

# Förderung von Mädchen und jungen Frauen im Sport

Aktueller Stand und Handlungsbedarf

**EHSM**

Eidgenössische  
Hochschule  
für Sport  
Magglingen

# Förderung von Mädchen und jungen Frauen im Sport

## Aktueller Stand und Handlungsbedarf

Lea Cermusoni, Bundesamt für Sport (BASPO),  
im Auftrag der Laureus Stiftung Schweiz  
11.02.2020

## Inhalt

1. Einleitung	2
2. Bewegungs- und Sportverhalten von Mädchen und jungen Frauen	3
2.1 Ausmass der Bewegungs- und Sportaktivität	3
2.2 Einflussfaktoren auf das Bewegungsverhalten	4
2.2.1 Personale Faktoren	5
2.2.2 Strukturelle Faktoren	8
2.3 Sportmotive	10
2.4 Sportartpräferenzen	11
2.5 Wünsche und Bedürfnisse Mädchen und junger Frauen im und an den Sport	12
2.6 Sportsetting	14
2.6.1 Sportvereinszugehörigkeit	15
2.6.2 Dropout	16
2.7 Sportlich-inaktive Mädchen und junge Frauen	18
2.7.1 Mädchen und junge Frauen mit Migrationshintergrund (MH)	18
3. Theoretische Zugänge	23
4. Mädchen und junge Frauen in Sportförderungsgefässen des BASPO	27
4.1 Aktive Sportteilnahme	27
4.1.1 Teilnehmende/ Teilnahmen bei J+S-Sportangeboten	27
4.1.2 Teilnehmende/ Teilnahmen bei Angeboten des Freiwilligen Schulsports (FS)	35
4.2 Ehrenamtliche Tätigkeit	42
4.2.1 Kaderbildung bei J+S	42
5. Good practice: Bestehende Projekte der Mädchenförderung	47
5.1 Projekte und Programme in der CH	47
5.2 Ausländische nationale Programme und Plattformen	50
6. Zusammenfassung und Ausblick	53
7. Literaturverzeichnis	58

# 1. Einleitung

Noch bis Mitte des 20. Jahrhunderts war Sport überwiegend die Freizeitbeschäftigung von Knaben und jungen Männern aus höheren sozialen Schichten (Klostermann & Nagel, 2011). Mittlerweile treiben zwar alle Bevölkerungsgruppen Sport, allerdings bestehen immer noch Unterschiede zwischen Frauen und Männern resp. Mädchen und Knaben: Mädchen und junge Frauen bewegen sich etwas weniger als ihre männlichen Gleichaltrigen, sind im Sport und insbesondere in Sportvereinen teilweise unterrepräsentiert. Das Bundesamt für Sport (BASPO) ist bestrebt, so viele Menschen wie möglich, für ein lebenslanges Sporttreiben zu gewinnen sowie die gesetzlich verankerte, gleichberechtigte Teilhabe von Frauen und Männern im Sport (Bundesverfassung, Art. 8, Abs. 3) umzusetzen. Entsprechend soll die Sportpartizipation bei Mädchen und Frauen zugunsten gleicher Möglichkeiten im Sport und eines lebenslangen Sporttreibens gefördert werden.

Vor diesem Hintergrund entstand die Kollaboration der Laureus Stiftung Schweiz mit dem BASPO. Ziel des vorliegenden Berichts ist es, einen Überblick über das aktuelle Sport- und Bewegungsverhalten von Mädchen und jungen Frauen sowie deren strukturellen Zugang dazu anhand von Kennzahlen und Erkenntnissen im Schweizer Sport zu gewinnen. Der Fokus liegt dabei auf dem organisierten Sport<sup>1</sup>, da dieser durch regelmässige Möglichkeiten zur Sportaktivität Rahmenbedingungen zur Erhöhung des (lebenslangen) Sport- und Bewegungsverhaltens sowie der Einbindung im Sport bietet. Die Analyse der aktuellen Situation wird durch die Diskussion bereits bestehender Projekte zur Mädchenförderung im organisierten Sport abgerundet.

Der Bericht bezieht sich auf die Altersgruppe von 5-20-jährigen Mädchen und jungen Frauen<sup>2</sup> in der Schweiz. Denn einerseits sind Unterschiede im Bewegungsverhalten in diesem Altersbereich weitgreifend, andererseits zielt das Sportförderungsprogramm des Bundes «Jugend+Sport» auf diesen Altersbereich ab, wie die Analyse ab S. 27 aufzeigen wird.

---

<sup>1</sup> «Organisierter Sport» bezieht sich in nachfolgend einerseits «generell auf das formelle Sporttreiben in gemeinnützigen Freiwilligenorganisationen bzw. Vereinen im Freiwilligensektor, die vergleichsweise kostengünstig Sport- und Bewegungsangebote für alle Bevölkerungsgruppen organisieren» (Adler, 2018, S. 12). Andererseits werden darunter auch organisierte Sportangebote oder Lager verstanden, die durch die Schule organisiert werden (bspw. auch in den Ferien). Ausgeschlossen wird das organisierte Sporttreiben bei privaten Anbietern und Fitnesscentern. Dafür wird der Begriff «kommerzielle Anbieter» verwendet.

<sup>2</sup> Analog zu der begrifflichen Verwendung bei Jugend+Sport bezieht sich im nachfolgenden Bericht der Begriff «Kind» oder «Mädchen» auf das Alter von 5-10 Jahren und «Jugendliche» oder «junge Frau» auf 11- 20 Jahre. Nur am Rande werden Befunde zur Bewegungsaktivität von Kleinkindern bis 4 Jahre aufgeführt. Bislang ist das Ausmass und die Form der Bewegungsaktivität in diesem Altersbereich wenig erforscht. Entsprechend ist unklar, ob es geschlechtsspezifische Unterschiede gibt und in wie weit die Förderung des Bewegungsverhaltens überhaupt angebracht ist.

## 2. Bewegungs- und Sportverhalten von Mädchen und jungen Frauen

In diesem Kapitel wird aufgezeigt, in welchem Ausmass sich Mädchen und junge Frauen bewegen und welche Faktoren damit in Zusammenhang stehen. Weiter werden die Sportmotive, die Sportartpräferenzen sowie das Sportsetting, die Vereinszugehörigkeit und der Ausstieg aus dem Sport thematisiert. Abschliessend beschäftigt sich dieses Kapitel mit sportlich Inaktiven und fokussiert auf die besonders vulnerable Gruppe von Mädchen mit Migrationshintergrund<sup>3</sup>.

### 2.1 Ausmass der Bewegungs- und Sportaktivität<sup>4</sup>

«Mädchen machen deutlich weniger Sport als Knaben» resümiert der Kinder- und Jugendbericht 2014<sup>5</sup> (Lamprecht, Fischer, Wiegand & Stamm, 2015, S. 9). Der Anteil an Kindern und Jugendlichen, die über 7 Stunden pro Woche Sport treiben, ist bei den Knaben und jungen Männern bedeutend höher als bei Mädchen und jungen Frauen. Bei den Mädchen ist hingegen der Anteil der Nichtsportlerinnen und wenig Aktiven höher. Die Befunde des Kinder- und Jugendberichts bestätigt die SOPHYA-Studie mit 6-16-jährigen Schweizer Kindern (Bringolf-Isler, Probst-Hensch, Kayser & Suggs, 2016)<sup>6</sup>: Knaben verbringen deutlich mehr Zeit mit körperlicher Aktivität und sind gleichzeitig weniger lang inaktiv als Mädchen. Auch die durchschnittliche Aktivitätsintensität ist bei den Knaben und jungen Männern höher als bei den Mädchen und jungen Frauen. Bei Kindern ab 10 Jahren war der Geschlechtsunterschied besonders ausgeprägt<sup>7</sup>. Die **Bewegungsempfehlungen**<sup>8</sup> erfüllten Mädchen und junge Frauen über alle Altersgruppen hinweg nur zu 55.6%, wohingegen die Knaben und jungen Männer bei einem deutlich höheren Prozentanteil von 74.6 lagen. Die 6-10-jährigen Knaben und Mädchen erfüllten fast alle die Bewegungsempfehlungen (94.5% vs. 84.1%), jedoch waren es bei den 11-16-Jährigen nur noch etwas mehr als die Hälfte der jungen Männer (53.5%) und nur noch ein Viertel der jungen Frauen (24.9%) (Bringolf-Isler et al., 2016).

Im Zeitverlauf von **2008 bis 2014** verzeichnet die **Sportaktivität von Kindern und Jugendlichen** bei beiden Geschlechtern zu gleichen Teilen einen Rückgang. Geschlechtsunterschiede bestehen demgemäss weiterhin. Auffällig ist, dass besonders bei den Jugendlichen von 12 bis 14 Jahren, sowohl Mädchen als auch Knaben, die Sportaktivität im 2014 signifikant tiefer war als im 2008 (vgl. Lamprecht, Fischer & Stamm, 2008, Lamprecht et al., 2015).

Der **Rückgang der Sportaktivität** innerhalb der Entwicklung eines Kindes und Jugendlichen verläuft für beide Geschlechter gleich. Der Aktivitätsumfang bleibt zwischen dem 10. und 13. Lebensjahr konstant, ab dem 14. Lebensjahr geht er zurück, wobei zwischen dem 16. und 17. Lebensjahr der

---

<sup>3</sup> In diesem Bericht bezieht sich «Migrationshintergrund» vornehmlich auf das Kriterium der Staatsangehörigkeit, d.h. Menschen mit in- bzw. ausländischer Nationalität (BFS, 2017).

<sup>4</sup> Die Begriffe «Bewegungsaktivität» oder «sportliche Aktivität» beziehen sich auf körperliche Aktivitäten, welche ab und an betrieben werden («Sport» im weiteren Sinne). «Sportverhalten oder –aktivität» bezieht sich auf Sport, der ausserhalb des obligatorischen Sportunterrichts regelmässig und wöchentlich betrieben wird («Sport» im engeren Sinne; Lamprecht, Fischer, Wiegand & Stamm (2015).

<sup>5</sup> In dieser Studie wurden 10-19-jährige Kinder und Jugendliche aus der Schweiz mittels Fragebogen untersucht.

<sup>6</sup> Im Hinblick auf den Vergleich von Schweizer Kindern mit Europäischen zeigte eine Studie, dass Schweizer Kinder sich mehr bewegten und weniger Zeit sitzend verbrachten als Kinder aus anderen europäischen Ländern (Herzig et al., 2012).

<sup>7</sup> Diese Geschlechtsunterschiede im Bewegungs- und Sportverhalten widerspiegeln sich auch im internationalen Vergleich (z.B. Dänemark: Klinker et al., 2014; Deutschland: Manz et al., 2014; Frankreich: Guinhouva et al., 2009; USA: Caspersen, Pereira & Curran, 2000).

<sup>8</sup> Kindern und Jugendlichen wird empfohlen, dass sie täglich mindestens 60 Minuten, mit moderater bis hoher Intensität, körperlich aktiv sind (Bundesamt für Sport BASPO et al., 2013).

grösste Rückgang zu verzeichnen ist. Dabei weisen jedoch die Frauen in jeder Altersgruppe geringere Anteile an sehr Aktiven aus als das andere Geschlecht (Lamprecht et al., 2015).

Zur **Bewegungsaktivität von Klein-** (unter 6 Jahren) **und Kindern bis 10 Jahren** liegen in der Schweiz unzureichende Kennzahlen vor. In einigen Studien lassen sich gleiche Effekte beobachten, z.B. in Untersuchungen zu Vor- und Primarschülern (2-6-jährig resp. 7-13-jährig und 5-13-jährig) (Moses et al., 2007; Schmutz et al., 2018; Zimmermann-Sloutskis & Zimmermann, 2007): Knaben bewegen sich signifikant mehr als Mädchen desselben Alters und verbringen weniger Zeit sitzend (im Falle der Vorschulkinder). Die durchschnittliche körperliche Aktivität, erhoben durch Fragebogen bei den Primarschülern wie auch durch die Befragung der Eltern in einer anderen Studie, zeichneten ein ähnliches Bild wie die Messungen mit Beschleunigungsmesser und Bewegungssensoren und bestätigten den Geschlechtereffekt.

Bereits im Krippen- und Kita-Alter zeigen sich Aktivitätsunterschiede zugunsten der Knaben (Adler, 2012). Eine Erhöhung des Aktivitätsniveaus und Angleichung bei Knaben und Mädchen kann durch angeleitete Sportstunden in der Kita erreicht werden. Adler (2012) führt weiter aus, dass sich aktivitätsbedingte Gesundheitsrisiken bereits in diesem Alter manifestieren können (Adler, 2012).

Dies bestätigen auch Untersuchungen von Dagkas und Quarmby (2015). Sie beschreiben, dass gerade in früher Kindheit sportbezogene Denk- und Handlungsschemata oftmals über unbewusste Alltagshandlungen und Sozialisationsprozesse in der Familie internalisiert werden und damit das Sportverhalten und die Sportbeteiligung von jungen Kindern beeinflusst (für einen genaueren Einblick vgl. Bordieu, 1976; Hayoz, Klostermann, Schlesinger & Nagel, 2015).

Interessanterweise verringern sich geschlechtsspezifische Unterschiede in den Sport- und Bewegungsaktivitäten im **Lebensverlauf**: Bestehen bei Kindern und Jugendlichen Differenzen, so gleichen sich Männer und Frauen im Erwachsenenalter wieder an (Lamprecht et al., 2015)<sup>9</sup>. Denkbar ist, dass Frauen im mittleren Erwachsenenalter aufgrund von Familiengründung, Haushaltsverpflichtungen sowie beruflicher Etablierung weniger Sport treiben, währenddessen Männer dies weiterhin tun. Sind die Kinder älter, wird das Sportengagement wieder gesteigert. Zu betonen ist, dass das Sportengagement in der 2. Lebenshälfte von den individuellen sportlichen Erfahrungen im Kindes- und Jugendalter beeinflusst wird (Adler, 2012; Klostermann & Nagel, 2011).

Vor dem Hintergrund der anhaltenden Geschlechterunterschiede im Bewegungsverhalten im Jugend- und frühen Erwachsenenalter ist die Sozialisation zum Sport in der Kindheit (einschliesslich Kleinkindalter) und Jugend für Mädchen sowie Knaben also richtungsweisend.

Dadurch findet der frühe Erwerb von vielfältigen Bewegungsformen, sportbezogenen Einstellungen und Orientierungs- und Handlungsmustern statt, Körperbewusstsein und Selbstvertrauen entwickeln sich sowie die physische und psychische Gesundheit gefördert werden. Somit wird sowohl ein anhaltender aktiver Lebensstil als auch die Rückkehr nach einem Dropout wahrscheinlicher (vgl. u.a. Brettschneider & Brandl-Bredenbeck, 2002; Klostermann & Nagel, 2011; Lamprecht et al., 2015).

## 2.2 Einflussfaktoren auf das Bewegungsverhalten

*«The question of who can, who is allowed, and who is willing to participate is influenced by both institutional selection mechanisms and by individual options and choices (Elling und Clarinbould, 2005, S. 502).»*

Gemäss dieser Aussage sind das Bewegungs- und Sportverhalten sowie das Ausmass der sozialen Einbindung im organisierten Sport nicht nur auf Merkmale der Person mit ihrer persönlichen Biografie zurückzuführen, sondern auch auf die Bedingungen der jeweiligen Sportorganisation, in die diese Person sozial eingebunden ist (Adler Zwahlen, 2018; Baur & Braun, 2003). Will man also die

---

<sup>9</sup> Bei Frauen geht die Sportaktivität ab 25, bei Männer ab 24 Jahren kontinuierlich zurück. Der erneute Anstieg der Sportaktivität beginnt bei den Frauen früher, mit 40 Jahren, währenddessen dies bei den Männern erst ab 65 Jahren wieder der Fall ist. Zwischen 45 bis 65 Jahren treiben die Frauen folglich mehr Sport als die Männer.

Partizipationsbedingungen von Mädchen im organisierten Sport verbessern, müssen sowohl individuelle Merkmale als auch strukturelle Organisationsmerkmale sowie deren Wechselwirkung in den Blick genommen werden. Im Folgenden werden wesentliche Befunde aufgezeigt.

## 2.2.1 Personale Faktoren

Das Sportverhalten der Mädchen und Frauen als Individuen wird u.a. durch ihre soziale Herkunft beeinflusst. Im Folgenden wird erstens Bezug auf die Region, aus welcher die Mädchen und jungen Frauen stammen oder in welcher sie derzeit wohnen, genommen. Zweitens werden die familiäre Situation im Rahmen der Sportaktivität, Einstellungen und sozioökonomischer Hintergrund sowie zuletzt der kulturelle Hintergrund der Mädchen und jungen Frauen resp. deren Eltern beschrieben.

### Regionale Herkunft

In der Schweiz bestehen, vergleichbar mit seinen Nachbarländern, regionale Unterschiede in der Bewegungs- und Sportaktivität (Hayoz et al., 2015):

Deutschschweizer Kinder bewegen sich mehr, sind aktiver und sitzen weniger als Kinder und Jugendliche aus der Romandie. Diese wiederum bewegen sich mehr als Gleichaltrige aus der italienischsprachigen Schweiz. Mit Blick auf Geschlechtsunterschiede ist in der Romandie der Unterschied bei den 10-14-Jährigen kleiner als in der Deutschschweiz, bei den 15-19-Jährigen umso grösser. Im Tessin besteht ein Geschlechtsunterschied auf allen Altersstufen, besonders fällt die tiefe Sportaktivität der 15-19-jährigen Frauen auf (Lamprecht et al., 2015).

Die Bewegungsempfehlungen wurden von über zwei Dritteln der Kinder und Jugendlichen aus der Deutschschweiz erfüllt (67.5%), von denjenigen aus der Romandie zu 60.4% und von etwas über die Hälfte der Kinder aus der italienischsprachigen Schweiz (Bringolf-Isler et al., 2016).

Schaut man sich diese Effekte ebenfalls geschlechterspezifisch an, fällt auf, dass die Deutschschweizer Knaben signifikant häufiger die Bewegungsempfehlungen (78.6%) erfüllen als diejenigen aus der italienischsprachigen Schweiz (69.1%) und aus der Romandie (65.4%). Bei den Mädchen wurden keine Unterschiede zwischen den Deutschschweizer und den frankophonen Mädchen gefunden (beide 55.4%). Die italienischsprachigen Mädchen jedoch erfüllten die Bewegungsempfehlungen deutlich seltener (38.5%). Bei den älteren Kindern waren diese Unterschiede zwischen den Sprachregionen ausgeprägter als bei den jüngeren Kindern (Bringolf-Isler et al., 2016).

Zur Erklärung dieser regionalen Unterschiede ziehen Hayoz et al. (2015) kulturelle und strukturelle Faktoren heran. Je nach Region bestehen unterschiedliche sportspezifische Werte, Überzeugungen und Handlungsschemata in der Bevölkerung, ebenso stehen unterschiedliche Angebote und Infrastrukturen in den Gemeinden zur Verfügung (für detailliertere Informationen vgl. Moschetti, 2010 oder Rütten & Abu-Omar, 2006). Bringolf-Isler et al. (2014) zeigten einerseits auf, dass die Nachbarschaftsumgebung einen Einfluss auf die physische Aktivität von Kindern und Jugendlichen hatte. Andererseits weisen sie darauf hin, dass soziodemographische und Umwelt-Faktoren die Unterschiede zwischen den Sprachregionen nicht erklären können und betonen den vermuteten Einfluss des kulturellen Hintergrundes. Der mögliche Einfluss von elterlichem Verhalten, deren kulturellen Hintergrund und Einstellung bezüglich Gesundheit auf das Verhalten ihrer Kinder scheint evident, ungeachtet der schweizweit einheitlichen Gesundheits- und Sport-Strategien, der soziodemografischen Faktoren und der gebauten Umwelt (Bringolf-Isler et al., 2014).

Hinsichtlich des Einflusses der städtischen bzw. ländlichen Wohnlage ist die Befundlage ambivalent: Gemäss Lamprecht et al. (2015) treiben Kinder und Jugendliche zwischen 10 und 14 Jahren, die in ländlichen Gegenden aufwachsen, überdurchschnittlich viel Sport. Der Anteil an Inaktiven ist tiefer als bei Stadtkindern. Entgegen diesen Befunden konnte die SOPHYA-Studie keine Differenzen im kindlichen Aktivitätsniveau feststellen (Bringolf-Isler et al., 2016).

## Familiäre Herkunft

Die eigenen Eltern und Geschwister sowie der soziale Hintergrund beeinflusst in bedeutendem Masse das eigene Bewegungs- und Sportverhalten sowie Selbst- und Sportverständnis. Mädchen oder Knaben werden dahingehend unterschiedlich beeinflusst. Nachfolgend werden zentrale Faktoren der sozialen Herkunft diskutiert.

### ***Einkommen/Erwerbstätigkeit und Bildung***

Bisherige Erkenntnisse verweisen tendenziell darauf, dass je höher das Einkommen und die Bildung der Eltern sind, desto aktiver sind deren Kinder (Hayoz, 2017; Lamprecht et al., 2015, Nobis & El-Kayed, 2019). Die Wahrscheinlichkeit, dass die Kinder inaktiv sind, ist drei Mal tiefer, wenn die Eltern eine tertiäre Ausbildung besitzen im Vergleich zu einem Abschluss der obligatorischen Schule. Hinsichtlich des Einflusses von Einkommen und Bildung bestehen gemäss Lamprecht et al. (2015) keine Geschlechterunterschiede. Hingegen zeigen Bringolf-Isler et al. (2016), dass Knaben von Familien mit höheren Einkommen in stärkerem Ausmass die Bewegungsempfehlungen erfüllen als Mädchen solcher Familien.

Burmann (2005) bestätigt den Einfluss von Einkommen und Bildung. Sie führt aus, dass Eltern mit höheren Bildungsabschlüssen und Vollzeitberufstätigkeit meist stärker in den Sport involviert sind und folglich ihren Kindern eher Unterstützung bieten als arbeitslose Eltern oder solche mit niedrigeren Schulabschlüssen. Auch sie bestätigt einen Geschlechtereffekt. Mädchen beteiligen sich häufiger am (vereinsorganisierten) Sport, wenn die Eltern (insbesondere die Mutter) höhere Schulabschlüsse besitzen. Mädchen sind scheinbar bei ihrer Sportbeteiligung stärker durch das Elternhaus beeinflusst als Knaben und profitieren von Müttern, die ihnen als Rollenvorbilder dienen (Burmann, 2005).

Sportbezogene Denk- und Handlungsschemata der Familie nehmen beim Einkommen eine bedeutende Rolle ein (vgl. auch Nobis & El-Kayed, 2019): Wenn die Eltern einen geringen Bildungsstatus besitzen, kann dies bspw. durch einen hohen Stellenwert des Sports oder die sozialen Unterstützungsleistungen des Kindes kompensiert werden. Im Umkehrschluss können Eltern mit hohem Bildungsabschluss dem Sport einen tiefen Stellenwert zumessen und andere Aktivitäten in den Vordergrund stellen und dadurch ihre Kinder von sportlichen Aktivitäten abhalten.

Befunde aus der SOPHYA-Studie sagen weiter, dass Kinder von Eltern mit einem hohen Arbeitspensum, weniger körperlich aktiv sind und mehr Zeit sitzend verbringen (Bringolf-Isler et al., 2016). Des Weiteren berichten die Autoren von einer Studie (Brockman et al., 2009), welche propagiert, dass Kinder und Jugendliche aus tieferen sozialen Schichten weniger Zugang zu strukturierter Bewegung und Sport erhalten, aber mehr Zeit mit aktivem Spiel verbringen (Bringolf-Isler et al., 2016).

### ***Familiäre Sportaktivität, sportbezogene Denk- und Handlungsorientierungen***

Der wahrgenommene Stellenwert des Sports in der Familie, die regelmässige Sportaktivität, die gegenseitige Unterstützung sowie die Kommunikation über Sport beeinflussen das Sportverhalten von Kindern und Jugendlichen (u.a. Adler Zwahlen, Nagel & Schlesinger, 2019; Hayoz, 2017).

Ein fruchtbarer Ansatz bei der Sportförderung von Jugendlichen liegt darin, über die sportbezogenen Denk- und Handlungsschemata im Familienalltag das langfristige Sportengagement zu beeinflussen (Hayoz, 2017).

Wie der Bericht «Sport Schweiz 2014 – Sportaktivität und Sportinteresse der Schweizer Bevölkerung» (Lamprecht, Fischer & Stamm, 2014) zeigt, ist die Sportbegeisterung ein bedeutsamer Faktor für lebenslanges Sporttreiben. Menschen, die aussagen, sie hätten immer Sport getrieben und Sport gehöre bei ihnen dazu, treiben durch die verschiedenen Lebensphasen hindurch Sport. Ebenso verhält es sich mit der Sportbegeisterung der Eltern, welche die Sportaktivitäten der Kinder beeinflussen. Kinder von sporttreibenden Eltern, treiben häufiger Sport. Dabei ist entscheidend, dass die Eltern sportlich aktiv sind und nicht wie stark. Kinder von Nichtsportlern sind bis zu drei Mal häufiger inaktiv als Kinder von Sportlern. Die Vereinsmitgliedschaft der Eltern hat ebenfalls einen förderlichen Einfluss auf die Sportaktivitäten der Kinder (Lamprecht et al., 2015; vgl. auch Zimmermann-Sloutskis, Zimmermann, Wanner, Mäder & Martin, 2009; siehe auch Kapitel «Sportvereinszugehörigkeit»).

Auch die SOPHYA-Studie zeigte auf, dass es keine Rolle spielt, wie oft die Eltern aktiv sind oder wo sie Sport treiben, wichtig war, dass sie es taten. Dieser Zusammenhang ist über alle Altersgruppen hinweg sichtbar, bei Knaben jedoch ausgeprägter als bei Mädchen (Bringolf-Isler et al., 2016).

Hayoz (2017) führt an, dass bei sportbezogener Unterstützungsleistung der Eltern ebenfalls geschlechtsspezifische Unterschiede festgestellt werden können (Burrmann, 2005). Im Vergleich zu den gleichaltrigen jungen Frauen erhalten männliche Jugendliche häufiger praktische sportbezogene Unterstützung der Eltern. Dabei ist jedoch die Wirkrichtung noch unklar. Es könnte einerseits sein, dass die Eltern den jungen Männern höhere Unterstützungsleistungen entgegenbringen, jedoch andererseits auch, dass die jungen Männer diese Art Unterstützung mehr einfordern (Hayoz, 2017). Ebenso werden sie stärker ermutigt, in kompetitiven Sportarten aktiv zu sein. Eltern legen mehr Wert auf die physische Aktivität von Knaben (vgl. auch Gustafson & Rhodes, 2006).

Die Unterstützung der Eltern korreliert mit der körperlichen Aktivität der Kinder. Es kann angenommen werden, dass Geschlechtsunterschiede in elterlicher Unterstützung für die Unterschiede im Bewegungsverhalten / körperlicher Aktivität der Knaben und Mädchen mitverantwortlich sind.

Befunde stützen zudem, dass die Sportkultur von den Eltern weitergegeben wird und dies geschlechterspezifisch. Dabei fungieren die Väter eher als Rollenvorbild für ihre Söhne und die Mütter eher für die Töchter. Die Befunde der Beziehung der Mutter zu den Kindern sind unklar, aber es scheint als hätte die Mutter einen deutlicheren Einfluss auf die Tochter als auf den Sohn. Kinder von aktiven Müttern treiben zwei Mal so wahrscheinlich Sport als Kinder von inaktiven Müttern, was die mütterliche Unterstützung für ihre Töchter wesentlich macht (Gustafson & Rhodes, 2006).

Bei Vätern wurde eine Beziehung zwischen ihnen und dem physischen Aktivitätsniveau der Söhne gefunden. Den Befunden der Mutter gleich, verbleiben Kinder von aktiven Vätern signifikant mehr im Sport und hören mit diesem weniger auf als Kinder von passiven Vätern. Denkbar scheint, dass aktive Väter mehr Unterstützung bieten (Gustafson & Rhodes, 2006; vgl. auch Brouwer, 2018).

Die ausgeprägten Zusammenhänge zwischen dem Sportengagement der Eltern und der Kinder könnte u.a. darauf hindeuten, dass Mädchen ein familiär sportlicheres Umfeld brauchen (um z.B. in einen Verein einzutreten oder zu verbleiben) und bei Interventionen nicht nur die körperliche Aktivität von Kindern, sondern auch auf die der Eltern fokussiert werden sollte. Bringolf-Isler und Kollegen (2018) fügen an, dass das elterliche Rollenvorbild bzw. Vorleben sportlichen Engagements für die physische Aktivität von Kindern relevant ist, jedoch gilt es dabei weitere kontextuelle Faktoren wie das soziokulturelle und strukturelle Umfeld zu berücksichtigen (Bringolf-Isler et al., 2016; Burrmann, 2005).

Kennzahlen zeigen, dass sich Primarschüler an den Wochenenden weniger bewegen als an den Wochentagen. Umso bedeutender sind die Rolle und Verantwortung der Eltern, bewegungsfördernde Interventionen auf familiärer Ebene zu gestalten (Moses et al., 2007).

Auch den Geschwistern fällt eine gewisse sportpromovierende Rolle zu. Gemäss Bringolf-Isler und Kollegen (2016) erhöhen sich die durchschnittliche Intensität, die aktiv verbrachten Minuten und der Anteil der Kinder, welche die Bewegungsempfehlungen erfüllen, je mehr Kinder und Jugendliche unter 18 im gleichen Haushalt wohnen. Bei Kindern über 10 Jahren bestand dieser Zusammenhang deutlicher und bei denjenigen darunter schien es keine wesentliche Rolle zu spielen. Das Geschlecht spielte dabei keine Rolle.

## **Kulturelle Herkunft**

Menschen mit Migrationshintergrund (MH) bewegen sich weniger als Einheimische (Lamprecht et al., 2015). Insbesondere Mädchen und junge Frauen mit Migrationshintergrund.

Der soziokulturelle Hintergrund einer Person spielt scheinbar eine Rolle in Bezug auf das Bewegungsverhalten und Integrationsprozesse im organisierten (Vereins-)Sport. Befunde zur Migrationsgeneration zeigen, dass sich mit zunehmender Migrationsgeneration das Sportaktivitätsverhalten demjenigen der Einheimischen angleicht (Gerber, Barker & Pühse, 2012; Mutz & Hans, 2015; Spaaij, 2013).

Die Sprachkompetenz und -verwendung für den Anschluss im Freundeskreis sind gerade für die Sportpartizipation im Verein Schlüsselfaktoren (Gerber & Pühse, 2017). Belegt ist auch die integrative Bedeutung des elterlichen Sportengagements im Vereinssportkontext (Kleindienst-Cachay, Cachay & Bahlke, 2012; Nielsen, Hermansen, Bugge, Dencker & Andersen, 2013; Spaaij, 2013; Stefansen, Smette & Strandbu, 2016; Zender, 2015).<sup>10</sup>

Weitere detaillierte Ausführungen finden sich im Kapitel «Mädchen und junge Frauen mit Migrationshintergrund».

## 2.2.2 Strukturelle Faktoren

Im Falle des organisierten Sports üben auch strukturelle, organisatorische Aspekte einen Einfluss auf das Sportverhalten von Mädchen und jungen Frauen aus. In diesem Kapitel liegt der Hauptfokus auf den strukturellen Einflussfaktoren von Sportvereinen und –verbänden.<sup>11</sup> Auf einer übergeordneten Ebene kann Mädchenförderung auch an Sportstrukturen und Programmen des Bundes, der Kantone sowie der Gemeinden ansetzen.

Einflussfaktoren auf die Vereinsstrukturen fallen vielfältig aus. Bspw. spielen eine 'veränderungsträge' Organisationskultur, Vereinsziele, -zweck und -planung, die Art und Gestaltung resp. das Fehlen von Sportangeboten oder zielgruppenspezifischen Aktivitäten, vereinsinterne und -externe Kooperation/Vernetzung, das Integrationsverständnis, die Mitgliederzusammensetzung, Ämterbesetzung/Starthelfer, räumliche Lage, Nutzungsmöglichkeit von Sportanlagen/Infrastruktur, personelle, möglichst professionalisierte Ressourcen (bezahlte Mitarbeiter, Ehrenamtliche), finanzielle Ressourcen, Möglichkeit von finanziellen oder sprachlichen Unterstützungsleistungen und Sicherheit im Verein eine Rolle (Migrationsunspezifisch: Baur & Braun, 2003; Elmoose-Østerlund, Feiler, Breuer, Adler Zwahlen & Nagel, 2018; Migrationsspezifisch: Baur, 2009; Braun & Finke, 2010; Cortis, Sawrikar & Muir, 2007; Janssens & Verweel, 2014; Kleindienst-Cachay et al., 2012; Spaaij, 2013; Theeboom, Schaillée & Nols, 2012; Weigelt-Schlesinger, Tschirren & Barker-Ruchti, 2014).

**Vereinsdichte:** In der Deutschschweiz besteht, unter Berücksichtigung der Einwohnerzahlen, die höchste Vereinsdichte. In der französisch- und italienischsprachigen Schweiz fällt diese bedeutend tiefer aus. Besonders in ländlichen Regionen, im Vergleich zu städtischen und Agglomerationsgebieten gibt es mehr Sportvereine, in welcher die Mädchen die Möglichkeit hätten, teilzunehmen. Eine geringe Vereinsdichte kann eine mögliche Ursache für ein geringeres Vereinsengagement darstellen, denn in Gemeinden, in welchen es mehr Vereine gibt, werden auch mehr Vereinsmitglieder und –mitgliederinnen gezählt. Jedoch muss dies nicht zwingend sein: Möglicherweise gibt es in einer Region weniger, dafür grössere Vereine (Lamprecht, Bürgi, Gerbert & Stamm, 2017).

**Vereinstyp:** In wie weit Mädchen in einem Sportverein ein passendes Sportangebot finden, könnte auch mit der Anzahl der angebotenen Sportarten in einem Verein zusammenhängen. Zwei Drittel der Schweizer Sportvereine sind Einspartenvereine, die restlichen bieten mehrere Sportarten an. Zudem betreiben rund 90 Prozent der Vereine Wettkampfsport, an dem sich etwa die Hälfte der Aktivmitglieder beteiligt (Lamprecht et al., 2017).

**Vereinsziele:** Bestehende Literatur verweist darauf, dass sich viele Sportvereine auf die momentanen Mitglieder fokussieren und die soziale Integration unterrepräsentierter Gruppen nicht als selbstverständliche Praktik oder Verantwortung ihrerseits ansehen (Elmoose-Østerlund et al., 2018). Dementsprechend wird diese nicht durch gezielte Initiativen und Angebote gefördert, was relevant für die Teilnahme der unterrepräsentierten Zielgruppen am Sport wäre. Elmoose-Østerlund und Kollegen

---

<sup>10</sup> Zudem verweisen Studien seit langem auf Unterschiede zwischen den verschiedenen Migrationsgenerationen bzgl. der Integration in aussersportlichen Bereichen (detaillierter: vgl. Koopmans, 2016; Fibbi et al., 2006).

<sup>11</sup> Auf geschlechtsspezifische organisationale Aspekte der Schule wird in Kapitel «Wünsche und Bedürfnisse» beim «Exkurs Reflexive Koedukation» eingegangen.

sehen dies als weiteren Grund, wieso gewisse Populationen in Sportvereinen unterrepräsentiert sind (2018).

Vereine die sich als Ziel setzen, für die soziale Integration zu arbeiten, sind eher bereit, spezifische Massnahmen und Initiativen zu verfolgen. Gemäss der Vereinsstudie Schweiz geben 64% der Schweizer Vereine an, dass sie Mädchen und Frauen und 49%, dass sie Menschen mit Migrationshintergrund Sport ermöglichen (Lamprecht et al., 2017). Dabei können Vereinsziele des sportlichen Erfolgs und Wettkampfs und die der Förderung von sozialer Integration unterrepräsentierter Gruppen nebeneinander existieren und müssen sich nicht konkurrieren (Elmose-Østerlund et al., 2018).

**Vereinskultur:** Resonanz für die sportpolitische Forderung nach Integration findet bei den meisten Vereinen erst dann statt, wenn eine Notwendigkeit für den Verein besteht, denn sie sind grundsätzlich nicht verpflichtet, die Integration zu fördern. Notwendigkeiten können z.B. durch Rückgang von Mitgliederzahlen, Imagepflege oder Erhöhung des Stellenwerts innerhalb der Gemeinde entstehen. Trotz eigenen Angaben der Sportvereine, dass sie Rahmenbedingungen für Mädchen und Frauen schaffen und Probleme<sup>12</sup> bei der Gewinnung und Bindung von Mitgliedern, Nachwuchs und Ehrenamtliche haben (Lamprecht et al., 2017), heisst das nicht, dass günstige Integrationsbedingungen und Massnahmen erschaffen resp. ergriffen werden. Dies wäre aber von Bedeutung, um gewisse unterrepräsentierte Zielgruppen, insbesondere Mädchen und junge Frauen mit und ohne Migrationshintergrund zu integrieren (Seiberth, Weigelt-Schlesinger & Schlesinger, 2013).

**Ämterbesetzung:** Gemäss Sport Schweiz gehört die Gewinnung von Sportleitenden und Vorstandsmitgliedern zu den grossen Sorgen der Vereine (Lamprecht et al, 2017). Das bedeutet nicht immer, dass Vereine darauf reagieren und spezifische Ämter ausdifferenzieren (bspw. einer Person die Rolle als Integrationsbeauftragte übergeben) und Zuständigkeiten für integrative Massnahmen klären. Die meisten Funktionsrollen werden in Sportvereinen nach wie vor von Männern ausgeübt. Dies trifft insbesondere auf Führungspositionen im Verein zu. Die Berücksichtigung der Interessen der weiblichen Mitglieder ist dadurch begrenzt (Gramespacher & Fetz, 2009; Seiberth et al., 2013).

Die Vereinsziele und –kultur muss mit dem Wunsch der sozialen Integration von unterrepräsentierten Gruppen in Einklang stehen oder gebracht werden, da Gleichstellung bedeutsam in der Kultur einer Organisation, deren impliziten Vorstellungen, Werten und Normen eingebettet ist (Schörghuber, 2019). Das Thema der Geschlechtergleichstellung kann jedoch in manchen Fällen auf Widerstände stossen. Über den Hebel der allgemeinen Gleichstellungsorientierung in einem Verein (Nationalität, soziale Herkunft etc.) können geschlechterspezifische Themen ebenfalls angesprochen werden, ohne aber auf die gleichen Widerstände zu treffen (Schörghuber, 2019). Der Antrieb für die Integrationsbemühungen muss beim Verein selbst liegen. Höhere Institutionen wie Verbände, Gemeinden, Kantone oder der Bund sollen in einer beratenden Funktion zur Seite stehen. Seiberth und Kollegen (2013) sehen den Auftrag für Verbände und Sportpolitik darin, die Förderung der Integration von Mädchen mit Migrationshintergrund inhaltlich und konzeptionell neu zu bestimmen. Dabei wird idealerweise über oberflächliche, einfache Reparaturmassnahmen (punktuelle Strukturveränderungen, «Gender-Projekt») hinausgegangen.

Darüber hinaus ist der Kontext, das umgebende Sportsystem mit seinen Logiken, Traditionen und Werte-Normen-System einzubeziehen (Schörghuber, 2019). Der Sportstättebau bspw. orientiert sich noch zu wenig an den Interessen der Mädchen und jungen Frauen. Die Berücksichtigung von Sicherheitsbedürfnissen oder die explizite Planung von Räumlichkeiten, die von Mädchen bevorzugten Sportarten gerecht werden, sind als Beispiele anzuführen (Gramespacher & Fetz, 2009).

---

<sup>12</sup> Gewinnung von Mitgliedern sehen 34%, von Kinder/Jugendlichen 30%, von Leistungsnachwuchs 38%, von Leitenden 39% und von Vorstandmitgliedern 37% der Vereine als grosses bis sehr grosses Problem an.

## 2.3 Sportmotive

Motive zum Sporttreiben sind je nach Geschlecht unterschiedlich.

Gemäss Weiss (2000) sind die drei Hauptgründe, dass Kinder sich physisch aktiv betätigen, die physische Kompetenz, Spass an der Aktivität und soziale Unterstützung der Eltern, Lehrer/Trainer und Gleichaltrigen. Im Gegenzug können unzureichende Fähigkeiten, Mangel an Erfolg, Spass und Unterstützung Gründe für das Aufhören mit einer Aktivität sein (Aaron, Storti, Robertson, Kriska & LaPorte, 2002).

Schaut man sich im Kinder- und Jugendbericht (Lamprecht et al., 2015) die Gruppe **10-14-Jähriger** an, fällt auf, dass in diesem Alter kaum Geschlechtsunterschiede bestehen. Die am häufigsten genannten Motive sind «Spass haben», «fit und trainiert zu sein», «Freude an Bewegung» und «Zusammensein mit Kolleginnen und Kollegen». Der Leistungsvergleich und sportliche Wettkampf ist in dieser Alterskategorie nur selten bei beiden Geschlechtern Grund für das Sporttreiben (Lamprecht et al., 2015).

Die obengenannten Motive bestehen mit etwas abweichender Priorisierung auch bei den **15-19-Jährigen**. Das Leistungs- und Wettkampf-Motiv, das «sich messen wollen» gewinnt an Bedeutung. Für die jungen Frauen ist das Verfolgen von persönlichen Leistungszielen fast ebenso wichtig wie für junge Männer. Der Leistungsvergleich und die Teilnahme an Wettkämpfen hingegen ist für junge Frauen deutlich weniger wichtig. Die Hälfte der Männer und nur ein Viertel der Frauen geben das «sich messen» als Motiv an. Junge Frauen verbinden Sport etwas häufiger mit einer guten Figur<sup>13</sup>, Gesundheit und Körpergefühl, junge Männer eher mit Spiel, Konkurrenz und Leistung.

«Entspannung», «Gesundheit» und das «Erleben der Natur» hat für junge Frauen dafür den höheren Stellenwert. Im Vergleich zu 2008 haben die Motive «abschalten können» und «besser aussehen» an Wichtigkeit gewonnen. Bei den jungen Männer hat das «Ausloten von Grenzen» und bei den jungen Frauen die «Erlebniskomponente» über die Jahre an Bedeutung gewonnen. Die Geselligkeit beim Sporttreiben hat über die Jahre für die jungen Frauen an Wichtigkeit abgenommen (Lamprecht et al., 2015).

Besonders die Bedeutung des **Leistungsvergleichs** sieht für junge Männer und Frauen anders aus. Ungefähr die Hälfte (47%) der Sporttreibenden 15-19-Jährigen nimmt an Sportveranstaltungen und Wettkämpfen teil. Bei den jungen Männern beläuft sich der Anteil auf 57%, bei den jungen Sportlerinnen nur auf 36%. Daraus resultiert: Wer an Wettkämpfen und Sportveranstaltungen teilnimmt, macht deutlich mehr Sport. Die Teilnahme an Vereins- und Clubmeisterschaften fällt prozentmässig wieder bei den Männern stärker aus (75% vs. 62% der Wettkampfsportler). Hingegen sind Wettkämpfe mit Rangierungen, z.B. Laufveranstaltungen, bei den Frauen populärer (46% vs. 30%) (Lamprecht et al., 2015).

Zusammenfassend steht die Geselligkeit, die Freude an der Bewegung aber auch ein besseres Aussehen für Mädchen und junge Frauen im Zentrum. Den Sport auch als Erlebnis zu erfahren, Entspannung und Natur erhalten an Bedeutung. Wobei die Fokussierung auf die Gesundheit, das Körpergefühl und gute Figur zugenommen haben. Besonders ist es zentral, Leistung erbringen zu können, ohne jedoch zwingend an einem Wettkampf teilzunehmen.

Wenn Frauen in der 2. Lebenshälfte wieder in den Sport einsteigen, dann ist das Gesundheitsmotiv ein Hauptmotiv (Klostermann & Nagel, 2011; Lamprecht et al., 2014).

---

<sup>13</sup> Studien zeigen auf, dass die wahrgenommene physische Erscheinung mit dem globalen Selbstwertgefühl zusammenhängen (Levy & Ebbeck, 2005). Besonders bei den Jugendlichen hat die Körperzufriedenheit eine sehr hohe Relevanz für den globalen Selbstwert (Brettschneider, 2003).

## 2.4 Sportartpräferenzen

Bei der Präferenz der ausgeübten Sportart bestehen beträchtliche Geschlechterunterschiede (Tabelle 1). Zwar werden Schwimmen, Radfahren, Skifahren oder Wandern von **beiden Geschlechtern** gleichermassen betrieben. Allerdings sind Fussball, Unihockey, Basketball, Skateboarding, Kampfsport, Tischtennis, Mountainbiking, Eishockey, Schiessen, Krafttraining, Golf und Segeln vornehmlich von **Knaben** betriebene Sportarten. **Mädchen** betreiben häufiger Tanzen, Turnen, Reiten, Eislaufen, Volleyball und Fitnesstraining/Aerobics.

Der Trend, mehrere Sportarten auszuüben, geht nicht damit einher, mehr und häufiger Sport zu betreiben (Lamprecht et al., 2015, S.12).

	Mädchen				Knaben		
	Sport im engeren Sinne	Sportaktivitäten	Nennung insgesamt*		Sport im engeren Sinne	Sportaktivitäten	Nennung insgesamt*
Tanzen	19.8	24.5	25.9	Fussball	44.5	63.9	70.1
Turnen	18.7	19.5	19.5	Radfahren	14.1	51.9	58.3
Schwimmen	17.3	55.3	63.6	Schwimmen	11.3	45.7	51.9
Radfahren	16.1	49.3	56.2	Skifahren	11.0	48.6	52.8
Reiten	16.1	16.5	16.8	Kampfsport	10.6	10.6	10.6
Fussball	10.1	25.5	29.4	Tennis	10.5	13.4	13.8
Jogging	10.0	17.5	19.0	Unihockey	10.0	15.6	15.7
Skifahren	9.7	47.8	53.6	Basketball	7.6	12.1	13.7
Volleyball	6.1	8.0	8.4	Turnen	6.8	8.3	8.5
Tennis	6.0	7.6	7.9	Jogging	6.6	11.3	12.1
Leichtathletik	4.2	4.6	4.6	Eishockey	3.9	5.7	6.0
Badminton	4.0	6.5	7.3	Tischtennis	3.8	6.1	6.6
Eislaufen	3.9	9.0	10.1	Badminton	3.7	6.1	6.2
Basketball	3.8	5.1	6.2	Skateboarding	3.1	9.5	10.8
Inline-Skating	3.5	8.6	9.1	Handball	2.9	3.2	3.5
Kampfsport	3.5	3.7	3.9	Leichtathletik	2.6	2.7	3.0
Fitnesstraining	3.4	4.0	4.3	Snowboarding	2.5	12.2	12.8
Wandern	2.7	16.5	19.1	Wandern	2.5	14.7	16.6

Anmerkung: Anzahl Befragte: 1525. \* Es werden auch die Angaben der erklärten Nichtsportler einbezogen, falls diese die jeweilige Sportart als eine von ihnen gelegentlich ausgeübte Bewegungsaktivität genannt haben (vgl. Kapitel 7).

Tabelle 1. Die häufigsten Sportaktivitäten der 10-14-jährigen Mädchen und Knaben (in % aller Mädchen bzw. Knaben). Aus Lamprecht et al., 2015, S. 14.

Mit dem Alter verschieben sich die Sportpräferenzen. Junge Männer im Alter von 15-19 Jahren entdecken das **Volleyball und Fitnesstraining** für sich, sodass diese von typischen Mädchensportarten zu Sportarten wechseln, die beide Geschlechter in gleichem Masse ausüben. **Handball** mutiert hingegen zu einer klaren Männersportart und **Inline-Skating** zu einer Frauensportart. Noch deutlicher zu einer Männersportart werden **Fussball, Skateboarding und Tischtennis**, **Eislaufen** wird noch klarer zu einer Frauensportart. Ansonsten gibt es in den geschlechterspezifischen Vorlieben nicht allzu grosse Wechsel (Lamprecht et al., 2015).

Ebenfalls in diesem Alter konzentrieren sich die Jugendlichen auf weniger Sportarten. Auch wenn die Jugendlichen im Vergleich zu 2008 polysportiver geworden sind, werden die einzelnen Sportarten weniger häufig und intensiv betrieben (Lamprecht et al., 2015). Diese Befunde widerspiegeln sich in der SOPHYA-Studie (Bringolf-Isler et al., 2016).

	Junge Frauen			Junge Männer	
	Sportaktivitäten (Nennung in %)	Nennung insgesamt*		Sportaktivitäten (Nennung in %)	Nennung insgesamt*
Schwimmen	36.9	46.7	Fussball	41.7	45.1
Skifahren	32.9	40.9	Skifahren	36.0	41.4
Jogging	32.6	36.9	Radfahren (ohne MTB)	24.9	30.1
Radfahren (ohne MTB)	29.3	34.8	Schwimmen	24.9	29.8
Tanzen	23.8	28.5	Jogging	23.2	24.9
Fitnesstraining	21.9	22.7	Fitnesstraining	22.6	22.8
Snowboarding	16.3	18.7	Snowboarding	14.7	16.6
Wandern	15.5	19.1	Basketball	11.7	12.5
Volleyball	8.8	9.4	Tennis	10.2	10.4
Reiten	8.7	9.4	Wandern	9.6	11.7
Fussball	8.6	10.1	Unihockey	9.5	10.0
Turnen	7.0	7.1	Kampfsportarten	8.4	8.6
Inline-Skating	6.0	6.8	Krafttraining	8.3	8.4
Tennis	4.1	4.6	Volleyball	6.5	6.9
Kampfsportarten	4.0	4.2	Mountainbiking	5.6	6.1

Anmerkung: Anzahl Befragte: 1895. \*Es werden auch die Angaben der erklärten Nichtsportler einbezogen, falls diese die jeweilige Sportart als eine von ihnen gelegentlich ausgeübte Bewegungsaktivität genannt haben (vgl. Kapitel 7).

Tabelle 2. Die häufigsten Sportaktivitäten der 15-19-Jährigen nach Geschlecht. Aus Lamprecht et al., 2015, S. 16.

Zusätzlich finden sich Evidenzen, dass Mädchen eher Individualsportarten oder –aktivitäten und weniger Rückschlagspiele und Knaben eher Teamsportarten /-aktivitäten bevorzugen (Aaron et al., 2002; Burrmann, 2006). Mädchen präferieren oftmals nicht-kompetitive Sportarten (Steffen, 2011).

## 2.5 Wünsche und Bedürfnisse Mädchen und junger Frauen im und an den Sport

Die Motive zum Sport treiben von Mädchen und jungen Frauen können deren Wünsche und Bedürfnisse an den Sport erklären.

Der Wunsch neue Sportarten auszuprobieren, ist bei den Kindern und Jugendlichen gross. 43% der Kinder und 40% der Jugendlichen möchten künftig eine neue Sportart betreiben oder eine bereits betriebene vermehrt ausüben. Die genannten Wunschsportarten sind bei den Mädchen und jugendlichen Frauen das Tanzen und Fitnesstraining. Auch der Kampfsport erfreut sich immer grösser werdender Beliebtheit (Lamprecht et al., 2015).

Dies bestätigt, dass Mädchen (sowie auch Knaben) sich gerne sportlich betätigen und mehrere Sportarten ausprobieren möchten.

Bisher beschriebene Erkenntnisse decken sich mit den von der Aufsatzstudie *Girls in Sport*<sup>14</sup> identifizierten Wünschen von Teilnehmerinnen von Sportcamps bzgl. der Organisation des Sports und der Kultur im Sport (siehe Inhalt in Kapitel «Good practice – Bestehende Projekte der Mädchenförderung»). Diverse Wünsche an Raum-, Angebots- und Zeitgestaltung wurden festgehalten. Die Angebotsstruktur sollte möglichst vielfältig sein, sich nicht auf einen engen Sportartenbegriff einschränken und das Ausprobieren von Sportaktivitäten ermöglichen. Neben der Bewegung sollten auch andere Aktivitäten stattfinden. Schöne und funktionale Sporträumlichkeiten, welche auch Austausch und Erholung ermöglichen, sind einladend. Weitere zentrale Elemente sind die Nähe des Sportangebotes zum Wohnort und fixe Zeiten (auch am Wochenende möglich). Des Weiteren wünschen sich die Mädchen kompetente und vertrauensvolle Leitende, welche ohne Leistungsdruck und mit Freude vermitteln, loben und konstruktive Kritik üben. Die Möglichkeit, mit aber auch ohne Knaben Sport zu treiben, ist wichtig. Dabei ist jedoch entscheidend, «dass im gemischtgeschlechtlichen Setting genderstereotype Vorstellungen keine Rolle spielen» (S.4), wofür auch die Leitenden die Verantwortung tragen. Die weiblichen Peers spielen ebenfalls eine Rolle. Am liebsten wird mit den Freundinnen Sport getrieben. Gemeinsam aktiv sein und sportliches Engagement miteinander teilen stehen weiter im Fokus. Auch die bereits angesprochene Leistung wird erwähnt, die Mädchen wünschen sich ohne Zwang und mit der Möglichkeit, das eigene Können zu zeigen, Leistung zu erbringen. Oftmals erleben die Mädchen die Erbringung von Leistung jedoch als Einbahnstrasse zu sozialen Hierarchien, was nicht in ihrem Sinne ist. Vielmehr sollte die Leistungserbringung die eigene Entwicklung im Sport voranbringen und eine Chance sein, sich eigene Ziele zu stecken und sich sportlich wirksam zu erleben (Gramespacher, 2016; Gramespacher & Weigelt-Schlesinger, 2019). Fischer, Lamprecht & Stamm (2012) konstatieren, dass Mädchen mit zunehmendem Alter gerne mit Freundinnen ungebunden, selbst organisiert oder alleine Sport treiben.

Mädchen wünschen sich niederschwellige Angebote<sup>15</sup>. Niederschwelligkeit ist im Rahmen sämtlicher Angebote für unterrepräsentierte Zielgruppen von Wichtigkeit, um den Zugang zu erleichtern (Braun & Finke, 2010). Gerade auch im Zusammenhang mit Mädchen und Frauen mit Migrationshintergrund ist diese Art von Angeboten zu fördern (Adler Zwahlen et al., 2018). Angebote sollten weiter in einem schul- oder wohnortnahen Umfeld stattfinden, Erprobungsphasen ermöglichen, über die reine Aktivität hinausgehen und die Leistungserbringung zulassen, ohne Druck auszuüben oder den Wettkampf

<sup>14</sup> Teilnehmerinnen der drei Camps *Laureus Girls in Sport 2012* wurden in den drei Sprachregionen der Schweiz dazu befragt, wie ihr Sportengagement und –interesse aussieht, was sie an Sportvereinen oder anderen organisierten Sportinstanzen interessiert und welche Wünsche und Vorstellungen sie diesbezüglich hegen (Gramespacher & Weigelt-Schlesinger, 2019).

<sup>15</sup> Sprich u.a. kostenfreie oder -günstige, unverbindliche Angebote, für welche es keine Mitgliedschaft oder sportliche Voraussetzungen bedarf.

daran zu koppeln. Es sollte bereits früh eine möglichst breite Palette an Sportaktivitäten ausprobiert werden können, um eine optimale Passung zwischen Mädchen resp. Kind und Sport zu finden und die Chance auf eine Aufrechterhaltung dieser Aktivität möglichst zu erhöhen.

Die Orientierung an den Sportmotiven, -wünschen und -präferenzen von Mädchen kommt der Gestaltung und Organisation eines «mädchengerechten Sportes» zugute (vgl. Lamprecht et al., 2015).

Unterschiedliche Motive und Präferenzen sind jedoch nicht per se mit einem geschlechtergetrennten Sportangebot gleichzusetzen. Im obligatorischen Schulsport wird seit den 90er Jahren das Konzept der *Reflexiven Koedukation* kontrovers diskutiert. In Hinsicht auf die künftige Inszenierung von Sportangeboten erfolgt deshalb ein Exkurs zu diesem Thema.

## Exkurs Reflexive Koedukation

Ob der Schulsport geschlechtergetrennt organisiert werden sollte, ist eine umstrittene Frage. Im geschlechtergetrennten Vereinssport stellt sich diese Frage oftmals erst gar nicht, da aufgrund des geschlechtergetrennten Wettkampfsystems Mädchen und Knaben nicht beliebig zusammen Sport treiben können. Es ist jedoch zentral, die Grundidee des Konzepts der Reflexiven Koedukation auch im Vereinskontext mitzudenken und wo möglich mit ein zu bringen. Das Konzept der reflexiven Koedukation (Faulstich-Wieland, 1991) besagt, dass alle Schüler und Schülerinnen (SuS) die gleichen Entwicklungspotentiale haben und diese im Unterricht möglichst umfassend gefördert werden sollen. Dies soll durch das Eröffnen verschiedener Erfahrungsräume passieren, indem im Laufe des Schuljahres die Geschlechterkonstellationen variiert werden. Die Inhalte und Ziele werden dabei sportlich verfolgt sowie die SuS aktiv zur Reflexion gebeten. Die Vorteile von getrennt geschlechtlichem und koedukativem Unterricht sollen dabei ausgeschöpft werden, um durch das Erlebnis und die Reflexion eine bleibende Erfahrung und ein Bewusstsein für die Thematik bei den SuS zu kreieren.

Gerade im Schulsport ist die Reflexive Koedukation evident. Obschon sich dieser Bericht nicht auf den obligatorischen Schulsport bezieht, bleibt das Thema wichtig und diskussionswürdig, um den Mädchen und ihrem Sporttreiben gerecht zu werden.

Die Entscheidung, wie die Geschlechterkonstellation aussehen soll, hängt von der Zielsetzung des Unterrichts ab: Geht es um das «Empowerment» der Mädchen, sprich um die Stärkung von Selbstvertrauen, Durchsetzungsvermögen, sportlichen Kompetenzen und deren positiven Wahrnehmung, dann bieten sich exklusive Mädchen-Sequenzen oder -Lektionen an. Es können Themen behandelt werden, die im Gegensatz zu den gängigen Sozialisationsbedingungen stehen. Die Entwicklung eigener Sportinteressen und die damit verbundene Einstellung, sich nicht von geschlechterstereotypen Vorstellungen begrenzen zu lassen, stehen dabei im Fokus. Es können Sportarten ausprobiert werden, die männlich assoziiert werden ohne dabei die Erfahrung zu machen, dass sich Knaben in dieser Sportart kompetenter fühlen oder wahrnehmen. Durch die Erweiterung des Sportverhaltens kann das Selbstvertrauen gestärkt werden. Damit geschlechterstereotype Vorstellungen überwunden werden können ist es wichtig, dass die Mädchen alle möglichen Bewegungen, Sportarten und Spiele ohne Beachtung geschlechterstereotyper Barrieren erproben können, um herauszufinden, was ihnen am besten gefällt. Geht es darum, soziales Lernen zu begünstigen, miteinander und voneinander zu lernen, dann ist ein gemeinsames Sporttreiben der Geschlechter zu wählen. Fazit: Die sportlichen Fähigkeiten und Kompetenzen der Mädchen sollen gefördert und Erprobungsraum geöffnet werden. Sie sollen sich selbst als kompetent erleben, Zugang zu Sportarten und Bewegungsmöglichkeiten erhalten, die aus geschlechterstereotyper Sicht nicht für Mädchen vorhergesehen sind, «ihre weibliche Identität über die Grenzen der herkömmlichen Weiblichkeitsbilder hinaus ausweiten» (S.6) und ein positives Körperbild und eine selbstbewusste Identität entwickeln (Gramespacher, Weigelt-Schlesinger & Meier, 2016).

Gramespacher & Fetz (2009) kritisieren, in Anlehnung an die koedukative Reflexion, die Ausschliesslichkeit von geschlechtshomogenen Räumen als Erfahrungsraum für Mädchen. Der Rahmen der Mädchenarbeit sollte dabei flexibler werden. Sie nennen erweiterte Qualitätskriterien, welche die Ausgestaltung von mädchenspezifischen Angeboten im Sport beschreiben sollen:

- Neue Erfahrungen werden durch ein vielfältiges Angebot an Bewegungs- und Sportaktivitäten gefördert und eine einseitige Festlegung vermieden.
- Durch das Angebot von mädchenuntypischen Sportarten (bzw. alternativen Bewegungsqualitäten wie Kraft und Wettkampf in Ergänzung zu Ästhetik und Kooperation) werden traditionelle Geschlechterstereotypen aufgebrochen.
- Bei der Konzeption und Umsetzung von Bewegungs- und Sportangeboten ist die Selbstbestimmung und –tätigkeit der Mädchen gefragt.
- Sportangebote sollten das Alter, die Sportbiografien und den kulturellen Hintergrund der Mädchen und jungen Frauen berücksichtigen, um optimale Erfahrungsräume bieten zu können.

## 2.6 Sportsetting

Sportvereine, Angebote des Freiwilligen Schulsports und von privaten, kommerziellen Fitness- und Sportanbietern<sup>16</sup> sind diejenigen Settings, welche von Kindern und Jugendlichen am häufigsten und regelmässigen zum Sporttreiben genutzt werden (Nobis & El-Kayed, 2019).

Die Sportsettings gewinnen und verlieren mit dem Alter unterschiedlich an Bedeutung: Bei den 10-14-Jährigen üben 60% mindestens einmal in der Woche im Verein Sport aus. Der Verein nimmt daher eine Schlüsselrolle in der regelmässigen Sportaktivität der Kinder und Jugendlichen ein. Ein anderer Teil des regelmässigen Bewegens findet mit Freunden, Eltern oder alleine statt.<sup>17</sup> Bezüglich des unregelmässigen Sporttreibens und sportliche Aktivitäten im weiteren Sinne gewinnt dieses Setting an Beliebtheit. Diese Aktivitäten finden u.a. im schulischen Kontext, in den Ferien oder Lagern statt. Nichtsportler betätigen sich meist in einer ungebundenen Form und/oder in von der Schule organisierten Aktivitäten.<sup>18</sup> Knaben sind in den Sportvereinen stärker vertreten als Mädchen (70% zu 53%). Mit zunehmendem Alter verlieren Schule und Verein an Bedeutung. Allerdings betreibt immer noch fast 43% der Jugendlichen von 15-19 Jahren mindestens einmal pro Woche Sport im Verein, 17 Prozent haben ein Fitnesscenter-Abonnement und fast die Hälfte betreibt mindestens einmal in der Woche ungebunden Sport. Auch in diesem Alter sind die Frauen in den Vereinen weniger vertreten (Lamprecht et al., 2015; vgl. auch Nobis & El-Kayed, 2019).

Ambivalente Befunde ergeben sich um die Frage, ob Frauen eher informellen und selbstorganisiert Sport treiben, d.h. ausserhalb von Sportorganisationen. Dies kann z.B. Joggen mit Freunden oder Skaten im öffentlichen Skater Park sein. Einige bestätigen, dass Mädchen genau gleich informell aktiv sind wie Knaben. Andere legen nahe, dass sie in der Freizeit seltener informell Sport treiben und wenn, dann weniger intensiv (Mutz, 2012). Konkretere, insbesondere geschlechtsspezifische Aussagen zum informellen Sporttreiben zu machen gestaltet sich aufgrund einer unzureichenden Datenlage schwierig. Erkenntnisse aus dem Kinder- und Jugendbericht 2008 weisen darauf hin, dass über die Hälfte der 10-14-Jährigen mehrmals wöchentlich im oder rund ums Haus, auf offiziellen Sportanlagen sowie auf Schulhausarealen und Pausenplätzen aktiv sind. Einige nutzen ebenfalls Bäder und Eisfelder, Berge und Wälder, jedoch seltener. Wenige nutzen auch Rollsport-, Inline- und Skateranlagen. Bei den Jugendlichen von 15-19 Jahren werden wiederum Turn- und Sporthallen am stärksten genutzt. Bäder, Bergbahnen, Velowege sowie Fussball- und andere Sportplätze sind ebenfalls zentrale Stätten des Sports (Lamprecht et al., 2008).

Der **Freiwillige Schulsport** (FS) versteht sich als Brücke zwischen dem obligatorischen Sport und dem freiwilligen Vereinssport. Für Mädchen und junge Frauen, insbesondere mit

<sup>16</sup> Kommerzielle Sportanbieter beziehen sich grösstenteils auf gewinnorientierte Fitness-Clubs. Die Kunden zahlen einen Beitrag, um den Zugang zu erlangen (Nobis & El-Kayed, 2019).

<sup>17</sup> Gemäss Lamprecht und Kollegen (2015) betreiben 27% der 10-14-jährigen Jugendlichen regelmässig mit Freund/-innen Sport, 10% mit den Eltern und 15% alleine. Im Hinblick auf sportliche Aktivitäten im weiteren Sinne werden diese Anteile grösser.

<sup>18</sup> Es gilt zu beachten, dass die Nichtsportler/-innen nicht komplett inaktiv sind. Gelegentliche Aktivitäten wie Schwimmen, Ski- oder Radfahren usw. werden von den Jugendlichen betrieben, jedoch nicht in einer Häufigkeit oder Intensität, welche sie als Sport treiben bezeichnen würden (Lamprecht et al., 2015).

Migrationshintergrund und für Inaktive stellt er eine niederschwellige Möglichkeit dar, einen Zugang zum Sport zu finden. Die Besonderheit am FS ist, dass es keine grossen Geschlechts- und Nationalitätsunterschiede gibt: Jugendliche mit MH nehmen etwas mehr an FS-Angeboten teil als Schweizer Jugendliche, Mädchen mit MH gleich viel wie Knaben mit MH. Der FS gilt nicht «nur» als ein zusätzliches Angebot für die sportlich bereits Aktiven. Die Angebote des FS werden mehr von denjenigen genutzt, welche sich ansonsten weniger bewegen, weniger sportlich aktiv und kein Mitglied in einem Verein sind (Lamprecht et al., 2015). Das Einkommen und die Bildung der Eltern spielen für die Teilnahme keine Rolle (Nobis & El-Kayed, 2019). Viele Jugendliche, gerade solche welchen der Zugang zum Sport schwerer fällt, lassen sich vom FS (sowie auch vom obligatorischen Schulsport) zum Sporttreiben animieren.

An dieser Stelle sollten auch **Stiftungen und (inter-)kulturelle Vereine** erwähnt werden, welche Bewegungs- und Sportangebote anbieten. Zwar steht bei diesen Organisationen, welche i.d.R. freigiebigere Mitgliedschaftsbedingungen<sup>19</sup> als Sportvereine haben, der sportbezogene Vereinszweck nicht im Vordergrund. Allerdings gelingt es ihnen, Mädchen durch solche Angebote zu Bewegung zu motivieren und somit im Sport zu fördern.

Bei Kindern und Jugendlichen sind **Sportvereine** die beliebteste Freiwilligenorganisation, welche in der Schweiz Sport anbietet (Freitag, Manatschal, Ackermann & Ackermann, 2016). Dadurch, dass sie eine grosse Anzahl an Kindern und Jugendlichen anziehen, besitzen Sportvereine das Potenzial, die soziale Integration im Sport zu fördern, besonders für Menschen mit Migrationshintergrund (Baur & Braun, 2003).

Innerhalb von Jugend+Sport spielen Sportvereine ebenfalls eine bedeutende Rolle. Denn in Sportvereinen nehmen am meisten Kinder und Jugendlichen an J+S-Angeboten teil (siehe Kapitel «Teilnehmende / Teilnahmen bei J+S-Sportangeboten»). Nachfolgend steht besonders dieses Setting im Zentrum.

## 2.6.1 Sportvereinszugehörigkeit

Der Eintritt in den Verein geschieht früh, mit der Tendenz, in einem immer jüngeren Alter zu erfolgen. Rund 50% der Ersteintritte passieren von 6 bis 8 Jahren, ein Viertel bereits im Alter von höchstens 5 Jahren (Lamprecht et al., 2015). Ergebnisse des Schweizerischen Haushaltpanels sprechen sogar vom stärksten Anstieg in der Partizipation im Sportverein zwischen 5 und 6 Jahren, analog zum Eintritt in das Schulsystem. Die Eintritte steigen bis 10-jährig weiter an (Zimmermann-Sloutskis & Zimmermann, 2007). Die Knaben treten noch etwas früher in den Verein ein als die Mädchen (6.8 vs. 7.2 Jahre) (Lamprecht et al., 2015).

Der **Einstieg** in den Vereinssport erfolgt bei Mädchen häufig über Turn-, Tanz-, oder Schwimmvereine, bei Knaben geschieht der Einstieg häufiger über Fussballvereine. Letzteres ist vor allem bei Kindern mit Migrationshintergrund der Fall. Turn- resp. Fussballvereine sind generell die populärsten Vereine für Mädchen resp. Knaben (Lamprecht et al., 2015).

Der Einfluss der Sportvereinszugehörigkeit auf das Erfüllen der Bewegungsempfehlungen wird bei Kindern ab 10 Jahren deutlich: Der Anstieg der Anzahl Kinder, welche die Bewegungsempfehlungen nicht erfüllen, geschieht bei den Kindern, die nicht in einem Sportverein sind, früher (Bringolf-Isler et al., 2016).

Mit Blick auf **Faktoren**, die bei der Vereinszugehörigkeit bedeutsam sind, spielen analog zur allgemeinen Bewegungsaktivität (siehe Kapitel «Ausmass der Bewegungs- und Sportaktivität») der **Wohnort** sowie das **Elternhaus** eine Rolle. Auf dem Land oder in der Agglomeration lebende Kinder

---

<sup>19</sup> Um eine schnelle und unkomplizierte Teilnahme zu ermöglichen, werden organisatorische Angelegenheiten aufs Nötigste reduziert, Kosten und Beitragszahlungen sind niedrig, kostenlose Kinderbetreuung kann vorhanden sein. Freigiebiger können auch die Erwartung an die regelmässige Teilnahme oder die erwartete Freiwilligenarbeit sein. Durch diese Niederschwelligkeit entdecken die Teilnehmerinnen weitere Angebote und Programme und erleben wenig Barrieren (Broggi, 2014).

betreiben anteilmässig mehr Sport im Verein als Stadtkinder. Kinder, welche einen tieferen Schulabschluss oder Eltern mit tiefer Bildung und Einkommen haben, sind weniger häufig in Vereinen zu finden. Für die Partizipation bei Angeboten des Freiwilligen Schulsportes sowie von kommerziellen Anbietern sind sozioökonomische Faktoren bedeutend weniger ausschlaggebend (Lamprecht et al., 2015; Nobis & El-Kayed, 2019). Die Wahrscheinlichkeit ist sehr gross, dass Kinder und Jugendliche Vereinssport treiben, wenn mindestens eines ihrer Elternteile ebenfalls im Verein aktiv ist. Wenn die Eltern Nichtsportler sind, sind die Mädchen und jungen Frauen im Vergleich zu den Knaben und jungen Männern besonders betroffen. 43% von ihnen sind im Sportverein aktiv, im Vergleich zu 63% der Knaben von Nichtsportlern. Auch sind weniger Mädchen als Knaben Vereinsmitglieder, wenn Eltern Sport im Verein (70% ♀ vs. 87% ♂) oder ausserhalb des Vereins Sport treiben (54%♀ vs. 70%♂) (Lamprecht et al., 2015).

Vereinsgebundenes Sporttreiben lässt sich gemäss Burrmann teilweise auf ungleiche elterliche Anregungen und Unterstützungsleistungen (Interesse am Sport, Sport als Familienthema und praktische Unterstützung) zurückzuführen. Diese Wichtigkeit dürfte mit dem Alter schwinden und die ausserfamiliären Faktoren an Bedeutung gewinnen. Da die «Sportkultur» durch die Eltern weitergegeben wird, erhöht die Vereinszugehörigkeit beider Elternteile die Wahrscheinlichkeit des Sporttreibens der Kinder im Verein. Väter fungieren auch beim Sporttreiben im Verein eher als Vorbild für ihre Söhne und Mädchen sind eher im Sportverein, wenn ihre Mütter dies auch sind/waren. Bei Mädchen scheint dieser Zusammenhang zwischen den Eltern und den Kindern ausgeprägter zu sein als bei Knaben (2005; vgl. auch Zimmermann et al., 2009).

Als **Gründe für den Vereinssport** nennen Mädchen und Knaben die Sportart selbst, die Trainings sowie die Freunde und Kollegen, welche die gleiche Sportart ausführen oder im selben Verein aktiv sind. Die Wettkämpfe und Trainer werden bedeutend weniger erwähnt. Bei den männlichen und weiblichen Jugendlichen nimmt das Geselligkeitsmotiv mit zunehmendem Alter an Bedeutung zu (Lamprecht et al., 2015).

Der Vereinssport kann die **Entwicklung** der Kinder und Jugendlichen unterschiedlich prägen: Erfolgreiche Jugendliche fühlen sich gut, erleben den Sport positiv, entwickeln ein positives Selbstkonzept und gleichzeitig eine Bindung an den Sportverein. Sie bleiben auch länger im Verein als weniger erfolgreiche Jugendliche. Der Anspruch auf Leistung kann bei weniger talentierten oder motivierten Jugendlichen gerade das Gegenteil bewirken und zu einem weniger ausgeprägten körperlichen Selbstkonzept und zu Dropout führen. Nicht-Vereinssportlern und Dropouts missfällt der Leistungsanspruch der Vereine, welcher oftmals in einem verzerrt hohen Mass wahrgenommen wird (Steffen, 2011).

**Sportförderprogramme und -organisationen** sollten gemäss Aaron et al. (2002) verschiedene Aktivitäten für junge Kinder und für jedes Niveau anbieten. Dadurch kann sichergestellt werden, dass diese eine Aktivität finden, welche sie gerne machen, die ihren Fähigkeiten entspricht und in der sie erfolgreich sind. Im Erwachsenenalter wird die Zeit und die Möglichkeit verschiedene Aktivitäten zu betreiben knapper. Zufriedenstellende Aktivitäten werden trotzdem noch ausgeübt. Wenn diese Breite an Möglichkeiten nicht gegeben ist, kann es sein, dass die Kinder und Jugendliche aus einer nicht zufriedenstellenden Aktivität ausscheiden und in die Inaktivität fallen.

## 2.6.2 Dropout

Unter **Dropout** wird in diesem Bericht der Ausstieg resp. die Nicht-mehr-Teilnahme an einem Sportprogramm verstanden, in welchem man sportlich aktiv war (vgl. Hoffmann, 2008). Wie bereits im Kapitel «Ausmass der Bewegungs- und Sportaktivität» diskutiert, nimmt die Sportaktivität unabhängig vom Geschlecht ab dem 14. Lebensjahr kontinuierlich ab. Auch der **Ausstieg** von Mädchen und Knaben aus dem Vereinssport erfolgt kontinuierlich. Bei den 10-14-Jährigen sind noch 63% Vereinsmitglieder, bei den 15-19-Jährigen sind es nur noch 43%. Der grösste Rückgang zeigt sich zwischen dem 16. und 17. Lebensjahr. In diese Zeit fällt meistens das Ende der obligatorischen Schulzeit (Lamprecht et al., 2015).

Bei Mädchen und jungen Frauen ist der Rückgang dabei akzentuierter als bei den Knaben und jungen Männern. Im Vereinssport sind junge Frauen in jedem Alter weniger vertreten als junge Männer. Ab

dem 14. bis zum 18. Lebensjahr nehmen die Unterschiede zwischen den Geschlechtern zu, da die jungen Frauen früher aus dem Sport aussteigen. Nach dem 12. Lebensjahr der jungen Frauen verläuft der Ausstieg kontinuierlich, bei den 19-Jährigen nimmt die Mitgliedschaft wieder etwas zu (Lamprecht et al., 2015).

Für den Vereinsaustritt wird oftmals eine Kombination von **Gründen** angegeben. Einige nennen die gesteigerten Anforderungen in der Schule und im Sport oder die Mehrbelastung durch den beruflichen Einstieg bzw. Schule/Studium. Einerseits beeinflussen Trainer resp. deren Kompetenz und sozialen Fähigkeiten die Trainingsgestaltung und somit auch das Wohlbefinden der Kinder und Jugendlichen. Andererseits prägen Peers das Sportverhalten, insofern Gleichaltrige / Gleichgesinnte das gemeinsame Sporttreiben begünstigen, wenn die Beziehungen untereinander als positiv empfunden werden. Weiter können Konflikte innerhalb einer Mannschaft, Ausgrenzung, Änderungen oder Interessenkonflikte des Sport- oder Freizeitinteresses, der Wechsel des Freundeskreises, gesundheitliche Einschränkungen, mangelnde Freude/Unterhaltung sowie Leistungsvergleiche oder –druck zu einem Dropout führen. Je nach Alter der Kinder und Jugendlichen haben unterschiedliche Faktoren einen unterschiedlichen Einfluss auf ihren Dropout (Lamprecht et al. 2015; Steffen, 2011). Die Wahrnehmung der eigenen Fähigkeiten und ein daraus resultierendes Dropout kann nicht klar einem Geschlecht zugeordnet werden: Im Prinzip verbleiben Kinder und Jugendliche, die sich als athletischer wahrnehmen und/oder am Sport aus intrinsischen Gründen (Freude am Sport, eigene Fähigkeiten verbessern) teilnehmen, eher im Sport (Hoffmann, 2009; Molinero, Salguero, Tuero, Alvarez & Marquéz, 2006).

Der **Vereinswechsel** hat über die letzten zehn Jahre zugenommen. Während bei den 10-14-Jährigen die Vereinsaustritte auf einen Vereinswechsel zurück zu führen sind, ist der Austritt bei den 15-19-Jährigen oftmals ein Abschied vom Vereinssport. Knaben und junge Männer wechseln häufiger den Verein als dies Mädchen und junge Frauen tun (Lamprecht et al., 2015).

Die Austritte aus dem Sportverein oder –programm können auch mit dem **Angebot** zusammenhängen. Beim Übergang vom Jugendsport zur Nachwuchsförderung haben Kinder und Jugendliche häufig Mühe einen eigenen Platz im Vereinsgefüge zu finden und sich zu behaupten; insbesondere, wenn sie nicht zu den Leistungsstarken gehören. Überbetonung von Leistung und Gewinnen, kein Einsatz bei Wettkämpfen sowie Fehlen von Erfolg können zu Schwierigkeiten führen (Hoffmann, 2009). Auch kann die mangelnde Ausrichtung der Angebote an Interessen von Kindern und Jugendlichen, insbesondere von Mädchen, ein Grund zum Ausstieg sein: Die oftmals von Wettbewerb geprägten Vereine bieten nicht viel Platz für Jugendliche, welche nicht an Wettkämpfen interessiert sind und den Sport trotzdem ausüben möchten. Besonders für Mädchen müssen Sportarten und –formen durch Vereine angeboten werden, welche für weibliche Teilnehmerinnen attraktiv sind. Zudem müssen diese pädagogisch geschlechtsbezogen umgesetzt werden (Hoffmann, 2009; Steffen, 2011).

Im deutschen Kinder- und Jugendsportbericht wird aus sozialisationstheoretischer Sicht erklärt, dass Mädchen und junge Frauen eher beziehungs- als konkurrenzorientiert erzogen werden. Folglich binden sie sich weniger an den Sportverein, da eine Sportvereinspartizipation häufig mit Leistungsansprüchen, Konkurrenzorientierung und systematischem Training einhergeht. Somit kann es zu Widersprüchen in der Passung zwischen Werten und Normen im Verein sowie denjenigen, die an Mädchen ausserhalb des Sports herangetragen werden, kommen. Weiter wird argumentiert, dass sich Mädchen eher dem kommerziellen Sport zuwenden. Denn dieser erfüllt die zentralen Sportmotive von Mädchen wie Spass, Geselligkeit, Wohlbefinden, Körpererfahrung und Gesundheit eher (Bös, Brandl-Bredenbeck, Bünemann, Brettschneider & Burrmann, 2008; zu Sporttypen vgl. Steffen, 2011).

Fast die Hälfte der Kinder und Jugendlichen könnten sich vorstellen, wieder in einen Verein einzusteigen. Dazu bräuchten sie ein passendes und flexibles Angebot und Unterstützung durch andere Personen (Motivation von aussen) (Lamprecht et al., 2015).

## 2.7 Sportlich-inaktive Mädchen und junge Frauen

Im Jahr 2014 belief sich die Zahl der sportlich-inaktiven<sup>20</sup> Kinder und Jugendlichen gemäss Kinder- und Jugendbericht auf 14 Prozent bei den 10-14-Jährigen und 20 Prozent bei den 15-19-Jährigen (Lamprecht et al., 2015). Auch bei jüngeren Kindern nimmt der Anteil Aktive schon im Verlaufe der Primarschulzeit ab.

Gemäss SOPHYA-Studie sinkt der Anteil Nichtsportlerinnen ab 9 Jahren bis zu 12 Jahren (Bringolf-Isler et al., 2016). Der Kinder- und Jugendbericht hingegen berichtet über eine kontinuierliche Zunahme des Anteils Nichtsportlerinnen zwischen dem 10. und 19. Lebensjahr (Lamprecht et al., 2015), in den jüngeren Jahren stärker als nach dem 15. Lebensjahr. Bei den Knaben und jungen Männern ist der Anteil Nichtsportler bis 15 Jahre tief, nach der obligatorischen Schulzeit steigt er besonders bei den Berufsschülern an. Von 12-19 Jahren liegt der Anteil der Nichtsportlerinnen immer um circa 5 bis 10 Prozentpunkte höher als bei den Nichtsportlern. Danach gleichen sich die Anteile wieder an (Lamprecht et al., 2015).

Die Gründe dafür sehen die Jugendlichen in der fehlenden Zeit, bei zu viel Arbeit und Stress in der Schule, in anderen Hobbies und Lust- und Spasslosigkeit am Sport. Sehr viele haben jedoch früher einmal Sport getrieben und eher gute Erfahrungen dabei gemacht (Lamprecht et al., 2015).

Besonders häufig sind Mädchen sowie Kinder und Jugendliche mit Migrationshintergrund unter den Nichtsportlern vertreten (Bringolf-Isler et al., 2016). Diesen gilt es besondere Aufmerksamkeit zu schenken.

### 2.7.1 Mädchen und junge Frauen mit Migrationshintergrund (MH)

Hinsichtlich des Ausmass des **Sport- und Bewegungsverhaltens** indizieren aktuelle Kennzahlen und Studien, dass sich Mädchen und junge Frauen mit MH weniger bewegen als einheimische Mädchen und junge Frauen. Kinder und Jugendliche mit MH, insbesondere Migrantinnen sind im Schweizer Sport ebenfalls unterrepräsentiert.

Allerdings spielt das *Herkunftsland* eine Rolle: Süd- und Südosteuropäerinnen sind unterdurchschnittlich aktiv. Bei jungen Frauen aus dem Balkan, der Türkei und Osteuropa fällt eine grosse Diskrepanz zwischen sehr Aktiven und Inaktiven auf (Lamprecht et al., 2015; vgl. auch Fischer et al., 2010).

**Sport- und Bewegungsverhalten und Alter:** Mädchen mit MH zwischen *6-11 Jahren* treiben drei Mal weniger Sport als Schweizer Mädchen (Bringolf-Isler et al., 2016). Bei den *10-14-jährigen* Kindern und Jugendlichen fällt besonders der Anteil Nichtsportlerinnen und Nichtsportler auf (29% Non-CH vs. 13% CH). Schaut man sich hier das Geschlecht an, wird der Unterschied deutlich: 25% der Mädchen und jungen Frauen mit MH treiben keinen Sport, im Vergleich dazu sind es bei den Schweizerinnen 13%. Mädchen mit MH weisen eine tiefere durchschnittliche Bewegungszeit als Knaben mit MH an einem Schultag und am Wochenende auf (Lamprecht et al., 2015).

Mädchen mit MH sind folglich, im Vergleich zu Schweizer Mädchen und Knaben aber auch Knaben mit MH, deutlich weniger aktiv. Mit dem Alter der Mädchen und jungen Frauen nehmen diese Unterschiede zu (Lamprecht et al., 2015). Die Vertiefungsanalyse zur Migrationsbevölkerung spricht von jedem dritten Migrantinnenmädchen, welches ausserhalb der Schule keinen Sport macht, nicht einmal in Form von sportlichen Alltagsaktivitäten. Der Anteil sportlich Inaktiver sei daher zweieinhalb Mal höher als bei Schweizer Mädchen und Knaben sowie Knaben mit MH (Fischer et al., 2010).

Bei den *älteren Jugendlichen (15-19 Jahre)* scheint sich der Unterschied zwischen der Schweizer und der Migrationsbevölkerung zu minimieren. Dies kommt jedoch aufgrund eines Geschlechtereffektes zu Stande: Die sportliche Entwicklung von Mädchen mit MH verläuft anders als die der Knaben mit

---

<sup>20</sup> Inaktiv bedeutet in diesem Falle, dass kein Sport ausserhalb des obligatorischen Schulsportes ausgeübt wird. Seit 2008 ist dieser Anteil leicht gestiegen.

MH. Junge Männer mit MH gleichen sich den Schweizer Knaben an und betreiben genauso viel Sport. Bei den jungen Frauen mit MH sind 42 Prozent der 15-19-Jährigen sportlich inaktiv (vs. 21% CH) und nur 11% bewegen sich über 7 Stunden in der Woche (vs. 26% CH). Jugendliche Migrantinnen erfüllen seltener die altersgemässen Bewegungsempfehlungen als jugendliche Migranten (23% vs. 36%) und Jugendliche mit MH seltener als Schweizer Jugendliche (30% vs. 46%) (Lamprecht et al., 2015).

Allerdings gleicht sich die Sportaktivität von Migrantinnen mit zunehmender Aufenthaltsdauer und Integration den Schweizer Mädchen und Frauen an (Bringolf-Isler et al., 2016; Lamprecht et al., 2015, zur Integration im Sport: Adler Zwahlen, Schlesinger & Nagel, 2019).

Mit Blick auf **Sportmotive** verbinden Migrantinnen, im Vergleich zu Schweizerinnen, Sport selten mit Entspannung. Inaktive Migrantinnen denken zudem weniger an Freude, Spass, Kameradschaft, Körpergefühl und Leistung und etwas mehr an Verletzungen.

Für Inaktivität werden dieselben Gründe genannt, welche Schweizer Nichtsportlerinnen auch angeben. Im Kinder- und Jugendbericht (Lamprecht et al., 2015) gaben 57% der inaktiven Migrantinnen an, dass sie wieder mit Sport beginnen möchten, jedoch aus zeitlichen und finanziellen Gründen daran gehindert sind.

Die am weitesten verbreiteten **Sportarten** bei Schweizer und ausländischen Kindern sind Fussball und Schwimmen sowie auch Radfahren und Turnen/Gymnastik. Die Letzteren bevorzugen danach Kampfsportarten, Skifahren, Tanzen und Basketball. Gerade Kampfsportarten und Basketball sind bei der Migrationsbevölkerung beliebter als bei den Schweizer Kindern.

Was Bewegungsaktivitäten betrifft, nicht Sport im engeren Sinne, sind bei den Mädchen mit MH Schwimmen, Radfahren, Fussball, Skifahren und Jogging sehr populär. Gefragt nach den eigenen Sportfertigkeiten ergaben sich keine grösseren Unterschiede zwischen Kindern mit oder ohne MH und auch nicht zwischen den Geschlechtern (Fischer et al., 2010).

Hinsichtlich **Einflussfaktoren** auf die Teilnahme der Mädchen mit MH am Sport, widerspiegelt auch bei Migranten und Migrantinnen der **Wohnorteffekt** regionale Unterschiede: In der Deutschschweiz bewegt sich die Migrationsbevölkerung mehr als in der Romandie oder in der italienischsprachigen Schweiz. Ähnliche Effekte spiegeln sich bei der **Bildung** wieder: Je höher die Bildung der Migrantinnen und Migranten, desto höher ihre Sportaktivität (Fischer et al., 2010).

Bewegungserfahrungen, sportvereinspezifische Kenntnisse und sportbezogene Erziehungsorientierungen können interkulturell variieren. Sie werden von den **Eltern**, welche in einem Sportverein sportlich aktiv waren oder sind, an ihre Kinder weitergegeben. Ihr Sportverhalten im Verein beeinflusst die Sportaktivität der Kinder (Adler Zwahlen et al., 2019).

Zur Bedeutung und Nutzung unterschiedlicher **Sportsettings** lässt sich sagen, dass der **Sportverein** auch bei den jugendlichen Migranten einer der beliebtesten Freiwilligenorganisationen in der Schweiz ist und die Mitgliedschaft in einem Sportverein eine erste Form von Integration im Sport darstellt. Besonders Migrantinnen aus Süd-, Ost- und Südosteuropa sowie Migrantinnen der ersten Generation sind in Sportvereinen unterrepräsentiert (Adler Zwahlen et al., 2019).

Ungefähr die Hälfte der Kinder mit MH in der Schweiz sind in einem Sportverein Mitglied (im Vergleich zu zwei Drittel der Schweizer Kinder). Zwischen den Geschlechtern besteht ein Unterschied: Gemäss Kinder- und Jugendbericht neuerem Datums sind ebenfalls *Mädchen* mit MH weniger häufig Vereinsmitglied (37%) als Schweizer Mädchen (ohne detaillierte Angaben) oder immigrierte Knaben (63%). Bei den immigrierten *Jugendlichen* sinkt diese Zahl: Auch hier sind junge Frauen mit MH entsprechend weniger häufig Mitglied in einem Sportverein (14%) als jugendliche Schweizerinnen (37%) und als jugendliche Migranten (45%).

Ungefähr drei Viertel der Sportvereine haben immigrierte Mitglieder und bei einem Drittel der Vereine machen die Migranten mehr als 10% aus (Lamprecht et al., 2015).

Im **freiwilligen Schulsport** besteht weder ein Geschlechtereffekt noch ein grosser Nationalitätsunterschied. «Jugendliche mit MH nehmen sogar etwas häufiger am freiwilligen Schulsport teil als Schweizer Jugendliche» (Lamprecht et al., 2015, S. 46). Gerade auch Mädchen und junge Frauen mit MH machen ebenso häufig beim freiwilligen Schulsport mit wie die Knaben und junge Männer mit MH (Lamprecht et al., 2015). Der freiwillige Schulsport scheint einige Stolpersteine des Sportengagements von Migrantinnen zu überwinden resp. ihre Bedürfnisse besser zu befriedigen. Die Schule als Pflichtinstitution erreicht sämtliche Mädchen und Knaben. Die Angebote

finden in der Schule oder im schulnahen Umfeld statt, einer Institution der die Eltern meist ihr Vertrauen schenken. Ebenso sind meist bereits bekannte Lehrpersonen in der Leiterfunktion tätig, die Angebote fallen kostengünstig aus, sind gut in der Tagesstruktur eingebaut und finden nicht spät abends statt. Weitere Ausführungen finden sich im Kapitel «Teilnehmende/Teilnahmen bei Angeboten des Freiwilligen Schulsports».

**Gründe:** Die Gründe für das geringe Sportengagement von Mädchen und Frauen mit MH sind sehr unterschiedlich. Migrantinnen sind nicht gleich Migrantinnen. Die Gruppe als solche (Herkunftsland, Religion, Bildung, Einkommen sowie Werte und Normen) ist äusserst heterogen.

Der **Zugang** zum und die **Teilhabe** am organisierten Sport ist für Migrantinnen oftmals eingeschränkt. Einige Studien erfassen verschiedene Zugangsbarrieren zum organisierten Vereinssport und konstatieren ungleiche Partizipationschancen der Migrantinnen. Intrapersonale (1.), Interpersonale (2.) sowie strukturelle Barrieren (3.) werden dabei unterschieden:

**1. Intrapersonale Barrieren** finden sich im Bildungsniveau, Alter, Religion, ökonomischer Status, im Gesundheitszustand oder in geschlechts-, religions- und herkunftsspezifischen Körper- und Bewegungspraxen und fehlenden Bewegungserfahrungen. Oftmals erklären sich die Studien, die diese Barrieren untersuchen, die geringe Frauenpartizipation in einer sozialen Ungleichheit resp. in ungleichen Voraussetzungen beim Zugang zu Sportangeboten (z.B. können herkunftsspezifische Sozialisationsbedingungen zu einem ungünstigen Sozial- oder Humankapital führen).

Ein grosser Teil der Migrationsbevölkerung weist einen *niedrigen sozioökonomischen Status* auf und hat dementsprechend ein ähnliches Problem wie Einheimische aus einem niedrigen Sozialmilieu: Es fehlen die Kenntnisse und Informationen über den Sport, dessen Organisationsformen und die Einsicht, welche Bedeutung der Sport für die Gesundheit und Entwicklung für ihre Kinder und Jugendlichen hat. Des Weiteren können auch die finanziellen Mittel eine Ursache darstellen (Kleindienst-Cachay, 2009).

In manchem Fall erschweren auch die *religiösen Werte und Normen* das Sporttreiben (vgl. auch Burrmann, Mutz & Zender, 2015; Mutz, 2009; Walseth & Fasting, 2003). Besonders die Werte und Normen, die für junge Musliminnen ab der Pubertät einsetzen und mit Sporttreiben nur schwer vereinbar sind: Trennung der Geschlechter, Beaufsichtigung der Töchter resp. sich unbeaufsichtigt im öffentlichen Raum zu bewegen, Gebot zur Körperverhüllung oder Verbot, den nackten Körper zu zeigen oder denjenigen anderer anzuschauen (Mutz, 2009). Des Weiteren werden junge Musliminnen stärker in die Hausarbeit oder Betreuung jüngerer Geschwister eingebunden und haben somit weniger freie Zeit für sportliche Betätigungen. Die Freizeit wird von den Eltern stärker überwacht, was Folgen für die Sportsozialisation und –beteiligung haben kann (Burrmann et al., 2015). Burrmann und Kollegen (2015) führen aus, dass man davon ausgehen kann, dass in Zuwanderergruppen traditionelle Geschlechterrollen stärker befürwortet werden und damit die Sportsozialisation der Kinder und Jugendlichen geschlechtsspezifischer ausfällt, als dies bei einheimischen Familien der Fall ist. Übliche Verhaltensweisen beim Sporttreiben entsprechen häufig nicht den Vorstellungen eines «anständigen Verhaltens» eines jungen Mädchens und kann zur Folge haben, dass Eltern als zentrale Sozialisationspersonen das Sportengagement verbieten (Kleindienst-Cachay, 2009). Die Distanz muslimischer Eltern gegenüber dem Vereinssport, welcher nicht der eigenen Kultur entspricht und Fremdheitsgefühle erzeugen kann, ist also hinderlich für den Beitritt der Mädchen in einen Verein, wenn Eltern wenig offen für Kompromisse sind (Kleindienst-Cachay, 2009). Gerade die Sportbegeisterung der Väter kann als Einstieg der Mädchen und jungen Frauen mit MH zum Sport möglich werden, auch wenn die Mütter diesem oftmals negativ gegenüberstehen (Burrmann et al., 2015; Kleindienst-Cachay, 2007).

**2. Interpersonale Barrieren** sind Interaktionen oder Beziehungen, welche Migranten von der Teilnahme am Sport abhalten oder die Teilhabemöglichkeit verringern. Hierzu zählen Stigmatisierung, Diskriminierung oder Ausgrenzung. Die Unterrepräsentanz von Mädchen und Frauen wird so erklärt, dass dies aus einem Zusammenspiel aus- und abgrenzender Mechanismen entsteht. Abgrenzungspraktiken können jedoch durch eine Angebotsstruktur, welche an die Bedürfnisse der Migrantinnen angepasst wird, sowie eine integrationsförderliche Kultur im Verein reduziert werden. Gezielte Fördermassnahmen wie bspw. Kinderbetreuung, Sprachkurse oder wenige Bekleidungs Vorschriften können eine positive Wirkung auf das Sportengagement von Migrantinnen haben (Adler Zwahlen, 2017).

**3. Strukturelle Barrieren** beziehen sich auf die Umgebung der Migrantinnen, die die Sportpartizipation fördern oder behindern. Diese können sich bspw. in Form von fehlenden, bedürfnisorientierten Sportangeboten, Wohnortferne oder fehlender Unterstützung beim Aufbau von interkulturellen Freundschaften ausdrücken (Adler Zwahlen, 2018).

Das **Sportengagement** kann für die Mädchen und jungen Frauen von **zentraler Bedeutung** sein. Es kann die Beziehung zum eigenen Körper und zur Sexualität, die Bildungs- und Berufslaufbahn, der Aufbau eines eigenständigen Freundeskreises sowie generell die Integration, sprich die Zufriedenheit im «fremden» Land zu leben, positiv beeinflussen.

Migrantinnen profitieren mehr durch ihr Sportengagement für ihre Integration als Migranten: Für Mädchen und Frauen mit MH, besonders Muslima, bedeutet ein dauerhaftes Sportengagement oder auch hohes Wettkampfsportengagement ein grosser Schritt in Richtung Modernisierung oder Neugestaltung der Geschlechterbilder und Integration in die hiesige Gesellschaft. Durch die Entscheidung, trotz Widerstand der Eltern weiterhin Sport zu treiben und sich für ein westliches Sportsystem zu entscheiden, wählen die Mädchen unbewusst ein anderes weibliches Rollenmodell, als das ihrer Familie (Burrmann et al., 2015).

Dies zieht nicht nur positive Auswirkungen auf die Frauen selbst, sondern auf die ganze Familie nach sich und beeinflusst insbesondere die Erziehung der übrigen Geschwister, das Bildungsverhalten sowie die Einstellung und Diskursbereitschaft der männlichen Familienmitglieder (Kleindienst-Cachay, 2007).

Gerade im Kindesalter Sport zu treiben ist für Migranten und Migrantinnen aus diesen Gründen entscheidend: Bewegung beugt einer späteren Bewegungsarmut und gesundheitlichen Beschwerden vor und verringert die Vereinsamung (Butterwegge, 2010). Zudem fördert es die Anschlussfähigkeit in einer Peergruppe und die ausserfamiliäre Sprachentwicklung im späteren Jugendalter (Allenbach, Herzig & Müller, 2010; Walseth & Strandbu, 2014; Wyssmüller & Fibbi, 2014). Schliesslich begünstigen (ausser-)sportliche Vereinstätigkeiten die frühe Sportsozialisation von Migrantinnen, was unter den oben beschriebenen Umständen evident ist (Lamprecht et al., 2015).

### **Empfehlungen für integrationsförderliche Sportangebote in der Literatur**

Sowohl der Sportverein, (freiwilliger) Schulsport, Jugendvereine oder kommerzieller Sport bieten unterschiedliche Vorzüge für Migranten. Adler Zwahlen (2018) betont das Potenzial von Sportvereinen, Migrantinnen noch besser zu erreichen. Denn Migrantinnen und Migranten treiben nicht nur in Sportvereinen Sport, sondern auch in anderen sozialen Vereinigungen mit niederschweligen und kultursensiblen Bewegungsangeboten, z.B. Stadtteil Zentren, Mädchentreffs, interkulturelle Vereine (Kleindienst-Cachay, Cachay & Bahlke, 2012; Tschirren, Günter & Weigelt-Schlesinger, 2013; Wolff & Rütten, 2013).

Die **Rahmenbedingungen** müssten für gewisse Migrantinnen (besonders muslimische) verbessert werden, damit sich diese den Breitensportgruppen und Wettkampfmanschaften anschliessen könnten. Wollen sich Sportvereine öffnen, so ist in einem ersten Schritt ihre Ausgangslage betreffend Integrationspotenzial zu überprüfen, indem relevante Handlungsfelder analysiert werden. Danach sollen sie eine Strategie bestimmen, welche Integrationsmassnahmen wie umgesetzt werden können.

Eine **Sensibilisierung** zum Thema und zu den Unterschieden im Sportengagement ist von Nöten sowie eine grundlegende Akzeptanz für Mädchen und Frauen mit MH, deren Einstellungen und Körperpraktiken sich von der Mehrheit unterscheiden (Kleindienst-Cachay, 2007). Ebenso sind Weiterbildungsangebote notwendig, um Führungskräfte, Vorsitzende, Trainingsleitende, etc. in der Thematik zu schulen. Ein Bewusstsein muss etabliert werden, dass Stereotypisierungen der Unterschiede zwischen Mitgliedern, insbesondere unterschiedlicher Herkunft, durch Mitglieder selbst konstruiert und auch im Zusammenspiel mit vereinsstrukturellen Bedingungen reproduziert werden (Adler Zwahlen, 2018). Sportverbände, Sportämter oder Fachstellen sollten bemüht sein, Unterstützungs- und Beratungsleistungen anzubieten und allenfalls Programme zur Integrationsförderung im Sport entwickeln (ebd.).

**Integrationsförderliche Massnahmen** sollen einen erleichterten Zugang zu Bewegungsangeboten und eine Verbesserung der Integrationsbedingungen für Menschen mit MH schaffen. Dies soll u.a. durch Offenheit, Neugierde und Eigeninteresse eines Sportvereins für kulturell distanziertere Aspekte erreicht werden. Adler (2018) weist darauf hin, dass bei Integrationsaktivitäten die Partizipation und Mitsprache der Mitglieder mit MH gefördert und ihre Bedürfnisse abgeholt werden sollen. Werden bei Sportangeboten die Interessen, Bedürfnisse sowie auch die starke Heterogenität dieser Gruppe Mädchen und Frauen berücksichtigt, dann werden diese eher erreicht und für ein Sportengagement gewonnen (Kleindienst-Cachay, 2007). Eine interkulturelle Öffnung braucht Zeit, Geduld und Offenheit und ist ein Lernprozess (Adler Zwahlen, 2018).

Maxwell und Kollegen (2013) schlagen neun Schlüsselpraktiken vor, welche auf einer strukturellen Ebene eine soziale Einbindung im organisierten Vereinssport erleichtern können: «flexible Bekleidungsregeln, alkoholfreie Getränke bei (Sport-)Anlässen, kultursensible Vermittlungspersonen (z.B. muslimische Trainerinnen), Geschlechtertrennung, Möglichkeiten zur Kompetenzentwicklung, positives Image von Musliminnen, finanzielle und mobile Unterstützung, teambildende Aktivitäten, Netzwerke mit externen Organisationen».

Zudem ist es sinnvoll, so früh wie möglich, am besten im Grundschulalter, Mädchen mit MH für den Sport zu gewinnen und sie an ihn zu binden, bevor die in der Pubertät einsetzenden Gebote in «Kraft treten». Während der Phase der Pubertät sollte diesen Mädchen eine besondere Unterstützung bei der Überzeugungsarbeit ihrer Eltern zukommen. Zudem sind die Vereine in ihrer Kommunikation gefragt. Einen Beitrag können sie über die Möglichkeit leisten, den Mitgliederbeitrag zu reduzieren. Wichtig wäre auch, dass sie Mädchen und jungen Frauen (gerade mit MH) höhere Funktionsrollen zugestehen. Insbesondere, weil Mädchen und Frauen der eigenen Ethnie die besten Sportagentinnen und Vorbilder für künftige sporttreibende Migrantinnen sind (Kleindienst-Cachay, 2007).

Kleindienst-Cachay (2007) schlägt vor, wie Projekte im organisierten Sport zur Förderung von Mädchen und Frauen mit MH konzipiert sein sollen:

- Die Zielgruppe innerhalb der Migrationsbevölkerung, für welche das Angebot ist, muss klar erkennbar sein.
- Projekte, welche im Kindesalter stattfinden, sind besonders zu unterstützen.
- Um ein gemeinsames Zusammensein zu begünstigen und den interkulturellen Dialog zu stärken, sind ethnisch gemischte Gruppen zu fördern.
- Bei ethnisch-homogenen Gruppen ist auf eine gute Anbindung an das ethnische Umfeld zu achten (bspw. über einen eigenethnischen Sport- oder Kulturverein).
- Projekte mit Anbindung/ Kooperation mit Kindergärten oder Schulen sind zu fördern. Insbesondere diejenigen, in welchen Mädchen und junge Frauen mit MH zu finden sind.
- Projekte, welche ein Sportangebot in Kombination mit einem anderen Bildungsangebot anbieten (bspw. in Kombination mit einem Sprachkurs) empfehlen sich besonders.
- Besondere Sportwünsche der Migrantinnen sollten berücksichtigt werden. Kampfsportarten, Selbstverteidigung sowie Fussball eignen sich besonders als Sportarten.
- Sportlerinnen mit MH, welche eine geglückte Integrationsbiografie aufzeigen, sollten als Multiplikatorinnen weitergebildet werden.
- Projekte sollten auf Nachhaltigkeit abzielen, um Mädchen und jungen Frauen in ein dauerhaftes Sportengagement einzubinden.

### 3. Theoretische Zugänge

«Ich glaube nicht, dass dieser Sport [von Frauen gespielter Fussball] genauso populär wird wie unser traditioneller Fußball. Warum sollen auch Frauen hinter dem Ball herlaufen? Sie gehören doch hinter den Kochtopf. Meiner Frau würde ich nicht erlauben, Fußball zu spielen.»  
(Gerd Müller, ehemaliger deutscher Fussballnationalspieler, Weltmeister 1974)

Wie diese Aussage zeigt, ist weiblich oder männlich zu sein seit jeher mit gewissen Attributen, Rollen und Bildern assoziiert. Besonders im Sport, wo der Körper im Zentrum steht, können Geschlechterstereotype zu Ungleichheiten zwischen Mädchen bzw. Frauen und Jungen bzw. Männern führen. Dies zeigt sich z.B. beim Zugang zum Sport, bei der Ausübung von Sportaktivitäten oder Einbindung in Sportorganisationen.

Zur Beschreibung und Erklärung der geringeren Sportpartizipation oder Unterrepräsentanz von Mädchen und Frauen im Sport bestehen vielfältige theoretische Ansätze. Ein Grossteil der Unterschiede im Verhalten und in den Einstellungen zwischen den Geschlechtern wird stärker durch erworbene Eigenschaften beeinflusst als durch die angeborenen Merkmale eines Menschen (vgl. Kottak, 2013). Biologische Grundlagen, sowie psychosoziale und ökologische Einflüsse wirken in jeder Lebensphase auf das Aktivitätsverhalten ein, prägen dieses und sind mit zu berücksichtigen, sind aber keine ausreichende Erklärung für Geschlechterrollen und Geschlechtsunterschiede in der Gesellschaft (Adler, 2012; Weyand, 2015;).

Anknüpfend an die Aussage «Doing Sport ist Doing Gender» (Pfister, 2008, S.13) ist das aus der Geschlechterforschung stammende Konzept «**Doing Gender**» vielversprechend. Dieses betrachtet «Geschlecht» - im Sinne seiner sozialen und kulturellen Prägung - als sozial konstruiert und nicht als Eigenschaft des Individuums oder als «natürlicher Unterschied». Demgemäss können durch geschlechtsspezifische Sozialisation solche sportbezogenen Denk- und Handlungsorientierungen, Verhaltens- und Rollenerwartungen sowie Eigenschaftszuschreibungen an Kinder weitergegeben werden, welche die Sportpartizipation von Mädchen und Frauen einschränken können (Gildemeister, 2010; Hayoz 2017; Meuser, 1998; Nobis & El-Kayed, 2019). Die Dimension Geschlecht ist jedoch nicht in einem Vakuum zu betrachten. Die **intersektionale Perspektive**, welche als Weiterentwicklung der Geschlechterforschung angesehen werden kann, beschreibt darüber hinaus das Zusammenwirken verschiedener Faktoren sozialer Ungleichheit. Kategorien wie Ethnizität, Klasse, Sexualität, Alter, Geschlecht, etc. können unterschiedlich zusammenwirken und folglich zu Ungleichheit oder Benachteiligung führen (Küppers, 2014). Deshalb gilt es, zusammenwirkende Ungleichheitskategorien im Blick zu haben, z.B. wenn es um die Sportpartizipation einer jungen Frau mit Migrationshintergrund und unzureichenden finanziellen Mitteln geht.

Das Modell zur aktivitätsbezogenen Sozialisation im Vorschulalter (Adler, 2012), welches als mögliches **Erklärungsmodell zur Bewegungssozialisation** in der frühen Kindheit herangezogen werden kann, stellt die innere Realität eines Kindes (biogenetische Disposition und Persönlichkeitssystem) einer äusseren Realität gegenüber (äussere Einflüsse, Lebenslage, Sozialisierung, etc.). Auch das heuristische Modell zur sportbezogenen Sozialisation im Jugend- und jungen Erwachsenenalter (Hayoz, 2017) bezieht sich unter anderem auf diese zwei Einflussfaktoren. Die heranwachsende Person steht demnach mit der Umwelt in einer wechselseitigen Beziehung. Beide Modelle erwähnen primäre Sozialisationsfaktoren (Familie & Peergruppe), sekundäre Sozialisationsfaktoren (Schule & Arbeit) und tertiäre Sozialisationsfaktoren (Sportvereine, kommerzielle Sportangebote, Medien) als vermittelnde Instanzen resp. Einflussfaktoren auf das Sport- und Bewegungsverhalten von Kindern und Jugendlichen und Mädchen und Knaben (Hayoz, 2017).

Bereits im **Kindesalter** hat die **geschlechterspezifische Sozialisation** seine Bedeutung. Die Erwartungen an und Rückmeldungen der Umwelt zum Geschlecht nehmen mit dem Alter stetig zu. Im Umkehrschluss nimmt das Kind seine Umwelt auch unter geschlechtsspezifischen Aspekten wahr, gerade im Bereich Körper und Bewegung. Zudem dienen Bewegungserfahrungen sehr nachhaltig in diesem Alter zur Entwicklung des Selbstkonzeptes (Hunger, 2011). Mädchen verhalten sich beim Spielen und Bewegen nicht ausschliesslich «weiblich». Sie sind nicht nur bezüglich ihren sozialen,

kulturellen und bildungsbezogenen Ressourcen unterschiedlich, sondern auch bezüglich ihrer Interessen und Konstitution. Bis hin zur Pubertät unterscheiden sich sport- und bewegungsbezogene Fähig- und Fertigkeiten der Mädchen nicht von denjenigen der Knaben. Es bestehen kaum Geschlechtsunterschiede in der motorischen Entwicklung (Gramespacher & Fetz, 2009).

Hunger (2011) konstatiert, dass die frühkindliche Bewegungssozialisation von Mädchen und Knaben zweigeschlechtlich durch Eltern, Kinderbetreuungs- und Lehrpersonen vorstrukturiert wird. Trotz der gelegentlichen Berücksichtigung des Individuums, werden Kindern oftmals bereits nach Erreichung der motorischen Grundsicherheit anhand der Kategorie «Geschlecht» spezifische naturgegebene Dispositionen, im Zusammenhang mit Bewegung, unterstellt. Solche geschlechterstereotypischen Überzeugungen und Handlungen sind gesellschaftlich so stark verankert, dass sie nur langfristig zu verändern sind, bei Menschen unbewusst ablaufen und sich in alltäglichen Momenten äussern.

Mutz (2012) resümiert, dass sich Mädchen und Knaben hinsichtlich Körper- und Schönheitsideale, Haltung und Bewegung, ihrer Sportangebotspräferenzen und ihrer Motivation, Sport zu treiben unterscheiden. Diese Unterschiede sieht er dabei weitgehend sozial konstruiert.

Im Folgenden werden wesentliche bewegungsbezogene Zuschreibungen, die auf einem traditionellen Geschlechterbild basieren, genannt:

**Bewegungsverhalten:** Mädchen resp. ihr Bewegungsverhalten wird als unauffällig und im Rahmen des sozial verträglichen gewertet. Im Vergleich dazu werden Knaben als raumexplorierend und wettbewerbsorientiert beschrieben und ihnen wird ein grosser Bewegungsdrang zu- (und Mädchen teilweise ab-) gesprochen. Das «Mädchen sein» ist weniger scharf umrissen, alles ist möglich, jedoch wird in der Tendenz trotzdem das traditionelle Bewegungsverhalten aktiv unterstützt, welches sich in erster Linie durch Geschicklichkeitsaspekte und Ästhetik und vor allem durch die Abwesenheit von körperlicher Dominanz, Wild- oder Lautseins auszeichnet. Mädchen wird primär das Bedürfnis an kommunikativer Auseinandersetzung im Kontext von Bewegungsaktivitäten unterstellt und dementsprechend mit ihnen interagiert. Kooperative und kreative Bewegungsmuster werden gezielt gefördert. Während Mädchen in stärkerem Ausmass in die Hausarbeit einbezogen werden und ihre Freizeit mehr drinnen vertreiben, verbringen Knaben häufiger Zeit draussen und gehen Bewegungsaktivitäten nach. Ihnen werden dementsprechend grössere ausserhäusliche Aktionsradien eingeräumt, die wiederum zu Spiel- und Sportaktivitäten anregen können. Nicht nur der höhere Umfang an körperlicher Bewegung fällt auf, sondern auch die grössere Wettbewerbsfähigkeit, Intensivität und Aggressivität. Will man als Mädchen da mitspielen, muss man sportlich talentiert sein und ein robustes Spielen aushalten (Mutz, 2012). Knaben und Mädchen werden unterschiedliche Erfahrungs- und Lerngelegenheiten resp. Sportangebote und Bewegungsräume eröffnet, welche die Entwicklung und das Selbstkonzept beeinflussen können (Hunger, 2011).

Durch bestimmte Rückmeldungen lernen Mädchen im Laufe des Kindergartenalters, dass sie ihre Bewegungsbedürfnisse auch unterdrücken können und, dass sie zwar wild sein und kämpfen dürfen, dies jedoch typische Bewegungsmuster für Knaben, und nicht Mädchen, sind. Um eine soziale Geschlechteridentität aufbauen zu können und sich zum anderen Geschlecht abzugrenzen, verzichten Mädchen dementsprechend oftmals darauf, ihr ganzes Bewegungskönnen und –bedürfnisse auszuleben (Hunger, 2011).

**Geschlechterselbstverständnis:** «In einem traditionellen, bipolaren Rollenbild gehört Sport zur männlichen Sphäre» (Burrmann et al., 2015, S.144). Männlich attribuierte Eigenschaften wie Härte, Kraft oder Wettbewerbsorientierung werden dafür benötigt und können zur Schau gestellt werden. Vor allem in kontaktintensiven, kompetitiven, risikoreichen Sportarten und –formen können Knaben und junge Männer ihre Männlichkeitsvorstellungen ausleben. Die Knaben nehmen die Bewegungsangebote des körperlichen Vergleichs, der Dominanz oder des Wildseins an, das Umfeld interpretiert dieses Verhalten als typisch männlich und als angeboren und macht wiederum solche Angebote. Für Mädchen und junge Frauen passt der Sport jedoch nicht gut zum klassischen Rollenbild. Höchstens Sportarten, welche Anmut und Ästhetik zum Ausdruck bringen, scheinen «weiblich» zu sein. Diese traditionellen Annahmen haben sich glücklicherweise im Laufe der letzten Jahre verändert, jedoch bestehen die obengenannten Annahmen zu stereotypen Sportarten- und Formen nach wie vor und sind weit verbreitet. Dies macht es für Mädchen und junge Frauen schwer, ihre körperlichen Aktivitäten und gewisse Sportarten mit dem «Frau-Sein» in Einklang zu bringen. Die Knaben haben es da vergleichsweise leichter, die Sportlichkeit und physische Stärke passen gut zur

traditionellen Rolle des «überlegenen, starken Geschlechtes, des Beschützers und Ernährers» (Burrmann et al., 2015, S.136).

Schon ab ca. vier Jahren zeigen sich Sozialisationseffekte auf Verhaltensebene und verinnerlichte Erwartungen an das Geschlecht werden sichtbar: Die männliche Geschlechterrolle wird streng ausgelegt und teilweise auch hierarchisch überlegen zu dem Verhalten von Mädchen abgegrenzt. In der Abgrenzung zu Mädchen beschrieben sich Knaben entsprechend des Geschlechts-selbstverständnisses als stark, mutig und schnell (Hunger, 2011).

Auch haben Männer auf den Sport und das physische Aussehen bezogen ein höheres Selbstvertrauen als Frauen (Zeigler-Hill & Meyers, 2012).

**Familiäre Unterstützung und Überzeugungen:** Mädchen finden im Vergleich zu Knaben weniger aktive Bezugspersonen in ihren Familien, die ihnen als Verhaltensmodelle dienen könnten. Ebenfalls erhalten sie weniger praktische Unterstützung für ihr Sporttreiben (bspw. Kauf von Sportausrüstung) (Burrmann et al., 2015).

Bildungs- und der hiesigen Kultur ferne Familien erziehen im Bereich der Bewegung tendenziell traditionell geschlechterspezifisch. Das geschlechteruntypische Bewegungsverhalten (wild und voller Energie) wird den Mädchen oftmals positiv ausgelegt, wenn auch nicht gefördert. Hingegen scheint die Ausprägung, den Knaben stereotyp männliche Identitäts- und somit Bewegungsangebote zu machen, stärker zu sein als bei bildungsnahen Familien. Im Vergleich zu dieser eher auf die biologischen Unterschiede abzielende Argumentation, betonen bildungsnaher Eltern den erzieherischen Einfluss auf das Bewegungsverhalten der Geschlechter und messen der Bewegungsförderung einen hohen Stellenwert zu. Für die Mädchen wünschen sie sich eine Aufweichung der „typischen Mädchenrolle“ und in einer sekundären Priorität, dass bei den Knaben die traditionellen gesellschaftlichen Erwartungen an das Verhalten nicht mehr so stark dominieren würden (Hunger, 2011). Jedoch fällt Hunger auf, dass auch diese bildungsnahen Eltern ihre Kinder geschlechterstereotypisch ausstatten und in der Überzahl traditionelle Sport- und Bewegungsaktivitäten aktiv unterstützen und entsprechende Erfahrungsräume öffnen (2011). Durch Spielzeug, Kleidung etc. werden klare Identitätsangebote gemacht sowie durch das (bei Knaben regelmässige) Ausleben der Bewegungsbedürfnisse identitätsstiftende Momente ermöglicht.

Es gilt zu beachten, dass nicht in allen Bevölkerungsgruppen Geschlechtsunterschiede und geschlechtstypische Verhaltenserwartungen in der Sozialisation bestehen und wenn, nicht in gleichem Ausmass oder Verbindlichkeit (Burrmann et al., 2015).

**Peers:** Sportlichkeit steigert die Popularität und Anerkennung bei den Gleichaltrigen vor allem bei männlichen Jugendlichen. Bei Mädchen tut dies eher die Attraktivität des Erscheinungsbildes. Weibliche Jugendliche werden für ein feminines Auftreten mit Anerkennung bedacht, jedoch nicht für ihre sportliche Leistungsfähigkeit (Burrmann et al., 2015).

**Ausserfamiliäre Identifikationsfiguren:** Mädchen und junge Frauen finden weniger sportliche Identifikationsfiguren in der Medienberichtserstattung (Burrmann et al., 2015). Diese sind dort einerseits unterrepräsentiert und wenn abgebildet, werden sie im Vergleich zu den Männern anders dargestellt. Bei den Frauen wird weniger über deren sportliche Leistungen, sondern verstärkt über ihre Emotionen oder das Privatleben berichtet. Dabei wird Körper und Aussehen unter ästhetischen Gesichtspunkten bewertet (Mutz, 2012).

**Sportarten:** Im Rahmen der Sportausübung geschieht die bipolare Konstruktion von Geschlecht auch in der geschlechterstereotypen Wahrnehmung von eindeutig weiblich oder männlich konnotierten Sportarten. Mädchen und junge Frauen werden dabei auf bestimmte Sportarten «festgelegt» und alternative Regelwerke entwickelt (Gramespacher & Fetz, 2009).

Diese Zuschreibungen werden heute zwar langsam gesellschaftlich aufgebrochen, finden sich aber auch in den Sportstrukturen wieder. Gerade Sportvereine sind im Vergleich zum (freiwilligen) Schulsport oder zu Fitnessstudios/kommerziellen Angeboten noch sehr traditionell aufgebaut und verwurzelt und sind oftmals veränderungsträge.

Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass das heutige Bild des Bewegungs- und Sportverhaltens von Mädchen in der Schweiz geschlechterstereotyp geprägt ist und Strukturen im Sport wesentlich

durch die soziale Umwelt gestaltet sind. Damit Mädchen gleiche Entwicklungschancen im Sport wie Jungen haben, ist aus theoretischer Sicht an den Überzeugungen und Einstellungen der wichtigsten Sozialisationspersonen im Kindes- und Jugendalter (Eltern, Geschwister, Freunde, Lehrpersonen, Trainer/Trainerinnen) anzusetzen. Denn gerade im Jugendalter gewinnen diese Geschlechterrollen an Bedeutung, da beide Geschlechter zu dieser Zeit verstärkt ihre Geschlechteridentität ausbilden. Entsprechend orientieren sie sich an den gesellschaftlich und vor allem von wichtigen Sozialisationspersonen vorgelebten und vermittelten Rollenerwartungen (Burrmann et al., 2015).

Hunger (2011) schlussfolgert daraus, dass beiden Geschlechtern verschiedene und gesellschaftlich unterschiedlich relevante Erfahrungs- und Lerngelegenheiten zu bieten sowie Bewegungsräume zu öffnen sind, damit keine Ungleichbehandlung gefestigt wird. Passende Bewegungsräume, –angebote und geschlechtsunabhängige Sportmöglichkeiten sind zu schaffen, sodass die Sportpartizipation von Mädchen nicht vorbestimmt oder eingeschränkt wird. Das Wissen um Sozialisationswirkungen sowohl auf bewegungsbezogene Einstellungen, Überzeugungen und Verhaltensweisen von Mädchen als auch indirekt auf die Sportstrukturen, ist für die Gestaltung von mädchenfreundlichen Sportangeboten zentral.

## 4. Mädchen und junge Frauen in Sportförderungsgefässen des BASPO

Das Bundesamt für Sport BASPO betreibt mit Jugend+Sport das grösste Sportförderprogramm des Bundes für 5-20-jährige Kinder und Jugendliche. Es subventioniert Sportangebote und Sportlager für Kinder und Jugendliche, bildet Leiter/innen, Nachwuchstrainer/innen, Experten/innen und Coaches aus und stellt Leihmaterial zur Verfügung. Nachfolgend wird die aktuelle Situation zur Beteiligung der Mädchen bei J+S mit Kennzahlen aufgezeigt. Dabei geht es einerseits um die Teilnahme an J+S-Sportangeboten im Allgemeinen sowie an von J+S unterstützten Angeboten des Freiwilligen Schulsports. Andererseits steht die Übernahme eines Ehrenamts in diesen Gefässen durch Mädchen und junge Frauen im Fokus.

### 4.1 Aktive Sportteilnahme

Einsteigend werden zwei Begriffe erklärt, welche für die Interpretation der Daten von Relevanz sind:

*Teilnehmende und Teilnahmen:* Die J+S-Statistik unterscheidet zwischen Teilnehmenden und Teilnahmen. Die Teilnehmenden beziehen sich auf die Anzahl Personen, die an den Angeboten teilnehmen. Die Teilnahmen beziehen sich auf die Anzahl J+S-Kurse und -Lager, an welchen teilgenommen wird. Ein Kind kann an mehreren J+S-Kursen und -Lagern teilnehmen (auch innerhalb der gleichen Sportart), folglich ist die Zahl der Teilnahmen höher als die Zahl der Teilnehmenden. Üblicherweise wird von Teilnahmen im Rahmen der Sportarten gesprochen. Bis zu einem gewissen Grad kann anhand deren die Popularität der Sportarten abgeschätzt werden. Neben den Teilnahmen werden auch Teilnehmende aufgezeigt. Bei jeder Tabelle oder Grafik wird dies ausgewiesen.

#### 4.1.1 Teilnehmende/ Teilnahmen bei J+S-Sportangeboten

##### Anzahl Teilnehmende

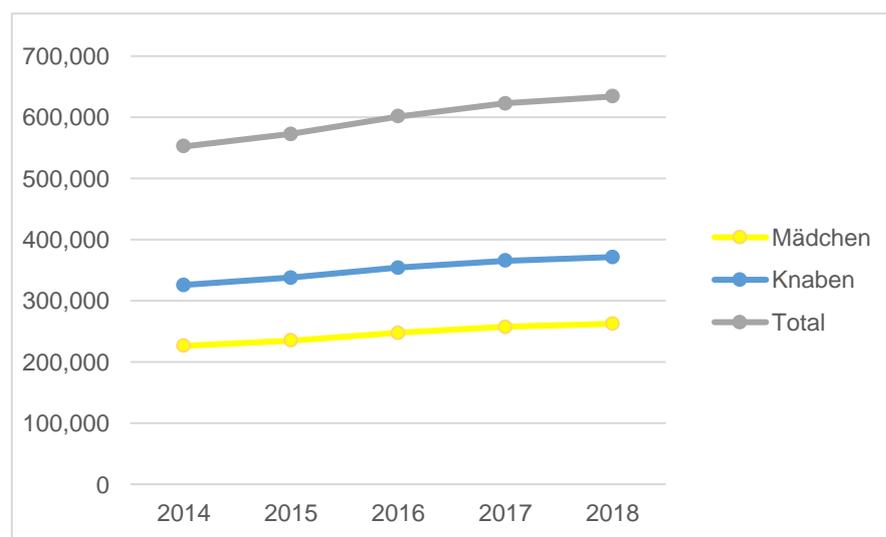


Abbildung 1. Anzahl Teilnehmende an J+S-Angeboten, 2014-2018.

Die Anzahl Teilnehmende an J+S-Angeboten stieg in den letzten fünf Jahren stetig an. Es nahmen weniger Mädchen an J+S-Kursen und -Lagern teil als Knaben. Der Zuwachs an Mädchen von 2014 zu 2018 fiel ein Prozentpunkt stärker aus als der an Knaben (15 vs. 14%).

## Anteil Teilnehmende nach Nutzergruppe (NG)<sup>21</sup>

Von 2014 bis 2018 hat sich der Mädchenanteil an J+S-Kursen und -Lagern kaum verändert und liegt bei ungefähr 41%. Damit sind Mädchen im vgl. zu Knaben untervertreten.

Um aufzuzeigen, ob zwischen gewissen Angeboten innerhalb von J+S Unterschiede bestehen, mit Auswirkungen auf die Anteile Mädchen/Knaben, wird in Tabelle 1 der Anteil der Geschlechter nach Nutzergruppen dargestellt.

NG 1 und NG 5 sind dabei bzgl. der Anzahl Teilnehmenden die zahlenstärksten Gruppen. Die Angebote der regelmässigen Trainings im Vereinssport und ähnlich funktionierenden Organisationen (NG 1) bewegen mehr Teilnehmende als alle anderen Nutzergruppen kombiniert und erhalten dementsprechend die höchsten Subventionen.

Ihnen fällt folglich ein besonderes Gewicht zu.

Im letzten Jahr sahen die Anteile Mädchen und Knaben in den NG wie folgt aus:

Nutzergruppe	Anteil	Anteil	Anzahl	Anzahl
	♂	♀	♂	♀
NG 1	61.7%	38.3%	301'302	186'765
NG 2	57.6%	42.4%	22'475	16'530
NG 3	49.5%	50.5%	23'342	23'785
NG 4	61.5%	38.5%	28'409	17'770
NG 5	51.8%	48.2%	88'563	82'522

Tabelle 1. Anteil und Anzahl Mädchen und Knaben (in Prozent) in jeder Nutzergruppe im Jahr 2018.

Ersichtlich ist, dass insbesondere die J+S-Angebote der Jugendverbände (NG 3) und des Freiwilligen Schulsportes (NG 5) relativ geschlechtsausgeglichen sind. Hingegen liegt in den Angeboten der Sportvereine (NG 1) und in denjenigen der Kantone, Gemeinden und nationalen Sportverbänden (NG 4) der Anteil Mädchen tief. Möglicherweise werden in diesen Sportkontexten Mädchen weniger abgeholt. Aufgrund der um ein Vielfaches höheren Teilnehmerzahl der Angebote in NG 1 sind diese Angebote in den Blick zu nehmen, insofern sie Potential zur Geschlechteregalität haben.

Die Teilnahmen sind dabei also auch immer im Kontext zu betrachten. Wie bereits besprochen, sind Sportangebote in Vereinen nicht optimal auf die Bedürfnisse vieler Mädchen zugeschnitten und bergen gewisse Hindernisse zur Teilnahme. Steffen (2011) gibt auch zu bedenken, dass die tiefere Repräsentanz von Mädchen dadurch mitverschuldet sei, dass die bei Mädchen populären Sportarten Tanzen und Reiten oftmals nicht im Verein betrieben werden und daher nicht zum Vereinssport zählen. Dies gilt es hier zu verneinen, da kommerzielle Angebote wie bspw. Tanzstudios oder Pferdehöfe, wenn sie die Bedingungen erfüllen<sup>22</sup>, ebenfalls über J+S abrechnen können und unter der NG 1 und NG 2 abgebildet sind. Über die Nutzung dieser Möglichkeit von kommerziellen Anbietern kann jedoch keine Aussage gemacht werden.

<sup>21</sup> Die NG bei J+S gliedern sich wie folgt:

- NG 1 J+S-Kurse: Regelmässiges Training im Sportverein und ähnlich funktionierenden Organisationen
- NG 2 J+S-Kurse: Regelmässiges Training im Sportverein und ähnlich funktionierenden Organisationen, wobei die Regelmässigkeit des Trainings von äusseren Bedingungen abhängig ist
- NG 3 J+S-Lager der Jugendverbände und -vereine
- NG 4 J+S-Lager und J+S-Kurse für Kantone, Gemeinden und nationale Sportverbände
- NG 5 J+S-Lager und J+S-Kurse der Schulen, ausserhalb des Pflichtpensums (Freiwilliger Schulsport)

<sup>22</sup> Juristische Personen, welche als Kapitalgesellschaften oder Genossenschaften konstituiert sind, sowie natürliche Personen werden als Organisatoren von J+S-Angeboten zugelassen, wenn ihre hauptsächliche Geschäfts- oder Berufstätigkeit im Bereich der sportlichen Ausbildung oder Vermittlung von Sportaktivitäten liegt (Art. 10, Sportförderverordnung SpoFöV).

## Teilnehmende und ihr Alter

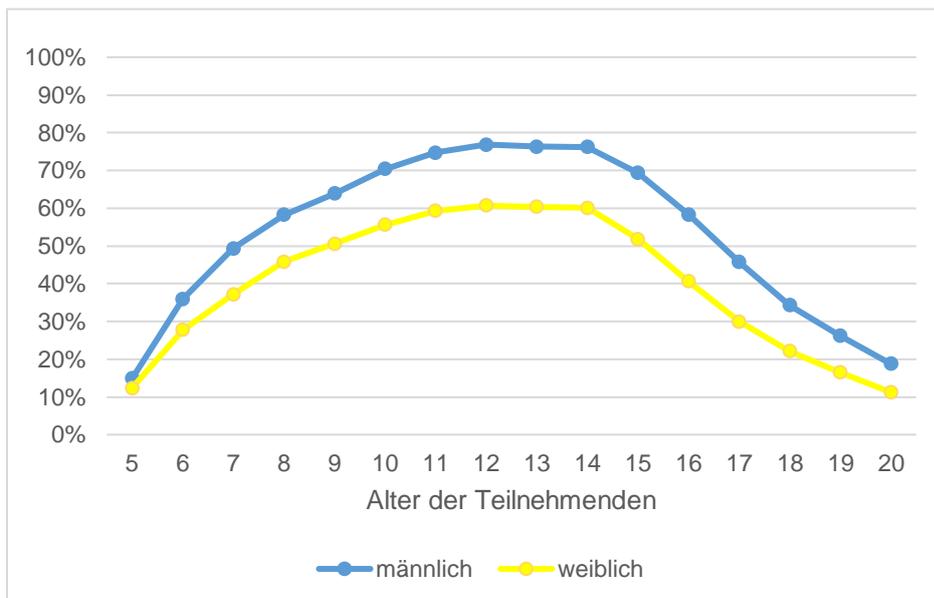


Abbildung 2. Anteil der Kinder und Jugendlichen (in Prozent), welche das J+S-Angebot im 2018 nutzen (im Verhältnis zur Gesamtbevölkerung in diesen Altersgruppen). Referenzdaten zur Gesamtbevölkerung in der jeweiligen Altersgruppe stammen vom BFS und beziehen sich auf das Jahr 2018.

Abbildung 2 zeigt, wie **viele Kinder in der Schweiz in welchem Alter das Angebot von J+S im 2018** nutzten. Respektive wie hoch der Anteil an Kindern und Jugendlichen an der Gesamtbevölkerung ist, welche das J+S-Angebot mindestens einmal genutzt haben. Der Zusammenhang zwischen der Nutzung des Angebots und dem Alter zeigt ein gleiches Bild wie jenes zur allgemeinen Bewegungsaktivität von Kindern und Jugendlichen (vgl. Lamprecht et al., 2015): Zwischen dem 5. und dem 12. Lebensjahr nehmen die Teilnehmenden innerhalb ihrer Altersgruppen stark zu, nach dem 14. Altersjahr sinkt dieser Anteil Teilnehmende innerhalb der Schweizer Bevölkerung wieder. Zwischen 10 und 14 Jahren verzeichnet J+S die höchsten Teilnehmerraten. Zwischen 70 und 80% der Knaben und jungen Männer und 55 und 60% der Mädchen und jungen Frauen in der Schweiz nehmen in diesem Alter mindestens einmal an einem J+S-Angebot teil.

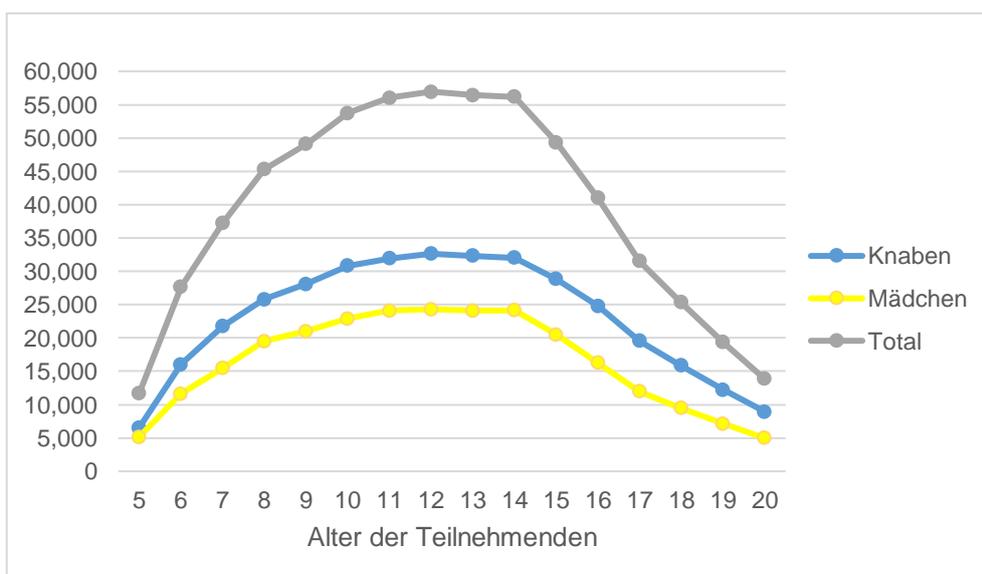


Abbildung 3. Anzahl der Teilnehmenden an J+S-Angeboten in Relation zu ihrem Alter, 2018.

Bei Betrachtung der **Anzahl Mädchen und Knaben in den J+S-Angeboten in Relation zu ihrem Alter** wird ersichtlich, dass zwischen 5 und 14 Jahren die Anzahl Teilnehmende ansteigt, danach aber bis 20 Jahren sinkt. Diese Zahlen widerspiegeln ebenfalls die Kurve der allgemeinen Bewegungs-

aktivität von Kindern und Jugendlichen (Lamprecht et al., 2015). Mädchen sind in jedem Alter zahlenmässig weniger stark vertreten.<sup>23</sup>

Diese Zeitspanne stellt für die Aufrechterhaltung der Sportaktivität eine kritische Lebensphase dar, in welcher das Dropout durch die Beendigung der obligatorischen Schulzeit, der Beginn einer Ausbildung, eines Hochschulstudiums oder durch Peers beeinflusst wird.

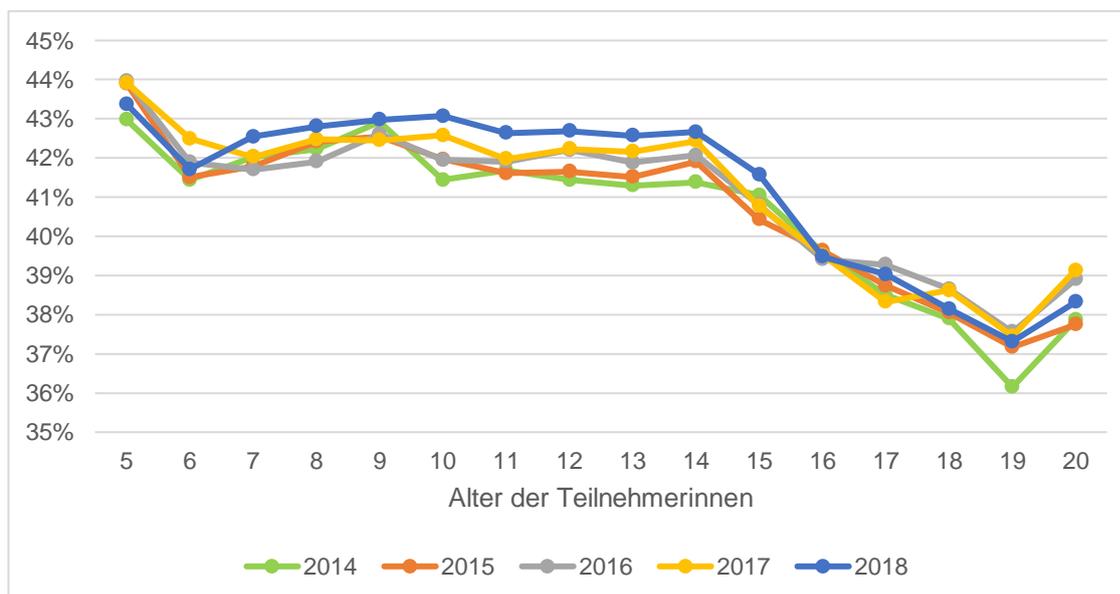


Abbildung 4. Der Anteil Mädchen bei den J+S-Teilnehmenden in jedem Alter (in Prozent), 2014-2018.

Aufgeteilt **nach Jahren** verändert sich der **Anteil** Mädchen und junge Frauen innerhalb der J+S-Teilnehmenden über die letzten fünf Jahre hinweg nicht stark. Er bleibt bis ca. 14 Jahre mehr oder weniger stabil und sinkt dann beträchtlich. Bei den unter 10-Jährigen sowie den 11-14-Jährigen befindet sich der Anteil Mädchen und junge Frauen zwischen 41- 44% und sinkt danach auf seinen Tiefpunkt mit 19 Jahren auf zwischen 36- 38%. Ab dem Alter von 14 gehen die Aktivitäten der Jugendlichen zurück, zeitgleich sinkt der Anteil Mädchen an den noch «verbleibenden» Jugendlichen bedeutend. Der Rückgang von Mädchen und jungen Frauen, gerade aus dem für J+S relevanten Vereinswesen, ist akzentuierter und geschieht früher als bei den Knaben und jungen Männern. Zusätzlich sind möglicherweise für Mädchen und junge Frauen attraktive Angebote, wie der Freiwillige Schulsport, in dieser Zeit nicht mehr oder nicht mehr im gleichen Umfang zugänglich, da sie die obligatorische Schule beenden.

### Teilnahmen nach Sprachregion

Mit Blick auf die unterschiedliche regionale Herkunft der Mädchen zeigt sich ein ähnliches Bild wie im Kinder- und Jugendbericht von Sport Schweiz (Lamprecht et al., 2015): Entsprechend der Grösse dieser Sprachregionen gliedert sich auch die Anzahl Kurse und Lager. In der Deutschschweiz ist der Anteil Mädchenteilnahmen am höchsten, gefolgt von der Romandie und dem Tessin. Genf hat mit einem Anteil von 32% den tiefsten Anteil Mädchen aller Kantone und der Thurgau ist mit 47% der Kanton mit dem höchsten Mädchenanteil.

Sprachregion	Kurse und Lager	%-Anteil Mädchen
Deutschschweiz	67'414	42.8%
Französischsprechende Schweiz	24'753	38.7%
Italienischsprechende Schweiz	3'907	36.8%

Tabelle 2. Anzahl Kurse und Lager sowie der Anteil Mädchen und jungen Frauen an den Teilnahmen (in Prozent) nach Sprachregion im Jahr 2018. Zweisprachige Kantone wurden der Sprache resp. Region zugeordnet, welche überwiegend gesprochen wird.

<sup>23</sup> Anzahl Mädchen ≤10 Jahre: 95'619; 11-15 Jahre: 117'177; 16-20 Jahre: 49'832.  
Anzahl Knaben ≤10 Jahre: 129'065; 11-15 Jahre: 157'768; 16-20 Jahre: 81'346.

## J+S-Sportarten

Die Auswertung der Daten aus den Sportarten stützen sich auf die Teilnahmen. Beim Betrachten der letzten fünf Jahre zeigen sich keine relevanten Zu- oder Abnahmen innerhalb der einzelnen Sportarten. Aus diesem Grunde wird der aktuelle Stand 2018 beigezogen. Es werden nur Teilnahmen gezählt, bei welchen der oder die Teilnehmende mehr als 50% der Aktivitäten innerhalb eines J+S-Kurses oder -Lagers besucht hat. So wird das Mitrechnen eines Schnuppertrainings o.ä. ausgeschlossen.

Wie aus Tabelle 3 hervorgeht, ist der Fussball mit einem Anteil über 20 Prozent die **populärste Sportart bei J+S**, gefolgt von Skifahren und Turnen. Beim Fussball ist der Anteil Mädchen gerade mal 10%, Skifahren und Turnen weisen ausgeglichene Anteile aus. Gymnastik und Tanz, Eiskunstlauf, Geräteturnen und Volleyball weisen hohe Mädchenanteile aus.

Es gilt jedoch mit zu berücksichtigen, dass der Fussball trotz eines geringen Frauenanteils in absoluten Zahlen mehr Frauenteilnahmen hervorbringt, als andere typische Mädchensportarten (Anzahl Teilnahmen im Vergleich: 45'775 Gymnastik und Tanz; 24'683 Fussball; 23'078 Volleyball; 5'976 Reiten).

	Anzahl Teilnahmen	in % aller Teilnahmen	%-Anteil an Mädchen
Fussball	233'990	20.9	<b>10.5</b>
Skifahren	121'958	10.9	<b>47.3</b>
Turnen	96'781	8.6	<b>59.2</b>
Tennis	77'157	6.9	31.0
Lagersport/Trekking	64'957	5.8	50.1
Gymnastik und Tanz	51'139	4.6	<b>89.5</b>
Geräteturnen	48'610	4.3	<b>78.8</b>
Allround	44'627	4.0	50.1
Leichtathletik	34'499	3.1	54.3
Volleyball	31'687	2.8	<b>72.8</b>
Unihockey	30'293	2.7	18.8
Schwimmen	29'253	2.6	52.8
Judo	26'847	2.4	24.4
Karate	23'499	2.1	34.2
Handball	23'410	2.1	32.0
Eishockey	22'839	2.0	6.9
Basketball	22'265	2.0	26.3
Eiskunstlauf	11'691	1.0	<b>88.7</b>
Badminton	10'752	1.0	39.9
andere Sportarten	112'891	10.1	41.3
Total	1'119'145	100%	41.2

Tabelle 3. Anzahl Teilnahmen nach Sportarten, deren Anteil (%) an den Gesamtteilnahmen und deren Mädchenanteil (%), Stand 2018.

Die Zahl der J+S-Sportarten beläuft sich auf 72. Die meisten davon weisen in den letzten 5 Jahren einen geringeren Mädchenanteil aus. In folgenden 22 Sportarten sind Mädchen in der Mehrheit:

	%-Anteil Mädchen
Rhythmische Sportgymnastik	97.9
Synchronschwimmen	97.6
Synchronized Skating	95.9
Voltigieren	93.3
Rhönrad	92.6
Reiten	90.9
Gymnastik & Tanz	89.5
Eiskunstlauf	88.7
Rollkunstlauf	88.3
Tanzsport	81.5
Geräteturnen	78.8
Volleyball	72.8
Korbball	72.2
Kunstturnen	61.8
Turnen	59.2
Rettungsschwimmen	57.0
Trampolin	56.9
Leichtathletik	54.3
Speedskating	53.4
Schwimmen	52.8
Allround	50.1
Lagersport/Trekking	50.1

Tabelle 4. Sportarten, in welchen Mädchen und junge Frauen die Mehrheit bei den Teilnahmen darstellen (in %, Stand 2018)

Etwa 2/3 dieser 22 Sportarten werden deutlich häufiger von Mädchen getrieben. Möglicherweise »sammeln« sich Mädchen in bestimmten Sportarten «an». Knaben scheinen diverser Sport zu treiben. Auch dies könnte damit zusammenhängen, dass die J+S-Angebote nicht den Sportinteressen und -motiven von Mädchen entsprechen. Besonders Vereinsangebote, welche die J+S-Angebote zahlenmässig am stärksten repräsentieren, entsprechen mit dem höheren Wettkampf- und Leistungscharakter eher Sportinteressen und -motive der Knaben (Mutz, 2012). Denkbar scheint auch, dass bei der Aufrechterhaltung klassischer «Mädchen- und Knabensportarten» die Peers eine relevante Rolle spielen. Mädchen möchten mit Mädchen Sporttreiben, werden von Mädchen angeworben oder sie wenden sich ab, wenn ihr Sportangebot zu wenige gleichgeschlechtliche Peers ausweist.

	%-Anteil Mädchen
Schwingen	3.0
Nationalturnen	4.7
Eishockey	6.9
Ringen	7.2
Rugby	8.9
Streethockey	9.0
Inlinehockey	9.5
Fussball	10.5
Hornussen	12.2
Tischtennis	13.9
Rollhockey	18.3
Unihockey	18.8
Wasserball	17.8
Pistole	19.1
Eisschnelllauf	20.0

Tabelle 5. Sportarten, in welcher Mädchen und junge Frauen die klare Minderheit darstellen (über 80% Knabenanteil) (in %, Stand 2018)

Die Ergebnisse lassen sich gemäss der zweigeschlechtlichen Sozialisation einordnen: Diejenigen Sportarten mit hohen Knabenanteilen sind meist mit dem stereotypen Bild behaftet, dass für deren Ausübung Kraft, Durchsetzungsfähigkeit und Toleranz von Gegnerkontakt benötigt werden, was Knaben «vorbehalten» ist. Dadurch bestätigt sich, dass im Sport und im Rahmen der Sportsozialisation durch Eltern, Trainer etc. klassische Geschlechterrollenbilder etabliert sind. Den von Mädchen und Frauen dominierenden Sportarten wird häufig nachgesagt, dass diese Geschicklichkeit oder Ästhetik benötigen.

Verschiedene Studien konnten aufzeigen, dass der Anteil Mädchen in mädchenuntypischen Sportarten grösser ist als derjenige von Knaben in «Mädchensportarten» (Hartmann Tews & Luetkens, 2003). Dies spricht für ein wachsendes Interesse der Mädchen für diverse Sportaktivitäten oder dass sich klassische Geschlechterrollenbilder schrittweise auflösen.

Die Tabelle 6 zeigt Sportarten, welche bereits einen sehr ausgeglichenen Anteil Mädchen und Knaben ausweisen.

	%-Anteil Mädchen
Snowboard	45.0
Orientierungslauf	45.3
Skilanglauf	46.6
Sportklettern Fels	46.6
Skifahren	47.3
Sportklettern Kletterwand	49.8
Lagersport/Trekking	50.1
Allround	50.1
Schwimmen	52.8
Speedskating (Rollsport)	53.4
Leichtathletik	54.3

*Tabelle 6. Sportarten, in welchen der Anteil Mädchen und Knaben ausgeglichen ist (zwischen 45 zu 55%) (in %, Stand 2018).*

Ausgeglichene Sportarten sind oftmals Aktivitäten, welche entweder mit der Familie und selbst in der Freizeit unorganisiert sowie in Schullagern betrieben werden können. Oder, dass diese Sportarten weniger mit geschlechtsspezifischen Stereotypen (typisch «männlich» oder «weiblich») behaftet sind.

Spielt das Alter eine Rolle bei der Sportartwahl? Ein Grossteil der Sportarten verzeichnet die meisten Teilnehmenden im Alter von 11-15 Jahren, was dem allgemein erhöhten Aktivitätsniveau der Kinder und Jugendlichen in diesem Alter entspricht.

Werden einige Sportarten, die hohe Teilnehmerzahlen von Knaben und Mädchen aufweisen, entsprechend der einzelnen Altersjahre angeschaut, erhält man erste Hinweise zu Unterschieden im Einstieg und Dropout.

Wirft man einen Blick auf die Sportarten mit über 5'000 Teilnehmerinnen im Jahr 2018 (Fussball, Tennis, Skifahren, Gymnastik und Tanz, Turnen und Leichtathletik), zeigt sich bei Knaben und Mädchen ein ähnliches Bild: Analog der allgemeinen Sportaktivität von Kindern und Jugendlichen präsentiert sich eine Kurve, die zwischen 10 und 13 Jahren am meisten Teilnehmende an Sportangeboten verzeichnet und hin zu 20 Jahren abflacht. Exemplarisch sind dabei in Abbildung 5 die Teilnehmenden im Fussball aufgezeigt. Die meisten Teilnehmenden im Fussball verzeichnen die Mädchen und jungen Frauen bei den 14-Jährigen und die Knaben und jungen Männer bei den 11-Jährigen. Für Mädchen wird Fussball scheinbar im Jugendalter attraktiver. Bei den anderen erwähnten Sportarten ist das Alter der höchsten Teilnehmerzahlen zwischen Mädchen und Knaben näher beieinander. Hier sind die sportartspezifischen Rahmenbedingungen wahrscheinlich für beide Geschlechter in einem ähnlichen Alter ansprechend.

Die Teilnehmerkurven können je nach Sportart variieren. Gerade Sportarten, welche von Mädchen in einem frühen Alter begonnen werden (z.B. Kunstturnen oder Rhythmische Sportgymnastik) verzeichnen mehr Kinder bis und mit 10 Jahren. Nicht jede Sportart kann auch noch in späteren Alter

ausgeübt werden. Ebenfalls ist unklar, ob Knaben und Mädchen, die einen Sport nicht mehr ausüben, inaktiv werden oder die Sportart wechseln. Es scheint jedoch, dass viele Sportarten gerade für ältere Jugendliche attraktiv bleiben sollten, um diese beizubehalten oder sie für diese zu gewinnen.

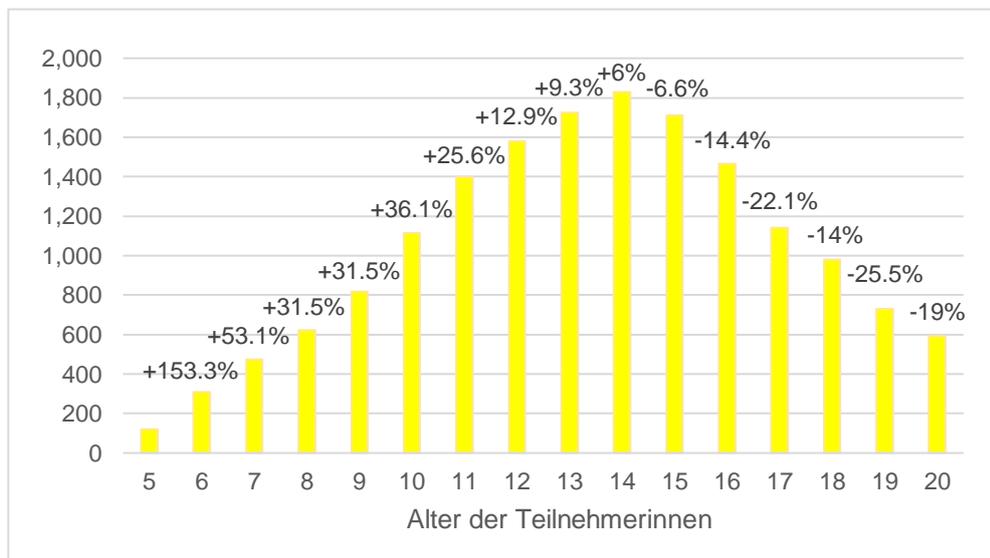
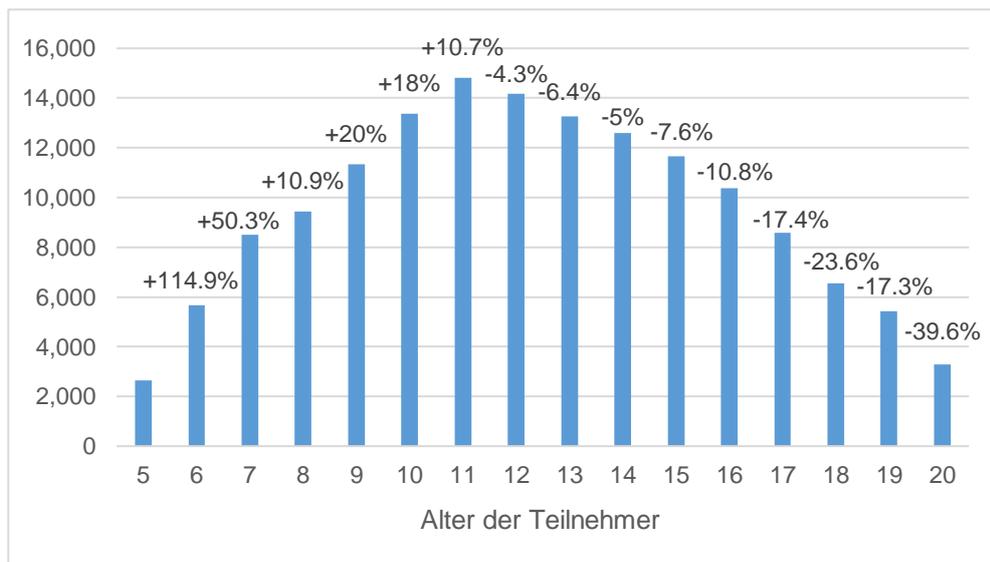


Abbildung 5. Die Anzahl Teilnehmer (Abbildung oben) und Teilnehmerinnen (Abbildung unten) in J+S-Fussballkursen in Relation zu ihrem Alter, 2018. Oberhalb der Balken ist jeweils vermerkt, wie viel Prozent mehr oder weniger Teilnehmende in diesem Alter im Vergleich zum vorhergehenden Alter ausgewiesen werden. Berücksichtigt wurden lediglich Fussballkurse der NG 1 und NG 2, da diese das regelmässige Sporttreiben in Vereinen oder ähnlichen Organisationen abbilden. Die Teilnehmerzahlen der J+S-Lager (NG 3, 4 und 5) wurden nicht berücksichtigt, weil einmalige Lagerteilnahmen nicht unüblich sind und folglich keine Hinweise bezüglich einem allfälligen Dropout liefern. Auch die Teilnehmerzahlen der Kurse des freiwilligen Schulsports (NG 5) eignen sich diesbezüglich wenig, da der Ausstieg aus dem freiwilligen Schulsport häufig mit dem Ende der Schulzeit verbunden ist. Die J+S-Kurse der NG 4 wurden ebenfalls ausgeschlossen, da diese primär den Nachwuchsleistungssport repräsentieren und die Teilnahme meist auf Selektionskriterien beruht (z.B. Junioren-Nationalkader oder Trainingsgruppe in einem nationalen Leistungszentrum).

## Fazit

Es stellt sich die Frage, ob J+S auch ein Förderprogramm für Mädchen und junge Frauen in ihrer aktiven Teilnahme am Sport ist. Mädchen sind in J+S-Angeboten untervertreten - insbesondere in den regelmässigen Trainings von Sportvereinen und ähnlich funktionierenden Organisationen (NG 1). J+S subventioniert aktivitätsbasiert, das heisst je mehr J+S-Aktivitäten durchgeführt werden und je mehr Kinder und Jugendliche daran teilnehmen, desto höher fallen die Subventionen an den Verein aus. Dementsprechend müsste man sich überlegen, auf welche Art und Weise mehr Mädchen von den Angeboten angezogen oder passendere Aktivitäten für Mädchen geschaffen werden könnten. Will ein Mädchen keinen Wettkampf- oder Leistungssport betreiben, treibt es womöglich bei einem kommerziellen Anbieter Sport, da Vereine oftmals Wettkampf-Sport anbieten. Möchte es hingegen Sportarten ausüben, die im Verein betrieben werden, müsste es ein angepasstes Wettkampfsystem oder entsprechende Angebote vorfinden können.

Dies würde bezwecken, dass ähnlich viele Mädchen und junge Frauen wie Knaben und junge Männer in J+S-Angeboten Subventionen auslösen.

Der Mädchenanteil in J+S-Angeboten ist insbesondere in der Altersgruppe ab 14 Jahren tief. Allerdings ist bei Jugendlichen im Allgemeinen ein Rückgang der Sportaktivität zu verzeichnen. Der Übergang Schule (sowie Angebote des freiwilligen Schulsports) zum Vereinssport oder kommerziellen Angeboten ist folglich optimierungswürdig, wenn einem frühen und akzentuierten Dropout der Mädchen entgegengewirkt werden soll. Dabei müsste überprüft werden, inwieweit die Passung zwischen den Bedürfnissen der Mädchen und den effektiven Angeboten im Vereinssport stimmt. Auch müsste in diesem Falle seitens der Mädchen und jungen Frauen ein minimales Commitment zur regelmässigen Teilnahme an den Angeboten vorhanden sein.

Eine frühe und breite Bewegungs- und Sportförderung ist sinnvoll. Ebenfalls sollte unterstützt werden, dass Mädchen und jungen Frauen in jedem Alter noch in den Sport einsteigen und dabei auch eine breite Palette an Sportarten und Angebote ausprobieren können oder einen Zugang in die Sportart über Animationsangebote wie bspw. Lager oder (einmalige) Sportevents finden.

Weiter gilt es zu überdenken, wie die Anzahl Mädchen in diversen Sportarten erhöht werden kann. Eine absolute Geschlechterparität in jeder Sportart zu erreichen wäre unrealistisch und nicht in jedem Fall zielführend. Entscheidend ist, dass ein egalitärer Zugang und Teilhabe in allen Sportarten sichergestellt wird und, dass traditionelle Sportartenvorstellungen zumindest bei den Strukturen und Beteiligten im Sport aufgeweicht werden. Hierbei könnte hilfreich sein, dass solche Charakteristiken von Sportarten genauer unter die Lupe genommen werden, welche bereits einen ausgeglichenen Anteil Mädchen und Knaben haben.

### **4.1.2 Teilnehmende/ Teilnahmen bei Angeboten des Freiwilligen Schulsports (FS)**

Neben dem obligatorischen Schulsport haben Kinder die Möglichkeit, ergänzend Sportkurse oder –lager in ihrer Freizeit zu besuchen. Die Schule oder Kindergarten ist dabei verantwortlicher Organisator mit der Möglichkeit eines Bezugs von Vereinen oder anderen Veranstaltern (Kindertagesstätten, Kinderhort, etc.). Jugend+Sport unterstützt Angebote des FS finanziell. Der FS erfährt insofern eine besondere staatliche Förderung, als dass für die 5-10-Jährigen doppelte J+S-Beiträge ausgerichtet werden.

In diesem Kapitel liegt der Fokus auf der spezifischen Analyse von J+S-FS-Angeboten.

### Anzahl Teilnehmende

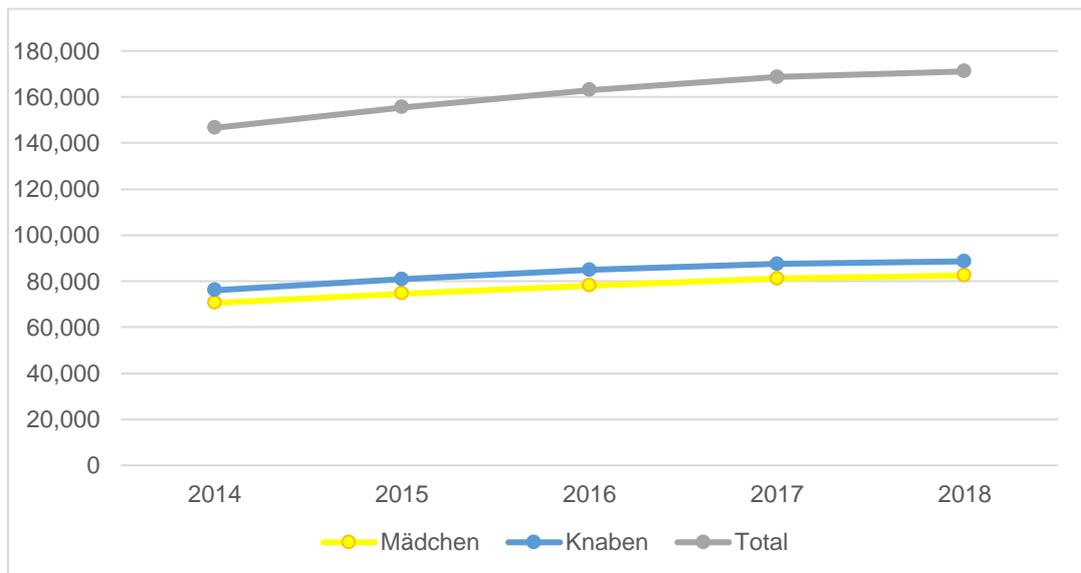


Abbildung 6. Anzahl Teilnehmende an J+S-Freiwilligen Schulsport-Angeboten, 2014-2018.

Knaben und Mädchen sind in Angeboten des FS ähnlich häufig vertreten. Dabei verlief die Zunahme in den letzten 5 Jahren parallel. Im Jahr 2018 betrug der Unterschied von Knaben und Mädchen in absoluten Zahlen circa 6'000 Personen. Im Vergleich dazu sind die Unterschiede zwischen Anzahl Mädchen und Anzahl Knaben bei allen J+S-Angeboten im Bereich von 100'000 Personen.

### Anteil Teilnehmende nach Geschlecht

Die Anteile von Mädchen und Knaben sind im FS sehr viel ausgeglichener als die der gesamten J+S-Angebote. Der Mädchenanteil hat sich zwischen 2014-2018 nicht stark verändert und beläuft sich auf ca. 48%.

### Teilnehmende und ihr Alter

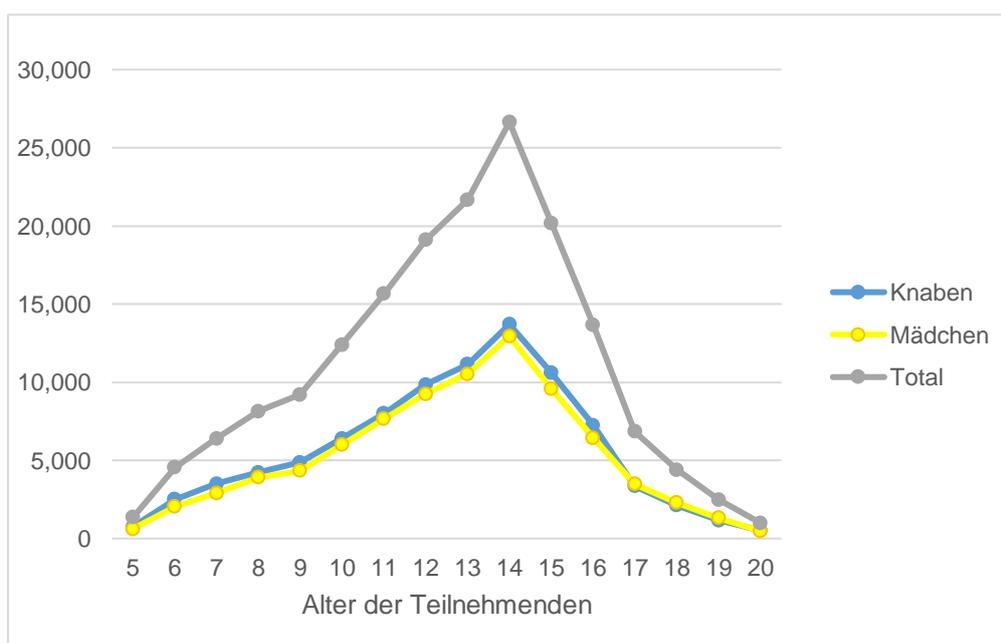


Abbildung 7. Anzahl Teilnehmende in Angeboten des FS, ausgewiesen nach ihrem Alter, 2018.

Auch hier spiegelt sich die zuvor beschriebene Alterskurve des Bewegungsverhaltens von Kindern und Jugendlichen wieder (Lamprecht et al., 2015): Bis zu 14 Jahren steigt die **Anzahl Mädchen** und **Knaben** und fällt danach zügig ab. Denkbar scheint, dass neben dem Rückgang der Sportaktivität aller Jugendlichen (siehe Kapitel «Dropout») auch durch die Beendigung der obligatorischen Schule Kurse des FS nicht mehr oder nicht mehr im gleichen Umfang zugänglich sind.

Im Vergleich zu allen J+S-Angeboten erreichen Angebote des FS Mädchen jeglichen Alters. Besonders in den Jahren, in welchen die Sportaktivität der Jugendlichen abnimmt sowie der Anteil Mädchen in allen J+S-Angeboten sinkt. Der prozentuale Anteil Mädchen steigt im FS sogar im Verlaufe des Alters, wobei zwischen 17 und 19 gar mehr Mädchen als Knaben die Angebote nutzen (Abbildung 8).

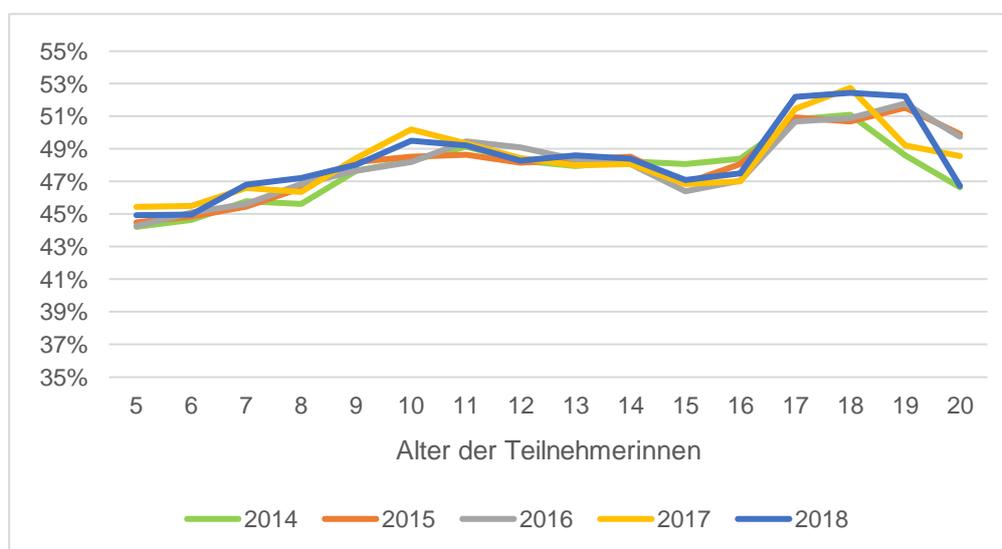


Abbildung 8. Anteil teilnehmende Mädchen und junge Frauen an Angeboten des FS, ausgewiesen nach Alter, 2014-2018.

Obschon ab der «kritischen» Zeit ab 14 Jahren die Anzahl teilnehmender Jugendlicher im Allgemeinen sinkt, ist das Geschlechterverhältnis unter den Verbleibenden weiterhin gleich. Entsprechend scheint der FS so charakterisiert zu sein, dass er Mädchen und Knaben gleichermassen anspricht. Plausibel ist auch, dass die verbleibenden Mädchen andere Bedürfnisse und Voraussetzungen mitbringen, als Mädchen, die in Sportvereinen aktiv sind, z.B. geringere Sportkompetenzen, finanzielle Mittel oder Sprachkompetenzen, welche im FS besser abgedeckt werden.

### J+S-Freiwilliger Schulsport Sportarten

Es werden nachfolgend, analog zum letzten Kapitel, nur Teilnahmen gezählt, bei welchen die Teilnehmenden mehr als 50% der Angebote des Kurses besucht haben. Nicht alle J+S-Sportarten werden im FS angeboten. Wie in Tabelle 7 ersichtlich, sind Skifahren, Allround und Turnen die drei beliebtesten Sportarten. Skifahren macht dabei fast die Hälfte aller Teilnahmen aus. Da Schneesporthlager die in den Schulferien stattfinden, dazu gezählt werden, ist die hohe Anzahl plausibel. Zudem bemerken Lamprecht und Kollegen (2015), dass schulische sowie ausserschulische Schneesporthlager bei Kindern und Jugendlichen beliebt sind. Jugendliche mit MH sind jedoch ein wenig seltener in diesen Lagern anzutreffen und es gefällt ihnen dort auch etwas weniger gut. Fehlende finanzielle Mittel oder unzureichende Schneesporthlagererfahrungen sind mögliche Gründe dafür. Die Angebote des FS präsentieren ähnliche Anteile bei Mädchen und Knaben. Selbst in eher knabenlastigen Sportarten, z.B. Fussball, ist der Mädchenanteil höher und in vielen anderen Sportarten (über die Hälfte der Tabelle 7) ausgeglichener.

Im Vergleich zu allen J+S-Angeboten macht der Fussball bedeutend weniger am Gesamtanteil der Teilnahmen aus. Die **beliebtesten Sportarten** ändern sich nicht grundlegend im Vergleich, jedoch ändern sich ihre Anteile und Reihenfolge.

	Anzahl Teilnahmen	in % aller Teilnahmen	%-Anteil an Mädchen
Skifahren	94'631	47.9	48.3
Allround	18'569	9.4	45.2
Turnen	9'979	5.1	49.1
Fussball	8'859	4.5	32.2
Volleyball	7'669	3.9	62.5
Gymnastik und Tanz	5'408	2.7	85.9
Schwimmen	5'001	2.5	49.7
Unihockey	4'661	2.4	21.6
Leichtathletik	4'129	2.1	50.3
Basketball	3'755	1.9	36.5
Badminton	3'248	1.6	46.9
Geräteturnen	3'200	1.6	70.5
Handball	2'573	1.3	34.7
Tennis	2'547	1.3	45.1
Snowboard	2'347	1.2	46.9
Lagersport/Trekking	2'266	1.1	49.0
Tanzsport	2'254	1.1	82.7
Skilanglauf	2'189	1.1	49.1
Orientierungslauf	1'909	1.0	45.0
andere Sportarten	12'387	6.3	48.5
Total	197'581	100%	48.3

Tabelle 7. Anzahl Teilnahmen nach Sportarten, deren Anteil (%) an den Gesamtteilnahmen und deren Mädchenanteil (%), Stand 2018.

Je nach Angebot, Nachfrage oder Trend verändern sich die Teilnahmen und Anteile Mädchen / Knaben im FS von Jahr zu Jahr erheblich. In Sportarten mit wenig Teilnahmen kann sich folglich ein Verhältnis schnell ändern. Um diesen Veränderungen gerecht zu werden, sind in den nachfolgenden Tabellen (Sportarten mit tiefen und hohen Frauenanteilen) die letzten drei Jahre dargestellt und nach Durchschnitt sortiert.

%-Anteil Mädchen	2016	2017	2018	Mittelwert
Voltigieren	-	100	100	100
Synchronschwimmen	100	93.0	91.7	94.9
Rhönrad	90.5	90.2	90.5	90.4
Rhythmische Gymnastik	91.6	81.1	94.0	88.9
Reiten	81.1	90.6	85.0	85.6
Rollkunstlauf	72.7	100	84.0	85.6
Tanzsport	86.5	86.1	82.7	85.1
Gymnastik und Tanz	84.8	83.0	85.9	84.6
Kunstturnen	69.8	79.6	79.0	76.1
Inlinehockey	51.9	77.8	86.2	72.0
Geräteturnen	70.6	69.5	70.5	70.2
Korbball	67.2	68.9	66.7	67.6
Eiskunstlauf	61.7	67.0	64.4	64.4
Volleyball	62.7	61.8	62.5	62.4
Rettungsschwimmen	56.3	65.0	-	60.6
Faustball	56.1	51.1	55.2	54.1
Speedskating (Rollsport)	56.8	63.0	42.2	54.0
Segeln	52.4	47.6	53.5	51.2
Leichtathletik	49.2	50.5	50.3	50.0
Baseball/Softball	32.2	44.7	52.0	42.9

*Tabelle 8. Sportarten, in welchen die Mädchen eine Mehrheit bilden. Die Zahlen beziehen sich auf die Jahre 2016-2018 und beschreiben den %- Anteil der Mädchen bei den Teilnahmen. Sportarten, welche in gewissen Jahren einen Mädchenanteil unter 50% hatten, wurden grau gekennzeichnet. Baseball hat dementsprechend im Durchschnitt einen tieferen Anteil Mädchen als Knaben, wurde jedoch aufgelistet, da im letzten Jahr der Anteil über 50% lag. Sportarten, welche in einem gewissen Jahr (noch) keine Angebote hatten, wurden mit einem «-» gekennzeichnet.*

Im Vergleich mit dem gesamten J+S-Angebot sind wiederum nicht andere Sportarten in Tabelle 8 und 9 vertreten, lediglich deren Reihenfolge ändert sich. Inlinehockey, Faustball, Segeln und Baseball (nur im letzten Jahr) werden beim FS von einer Mehrheit Mädchen betrieben und Synchronized Skating (keine FS-Sportart), Turnen, Trampolin, Schwimmen, Allround und Lagersport/Trekking neu von einer leichten Mehrheit Knaben. Faustball und Baseball gehen von über 60% Knabenanteil im gesamten J+S-Angebot bis zu einer Mehrheit Frauen im FS. Rettungsschwimmen veränderte sich zum klaren Mädchensport.

%-Anteil Mädchen	2016	2017	2018	Mittelwert
Rugby	14.4	12.2	16.6	14.4
Gewehr	17.2	16.2	18.2	17.2
Pistole	23.3	21.0	9.5	17.9
Ringen	11.8	27.3	24.0	21.0
Landhockey	24.0	18.8	21.4	21.4
Unihockey	21.7	21.5	21.6	21.6
Tischtennis	21.6	22.5	21.8	22.0
Squash	29.9	19.6	22.4	24.0
Eishockey	16.6	28.3	28.1	24.3
Rollhockey	15.9	14.0	43.7	24.5
Wasserball	18.9	40.4	31.6	30.3
Schwimmen	20.0	22.2	50.0	30.7
Judo	32.4	34.2	31.2	32.6
Fussball	33.1	33.4	32.2	32.9
Fechten	31.7	34.7	32.4	32.9
Armbrust	25.0	50.0	25.0	33.3
Handball	33.9	34.6	34.7	34.4
Tchoukball	47.2	34.0	27.5	36.2
Bogensport	37.5	30.8	41.4	36.6
Basketball	37.0	36.3	36.5	36.6
Skitouren	36.6	38.3	42.4	39.1
Curling	49.2	33.9	34.9	39.3

*Tabelle 9. Sportarten, welche die tieferen Frauenanteile verzeichnen. Die Zahlen beziehen sich auf die Jahre 2016-2018 und beschreiben den %- Anteil der Mädchen bei den Teilnahmen. Sportarten, welche bis zu 60% Knabenanteil aufweisen werden berücksichtigt.*

Auffallend ist, dass es im FS fast keine stark knabenlastigen Sportarten (über 80% Knabenanteil) gibt, wie dies bei J+S-Angeboten im Gesamten der Fall ist. Innerhalb des gesamten Angebots des FS gibt es nur wenige Mädchen- und Knabendominierte Sportarten. Es ist denkbar, dass die teilnehmenden Mädchen, gegeben durch eine «passende» Struktur der Angebote, auch verschiedene und mädchenuntypische Sportarten ausprobieren.

Im Vergleich zum gesamten J+S-Angebot nehmen einzig Curling und Gewehr im Schnitt an Knabenanteilen zu. In Sportarten wie Ringen, Eishockey, Unihockey, Tischtennis, Fussball fällt der Knabenanteil unter die 80%-Marke und im Rollhockey gar unter 60% in den letzten 5 Jahren.

	%-Anteil Mädchen
Orientierungslauf	45.0
Tennis	45.1
Allround	45.2
Bergsteigen	45.9
Karate	46.1
Snowboard	46.9
Badminton	46.9
Ju-Jitsu	47.4
Golf	47.5
Trampolin	47.9
Skifahren	48.3
Lagersport/Trekking	49.0
Skilanglauf	49.1
Turnen	49.1
Schwimmen	49.7
Leichtathletik	50.3
Sportklettern Fels	53.3
Segeln	53.5
Sportklettern Kletterwand	53.7
Faustball	55.2

*Tabelle 10. Sportarten, in welchen ein ausgeglichener Anteil Mädchen-Knaben besteht (zwischen 45 und 55%, Stand 2018).*

Im Vergleich mit dem gesamten J+S-Angebot haben beim FS die Sportarten Tennis, Bergsteigen, Karate, Badminton, Ju-Jitsu, Golf, Trampolin, Turnen, Segeln und Faustball ein eher ausgeglichenes Geschlechterverhältnis von 45 bis 55%. Lediglich das Speedskating ist «weiblicher». Badminton, Golf, Radsport, Rudern und Tennis werden ausgeglichener.

Keine deutlichen Aussagen sind in den Wassersportarten (z.B. Wasserball, Wasserspringen und Windsurfen) sowie im Schwimmen möglich, da sie pro Jahr wenige Teilnahmen verzeichnen. Einige Sportarten wie Segeln, Turnen und Leichtathletik werden ausgeglichener und pendeln zwischen kleinen Mehrheit/Minderheiten beider Geschlechter hin und her.

### Reine Mädchenangebote

Im letzten Jahr haben bei 3.5% bzw. 3.8% der Angebote nur Mädchen bzw. Knaben teilgenommen. Diese Zahlen entsprechen in etwa dem fünfjährigen Durchschnitt. Es bleibt unklar, ob diese Angebote explizit für Mädchen oder Knaben ausgeschrieben wurden oder ob per Zufall eine reine Gruppe Mädchen oder Knaben entstand.

### Fazit

Organisationen sollten möglichst diverse Aktivitäten für junge Kinder mit unterschiedlichen sportlichen Kompetenzen und Bedürfnissen anbieten. Das Ausprobieren von verschiedenen Aktivitäten erhöht die Chance, dass Kinder eine Tätigkeit finden, welche ihnen gefällt, in welcher sie erfolgreich sein können und welche sie weiterhin ausüben, auch wenn ihre zeitlichen Ressourcen knapper werden. Fehlt die Möglichkeit der Identifikation mit einer freudigen Aktivität, wählen Kinder wahrscheinlich die Inaktivität (Aaron, 2002).

Der FS setzt an dieser Erkenntnis an. Verschiedene, schul- und umfeldnahe Aktivitäten lassen kostengünstig Mädchen sowie Knaben Sportarten ausprobieren, welche in die Tagesstruktur eingebettet sind und ohne Leistungsdruck in einem vertrauten Umfeld ausgeübt werden können (vgl.

auch Nobis & El-Kayed, 2019). Ein erster Einstieg in Bewegung und Sport wird so erleichtert. In diesem Rahmen sind Leistung und Wettkampf möglich, jedoch nicht zwingend.

Ungefähr 30% der Sportarten werden in einem ausgeglichenen Verhältnis von beiden Geschlechtern betrieben. «Klassische», Mädchen- oder Knabensportarten gibt es nicht. Es scheint mehr ausprobiert und das ganze Angebot von Mädchen sowie Knaben genutzt zu werden. Die Anzahl der Teilnahmen ist abhängig von den Angeboten und Trends. Entsprechend variiert die Anzahl in einigen Sportarten von Jahr zu Jahr. Reine Mädchenangebote, in welchen Mädchen unter sich die Sportart und sich selbst erleben könnten, könnten im Lichte der bisherigen Erkenntnisse neben gemischtgeschlechtlichen Angeboten vorteilhaft sein und sind auszubauen.

Da der FS Mädchen - besonders auch Mädchen mit Migrationshintergrund - gleichermassen erreicht wie Knaben, kann angenommen werden, dass er bedürfnisorientierte und lebensphasengerechte Angebote für Mädchen durchführt. Gerade diese niederschweligen Angebote sprechen Kinder an, die sportlich weniger aktiv und nicht Mitglied in einem Sportverein sind, mit dem Vereinssport nicht vertraut sind oder ihn nicht bezahlen können. Da es im Alter von 14 Jahren auch im FS zum Teilnehmerrückgang kommt, wäre unter den bereits erwähnten Bedingungen einer sinnvollen Passung von Bedürfnissen und Angeboten, der Transfer vom FS in den Vereinssport zu fördern. Denn somit könnte gewährleistet werden, dass Jugendliche auch über das Schulalter hinaus regelmässig Sporttreiben.

## 4.2 Ehrenamtliche Tätigkeit

Für die gleichberechtigte Möglichkeit der Übernahme von gesellschaftlichen Rollen und Rechten ist die ehrenamtliche Tätigkeit im Sport bedeutend. Nicht nur können so die sportbezogenen Interessen von Mädchen und jungen Frauen vermehrt berücksichtigt werden und weibliche Ehrenamtliche vermehrt als Vorbild wirken, auch stellen ehrenamtliche Tätigkeiten ein Zeichen von sozialer Integration im Sport dar. Obwohl junge Männer häufiger in Sportvereinen vertreten sind, sind junge Frauen häufiger dazu geneigt, sich ehrenamtlich, sprich freiwillig und weitgehend unentgeltlich, in Vereinen zu betätigen oder auch in Zukunft ein neues Amt zu übernehmen (Lamprecht et al., 2015). Um ein umfassenderes Bild zu zeichnen werden nachfolgend Kennzahlen zur Kaderbildung bei J+S, welche ab 18 Jahren zugänglich ist, beschrieben. Im Anschluss daran wird beispielhaft das kantonale Projekt «1418coach» für angehende Hilfsleiterpersonen unter 18 Jahren vorgestellt.

### 4.2.1 Kaderbildung bei J+S

#### Teilnehmende in Ausbildungskursen

Die Anzahl Männer und Frauen in J+S-Ausbildungskursen haben sich über die letzten 5 Jahre nicht allzu stark verändert. Frauen besuchen die Kurse bedeutend weniger häufig als Männer. Der Unterschied zwischen den Geschlechtern ist dabei noch grösser als derjenige der Teilnehmenden an J+S-Sportangeboten.

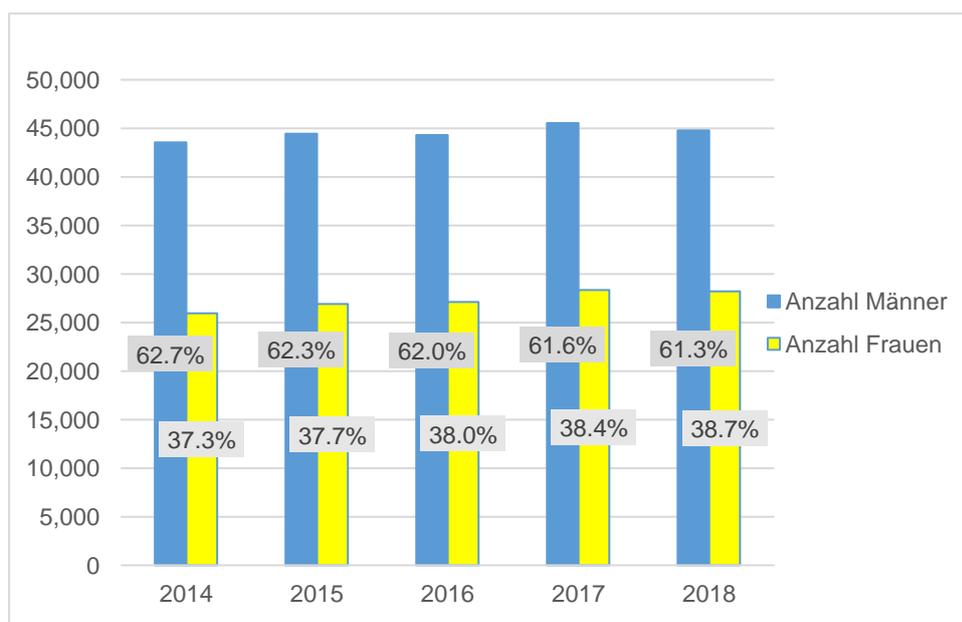


Abbildung 9. Anzahl und Anteil Teilnehmende an J+S-Kaderbildungskursen, 2014-2018.

## Zielgruppen der Leitenden

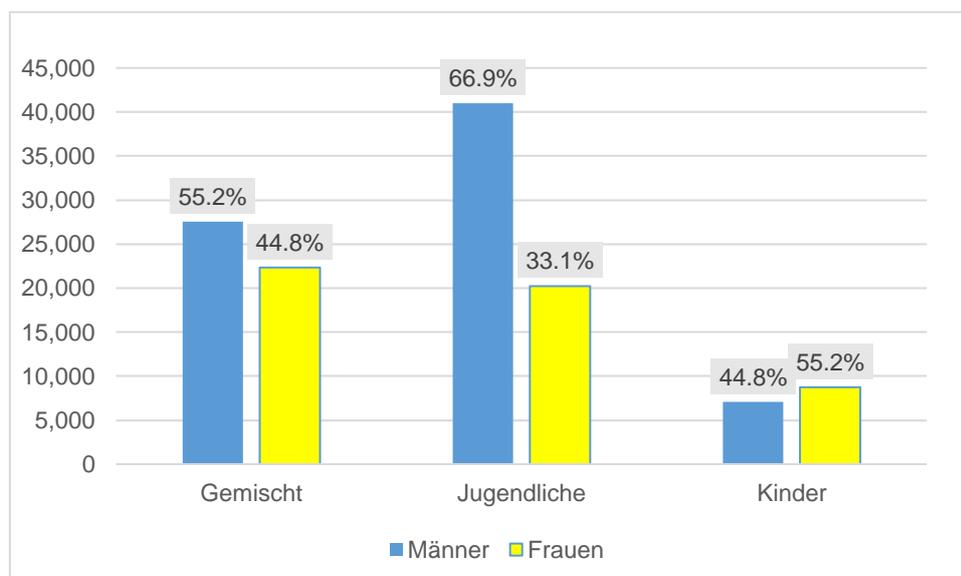


Abbildung 10. Anzahl und Anteil Leitende (Personen in aktiver Leiterfunktion), ausgewiesen nach den Zielgruppen, in welchen sie ein J+S-Angebot leiten, 2018.

In den letzten 5 Jahren nahmen die Anzahl Personen, welche in einem J+S-Angebot eine Leitertätigkeit ausübten, stetig zu. Abbildung 10 zeigt Zahlen aus dem Jahr 2018. Frauen sind innerhalb der drei Zielgruppen am häufigsten bei gemischten Angeboten als Leiterinnen vertreten, Männer bei den Jugendlichen. Im Vergleich zwischen den Geschlechtern sind Frauen leicht bei den Kindern und Männer klar bei den Jugendlichen und leicht bei gemischten Angeboten in der Mehrheit.

## Alter der Leitenden

Unter dem Begriff «Leitende» wird hier die Leitungsaktivität/Leitungsfunktion in einem J+S-Angebot verstanden. Wie in Abbildung 11 ersichtlich, beginnt die Altersskala bei 17 Jahren, da in der Sportart Lagersport/Trekking bereits mit 17 Jahren ein J+S-Ausbildungskurs besucht und danach geleitet werden kann. In den restlichen Sportarten ist das Zutrittsalter zur J+S-Kaderbildung auf 18 Jahre festgelegt.

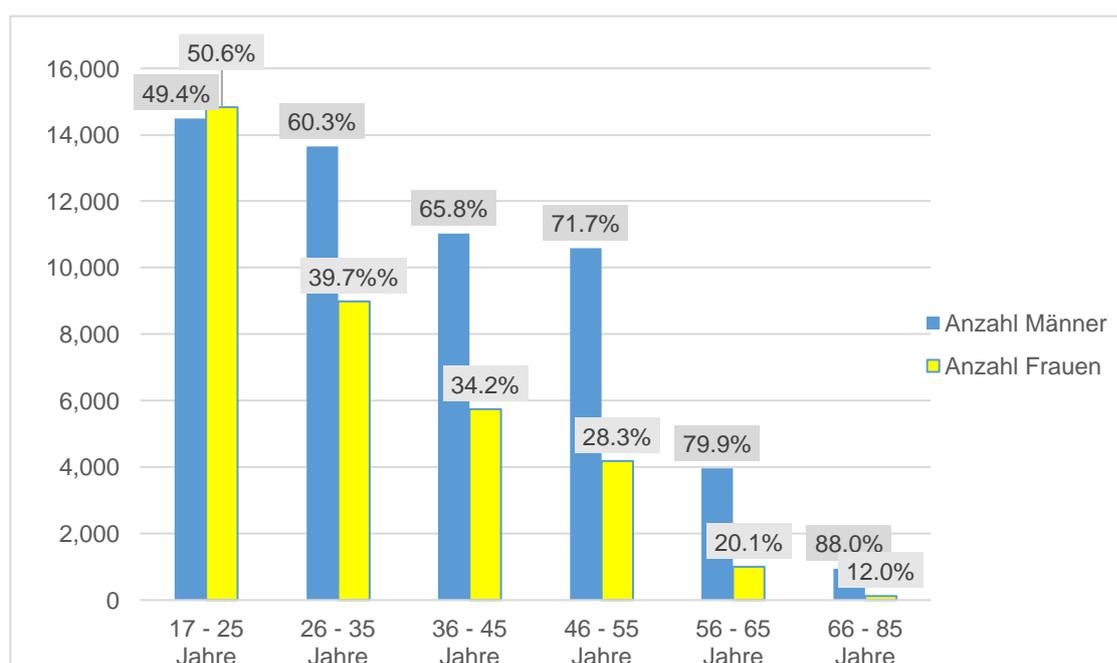


Abbildung 11. Anzahl und Anteil Teilnehmende in einer J+S-Leiterfunktion, ausgewiesen nach Alter, 2018.

Die meisten Frauen und Männer engagieren sich zwischen 17-25 Jahren in einem J+S-Angebot als Leiterin oder Leiter. In dieser Altersspanne überwiegt dabei der Anteil Frauen leicht, ab 26 Jahren nimmt der Anteil der Frauen stetig ab und die Männer sind bis ins hohe Alter stets in einer Mehrheit vertreten. Ab dem Alterssegment von 26-35 Jahren steigt der Männeranteil bedeutend. Ebenfalls nimmt die Anzahl Frauen in und nach dieser Altersspanne stetig ab. Dies könnte einerseits daran liegen, dass Frauen nach wie vor zu grösseren Anteilen den Haushalt und die Kinderbetreuung übernehmen und diese Form des Engagements einen zusätzlichen zeitlichen Aufwand bedeutet. Andererseits ist denkbar, dass Ausbildungskurse überwiegend von Männern geleitet, teilnehmende Leitende überwiegend Männer sind oder sie Männer vornehmlich in solchen Funktionsrollen wahrnehmen, was für Frauen unattraktiv oder demotivierend sein kann. Wer nicht schon früher als leitende Person tätig war, steigt wahrscheinlich auch nicht mehr im «höheren» Alter ein. Des Weiteren scheint auch denkbar, dass sich in diesen Zahlen ein Generationen-Effekt widerspiegelt. Es könnte sein, dass Frauen erst in den letzten 20-30 Jahren zunehmend Leiterinnen wurden, da es in den Generationen davor nicht üblich war. Diese Gründe scheinen auch im nächsten Abschnitt relevant.

### Anerkennungen

	Alter				älter als 20 Jahre			
	18-20 Jahre							
	männlich	weiblich	männlich %	weiblich %	männlich	weiblich	männlich %	weiblich %
<b>Anerkennung</b>								
Coach	33	48	40.7%	59.3%	7'877	5'613	58.4%	41.6%
Coach Experte	0	0	-	-	178	88	66.9%	33.1%
Experte	0	0	-	-	3'509	1'518	69.8%	30.2%
Leiter	5'651	5'952	48.7%	51.3%	63'867	47'413	57.4%	42.6%

Tabelle 11. Anzahl sowie Anteile Personen mit einer gültigen Anerkennung in diversen Funktionen, August 2019.

Im Jugendalter (unter 20) sind junge Frauen bei den Coach-Anerkennungen sowie bei den Leitenden in der Mehrheit. Ab 20 Jahren sind die Männer in jeder Funktion häufiger vertreten. Gerade bei den Experten sowie Coach Experten sind Männer doppelt so häufig vertreten wie Frauen. Je mehr die J+S-Ausbildung in Richtung Expertise geht, desto weniger Frauen sind vorhanden.

### Fazit

Frauen sind weniger in Ausbildungsangeboten und über die meisten Sportarten hinweg betrachtet in Leitfunktionen bei J+S-Angeboten vertreten. Gerade in jungen Jahren sind am meisten Frauen in Leiterfunktionen zu finden. Je älter, desto weniger sind sie aktiv. Entweder steigen sie als Leiterinnen im frühen Erwachsenenalter aus oder sie steigen mit zunehmenden Alter wahrscheinlich seltener als aktive Leiterinnen ein. Bei Angeboten für Jugendliche herrscht eine klare Diskrepanz zwischen weiblichen und männlichen Leitenden. Frauen in diesem Alter gilt es folglich nicht nur als Teilnehmerinnen, sondern auch als Leiterinnen der Angebote zu fördern.

Besonders auch in der Funktionsrolle der Expertinnen sind Frauen unterrepräsentiert. Um die Interessen von Mädchen und Frauen mitzudenken und zu gestalten sowie von sporttreibenden Mädchen wahrgenommen zu werden, ist es wichtig, dass diese auch in Kaderfunktionen stärker als bisher vertreten sind. Womöglich stehen zeitlich nicht die gleichen Ressourcen oder Möglichkeiten im Allgemeinen zur Verfügung. Denkbar scheint, dass auch die Ausbildungsdomäne im Sport eher als «etwas für Männer» wahrgenommen wird oder es bestehen (sozialisationsbedingte) Unterschiede im Selbstbewusstsein, eine solche Ausbildung anzustreben (vgl. auch Zeigler-Hill & Meyers, 2012).

## Projekt 1418coach

Das Projekt 1418coach ist ein kantonales Projekt des Sportamts Zürich<sup>24</sup> das darauf abzielt, Hilfsleitende unter 18 Jahre sportartübergreifend auszubilden. Dabei soll das Finden und Behalten von ehrenamtlichen Leiterinnen und Leitern gefördert werden. Jugendliche zwischen 14-18 Jahren werden an Leitertätigkeiten herangeführt und sie lernen, in ihrem Verein Mitverantwortung zu übernehmen. In einem Ausbildungswochenende werden den Leitenden in spe Grundlagen vermittelt und dazu befähigt, erste Leitereinsätze zu übernehmen. Jeder Leiter und jede Leiterin erhält eine erfahrene J+S-Leitperson als Pate oder Patin zur Seite gestellt. Diese passen die Verantwortungsbereiche den Hilfsleitenden an, übertragen sowie erweitern deren Aufgaben mit zunehmender Erfahrung. Das Sportamt fördert dies mit Beiträgen aus dem kantonalen Sportfonds. Pro Training werden 7 Franken ausbezahlt, mit der Idee, dass die Vereine damit die Hilfsleitenden direkt unterstützen. Aktuell wird das Projekt nebst dem Kanton Zürich auch von den Kantonen Zug, Nidwalden, Schaffhausen und Graubünden betrieben. Im nächsten Jahr kommen die Kantone Aargau, Schwyz, Bern, Luzern und das Fürstentum Lichtenstein hinzu.<sup>25</sup>

Da es gerade im Alter vor 18 resp. 17 Jahren Sinn macht, die Kinder und Jugendlichen in den Sport einzubinden, wird dieses Projekt insbesondere für die Mädchen als mögliche Chance gesehen. Durch Vertrauen, Verantwortung und einer kleinen Entschädigung soll bereits früh auf eine leitende Funktion vorbereitet werden. Dank der Unterstützung des Sportamtes des Kantons Zürich kann nachfolgend ein Bild gezeichnet werden, wie viele Teilnehmende das Projekt seit 2015 verzeichnet, wie viele davon weiblich waren und in welchem Alter sie einstiegen. Das Projekt erfreut sich immer stärkerem Zuwachs. In 2015 startete es in Zürich mit 107 Teilnehmenden und schloss im letzten Jahr mit 426 Personen. Vorbildlich ist, dass der Frauenanteil in den letzten Jahren stets leicht über 50% lag ausser im Jahr 2017 (2015: 54%, 2016: 53%, 2017: 47% und 2018: 52%).

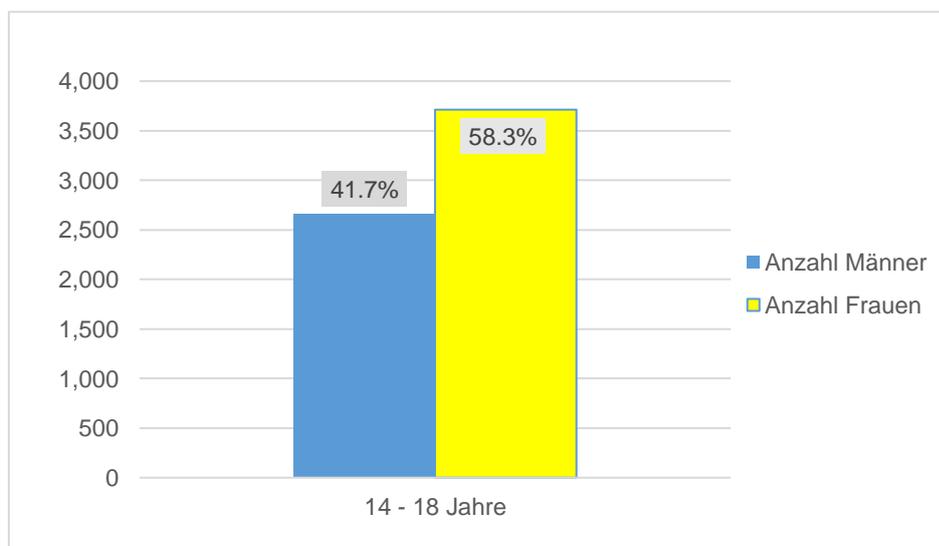


Abbildung 12. Anzahl und Anteil Hilfsleitende zwischen 14 und 18 Jahren, 2018.

Abbildung 12 zeigt alle bei J+S gemeldeten Hilfsleitende in J+S-Kursen zwischen 14 und 18 Jahren, u.a. auch des obengenannten Projekts. Die Frauen sind hier ebenfalls stärker vertreten. Männer scheinen oftmals später in eine Funktionsrolle zu finden, dafür aber länger zu bleiben.

Die meisten Auszubildenden beginnen mit 14 bis 16 Jahren, was interessant ist, da zu dieser Zeit oftmals die sportlichen Aktivitäten zurückgehen oder gar ein Dropout aus dem Sport geschieht. Ist dies eine Möglichkeit solche Aussteiger aufzufangen und in einer weiteren Form für den Sport zu begeistern oder sind es sowieso die sehr aktiven und engagierten Jugendlichen, welche mitmachen? Die Folgen dieses Projekts sind nur schwer abschätzbar. Verfolgen ausgebildete Hilfsleiter später auch eine Karriere in der J+S-Kaderbildung? Dies kann nicht mit Sicherheit gesagt werden, jedoch

<sup>24</sup> ohne Unterstützung des Bundes

<sup>25</sup> [https://sport.zh.ch/internet/sicherheitsdirektion/sport/de/jugend\\_und\\_sport/1418coach.html](https://sport.zh.ch/internet/sicherheitsdirektion/sport/de/jugend_und_sport/1418coach.html)

scheint es, dass der Übergang klappen könnte. Wie in den oberen Analysen ersichtlich, sind Frauen und Männer von 17 bis 25 Jahren am häufigsten in J+S-Angeboten als Leitende tätig, im Vergleich zu allen anderen Alterssegmenten. Frauen sogar leicht häufiger. Interessant wäre es herauszufinden, inwiefern sich die Bedürfnisse und Motive zu einer ehrenamtlichen Tätigkeit zwischen den 14-18-jährigen resp. 17-25-jährigen jungen Frauen von denjenigen nach 25 Jahren unterscheiden, da in diesem Alter ein Dropout an Leiterinnen zu geschehen scheint.

# 5. Good practice: Bestehende Projekte der Mädchenförderung

Die nachfolgenden Mädchenförderungsprojekte und -programme werden aufgrund ihrer vielversprechenden Konzepte und ihrer Wirkungen vorgestellt. Es werden die wesentlichen Ansatzpunkte in der Projektarbeit verdeutlicht, die wegweisend für die Mädchenförderung in der Schweiz, auf öffentlich- und/oder privat rechtlicher Ebene sein können.

## 5.1 Projekte und Programme in der CH

In den vorzustellenden Schweizer Projekten liegt der Schwerpunkt auf der Bewegungsförderung und Freude am Sport. Ansatzpunkte für die nachfolgenden Projekte beziehen sich auf Sportartpräferenzen, mädchenunterrepräsentierte Sportarten, schutzfördernde oder selbstwertstärkende Sportarten, Lagersport und Angebote für Migrantinnen.

Die vorgestellten Projekte und Institutionen beziehen sich auf das Sporttreiben von Mädchen unter sich resp. von Angeboten ausschliesslich für Mädchen und junge Frauen. Befunde zeigen, dass eine positive Beziehung zwischen der Teilnahme an Sportaktivitäten und sozialer Integration von Mädchen und Frauen besteht (WHO, 2007). Kommen Mädchen in die Adoleszenz, wird der Zugang zu sicheren Räumen begrenzt. Evidenzen von Good-practice-Sportvereinen zeigen, dass Sportaktivitäten Mädchen einen Zugang zu sicheren sozialen Räumen bietet (Piatkowska, Perényi & Elmoose-Østerlund, 2017).

Einige Sportprojekte siedeln in **Sportarten** an, welche bei Mädchen **populär** sind. Gerade das Tanzen scheint ein beliebtes Mittel zu sein, um Mädchen für den Sport zu gewinnen. Beispielprojekte:

«Roundabout»<sup>26</sup>

Roundabout wurde im Jahr 2000 vom Blauen Kreuz Schweiz als Mädchenspezifisches Gesundheitsförderungs- und Präventionsangebot auf die Beine gestellt. Es wurde zum nationalen Streetdance-Netzwerk. Dabei bietet es Mädchen und jungen Frauen zwischen 8 und 20 Jahren Streetdance-Tanzgruppen resp. ein niederschwelliges Tanzangebot. Ungefähr 100 solcher Gruppen gibt es in der Schweiz mit über 1000 Teilnehmerinnen und freiwillig engagierten Gruppenleiterinnen. Es siedelt sich zwischen offener Jugendarbeit und Bewegungsförderung an. Als Ziel wird u.a. genannt, dass sich die jungen Frauen regelmässig und gerne körperlich bewegen. Die Gruppen sind jeweils ins nationale Netzwerk eingebettet, welches für die Gesamtkoordination, Identifikation und die Leiterinnenschulung zuständig ist und werden von einer kantonalen Leiterin betreut. Vor Ort wird die Gruppe durch eine Partnerorganisation wie bspw. von einer Jugendorganisation unterstützt. Nebst den wöchentlichen Trainings ist ebenfalls ein Teil gemütlicher Austausch und Beisammensein geplant.

Zentral ist in diesem Projekt, dass nicht nur die Bewegung gefördert wird, sondern im Sinne der Jugendarbeit auch der Austausch und das Kennenlernen darüber hinaus. Das kann gerade für Mädchen von besonderem Interesse sein (siehe Kapitel «Wünsche und Bedürfnisse»). Die schweizweite Vernetzung und die Einbettung in diverse Strukturen lässt eine gewisse Flexibilität bei der Erweiterung des Programms zu und stellt eine Unterstützung durch mehrere Instanzen sicher.

---

<sup>26</sup> [http://www.roundabout-network.org/ueber\\_uns/das\\_sind\\_wir](http://www.roundabout-network.org/ueber_uns/das_sind_wir)

## «DanceQweenz»<sup>27</sup>

DanceQweenz ist ein von der Laureus Stiftung im Jahr 2018 lanciertes, nationales Tanzprojekt von infoklick.ch und der Kinder- und Jugendförderung Schweiz. Dieses legt Wert auf die Förderung von Mädchen von 9 bis 20 Jahren unabhängig ihrer Herkunft und ihres sozialen Umfeldes. Dabei sollen soziale Kompetenzen entwickelt werden. Das Projekt findet im Rahmen eines Tanzwettbewerbes statt und kann mit allen Stilrichtungen bestritten werden. Das gemeinsame Ziel und Tun fördert den Zusammenhalt, die Stärkung des Selbstwerts und die gesellschaftliche Integration. Zum Projekt gehören auch Workshops, welche besucht werden können. Ab 2019 hat sich die Projektleitung das Ziel gesetzt, über 2'000 Mädchen und junge Frauen in rund 500 Tanzgruppen zu erreichen.

Das Hinarbeiten auf ein gemeinsames Ziel und die multiplen Organisationsformen machen das Projekt interessant und für alle Formen des Tanzens zugänglich. Durch den Wettbewerb wird die Bewegung sichergestellt, allerdings ist nicht klar, wie viel diese ausmacht resp. wie regelmässig sie ausfällt.

Das Tanzen scheint ein grosses Potential zu besitzen, Mädchen anzusprechen. Auch weitere Sportarten wie Reiten, Gymnastik oder Turnen könnten sich womöglich anbieten.

Andere Projekte versuchen, Mädchen und junge Frauen in **Sportarten** zu fördern, welche für Frauen «untypisch» sind resp. bei welchen der **Frauenanteil niedrig** ist. Die Grundidee ist dabei, dass durch die Teilnahme an traditionellen Knabensportarten eine Erweiterung der Definition der Weiblichkeit stattfinden kann und Vielfalt und Geschlechtergerechtigkeit gefördert wird (Gramespacher & Fetz, 2009). Beispielprojekte:

## «kick:it/ Mädchenfussball»<sup>28</sup>

Das von der Stiftung idéesport lancierte Projekt «kick:it» wurde vom Verein Raumfang in einem Nachfolgeprojekt übernommen. Das Ziel ist es, Mädchen und junge Frauen in den Fussball zu holen und für diesen zu begeistern sowie die älteren Mädchen als Hilfsleiterinnen zu befähigen und als Unterstützung der Leitenden und als Vorbilder für die Jüngeren einzubauen. Der Zugang zum Fussballverein soll erleichtert werden. Die kick:it-Kurse laufen über den freiwilligen Schulsport und sollen eine Brücke zwischen freiwilligem Schulsport und Sportverein aufbauen. Durch Begleitmassnahmen wie Schnuppertrainings oder Turniere soll der Zugang zum Fussball Club ermöglicht werden.<sup>29</sup>

Der Kernpunkt dieses Projekts ist einerseits diese erste Möglichkeit, den Sport unter Mädchen auszuprobieren und die Begeisterung dafür zu entwickeln. Danach wird der wichtige Übergang in einen Verein angestrebt, um ein nachhaltiges Fussballspielen zu fördern. Andererseits werden durch die Ausbildung von Hilfsleiterinnen Frauen befähigt, ein tieferes Verständnis und Verbundenheit mit dem Sport angestrebt, Verantwortung kreiert und gleichzeitig Vorbilder für die jüngeren Mädchen geschaffen.

## «Girls Ping»<sup>30</sup>

Das Projekt wurde aufgrund einer Maturarbeit gestartet, welches der Frage nachging, wieso das Tischtennis so wenig Mädchen anzieht und diese nicht behalten kann. So entstand ein fixes Trainingsteam, welches nur aus Mädchen besteht und in welchem sich Nachwuchsspielerinnen, aktive Spielerinnen sowie Trainerinnen engagieren. Dabei wird Wert daraufgelegt, den Wünschen der Mädchengruppe zu entsprechen und gemeinsam unter sich Fortschritte zu erzielen und voneinander zu lernen. Es werden Clubtrainings, regionale Trainings sowie Trainingswochenenden angeboten.

<sup>27</sup> <https://www.dance-qweenz.ch/deutschschweiz/home/>

<sup>28</sup> <http://raumfang.ch/projekte/maedchen-am-ball/projektbeschreibung/>

<sup>29</sup> siehe auch analog in Deutschland: <https://www.kicking-girls.info/>

<sup>30</sup> <http://www.girls-ping.ch/index.html>

Was an diesem Projekt vielversprechend scheint, ist die Vielfältigkeit der Angebote und die Möglichkeit leicht in den Sport einzusteigen sowie währenddessen ein Miteinander unter Mädchen zu geniessen. Besonders auch, dass versucht wird innerhalb des Trainings Bedürfnisse von Mädchen aufzunehmen und ein «mädchengerechtes» Training zu kreieren.

Auch bestehen Projekte, welche auf **Sicherheit und Selbstwert sowie physische Stärke** von Mädchen und Frauen abzielen und damit explizit nicht nur die Bewegung, sondern auch die Prävention, in diesem Falle der Gewalt, ins Auge fassen. Auch in Deutschland ist dies Schwerpunkt einiger Verbände und Vereine und setzt bei der Selbstverteidigung und –behauptung an (Gramespacher & Fetz, 2009). Beispiel:

#### «Pallas» – Selbstverteidigung<sup>31</sup>

Die 1994 gegründete Schweizerische Interessengemeinschaft Selbstverteidigung für Frauen und Mädchen ist im herkömmlichen Sinne kein Projekt, sondern eine Institution. Dabei werden generationsübergreifend Kurse angeboten, in welchen Mädchen und Frauen lernen, sich selber zu verteidigen. Ebenfalls werden Trainerinnen von der Institution selber ausgebildet.

An dieser Institution ist besonders der Präventionsfaktor hervorzuheben, auch wenn nicht direkt auf die Bewegungsförderung abgezielt wird. Ebenfalls werden Kurse für Mädchen und ihre Mütter angeboten, was einen generationenübergreifenden Diskurs anregt, familieninterne Erlebnisse schafft und Mädchen erlaubt, ihre Mütter in einer Vorbildfunktion zu erleben.

Gerade **Lager** haben einen besonderen Anreiz. In einem geschützten Rahmen kann über eine längere Zeit eine oder mehrere Sportarten ausprobiert und die Mitsportlerinnen besser kennen gelernt werden. Beispielprojekt:

#### «Laureus Girls in Sport Camps»<sup>32</sup>

Diese von der Laureus Stiftung initiierten Camps bieten ein polysportives Angebot für Mädchen und junge Frauen von 11 bis 17 Jahren an. Zielgruppe des Programms sind folglich Mädchen, insbesondere Mädchen aus sozial, wirtschaftlich oder anderweitig benachteiligten Verhältnissen. Das Ziel ist es, die Mädchen für den Sport zu begeistern, ihn ausprobieren zu lassen und auch ausserhalb des Camps zu Bewegung zu animieren. Der Fokus liegt dabei neben der Bewegung und dem Sport auf der Persönlichkeitsbildung, der Gesundheit und der Ernährung.

Die Besonderheit an diesem Projekt ist der geschützte und freudvolle Rahmen eines Lagers, um ein möglichst diverses Sportangebot auszuprobieren und für die Zukunft zu motivieren. Die Camps sprechen oftmals eher sportliche als inaktive Mädchen an (Gramespacher & Hänggi, 2014). Dies wäre sicher ausbaufähig. Auch steht das Lager allen offen, gerade aber wird auf Mädchen aus benachteiligten Verhältnissen abgezielt und damit ein wertvoller Beitrag zur Integration geschaffen.

Zielgruppe diverser Projekte und Programme sind **Mädchen mit Migrationshintergrund**, mit der Absicht, ihre Integration in den Sport zu fördern und bedürfnisorientierte Angebote zu kreieren.

---

<sup>31</sup> <https://www.pallas.ch/ueberuns/vereinsinfo.html>

<sup>32</sup> <https://www.laureus.ch/de/projekte/laureus-girls-in-sport/>

Dieser Basketballverein fördert soziale Integration von jungen Migrantinnen. Der Club startete ein Integrationsprojekt, welches Trainings innerhalb eines unterstützenden Umfelds mit Frauenmannschaften und Trainerinnen gewährleisten soll. Kostenfreie Trainings werden zusätzlich in Zusammenarbeit mit Schulen (u.a. im Rahmen des Freiwilligen Schulsports) angeboten.

Bedürfnisse der Migrantinnen (bspw. Kosten, Niederschwelligkeit, etc.), werden in diesem Vereinsprojekt berücksichtigt. Des Weiteren besitzt der Verein eine Integrationsverantwortliche, welcher sich dieser Themen annimmt. Das Angebot ist ausschliesslich für Frauen und Frauen werden in der zentralen Funktion als Trainerinnen sichtbar. In einem gemeinsamen Workshop mit Trainerinnen, Mitgliedern und Eltern wurde ein integrationsförderliches Leitbild ausgearbeitet.

Auch sind einige Schweizer Sportverbände motiviert, sich auf Verbandsebene in der Thematik zu engagieren. Punktuell werden schon kleinere Projekte oder Programme verfolgt oder besteht die Motivation sich künftig strategisch und strukturell im Rahmen der Mädchen- und Frauenförderung zu entwickeln.<sup>34</sup> Womöglich fehlt es bei bestehenden Projekten noch an Sichtbarkeit und/oder an einer übergeordneten Verbandsstrategie.

Es lässt sich festhalten: In der Schweiz existieren bereits einige wertvolle Projekte und Institutionen zur Mädchenförderung. Das BASPO unterstützt die Mädchenförderung zusätzlich im Rahmen einer Subventionierung von ausgewählten Projekten mit dem Ziel der Bewegungs- und Sportförderung von Mädchen und jungen Frauen.

In der Schweiz ist noch keine nationale Plattform oder Kampagne zur Mädchenförderung im Sport vorhanden, eine solche wäre sinnvoll (siehe bspw. «Sport England – This girl can», Kapitel «Ausländische Nationale Programme und Plattformen»). Hierauf könnten Informationen und Ideen bereitgestellt werden, auf welcher eine Vernetzung und Motivation stattfindet oder eine nationale Stellung bezogen und die Wichtigkeit des Themas hervorgehoben wird.

## 5.2 Ausländische nationale Programme und Plattformen

In England stellt **Sport England**, eine nichtabteilungsbezogene, öffentliche Einrichtung des Ministeriums für Digitales, Kultur, Medien und Sport diverse Projekte und Plattformen. Das generelle Ziel ist dies einer aktiven Nation, allen den Sportzugang zu ermöglichen und gerade besonders vulnerable Zielgruppen wie Mädchen und Frauen zum Sport bzw. zur Bewegung zu bringen. Frauenspezifisch betreiben sie einige Plattformen:

«*This girl can*»: Die Online-Plattform verfolgt das Ziel alle Frauen und Mädchen, in irgendeiner Form zu bewegen. Dabei teilen sie viele Workout- und Sportartenvorschläge, bei welchen sie erklären, wie diese ausgeübt werden können, was sich für die momentane Lebenslage am besten eignet sowie entsprechende Vereine werden verlinkt. Weiter vernetzen und präsentieren sie englandweit mittels sozialen Netzwerken alle Frauen, welche sich bewegen, dies online dokumentieren und mit dem Hashtag #thisgirlcan versehen. Zusätzlich finden sich auch Sportgeschichten vieler Frauen.

Positiv herauszustreichen ist hier die Produktion des Gefühls, dass man sich an einer Bewegung beteiligt sowie die ungefilterten und realistischen Bilder und Geschichten diverser Frauen. Eine Auflistung aller möglichen Sportarten ist ebenfalls sehr hilfreich und motivierend. Mädchen werden

---

<sup>33</sup> <http://www.bcfeminabern.ch/femina-integrationsprojekt.html>

<sup>34</sup> Zum Beispiel der Schweizerische Fussballverband: <https://www.football.ch/SFV/Juniorinnen-und-Frauenfussball/Entwicklung-Frauenfussball.aspx>

hier nicht unbedingt abgebildet, höchstens im Rahmen von Mutter-Kind Aktivitäten. Die Idee wäre aber auch auf Mädchen übertragbar.

«*I will if you will*»: Ist die Plattform von Sport England und der Region Bury, welche einen Aktivitäten-Finder bereitstellt, der je nach Wünschen und Bedürfnissen an die Aktivität, den Tag und den Ort Aktivitäten findet.

Die Idee dahinter ist clever, bislang sind jedoch noch nicht viele Aktivitäten porträtiert. Gerade für Jugendliche, welche aus der obligatorischen Schule ausgetreten sind, keinem Verein angehören, aber trotzdem preiswert Kurse belegen möchten, wäre dies womöglich eine Unterstützung.

Sport England zieht aus seinen Plattformen und Projekten ein Fazit und präsentiert folgende Prinzipien zur Frauenförderung:

- Angebote müssen den Frauen, welche sie ansprechen sollen, entsprechen, nicht die Frauen sollten sich verändern, um zu Sport und Bewegung zu passen.
- Das Wort «Sport» bringt für einige negative Assoziationen mit sich, ein Sportangebot kann sich auch anders präsentieren.
- Es sollte herausgestrichen werden, welche zusätzlichen Gewinne aus dem Sport gezogen werden können (neben der Gesundheit auch die Möglichkeit zu sich auszutauschen und neuen Menschen zu begegnen, Fähigkeiten zu entwickeln oder Zeit mit der Familie zu verbringen).
- Vergleichbare Frauen jeglichen Alters, Glaubens und Ethnie müssen sichtbar aktiv sein und andere motivieren mitzumachen, um aus Sport eine Norm zu machen.
- Durch Positivität und Ermutigung gedeiht Bewegung.
- Durch ein richtiges Angebot zur richtigen Zeit, Ort, Material, etc. fällt es den Frauen leichter sich sportlich zu betätigen.

**Women in sport** ist ebenfalls eine englische, gemeinnützige Vereinigung, welche das Ziel hat, jeder Frau und jedem Mädchen im Vereinigten Königreich die Möglichkeit zu bieten, von den vorteilhaften Effekten des Sports zu profitieren. Sie bieten Unterstützung für Vereine und versuchen diese mit ihren Erkenntnissen für Frauen und Mädchen besser zugänglich und besser funktionierend zu machen («ClubWorks»). Auch bieten sie Webinare und Konferenzen, pflegen Partnerschaften mit diversen Projekten wie bspw. «Töchter und Väter», welche spezifisch Familien mit tiefem Einkommen und gerade deren Väter und Töchter bewegen.

Besonders die Vereinsunterstützung ist bei dieser Plattform hervorzuheben. Vereine sind die Institutionen, welche grösstenteils die Kinder und Jugendlichen bewegen und Mädchen sind darin unterrepräsentiert. Die dahingehende Unterstützung wird als sinnvoll angesehen. Auch werden die Partnerschaften mit Projekten gepflegt, die sich für benachteiligte Gruppen innerhalb der Mädchen und Frauen einsetzen.<sup>35</sup>

Auch europaweit bestehen Programme. Beispielsweise das «**European Us Girls**» Projekt<sup>36</sup>, finanziert durch die «European Union's Erasmus+ Programme», welches die Idee verfolgt, dass Organisationen freiwillige «peer leaders» ausbilden sollten, um die Möglichkeiten und Teilnahme von Frauen und Mädchen zwischen 13 und 30 Jahren mit weniger Chancen im Sport zu erhöhen und den Zugang zu erleichtern.

Die E-Learning Plattform schult die Organisationen und Projektleitenden, welche Frauen als sogenannte «peer leaders» einsetzen möchten, um in einem Programm, Projekt, o.ä. die physische

---

<sup>35</sup> <https://www.sportengland.org/>  
<https://www.sportengland.org/our-work/women/>  
<https://www.thisgirlcan.co.uk/>  
<https://www.iwillifyouwill.co.uk/>  
[https://www.sportengland.org/media/3285/gowherewomenare\\_final\\_01062015final.pdf](https://www.sportengland.org/media/3285/gowherewomenare_final_01062015final.pdf)  
<https://www.sportengland.org/facilities-and-planning/active-design/>  
<https://www.womeninsport.org/>

<sup>36</sup> <http://europeanusgirls.eu/>

Aktivität von Mädchen und Frauen zu erhöhen. Der Fokus liegt dabei auf der Kommunikation und Ausbildung.

Ähnlich der Vereinsunterstützung werden hier auf einer Meta-Ebene Organisationen und Projekte inhaltlich unterstützt und durch die Idee von «peer leaders» ein System aufgebaut, das bis weit an die Basis reicht, Multiplikatorinnen entsprechend im Thema ausbildet und Mädchen für den Sport gewinnen soll.

In Frankreich unterstützt die «**Fondation de France**»<sup>37</sup> landesweit Projekte zur Bewegungsförderung von besonders vulnerablen jungen Frauen und Frauen.

Ein Kernpunkt in der Mädchen- und Frauenförderung besteht darin, die **Visibilität** des Frauensports und deren Athletinnen jeglichen Alters und Niveaus zu erhöhen. Die Internetseite «*bravestories*» des Deutschen Olympischen Sportbunds und des Deutschen Sport Marketing lässt diverse starke Frauen und ihre Geschichten im Sport zu Wort zu kommen, zeigt positive Vorbilder und macht diese sichtbar. Die «Federation of Irish Sport» verfolgt mit ihrer nationalen Bewegung «*20x20 – If she can't see it, she can't be it*»<sup>38</sup> das Ziel, bis 2020 ein Wachstum von 20% in der Medienberichterstattung von Frauen im Sport, 20% mehr Frauen als Teilnehmerinnen im Sport sowie 20% als Zuschauerinnen bei Sportevents zu erreichen.

Auch in den USA ist die Internetseite «*awesome sport project*» ein Beispiel, welche zum Ziel hat, auf einer Online Plattform dem Frauensport, den Athletinnen und ihren Errungenschaften und zentralen Themen rund um den Sport den Austausch von Erfahrungen zu ermöglichen und den Diskurs um den Frauensport zu normalisieren.<sup>39</sup>

Frauen brauchen Frauen im Sport, sie brauchen Vorbilder und Ziele. Sie müssen sehen, dass ein gewisses Sportverhalten auch für sie erreichbar ist. Der Diskurs um den Frauensport sowie die breite mediale Präsenz muss dabei zu einer Norm werden. Projekte und Institutionen sollten die Sichtbarkeit des Frauensports in der einen oder anderen Form erhöhen. Öffentlichkeitsarbeit kann dabei nicht nur Strategie, sondern auch Ziel eines Projekts, Events, Turniers, etc. sein (Gramespacher & Fetz, 2008).

---

<sup>37</sup> <https://www.fondationdefrance.org/fr/femmes-et-sport-vers-un-nouveau-depart>

<sup>38</sup> <https://20x20.ie/>

<sup>39</sup> <https://www.awesomeproject.com/>

<https://www.bravestories.de/>

<https://gleichstellung.dosb.de/>

# 6. Zusammenfassung und Ausblick

Im Folgenden sind die zentralen Punkte der einzelnen Kapitel zusammengefasst und sollen erste Ansatzpunkte für die Mädchenförderung in der Schweiz aufzeigen. Die Pfeile im Rahmen der Aufzählungen beschreiben weitergehende Gedanken. Auf Grundlage des Berichts und der Zusammenfassung sollen künftig Handlungsempfehlungen abgeleitet werden können.

## Sport- und Bewegungsverhalten der Mädchen und jungen Frauen

### Ausmass der Bewegungs- und Sportaktivität

- Mädchen in jedem Alter von 5 bis 20 Jahren sind in ihrer Bewegungs- und Sportaktivität zu unterstützen.
- Eine möglichst frühe Förderung ist anzustreben. Jedoch sollten Mädchen in jedem Alter eine breite Sportmöglichkeit und -angebot wiederfinden und in den Sport einsteigen können.
- Besonders von 14 -20 Jahren sind Mädchen in ihrer allgemeinen Bewegungsaktivität zu fördern.  
→ Insbesondere in J+S-Angeboten

### Einflussfaktoren auf das Bewegungsverhalten

#### Personale Faktoren (regionale und familiäre Herkunft)

- Insbesondere Mädchen und junge Frauen aus der Romandie und dem Tessin müssen mitgedacht und wenn nötig besonders gefördert/unterstützt werden.  
→ Prüfen, ob eine Angebotsstruktur vorhanden ist oder erweitert werden muss  
→ Sensibilisierung möglicherweise nötig, um eine sportpositivere Kultur zu schaffen
- Eltern und insbesondere Mütter sind einzubeziehen.
- Es gilt, Familien für die Wichtigkeit von Bewegung/Sport, für die physische und psychische Gesundheit sowie für die Erhöhung des Stellenwerts des Sports und die praktischen Unterstützungsleistungen im Familienalltag zu sensibilisieren.
- Es ist wichtig zu betonen, dass das eigene Sporttreiben (allgemein und im Verein) als Rollenmodell dient, sowie, dass beide Geschlechter aktiv sind.
- Gerade einkommensschwache Familien sind zu unterstützen oder damit verbundene Hindernisse beim Sportzugang abzubauen.

#### Strukturelle Faktoren

- Bund oder Kantone nehmen eine beratende Funktion für Verbände und Verbände für Vereine ein.
- Aufzeigen der Vorteile/des Nutzens von sozialer Integration (oder auch Gleichstellung) für den Verein.
- Bewusstsein bei Verbänden und Vereinen schaffen, dass die soziale Integration bedeutsam ist. Wichtigkeit der Implementierung des Themas in Vereinsziele und -kultur betonen.
- Gemeinde und Kantone sollen, wenn möglich, mehr organisationale Kapazitäten und bessere Rahmenbedingungen für Vereine schaffen.
- Ausdifferenzierung eines Amtes, resp. einer zuständigen Person anstreben.
- Frauen in Führungspositionen (gerade in Vereinen) fördern.
- Anpassungen in oder Schaffung einer Angebotsstruktur und -form anstreben, die für Mädchen attraktiv ist (siehe auch Abschnitt «Wünsche und Bedürfnisse»)  
→ Insbesondere in Regionen mit geringer Vereinsdichte und/oder vielen Einspartenvereinen ist die lokale Vernetzung und die Schaffung passender Angebote unterstützenswert.

## Sportmotive

- Unterschiedliche Motive zum Sporttreiben sind zu berücksichtigen.
- Leistung ohne Wettkampf muss ermöglicht werden.
- Andere Formen des Wettkampfs (der Wettkampfteilnahme) oder der Leistungserbringung sind anzudenken.
  - ➔ Angebotsformen überdenken – besonders im Verein

## Sportartpräferenzen

- Breite und frühe Sportmöglichkeiten schaffen Basis, wenn im Alter nur noch auf wenige/ einzelne Sportarten fokussiert werden kann.
- Über klassische Mädchensportarten werden Mädchen erreicht, jedoch muss ein breites Spektrum an Erprobungsphasen diverser Sportarten angestrebt werden.
  - ➔ Durch das Angebot von mädchenuntypischen Sportarten (bzw. alternativen Bewegungsqualitäten wie Kraft und Wettkampf in Ergänzung zu Ästhetik und Kooperation) werden (traditionelle) Geschlechterstereotypen aufgebrochen.

## Wünsche und Bedürfnisse

- Niederschwellige und vielfältige Angebote/Angebotsformen sind anzustreben.
- Angebote im schul- oder wohnortnahen Umfeld, die über die reine sportliche Aktivität hinausgehen und Erprobungsmöglichkeiten bieten, sind erwünscht.
- Leistungserbringung zulassen, ohne Druck auszuüben oder den Wettkampf daran zu koppeln.
- Reine Mädchenangebote sind zu fördern, unter der Reflexion von gemischt- und geschlechtergetrenntem Setting.
- Bei der Konzeption und Umsetzung von Bewegungs- und Sportangeboten ist die Selbstbestimmung und –tätigkeit der Mädchen gefragt.
- Sportangebote sollten das Alter, die Sportbiografien und den kulturellen Hintergrund der Mädchen und jungen Frauen berücksichtigen, um optimale Erfahrungsräume bieten zu können.

## Sportsetting, Vereinszugehörigkeit, Dropout

- Der Sportverein nimmt einen wichtigen Teil des organisierten Sporttreibens ein. Die Repräsentanz der Mädchen darin ist zu optimieren.
  - ➔ Verschiedene Aktivitäten im Verein anbieten, Breite fördern.
- Auf den Angeboten des freiwilligen Schulsports gilt es aufzubauen, da diese Mädchen gut erreichen.
- Charakteristiken interkultureller Vereine, Jugendtreffs, des Freiwilligen Schulsports etc. (freigiebigere/tiefere Kosten und Beiträge, Niederschwelligkeit, kultursensible Angebote, etc.) bewähren sich und sind in anderen Sport-Settings mitzudenken.
- Potential des informellen Sports ist noch genauer zu beleuchten, besonders im Rahmen des einfacheren Einstiegs in Sportarten.
- Eltern sollten motiviert werden, auch bzgl. Vereinssport ihren Kindern und insbesondere Mädchen Anregungen und Unterstützung zu bieten.
- Langfristige Mitgliederbindung fördern.
- Übergang von Schule zum Vereinssport/ oder anderen Sportangeboten ist zu verbessern.
- Raum für Nicht-Wettkampfsportler/innen zu schaffen wäre optimal.

## Sportlich-Inaktive: Mädchen mit MH

- Mädchen mit MH sind als Zielgruppe besonders unterstützenswert und es sollte auf ein nachhaltiges Sporttreiben derjenigen/dieser Zielgruppe hingearbeitet werden.
- Auf Wohnorts- und Bildungseffekte gilt es auch hier Rücksicht zu nehmen.
- Besonders Familien mit tiefem Einkommen sind zu berücksichtigen.
- Information der Eltern über Sport, dessen Organisationsformen und die Einsicht, welche Bedeutung der Sport für die Gesundheit und Entwicklung ihrer Kinder hat.
- Der Verein stellt ein wichtiges Mittel zur sozialen Integration dar.
  - ➔ Ansatzpunkte interkultureller Vereine mitdenken.
  - ➔ Da der MH sehr vielfältig ist, sind Bedürfnisse und Meinungen der Mitglieder mit MH abzuholen. Die Zielgruppe innerhalb der Migrationsbevölkerung, für welche das Angebot ist, muss klar erkennbar sein.
- Angebote des Freiwilligen Schulsports scheinen Mädchen mit MH am besten zu erreichen. Anbindung/ Kooperationen mit Kindergärten oder Schulen sind zu fördern.
  - ➔ Ein Sportangebot in Kombination mit einem anderen Bildungsangebot anzubieten (bspw. in Kombination mit einem Sprachkurs) empfiehlt sich.
- Eine Sensibilisierung des Themas (sportlich inaktive Mädchen mit MH) bei relevanten Stakeholdern ist von Nöten.
- Die Schulung von Führungskräften, Vorsitzenden, Trainingsleitenden ist relevant. Sportlerinnen mit MH, welche eine geglückte Integrationsbiografie aufzeigen, sollten als Multiplikatorinnen weitergebildet/einbezogen werden. Diese würden sich als Leiterinnen in einer Vorbildfunktion auszeichnen.
- Vereine, Verbände, Sportämter, etc. motivieren oder Anreize schaffen, Strategien zur interkulturellen Öffnung zu entwickeln resp. Diversity Management zu betreiben und Unterstützungs- und Beratungsleistungen anzubieten.
- Der Sportbeginn im Kindesalter ist besonders zu unterstützen/fördern, danach braucht es in der Pubertät besondere Unterstützung resp. zusätzlichen Effort.
- Um ein gemeinsames Zusammensein zu begünstigen und den interkulturellen Dialog zu stärken, sind ethnisch gemischte Gruppen zu fördern.
- Bei ethnisch-homogenen Gruppen ist auf eine gute Anbindung an das ethnische Umfeld zu achten (bspw. über einen eigenethnischen Sport- oder Kulturverein).

## Theoretische Bezugsrahmen

- Aufbrechen traditioneller Rollen, Zuschreibungen, Erwartungen und Wissen durch einerseits Sensibilisierung auf Sozialisierungseffekte bzw. bewegungsbezogene Einstellungen, Verhaltensweisen, etc. und andererseits durch Sportartenverständnis, Angebotserweiterung, usw.:
  - ➔ Überzeugungen und Einstellungen der wichtigsten Sozialisationspersonen im Kindes- und Jugendalter (Eltern/Geschwister, Lehrpersonen, Trainer) anvisieren.
  - ➔ Passende Bewegungsräume, –angebote und geschlechtsunabhängige Sportmöglichkeiten sind zu schaffen/öffnen, sodass die Sportpartizipation von Mädchen nicht vorbestimmt oder eingeschränkt wird.

# Auswertungen Sportfördergefässe des BASPO

## Aktive Sportteilnahme

### J+S-Angebote

- Mädchen sind in J+S-Angeboten, insbesondere in den von Vereinen organisierten, untervertreten. Gerade dem Verein fällt somit ein besonderes Gewicht der Förderung zu.
- Dementsprechend müsste überlegt werden, wie Angebote mehr Mädchen anziehen oder passendere Angebote geschaffen werden.
  - Charakteristiken von Sportarten mit ausgeglichenen Anteilen Mädchen und Knaben könnten für diese Überlegungen hilfreich sein.
- Insbesondere ab 14 Jahren (wobei bei Jugendlichen im Allgemeinen ein Rückgang der Sportaktivität zu verzeichnen ist) sind die Teilnahmen der Mädchen zu unterstützen.
- Der Übergang Schule (sowie Angebote des freiwilligen Schulsports) zu Vereinssport oder kommerziellen Angeboten ist optimierungswürdig, wenn einem frühen und akzentuierten Dropout der Mädchen entgegengewirkt werden soll. Dabei muss die Passung Bedürfnisse der Mädchen und Angebot stimmen.
- Weiter gilt es zu überlegen, wie die Anzahl Mädchen in diversen Sportarten erhöht werden kann. In dieser Überlegung ist zentral zu verfolgen, in welchem Alter und warum die Sportarten die Mädchen verlieren. Wichtig ist, dass ein egalitärer Zugang und Teilhabe sichergestellt wird und, dass traditionelle Sportartenvorstellungen aufgeweicht werden.

### Freiwilliger Schulsport (FS)-Angebote

- Angebote des FS erreichen gerade auch sportlich-inaktive Mädchen und Menschen mit MH, Mädchen im kritischen Alter (14-19 Jahre) und Nicht-Vereinsmitglieder (die den Vereinssport nicht kennen, trauen oder vermögen) durch ihre Angebotsstruktur und –form.
- Analog des oberen Abschnitts ist der Transfer vom FS in den Vereinssport wünschenswert, um die Jugendlichen über das Schulalter hinaus zu einem lebenslangen Sporttreiben zu bringen.
- Reine Mädchenangebote, in welchen Mädchen unter sich die Sportart und sich selbst erleben könnten, könnten im Lichte der bisherigen Erkenntnisse ihre Vorteile mit sich bringen und sind ausbaufähig.

## Ehrenamtliche Tätigkeit

- Leiterinnen in Angeboten für Jugendliche sind zu fördern.
- Ein früher Einstieg in die Tätigkeit/ Einbindung als Übungsleitende ist wünschenswert (auch vor 18 Jahren). Darüber hinaus ist der Verbleib in ehrenamtlicher Tätigkeit anzustreben.
- Überlegungen anstreben, wie die Attraktivität/ Wahrnehmung der verschiedenen Funktionsrollen (insbesondere der Expertinnenrolle) für Frauen erhöht resp. verbessert werden könnte.
  - Die Erhebung der Bedürfnisse und Motive von 17-25-Jährigen und von älteren Frauen könnte in dieser Fragestellung hilfreich sein.

## Good Practice

- Höhere Sichtbarkeit der Projekte, Institutionen und der Thematik an sich sind erstrebenswert.  
→ Nationale Online-Plattform oder Ausbau bestehender Plattform zu prüfen
- Die Prüfung von bereits bestehenden Verbandsprojekten und -strategien und die Erhöhung deren Sichtbarkeit scheint lohnenswert. Auch wäre es sinnvoll, Verbände zu ermutigen, zu überprüfen, ob sie im Rahmen der Mädchenförderung Entwicklungspotential haben und ob sie gewisse Strategien und Projekte verfolgen könnten. Dabei sollte der Austausch, die Zusammenarbeit und Vernetzung mit ihnen gestärkt werden.
- Niederschwellige, bei Mädchen populäre sowie mädchenuntypische Angebote sind mit unterschiedlichen Gedanken zu fördern. Ebenso Angebote, welche über das reine Sporttreiben hinausgehen.
- Eine oder mehrere Sportarten (unter Mädchen) ausprobieren zu können ist dabei relevant. Optimalerweise werden die Mädchen dabei gut eingebunden (womöglich auch in einer Hilfsleitenden-Funktion) und wird so nachhaltiges, lebenslanges Bewegen erzielt.
- Bedürfnisse der Zielgruppe/n werden erfragt und berücksichtigt.
- Das Gefühl einer Bewegung anzugehören kann Verbundenheit schaffen.
- Die Unterstützung und Beratung von Verbänden, Vereinen und Multiplikatorinnen ist lohnenswert.

## 7. Literaturverzeichnis

- Aaron, D., Storti, K., Robertson, R., Kriska, A. & LaPorte, R. (2002). Longitudinal study of the number and choice of leisure time physical activities from mid to late adolescence: implications for school curricula and community recreation programs. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 156(11), 1075-1080. doi:10.1001/archpedi.156.11.1075
- Adler, K. (2012). *Bewegung, Spiel und Sport im Vorschulalter - Bedingungen und Barrieren körperlich-sportlicher Aktivität junger Kinder* (Dissertation, Technische Universität Chemnitz).
- Adler Zwahlen, J. (2018). *Soziale Integration von Menschen mit Migrationshintergrund im organisierten Vereinssport* (Dissertation, Universität Bern).
- Adler Zwahlen, J., Nagel, S. & Schlesinger, T. (2018). Langfristiger Lernprozess. Integration von Menschen mit Migrationshintergrund in Sportvereinen. *Tangram-Bulletin der Eidgenössischen Kommission gegen Rassismus*, 41, 83-86.
- Adler Zwahlen, J., Nagel, S. & Schlesinger, T. (2019). Zur Bedeutung soziodemografischer, sportbezogener und soziokultureller Merkmale für die soziale Integration junger Migranten in Schweizer Sportvereinen. *Sport und Gesellschaft – Sport and Society*, 16(2), 125-154.
- Adler Zwahlen, J., Weigelt-Schlesinger, Y. & Schlesinger, T. (2017). Analyse von Grenzziehungsprozessen von Migrantinnen beim Zugang zum Sport in interkulturellen Vereinen. *Freiburger Zeitschrift für Geschlechterstudien*, 23(2), 69-90.
- Allenbach, B., Herzig, P. & Müller, M. (2010). *Migration und Religion: Perspektiven von Kindern und Jugendlichen in der Schweiz* (Schlussbericht, Nationales Forschungsprogramm NFP 58, Bern). Zugänglich auf: [http://www.nfp58.ch/files/downloads/Schlussbericht\\_Giordano.pdf](http://www.nfp58.ch/files/downloads/Schlussbericht_Giordano.pdf)
- Baur, J. (1989). Physical and exercise careers. *Körper- und Bewegungskarrieren*. Schorndorf, Deutschland: Hofmann.
- Baur, J. (Hrsg.). (2009). *Evaluation des Programms „Integration durch Sport“*. Bde. I und II. Potsdam, Deutschland: Universität.
- Baur, J. & Braun, S. (2003). *Integrationsleistungen von Sportvereinen als Freiwilligenorganisationen* (Sportentwicklung in Deutschland). Aachen, Deutschland: Meyer & Meyer.
- Bös, K., Brandl-Bredenbeck, H., Bünemann, A., Brettschneider, W.-D. & Burrmann, U. (2008). *Zweiter Deutscher Kinder- und Jugendsportbericht*. Schorndorf, Deutschland: Hofmann
- Bourdieu, P. (1976). *Entwurf einer Theorie der Praxis auf der ethnologischen Grundlage der kabyliischen Gesellschaft*. Frankfurt a.M., Deutschland: Suhrkamp.
- Braun, S. & Finke, S. (2010). *Integrationsmotor Sportverein. Ergebnisse zum Modellprojekt „spin – sport interkulturell“*. Wiesbaden, Deutschland: Springer VS.
- Brettschneider, W.-D. (2003). Sportliche Aktivität und jugendliche Selbstkonzeptentwicklung. In W. Schmidt, I. Hartmann-Tews & W.-D. Brettschneider (Hrsg.), *Erster Deutscher Kinder- und Jugendsportbericht* (S. 211-233). Schorndorf, Deutschland: Hofmann
- Brettschneider, W.-D. & Kleine, T. (2002). *Jugendarbeit in Sportvereinen: Anspruch und Wirklichkeit; eine Evaluationsstudie*. Schorndorf, Deutschland: Hofmann.
- Brettschneider, W.-D., Kleine, T. & Brandl-Bredenbeck, H. (2002). " Jugendarbeit in Sportvereinen– Anspruch und Wirklichkeit" - Eine Evaluationsstudie zur Leistungsfähigkeit der Sportvereine in Nordrhein-Westfalen. *Spektrum der Sportwissenschaft* 14(1), 81-100.
- Bringolf-Isler B., Kriemler, S., Mäder, U., Dössegger, A., Hofmann, H., Puder, J. & Braun-Fahrländer, C. (2014). Relationship between the objectively-assessed neighborhood area and activity behavior in Swiss youth. *Preventive Medicine Reports*, 1, 14–20.
- Bringolf-Isler, B., Mäder, U., Dössegger, A., Hofmann, H., Puder, J., Braun-Fahrländer, C. & Kriemler, S. (2015). Regional differences of physical activity and sedentary behaviour in Swiss children are not explained by socio-demographics or the built environment. *International journal of public health*, 60, 291-300.
- Bringolf-Isler B., Probst-Hensch, N., Kayser, B. & Suggs, S. (2016). *Schlussbericht zur SOPHYA-Studie*. Basel, Schweiz: Swiss Tropical and Public Health Institute.
- Bringolf-Isler, B., Schindler, C., Kayser, B., Suggs, L. S., Probst-Hensch, N. & SOPHYA Study Group. (2018). Objectively measured physical activity in population-representative parent-child pairs: Parental modelling matters and is context-specific. *BMC public health*, 18(1), 1024.

- Brockman, R., Jago, R., Fox, K., Thompson, J., Cartwright, K. & Page, A. (2009). "Get off the sofa and go and play": family and socioeconomic influences on the physical activity of 10-11 year old children. *BMC Public Health*, 9(1), 253. doi:10.1186/1471-2458-9-253
- Brouwer, S., Küpers, L., Kors, L., Sijtsma, A., Sauer, P., Renders, C. & Corpeleijn, E. (2018). Parental physical activity is associated with objectively measured physical activity in young children in a sex-specific manner: the GECKO Drenthe cohort. *BMC public health*, 18(1), 1033
- Bundesamt für Migration. (2008). *Umsetzung Massnahmenpaket Integration 2008*. Bern, Schweiz: Bundesamt für Migration.
- Bundesamt für Sport BASPO, Bundesamt für Gesundheit BAG, Gesundheitsförderung Schweiz, bfu –  
–
- Beratungsstelle für Unfallverhütung, Suva & Netzwerk Gesundheit und Bewegung Schweiz. (2013). *Gesundheitswirksame Bewegung*. Magglingen, Schweiz: BASPO.
- Bundesamt für Statistik. (2017). *Statistischer Bericht zur Integration der Bevölkerung mit Migrationshintergrund*. Neuenburg, Schweiz: Bundesamt für Statistik. Zugänglich unter <https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/kataloge-datenbanken/publikationen.assetdetail.2546310.html>
- Burmann, U. (2005). Zur Vermittlung und intergenerationalen "Vererbung" von Sport(vereins)engagements in der Herkunftsfamilie. *Sport und Gesellschaft*, 2 (2), 125-154.
- Burmann, U. (2006). Geschlechtsbezogene Partizipation im Freizeit- und Breitensport. In I. Hartmann-Tews & B. Rulofs (Hrsg.), *Handbuch Sport und Geschlecht* (S. 175-188). Schorndorf, Deutschland: Hofmann.
- Burmann, U., Mutz, M. & Zender, U. (Hrsg.). (2015). *Jugend, Migration und Sport: Kulturelle Unterschiede und die Sozialisation zum Vereinssport*. Wiesbaden, Deutschland: Springer VS.
- Butterwegge, C. (2010). *Armut von Kindern mit Migrationshintergrund. Ausmass, Erscheinungsformen und Ursachen*. Wiesbaden, Deutschland: Springer VS.
- Caspersen, C., Pereira, M. & Curran, K. (2000). Changes in physical activity patterns in the United States, by sex and cross-sectional age. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 32(9), 1601-1609.
- Cortis, N., Sawrikar, P. & Muir, K. (2007). *Participation in sport and recreation by culturally and linguistically diverse women*. Sydney, Australia: Social Policy Research Centre, University of New South Wales.
- Dagkas, S. & Quarmby, T. (2015). Bourdieu, young people and physical activity: intersecting field of class and family. In L. Hunter, W. Smith & E. Emerald (Hrsg.), *Pierre Bourdieu and Physical Culture*. New York, NY: Routledge.
- Elling, A. & Claringbould, I. (2005). Mechanisms of inclusion and exclusion in the Dutch sports landscape: who can and wants to belong? *Sociology of Sport Journal*, 22(4), 498-515.
- Elmose-Østerlund, K., Feiler, S., Breuer, C., Adler Zwahlen, J. & Nagel, S. (2018). The role of organisational capacity for the management of the social integration of underrepresented population groups in European sports clubs. In B. Carlsson, T. Breitbarth & D. Bjärholm (Hrsg.), *The 26th European Sport Management Conference. - Managing Sport in a Changing Europe, Book of Abstracts* (S. 493-494). Malmö, Schweden: Universität Malmö.
- Elmose-Østerlund, K., Seippel, Ø., Llopis-Goig, R., van der Roest, J., Adler Zwahlen, J. & Nagel, S. (2019). Social integration in sports clubs: individual and organisational factors in a European context. *European Journal for Sport and Society*, 16(3), 268-290.
- Faulstich-Wieland, H. (1991). *Koedukation – enttäuschte Hoffnungen?* Darmstadt, Deutschland: Wissenschaftliche Buchgesellschaft.
- Fischer, A., Lamprecht, M. & Stamm, H. (2012). *Sportaktivitäten von Mädchen und jungen Frauen in der Schweiz. Die wichtigsten Fakten. Im Auftrag der Laureus Stiftung Schweiz*. Zürich, Schweiz: Lamprecht & Stamm Sozialforschung und Beratung AG.
- Fischer, A., Wild-Eck, S., Lamprecht, M., Stamm, H., Schötzau S. & Morais, J. (2010). *Das Sportverhalten der Migrationsbevölkerung: Vertiefungsanalyse zu „Sport Kanton Zürich 2008“ und „Sport Schweiz 2008“*. Zürich, Schweiz: Kantonale Fachstelle für Integrationsfragen und Fachstelle Sport.
- Freitag, M., Manatschal, A., Ackermann, K. & Ackermann, M. (2016). *Freiwilligenmonitor Schweiz*. Zürich, Schweiz: Seismo.
- Gerber, M., Barker, D. & Pühse, U. (2012). Acculturation and physical activity among immigrants: A systematic review. *Journal of Public Health*, 20, 313-341.

- Gerber, M. & Pühse, U. (2017). *Sport, Migration und soziale Integration. Eine empirische Studie zur Bedeutung des Sports bei Jugendlichen*. Zürich, Schweiz: Seismo.
- Gildemeister R. (2010) Doing Gender. In R. Becker & B. Kortendiek (Hrsg.), *Handbuch Frauen- und Geschlechterforschung* (S.132-140). Wiesbaden, Deutschland: Springer VS
- Gramespacher, E. (2016). *Zur Notwendigkeit und zur Möglichkeit der Förderung von Mädchen im Sport und in der Schweiz. Eine Zusammenfassung der Studie Girls in Sport. Im Auftrag der Laureus Stiftung Schweiz*. Windisch, Schweiz: Pädagogische Hochschule FHNW.
- Gramespacher, E. & Feltz, N. (Hrsg.). (2009). *Bewegungskulturen von Mädchen – Bewegungsarbeit mit Mädchen*. Immenhausen, Deutschland: Prolog.
- Gramespacher, E. & Hänggi, J. (2014). *Evaluationsbericht zu den Laureus Girls in Sport Camps 2011 bis 2014. Im Auftrag der Laureus Stiftung Schweiz*. Windisch, Schweiz: Pädagogische Hochschule FHNW.
- Gramespacher, E. & Voss, A. (2019). Geschlecht in der frühkindlichen Bewegungsbildung – eine vernachlässigte Dimension! *Frühe Bildung*, 8(2), 117-119.
- Gramespacher, E. & Weigelt-Schlesinger, Y. (2019). Was interessiert Mädchen in der Schweiz an Sportvereinen? Befunde der Aufsatzstudie aus dem Projekt Girls in Sport. In J. Frohn, E. Gramespacher & J. Süßenbach (Hrsg.), *Stand und Perspektiven der sportwissenschaftlichen Geschlechterforschung* (S. 156-161). Hamburg, Deutschland: Czwalina.
- Gramespacher, E., Weigelt Schlesinger, Y. & Meier, M. (2016). Reflexive Koedukation, Fussball einmal anders & Checkliste «Planung». In mobilesport.ch (Hrsg.), *Mädchenförderung im Sport* (08, S.3-4, 6 & 41). Magglingen, Schweiz: BASPO
- Guinhouya, B., Lemdani, M., Apété, G., Durocher, A., Vilhelm, C. & Hubert, H. (2009). How school time physical activity is the “big one” for daily activity among schoolchildren: a semi-experimental approach. *Journal of Physical Activity and Health*, 6(4), 510-519.
- Gustafson, S. & Rhodes, R. (2006). Parental correlates of physical activity in children and early adolescents. *Sports medicine*, 36(1), 79-97.
- Hayoz, C. (2017). *Zur Bedeutung der familialen Sozialisation für die Sportpartizipation Jugendlicher und junger Erwachsener* (Dissertation, Universität Bern).
- Hayoz, C., Klostermann, C., Schlesinger, T. & Nagel, S. (2015). *The importance of socio-cultural factors on sports behaviour of adolescents and young adults in Switzerland – a conceptualisation on the basis of the habitus-approach*. In Sport, Unity & Conflict (Hrsg.), *12th European Association for Sociology of Sport Conference, book of abstracts* (S. 124). Dublin, Ireland: eass
- Herzig, M., Dössegger, A., Mäder, U., Kriemler, S., Wunderlin, T., Grize, L., Brug, J., Manios, Y., Braun-Fahrlander, C. & Bringolf-Isler, B. (2012). Differences in weight status and energy-balance related behaviors among schoolchildren in German-speaking Switzerland compared to seven countries in Europe. *International journal of behavioral nutrition and physical activity*, 9(1), 139.
- Hoffmann, A. (2008). *Bindung und Dropout von Jugendlichen im vereinsorganisierten Sport* (Dissertation, Universität Leipzig).
- Hunger, I. (2011). Empirische Annäherung an die frühkindliche Bewegungswelt unter dem Aspekt „Gender“. In T. Bindel (Hrsg.), *Feldforschung und ethnographische Zugänge in der Sportpädagogik. Forum Sportpädagogik*. (Band 2., S. 89-103). Aachen, Deutschland: Shaker.
- Hurrelmann, K. (2006). *Einführung in die Sozialisationstheorie* (9. Aufl.). Weinheim, Deutschland: Beltz.
- Janssens, J. & Verweel, P. (2014). The significance of sports clubs within multicultural society. On the accumulation of social capital by migrants in culturally «mixed» and «separate» sports clubs. *European Journal of Sport and Society*, 11, 35-58.
- Kleindienst-Cachay, C. (2007). *Mädchen und Frauen mit Migrationshintergrund im organisierten Sport. Ergebnisse zur Sportsozialisation – Analyse ausgewählter Maßnahmen zur Integration im Sport*. Hohengehren, Deutschland: Schneider.
- Kleindienst-Cachay, C. (2009). Mädchen und Frauen mit Migrationshintergrund im Sport – aktuelle Situation und Perspektiven für die Integration. In Innenministerium des Landes Nordrhein-Westfalen & LandesSportBund N. e.V. (Hrsg.), *„Wir sind dabei“. Mädchen und Frauen mit Zuwanderungsgeschichte im Sport* (S. 8–21). Düsseldorf, Deutschland: Eigenverlag.

- Kleindienst-Cachay, C., Cachay, K. & Bahlke, S. (2012). *Inklusion und Integration. Eine empirische Studie zur Integration von Migrantinnen und Migranten im organisierten Sport*. Schorndorf, Deutschland: Hofmann.
- Klinker, C., Schipperijn, J., Christian, H., Kerr, J., Ersbøll, A. K. & Troelsen, J. (2014). Using accelerometers and global positioning system devices to assess gender and age differences in children's school, transport, leisure and home based physical activity. *International journal of behavioral nutrition and physical activity*, 11(1), 8.
- Klostermann, C. & Nagel, S. (2011). Sport treiben ein Leben lang? *Sportwissenschaft*, 41(3), 216.
- Kottak, C. (2013). *Cultural anthropology* (15. Aufl.). New York, NY: McGraw-Hill Education.
- Küppers, C. (2014). Intersektionalität. Zugriff am 10.02.2020 unter <http://gender-glossar.de>
- Lamprecht, M., Bürgi, R., Gebert, A. & Stamm, H.-P. (2017). *Sportvereine in der Schweiz: Entwicklungen, Herausforderungen und Perspektiven*. Magglingen, Schweiz: Bundesamt für Sport BASPO.
- Lamprecht, M., Fischer, A. & Stamm, H.-P. (2008). *Sport Schweiz 2008: Kinder-und Jugendbericht*. Magglingen, Schweiz: Bundesamt für Sport BASPO.
- Lamprecht, M., Fischer, A. & Stamm, H.-P. (2014): *Sport Schweiz 2014: Sportaktivität und Sportinteresse der Schweizer Bevölkerung*. Magglingen, Schweiz: Bundesamt für Sport BASPO.
- Lamprecht, M., Fischer, A., Wiegand., D. & Stamm, H.-P. (2015). *Sport Schweiz 2014: Kinder-und Jugendbericht*. Magglingen, Schweiz: Bundesamt für Sport BASPO.
- Levy, S. & Ebbeck, V. (2005). *The exercise and self-esteem model in adult women: the inclusion of physical acceptance*. *Psychology of Sport and Exercise*, 6(5), 571-584.
- Manz, K., Schlack, R., Poethko-Müller, C., Mensink, G., Finger, J., Lampert, T. & KiGGS Study Group. (2014). Körperlich-sportliche Aktivität und Nutzung elektronischer Medien im Kindes-und Jugendalter. *Bundesgesundheitsblatt-Gesundheitsforschung-Gesundheitsschutz*, 57(7), 840-848.
- Maxwell, H., Foley, C., Taylor, T. & Burton, C. (2014). Social Inclusion in community sport: a case study of Muslim women in Australia. *Journal of Sport Management*, 27, 467-481.
- Meuser, M. (1998). *Geschlecht und Männlichkeit, Soziologische Theorie und kulturelle Deutungsmuster*. Opladen, Deutschland: Leske+Budrich.
- Moliner, O., Salguero, A., Tuero, C., Alvarez, E. & Márquez, S. (2006). Dropout Reasons in Young Spanish Athletes: Relationship to Gender, Type of Sport and Level of Competition. *Journal of sport behavior*, 29(3), S. 255-269.
- Moschetti, K. (2010). Determinants of Sport Participation in Switzerland. *Schweizerische Zeitschrift für Soziologie*, 36(2), 259-276.
- Moses, S., Meyer, U., Puder, J., Roth, R., Zahner, L. & Kriemler, S. (2007). Das Bewegungsverhalten von Primarschulkindern in der Schweiz. *Schweizerische Zeitschrift für Sportmedizin und Sporttraumatologie*, 55(2), 62-68.
- Mutz, M. (2012). *Sport als Sprungbrett in die Gesellschaft? Sportengagements von Jugendlichen mit Migrationshintergrund und ihre Wirkung*. Weinheim, Deutschland: Juventa.
- Mutz, M. & Hans, S. (2015). Das Verschwinden der Unterschiede. Partizipation am Sportverein der dritten Einwanderungsgeneration in Deutschland. *Sportwissenschaft*, 45(1), 31-39.
- Nielsen, G., Hermansen, B., Bugge, A., Dencker, M. & Andersen, L. (2013). Daily physical activity and sports participation among children from ethnic minorities in Denmark. *European Journal of Sport Science*, 13, 321-331.
- Nobis, T. & El-Kayed, N. (2019). Social inequality and sport in Germany—a multidimensional and intersectional perspective. *European Journal for Sport and Society*, 16(1), 5-26.
- Piatkowska, M., Perényi, S. & Elmoose-Østerlund, K. (2017). *Promoting social integration and volunteering in sports clubs: Lessons from practice*. Dänemark, Odense: University of Southern Denmark
- Pfister, G. (2008). Doing Sport ist Doing Gender. In S. Farrokhzad, & C. Nikodem (Hrsg.), *Arenen der Weiblichkeit: Frauen, Körper, Sport* (S. 13-29). Köln, Deutschland: Verlag des Vereins Beiträge zur feministischen Theorie und Praxis e.V.
- Reinders, H. (2006). *Jugendtypen zwischen Bildung und Freizeit*. Münster, Deutschland: Waxmann Verlag.

- Rütten, A. & Abu-Omar, K. (2006). Public Health: Aktivierung von Bevölkerungsgruppen zu gesundheitsförderlicher körperlicher Aktivität. In K. Bös & W. Brehm (Hrsg.), *Handbuch Gesundheitssport* (S.181–194). Schorndorf, Deutschland: Hofmann.
- Schmutz, E., Haile, S., Leeger-Aschmann, C., Kakebeeke, T., Zysset, A., Messerli-Bürgy, N. et al. (2018). Physical activity and sedentary behavior in preschoolers: a longitudinal assessment of trajectories and determinants. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 15(1), 35. doi: 10.1186/s12966-018-0670-8
- Schörghuber, K. (2019). Zur Entwicklung von Sportorganisationen – Gleichstellung und Gerechtigkeit als Bezugspunkte organisationalen Lernens. In J. Frohn, E. Gramespacher & J. Süßenbach (Hrsg.), *Stand und Perspektiven der sportwissenschaftlichen Geschlechterforschung, Schriften der dvs* (Band 279, S. 156-161). Hamburg, Deutschland: Czwalina.
- Seiberth, K., Weigelt-Schlesinger, Y. & Schlesinger, T. (2013). Wie integrationsfähig sind Sportvereine?–Eine Analyse organisationaler Integrationsbarrieren am Beispiel von Mädchen und Frauen mit Migrationshintergrund/What Is the Integrative Capacity of Sports Clubs?–An Analysis of Organizational Barriers to Integration based on the Example of Women and Girls with an Immigration Background. *Sport und Gesellschaft*, 10(2), 174-198.
- SHP 2007 (Physical Activity in children from 5 to 13 years of age): Zimmermann-Sloutskis, D. & Zimmermann, E. (2009). *Sport activity in children aged 5 to 13 years in the Swiss Household Panel 2007 - levels and relationship with parents' behaviour*. Schweizerische Zeitschrift für Sportmedizin und Sporttraumatologie, 57, 69-71.
- Spaaij, R. (2013). Cultural diversity in community sport: An ethnographic inquiry of Somali Australians' experiences. *Sport Management Review*, 16, 29-40.
- Stefansen, K., Smette, I. & Strandbu, Å. (2016). Understanding the increase in parents' involvement in organized youth sports. *Sport, Education & Society*, 23(2), 162-172.
- Steffen, N. (2011). *Transitionsprozesse von Jugendlichen in Sportvereinen* (Masterarbeit, Pädagogische Hochschule FHNW).
- Telama, R (2009). Tracking of Physical Activity from Childhood to Adulthood: A Review. *Obesity Facts*, 3(2), 187-195. doi: 10.1159/000222244
- Theeboom, M., Schaillée H. & Nols Z. (2012). Social capital development among ethnic minorities in mixed and separate sport clubs. *International Journal of Sport Policy and Politics*, 4(1), 1-21.
- Walseth, K. & Strandbu, A. (2014). Young Norwegian-Pakistani woman and sport: How does culture and religiosity matter? *European Physical Education Review* 20(4), S. 489-507.
- Weigelt-Schlesinger, Y., Tschirren, K. & Barker-Ruchti, N. (2014). Migrantinnen im Schweizer Sport – Partizipation trotz sozialer Grenzziehungen. In Passagen - Forschungskreis Migration und Geschlecht (Hrsg.), *Vielfältig Alltäglich: Migration und Geschlecht in der Schweiz* (S. 182–204). Zürich, Schweiz: Seismo.
- Weiss, M. (2000). Motivating kids in physical activity. *President's Council on Physical Fitness and Sports Research Digest*, 11(3), 3-10.
- WHO – World Health Organisation (2007). *Physical activity and older people: For people of all ages, physical activity improves the quality of life in many ways*. Genf, Schweiz: WHO
- Walseth, K. & Fasting, K. (2003). Islam's view on physical activity and sport: Egyptian women interpreting Islam. *International Review for the Sociology of Sport*, 38, 45–60.
- Weyand, T. (2015). *Interkulturelle Genderforschung Kulturvergleichende Betrachtung vom Verhältnis der Geschlechter* (Seminararbeit, Universität Trier).
- Wyssmüller, C. & Fibbi, R. (2014). Eine Sprache und ein Pass als Erbe: Mehrsprachigkeit bei Enkelkindern von ImmigrantInnen in der Schweiz. In H. Weiss, P. Schnell & G. Ateş (Hrsg.) *Zwischen den Generationen* (S. 23-47). Berlin, Deutschland: Springer.
- Zeigler-Hill, V. & Myers, E. (2012). A review of gender differences in self-esteem. In S. McGeown (Hrsg.), *Psychology research progress. Psychology of gender differences* (S. 131–143). New York, NY: Nova Science Publishers.
- Zender, U. (2015). Willst du auch noch Fussball spielen, wenn du verheiratet bist? Sportenga-gements von Jugendlichen mit Migrationshintergrund im Kontext geschlechertypischer Lebenslagen. In U. Burrmann, M. Mutz, & U. Zender (Hrsg.), *Jugend, Migration und Sport* (S. 265-290). Wiesbaden, Deutschland: Springer VS.

Zimmermann-Sloutskis, D., Zimmermann, E., Wanner, M., Mäder, U. & Martin, B. (2009). Sport activity in children aged 5 to 13 years in the Swiss Household Panel 2007—levels and relationship with parents' behaviour. *Schweizerische Zeitschrift für Sportmedizin und Sporttraumatologie*, 57(2), 69-71.