

# SPORT UND GESUNDHEIT BEI DEN DEUTSCHEN SCHÜLERN

**VORBEREITUNG** In dem Gymnasium von Pfarrkirchen, einer kleinen Stadt von Südbayern, haben Schüler die Fragen von unserem Sonderbeauftragten beantwortet, die über Sport und Gesundheit waren.

Dieser Fragebogen wendet sich an Schüler die zwischen 14 und 16 Jahre alt sind. Alle treiben Sport, von 2- bis 5-mal pro Woche, und 70% machen es 3-mal die Woche. Sie treiben Sport seit durchschnittlich 4 Jahren. Die Hälfte hat Effekte vom Sport bemerkt. In der Tat fühlen sie sich gesunder (Sport ist gut für das Herz.) Aber sie verletzen sich öfter (70% haben schon einen Unfall gehabt.)

Die Elternreaktionen sind verschieden). Und es ändert den Charakter. Sport hat auch die Gewohnheiten geändert: Viele haben eine andere Organisation, um die Hausaufgaben zu machen (oft weniger Zeit). Oder die Uhrzeit des Essens ist eine andere, manche haben sogar keine Zeit zu essen (sie knabbern). Nur eine Person denkt, dass Sport keine Wirkungen auf sein



Quelle: [www.gympan.de](http://www.gympan.de)

Etwa 80% der Schüler haben eine Sportliche Familie, die macht manchmal den gleichen Sport wie der Jugendliche. Oft treibt die Familie mehr Sport, seitdem der Schüler Sport treibt. Wir denken auch, dass eine Jugendlicher, der eine sehr sportliche Familie hat einen leichteren Sportzugang hat. Alle Eltern ermuntern ihre Kinder, und fast alle finden es interessant. Dann sind die Kinder motivierter.

Zum Schluss denken viele Schüler, dass Sport positive Wirkungen auf ihr Leben hat, Z.B. fitter sein, besser in der Schule sein, Freunde treffen, Spaß haben, bessere Beziehungen in die Familie, ...

Abschließend denken die gefragten Personen, dass Sport gut für ihre Psyche und Gesundheit ist.

Anastasia K. Laurine B.