

MASTERARBEIT

WAS BEWEGT MÄDCHEN?

Eine qualitative Studie zu
**ERFAHRUNGEN UND BEDINGUNGEN VON MÄDCHEN
IM UNTERRICHTSFACH BEWEGUNG UND SPORT**

Verfasserin: Mag.^a Jutta Eppich

Zur Erlangung des akademischen Grades
Master of Public Health
an der

Medizinischen Universität Graz
ausgeführt im Rahmen des
Universitätslehrgangs Master Public Health

Unter der Anleitung von
Mag.^a Dr.ⁱⁿ Sabine Klinger

Graz, August 2017

Gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich



Fonds Gesundes
Österreich

Zusammenfassung

Vermehrte körperliche Aktivität ist in allen Lebensabschnitten ein wichtiges Instrument, um sowohl individuell, als auch auf Ebene der Public Health an Gesundheit zu gewinnen. Sie liefert gemeinsam mit anderen Lebensstil-assoziierten Faktoren einen entscheidenden Beitrag zur Vermeidung von Krankheiten, zur Erhöhung der Lebensqualität und zur Reduzierung von vorzeitigem Tod.

Studien zeigen, dass es bei Mädchen ab dem Alter von 11 Jahren zu einem Einbruch im Bewegungsverhalten kommt und sich Mädchen von 11 bis 17 Jahren weniger bewegen als Burschen. Nun ist Bewegung zwar nur einer von vielen Faktoren, die die Gesundheit von Mädchen beeinflussen. Doch kann Bewegung ein sehr günstiger Faktor sein, um möglichst früh anzusetzen und so körperliches Erleben positiv zu beeinflussen. Das Setting Schule bietet die besten Voraussetzungen, um möglichst alle, vor allem auch sozial benachteiligte Kinder und Jugendliche, mit gesundheitsförderlichen Bewegungsmaßnahmen zu erreichen.

Inhalte dieser Arbeit sind die Erfahrungen, die Mädchen derzeit in Neuen Mittelschulen im Unterrichtsfach Bewegung und Sport machen und die Bedingungen, die sie als förderlich oder eher hemmend erleben. Ich verfolge diese Fragestellung mit der Methode der Fokusgruppendifkussion. Sie schließt hier insgesamt drei Perspektiven ein: die Perspektive von Lehrerinnen, von Schülerinnen und von ehemaligen Schülerinnen.

Empfehlungen für die Praxis, wie mehr Beteiligung der Mädchen an der Unterrichtsgestaltung oder Abwechslung der Bewegungserfahrungen stellen wichtige Ergebnisse dar, die Schulen noch nicht flächendeckend umgesetzt haben. Ziel sind Anregungen für Lehrerinnen und Lehrer, die aktuell unterrichten beziehungsweise in Zukunft unterrichten werden, wie sie ansprechenden Turnunterricht für Mädchen gestalten können.

Abstract

Higher physical activity during all life stages is an important instrument to increase health on an individual level as well as on the level of public health. Together with other life-style associated factors, physical activity constitutes an important role to avoid illnesses, to enhance life-quality, as well as to reduce the risk of an early death.

Previous studies have demonstrated that girl's physical activity drops at the age of 11 and that girls between the age of 11 and 17 are less physically active than boys. Clearly, physical activity is only one of many factors that influence the health of girls. Yet, exercise can be seen as a very beneficial factor in influencing physical experience in a positive way. The school setting provides the best foundation so as to reach all, and equally important, socially disadvantaged children and teenagers.

This thesis focuses on the experiences that girls are currently making in their subject 'Physical Education and Sports' (*'Bewegung und Sport'*) at the New Middle School (*'Neue Mittelschule'*) and which conditions they experience as either beneficial or constraining. I pursue this question based on the method of focused group discussion. This includes a total of three perspectives: the perspective of female teachers, of female pupils and the perspective of previous female students. Major results involve the importance of engaging more girls in lesson as well as providing a more diverse experience during physical education, which schools have not yet implemented on a full scale. The aim is to provide recommendations for female and male sports educators who currently teach, or will be teaching in the future, to create a more interesting physical education for girls.