 bis 14 Jahre	15 bis 19 Jahre	10 bis 14 Jahre	15 bis 19 Jahre
1. Tanzen	1. Schwimmen	1. Fussball	1. Skifahren
2. Turnen	2. Skifahren	2. Radfahren	2. Fussball
3. Schwimmen	3. Radfahren	3. Kampfsport	3. Schwimmen
4. Reiten	4. Wandern	4. Schwimmen	4. Radfahren
5. Radfahren	5. Jogging	5. Unihockey	5. Krafttraining
6. Skifahren	6. Tanzen	6. Skifahren	6. Jogging
7. Fussball	7. Krafttraining	7. Tennis	7. Wandern
8. Jogging	8. Fitnesstraining	8. Turnen	8. Fitnesstraining
9. Volleyball	9. Snowboarden	9. Basketball	9. Basketball
10. Leichtathletik	10. Volleyball	10. Jogging	10. Kampfsport

Das motiviert Jugendliche, Sport zu treiben

Gründe für sportliche Aktivität in % aller sporttreibenden 15–19-Jährigen, 1646 Befragte

■ trifft voll zu ■ trifft eher zu ■ trifft teilweise zu ■ trifft eher nicht zu ■ trifft überhaupt nicht zu

