

*Schulische Bewegungsförderung - Zum Nutzen eines personenorientierten Ansatzes zur Identifikation besonders bedürftiger Schüler*innen*

MARION GASSER¹, ANDREA-MARIA NADENBOUSCH², FABIENNE EGGER², MARIO KAMER², STEFAN VALKANOVER², MIRKO SCHMIDT²

Universität Bern¹, Pädagogische Hochschule Bern²

Theoretischer Hintergrund

Die Schule gilt als zentraler Ort zur Bewegungsförderung bei Kindern und Jugendlichen. Dennoch erreichen viele Schüler*innen die schulischen Bewegungsempfehlungen von 30-Minuten moderater bis intensiver körperlicher Aktivität (MVPA) nicht. Mädchen bewegen sich im Durchschnitt weniger als Jungen (Kretschmer et al., 2023). Ob diese geschlechtsspezifischen Unterschiede allerdings in gleichem Masse auf unterschiedliche Subgruppen zutreffen, ist weitgehend unklar. Gezielte Interventionen erfordern demnach die Identifikation besonders inaktiver Jungen sowie Mädchen anhand intra-individueller Merkmale. In der Vorhersage körperlicher Aktivität sind neben sozioökonomischen insbesondere physische (z. B. aerobe Fitness, motorische Kompetenz) sowie psychologische Merkmale (z. B. physisches Selbstkonzept, autonome Motivation) entscheidend (Stodden et al., 2008). Die vorliegende Studie untersucht daher, durch welche physischen und psychologischen Merkmalsausprägungen sich inaktive Jugendliche auszeichnen. Dafür wird ein personenorientierter Ansatz gewählt, der im Gegensatz zu variablenzentrierten Verfahren individuelle Muster sichtbar und differenzierte Subgruppen identifizierbar macht.

Design/Methode

Die Analysen basieren auf den Baseline-Daten des Active-School-Projekts (Gasser et al., 2024). 637 Sekundarschüler*innen (Ø 13,3 Jahre, 52,3 % Mädchen) nahmen an der Studie teil. Die schulische Bewegungsaktivität wurde mittels GENEActiv-Akzelerometern erfasst. Als abhängige Variable diente die Anzahl MVPA-Minuten. Aerobe Fitness und motorische Kompetenz wurden mit dem 20-m-Shuttle-Run sowie dem Deutschen-Motorik-Test erhoben. Physisches Selbstkonzept und autonome Motivation wurden mit Fragebögen (PSK-K, BREQ-2) erfasst. Mittels latenter Profilanalyse wurden auf Basis der intraindividuellen Merkmale geschlechtsspezifische Profile gebildet und deren MVPA-Minuten-Unterschiede mit einfaktorieller-ANOVA getestet.

Ergebnisse

Es wurden drei Jungen- und vier Mädchenprofile identifiziert. In beiden Gruppen zeigte das Profil mit niedrigen physischen und psychologischen Merkmalen die geringsten MVPA-Werte. Bei den Mädchen war zudem das Profil mit mittleren physischen und geringen psychologischen Merkmalen in MVPA aktiver als jenes mit vergleichbaren physischen, aber hohen psychologischen Merkmalen. Schlussfolgerung: Die Ergebnisse betonen die Notwendigkeit, gezielte schulische Interventionen für Jugendliche mit insgesamt niedrigen physischen und psychologischen Merkmalen zu

entwickeln. Besonders bei Mädchen scheinen zudem psychologische Merkmale allein nicht ausschlaggebend für die Bewegung während der Schulzeit zu sein, was differenzierte Förderansätze erfordert.

Literatur

- Kretschmer, L., Salali, G. D., Andersen, L. B., Bugge, A., Froberg, K., Heidemann, M., Hildebrand, M., Jago, R., Kriemler, S., Löf, M., Ortega, F. B., Page, A., Sardinha, L. B., Wedderkopp, N., & Brage, S. (2023). Gender differences in the distribution of children's physical activity: Evidence from nine countries. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 20(1), 103. <https://doi.org/10.1186/s12966-023-01496-0>
- Stodden, D. F., Langendorfer, S. J., Goodway, J. D., Roberton, M. A., Rudisill, M. E., Garcia, C., & Garcia, L. E. (2008). A developmental perspective on the role of motor skill competence in physical activity: An emergent relationship. *Quest*, 60(2), 290–306. <https://doi.org/10.1080/00336297.2008.10483582>
- Gasser, M., Nadenbousch, A. M., Egger, F., Kamer, M., Valkanover, S., & Schmidt, M. (2024). Increasing adolescents' physical activity levels through a comprehensive school-based physical activity program: Study protocol of the cluster randomized controlled trial Active School. *BMC Pediatrics*, 24(1), 561. <https://doi.org/10.1186/s12887-024-04483-0>