Beitrag ID: **67** Typ: **4| Poster**

Freude im Schulsport

Freitag, 17. Juni 2022 12:30 (1 h 30m)

Einleitung
Regelmäßig ausgeübte sportliche Aktivität wirkt sich auf vielfältige Weise positiv auf die körperliche und geistige Gesundheit aus (Schmidt et al. 2020). Da in der Altersspanne von 11 bis 17 Jahren lediglich 10% der Mädchen und 17% der Jungen die Aktivitätsempfehlungen der Weltgesundheitsorganisation (WHO) erfüllen, ist es die Aufgabe des Sportunterrichts, intrinsische Motivation und Freude für das Ausüben sportlicher Aktivitäten bei Kindern und Jugendlichen zu fördern. Als positiver Affekt reflektiert der Begriff Freude generalisierte Empfindungen wie Spaß, Vergnügen, oder Gefallen und wird mit ähnlichen Grundbedürfnissen assoziiert, die auch Modellen der intrinsischen Motivation zugrunde liegen (Rheinberg 2006; Rodríguez Macías et al. 2021). Dennoch erfolgt terminologisch eine Abgrenzung zwischen beiden Konstrukten, die Deci und Ryan (1985) nach dem Grad erlebter Autonomie vornehmen. Erlebnisse der Freude erhöhen demnach die Wahrscheinlichkeit des selbstbestimmten Aufsuchens von Tätigkeiten. Welche Faktoren innerhalb des Sportunterrichts zu einer Steigerung von Freude bei Schüler*innen führen, ist bisher kaum erforscht. Untersucht wurde daher der Einfluss unabhängiger Faktoren auf das Erleben von Freude im Sportunterricht sowie der Einfluss der erlebten Freude auf die Gesamtaktivität der Schüler:innen.

Methode
Es wurden 545 Schüler*innen (11-18 Jahre) eines Gymnasiums in der Nähe von Stuttgart per Fragebogen (FEFS-J) zu der aus ihrer Sicht erlebten Freude im Sportunterricht befragt.
Der Fragebogen ermittelt Freude anhand eines dreifaktoriellen Modells (Vergnügen, Flow-Erleben, Erholung) und beinhaltet sieben mögliche Einflussfaktoren (Kompetenzerleben, Soziale Eingebundenheit, Sozialer Umgang, Autonomie, Lehrkompetenz, Allgemeine Sportlichkeit, Elterliche Unterstützung). Die Ergebnisse wurden via Regressionsanalyse mit SPSS ausgewertet.

Ergebnisse
Die Ergebnisse zeigen einen Abfall der Freude am Sportunterricht, der Gesamtaktivität und der wahrgenommenen sportlichen Kompetenz mit zunehmendem Alter. Die allgemeine Freude am Sporttreiben sowie das Erleben von Kompetenz, Autonomie und sozialer Ein-gebundenheit haben den größten Einfluss auf die wahrgenommene Freude im Sportunterricht. Jungen schätzen sich dabei insgesamt kompetenter ein als Mädchen, erleben mehr Freude am Sportunterricht und weisen insgesamt eine höhere Gesamtaktivität auf. Ein signifikanter Zusammenhang zwischen Freude am Sportunterricht und der Gesamtaktivität der Schüler:innen konnte nicht bestätigt werden.

Diskussion
Die befragten Schüler*innen erleben oft Freude im Schulsport. Die Ergebnisse decken sich mit bisherigen Untersuchungen (Gerlach et al., 2006) und zum Erleben von Vergnügen, Erholung und „Flow"-Momenten (Engels und Freund 2018). Dennoch ließe sich die erlebte Freude durch eine Zunahme an Kompetenz, Autonomie und sozialer Eingebundenheit steigern. Der altersbedingten Abnahme an Freude im Schulsport sollte über entsprechende Interventionen entgegengewirkt werden.

Literatur
Deci, E.L., Ryan, R.M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior.* Plenum.
Engels, Eliane Stephanie; Freund, Philipp Alexander (2018): Welche Faktoren beeinflussen das Erleben von Freude am Schulsport im Jugendalter? In: Zeitschrift für Sport-psychologie 25 (2), S. 68–78. DOI: 10.1026/1612-5010/a000230.
Gerlach, E., Kussin, U., Brandl-Bredenbeck, H.P., Brettschneider, W.D. (2006): Der Sport-unterricht aus Schülerperspektive. In: J. Becker (Hg.): DSB-Sprint-Studie: Eine Untersuchung zur Situation des Schulsports in Deutschland. Frankfurt: Meyer & Meyer, S. 115–152.
Rheinberg, F. (2006): Intrinsische Motivation und Flow-Erleben. In: Jutta Heckhausen und Heinz Heckhausen † (Hg.): Motivation und Handeln. Berlin/Heidelberg: Springer-Verlag, S. 2–50. Online verfügbar unter https://publishup.uni-potsdam.de/opus4-ubp/frontdoor/deliver/index/docId/1993/file/rheinberg2006.pdf, zuletzt geprüft am 26.11.2021.
Rodríguez Macías, Manuel; Abad Robles, Manuel Tomás; Giménez Fuentes-Guerra, Francisco Javier (2021): Effects of Sport Teaching on Students' Enjoyment and Fun: A Systematic Review and Meta-Analysis. In: Frontiers in psychology 12, S. 708155. DOI: 10.3389/fpsyg.2021.708155.
Schmidt, Steffen C. E.; Anedda, Bastian; Burchartz, Alexander; Eichsteller, Ana; Kolb, Simon; Nigg, Carina

et al. (2020): Physical activity and screen time of children and adole-scents before and during the COVID-19 lockdown in Germany: a natural experiment. In: Scientific reports 10 (1), S. 21780. DOI: 10.1038/s41598-020-78438-4.

Arbeitskreis

Hauptautoren: BOSSMANN, Thomas; Prof. WOLL, Alexander (Karlsruher Institut für Technologie); Prof. WAGNER, Ingo (Karlsruher Institut für Technologie)

Vortragende: BOSSMANN, Thomas; Prof. WOLL, Alexander (Karlsruher Institut für Technologie); Prof. WAGNER, Ingo (Karlsruher Institut für Technologie)

Sitzung Einordnung: Postersession