

## **MASTERARBEIT**

### **WAS BEWEGT MÄDCHEN?**

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

Verfasserin: Mag.<sup>a</sup> Jutta Eppich

Zur Erlangung des akademischen Grades  
Master of Public Health  
an der

Medizinischen Universität Graz  
ausgeführt im Rahmen des  
Universitätslehrgangs Master Public Health

Unter der Anleitung von  
Mag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Sabine Klinger

Graz, August 2017

Gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich



Fonds Gesundes  
Österreich

## Zusammenfassung

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

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

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

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

## Abstract

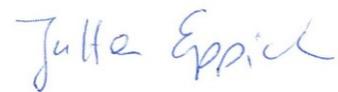
Higher physical activity during all life stages is an important instrument to increase health on an individual level as well as on the level of public health. Together with other life-style associated factors, physical activity constitutes an important role to avoid illnesses, to enhance life-quality,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

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

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

## Erklärung

Ich erkläre ehrenwörtlich, dass ich die vorliegende Masterarbeit selbstständig und ohne fremde Hilfe verfasst habe, andere als die angegebenen Quellen nicht verwendet habe und die den benutzten Quellen wörtlich oder inhaltlich entnommenen Stellen als solche kenntlich gemacht habe.

A handwritten signature in blue ink that reads "Jutta Eppich". The signature is written in a cursive style.

Jutta Eppich

## Danksagung

Ich bedanke mich an erster Stelle bei Mag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Sabine Klinger für die hervorragende Betreuung bei dieser Masterarbeit. Es war jederzeit möglich, sie bei Unklarheiten um Rat zu fragen.

Von ganzem Herzen danke ich Mag.<sup>a</sup> Sylvia Groth MAS für die zahlreichen Stunden, die sie mit mir zu meinem Thema diskutierte, mir wertvolle Tipps und Hinweise gab und mich laufend bestärkte, dass ich den Abschluss dieses Studiums gut schaffen werde.

Ich danke auch meinen Fokusgruppenteilnehmerinnen, die in ihrer Freizeit mit mir zum Thema diskutierten. An dieser Stelle gilt der Dank natürlich auch jenen Expertinnen und Experten, die mir bei der Vermittlung der Lehrerinnen, Neuen Mittelschülerinnen und ehemaligen Hauptschülerinnen behilflich waren.

Meiner Familie danke ich, dass sie mir eine sehr lehrreiche und wertvolle Aus- und Weiterbildungszeit ermöglicht haben. Ich konnte dadurch viele neue Erfahrungen und Sichtweisen gewinnen, die ich nicht missen möchte.

# Inhalt

Zusammenfassung.....	I
Abstract.....	II
Erklärung.....	III
Danksagung.....	IV
Inhalt.....	V
Abkürzungsverzeichnis.....	VIII
Abbildungsverzeichnis.....	IX
Tabellenverzeichnis.....	X
1 Einleitung.....	1
1.1 Hintergrund der Arbeit.....	2
1.2 Aufbau der Arbeit.....	5
2 Problemdefinition: Der Zusammenhang von Gesundheit, Bewegung und Geschlecht.....	7
2.1 Fakten zu Mädchengesundheit.....	9
2.2 Strukturelle und Curriculare Voraussetzungen.....	13
2.2.1 Unterrichtsprinzip Erziehung zur Gleichstellung von Frauen und Männern.....	13
2.2.2 Homogener oder heterogener Unterricht in Bewegung und Sport.....	14
2.2.3 Lehrkräfte für das Unterrichtsfach Bewegung und Sport.....	14
2.2.4 Lehrplan und Ziele von Bewegung und Sport.....	15
2.2.5 Schulsportgütesiegel – eine Qualitätssicherungsmaßnahme.....	17
2.3 Auswirkungen von körperlicher Aktivität.....	17
3 Einflussfaktoren auf das Unterrichtsfach Bewegung und Sport.....	19
3.1 Herausforderungen im Unterrichtsfach Bewegung und Sport.....	20
3.2 Rahmenbedingungen des Unterrichtsfaches Bewegung und Sport.....	22
4 Empirischer Teil.....	25
4.1 Die Forschungsfragen – Das Untersuchungsziel.....	25
4.2 Die Untersuchungsmethode – Die Fokusgruppendifkussion.....	26

4.3 Die Durchführung der Datenerhebung .....	27
4.3.1 Die Erstellung des Diskussionsleitfadens .....	27
4.3.2 Auswahl und Beschreibung der Diskussionsteilnehmerinnen .....	28
4.3.3 Durchführung der Untersuchung.....	30
4.4 Die Auswertung – Qualitative Inhaltsanalyse der Fokusgruppendifkussionen .....	31
5 Ergebnisse .....	35
5.1 Herausforderungen im Unterrichtsfach Bewegung und Sport .....	35
5.2 Ziele des Unterrichtsfaches Bewegung und Sport .....	36
5.3 Rahmenbedingungen des Unterrichtsfaches Bewegung und Sport .....	38
5.3.1 Räumliche Ressourcen.....	38
5.3.2 Turnunterricht Mädchen und Burschen gemeinsam .....	39
5.3.3 Schul- und Leistungsdruck.....	41
5.3.4 Vereinsanbindung der Mädchen nach der Schule .....	42
5.3.5 Zusammenarbeit mit (neuen) Kolleginnen und Kollegen .....	42
5.3.6 Gruppengröße .....	43
5.3.7 Zeitpunkt Turnen.....	43
5.3.8 Schwerpunktsetzung Schule.....	43
5.3.9 Zeitliche Ressourcen .....	44
5.4 Empfehlungen und Erfahrungen zur Gestaltungsmöglichkeit und Beziehungsarbeit .....	45
5.4.1 Methodische Gestaltungsmöglichkeit des Bewegungs- und Sportunterrichts .....	45
5.4.2 Beliebte und unbeliebte Sportarten.....	49
5.4.3 Soziale Kompetenzen und Eigenschaften der Lehrperson .....	51
5.4.4 Duschen.....	53
5.4.5 Umgang mit Fehlstunden.....	54
5.4.6 Umgang mit Menstruation und Menstruationsbeschwerden .....	55
5.4.7 Umziehen.....	57
5.4.8 Beurteilung.....	57
5.4.9 Material .....	58
5.4.10 Umgang mit Vielfalt.....	58

6 Diskussion der Ergebnisse .....	59
6.1 Ergebniszusammenführung .....	59
6.2 Limitation der Ergebnisse.....	70
7 Konsequenzen: Was braucht es auf Public-Health-Ebene? .....	72
8 Zusammenfassung .....	77
9 Literaturverzeichnis .....	78
10 Anhang .....	87
10.1 Leitfäden für die Fokusgruppendifkussionen .....	87
10.2 Vereinbarungen zur Teilnahme an der Fokusgruppendifkussion .....	93
10.3 Auszug aus der Fokusgruppendifkussion mit Lehrerinnen .....	96
10.4 Auszug aus der Auswertung mit MAXQDA .....	105

## Abkürzungsverzeichnis

BL	Befragte Lehrerin
BM	Befragtes Mädchen (ehemalige Hauptschülerin)
BS	Befragte Schülerin
FGeS	Fokusgruppe ehemalige Schülerinnen
FGL	Fokusgruppe Lehrerinnen
FGS	Fokusgruppe Schülerinnen
I	Interviewerin
HBSC-Survey	Health-Behaviour in School-aged Children-Studie
QDA	Qualitative Datenanalyse
RIS	Rechtsinformationssystem des Bundes
SPRINT Studie	Sportunterricht Studie (Deutschland)
WHO	World Health Organization

## **Abbildungsverzeichnis**

Abbildung 1: Determinanten der Gesundheit (Dahlgren & Whitehead 1991) nach einer Darstellung des Fonds Gesundes Österreich 2013.....	2
Abbildung 2: Public-Health-Action-Zyklus nach einer Darstellung des Landesentrums Gesundheit Nordrhein-Westfalen 2017 .....	5

## Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Ausmaß der Tage pro Woche, an denen sich 11, 13, 15 und 17-jährige Mädchen bewegen, Zeitraum 2006, 2010 und 2014 im Vergleich (WHO-HBSC-Survey) (eigene Darstellung).....	10
Tabelle 2: Ausmaß der Tage pro Woche, an denen sich 11, 13, 15 und 17-jährige Mädchen und Burschen bewegen, Zeitraum 2006, 2010 und 2014 im Vergleich (WHO-HBSC-Survey) (eigene Darstellung) .....	10
Tabelle 3: Erfüllung der Bewegungsempfehlungen von erwachsenen Frauen und Männern im Alter von 18 bis 60plus (Statistik Austria 2014) (eigene Darstellung) 11	
Tabelle 4: Durchführungszeitraum und Dauer der Fokusgruppendifkussionen, sowie Struktur der Teilnehmerinnen (eigene Darstellung).....	29
Tabelle 5: Codierungsliste (extrahiert aus MAXQDA) .....	33
Tabelle 6: Methodentipps aus Sicht der Lehrerinnen, Schülerinnen und ehemalige Hauptschülerinnen (eigene Darstellung) .....	63
Tabelle 7: Soziale Kompetenzen und Eigenschaften der Lehrperson aus Sicht der Lehrerinnen, Schülerinnen und ehemaligen Hauptschülerinnen (eigene Darstellung).....	66

## 1 Einleitung

Die „Health-Behaviour in School-aged Children-Studie 2014“ (HBSC-Survey) der Weltgesundheitsorganisation (WHO) zeigt deutlich, dass es bei Mädchen ab dem Alter von 11 Jahren zu einem Einbruch im Bewegungsverhalten kommt (vgl. Bundesministerium für Gesundheit 2015, S. 37). Bewegung und Sport haben jedoch viele positive Auswirkungen, speziell auch für Mädchen. So empfiehlt die WHO, dass neben Sportvereinen auch Schulen Überlegungen anstellen müssen, wie sie stärker auf die Bedürfnisse von Mädchen eingehen und sie somit zu mehr Bewegung motivieren können (vgl. Camacho-Miñano et al. 2011).

Die Perspektive der Mädchen, speziell der Gruppe der sozial benachteiligten Mädchen, im Setting Schule war auch mir in dieser Arbeit sehr wichtig. Dazu gibt es bisher kaum Untersuchungsergebnisse. Ziel dieser Arbeit ist es, empirisch qualitativ zu erheben, wie Mädchen in der Steiermark, die eine Neue Mittelschule besuchen, ihre Erfahrungen mit dem Bewegungs- und Sportunterricht beschreiben. Zusätzlich untersuche ich, welche Einschätzungen Lehrerinnen dazu haben und wie Hauptschülerinnen nach ihrer Schulzeit auf diese Erfahrungen zurück blicken. Durch die Recherche habe ich für mich vier Themenbereiche identifiziert, nämlich welchen Herausforderungen begegnen Lehrerinnen, Schülerinnen und ehemalige Hauptschülerinnen im Unterrichtsfach Bewegung und Sport, welche Ziele werden aus den drei Perspektiven im Bewegungs- und Sportunterricht wahrgenommen beziehungsweise verfolgt, welche allgemeinen Rahmenbedingungen des Unterrichtsfaches werden als förderlich oder hinderlich beschrieben und welche Handlungsempfehlungen in Bezug auf Gestaltungsmöglichkeiten des Unterrichtsfaches und Beziehungsarbeit mit Mädchen können aus den verschiedenen Erfahrungen abgeleitet werden.

Bestimmte Vorgehens- und Umgangsweisen, ausgewählte didaktische Methoden von Seiten der Lehrerinnen und Lehrer und ein sensibler Umgang in der Rahmengestaltung können positive Auswirkungen auf das zukünftige Bewegungsverhalten von Mädchen haben und stellen das Ziel dieser Arbeit dar.

## 1.1 Hintergrund der Arbeit

„Mah, nächste Stunde ist Turnen!“, „Immer spielen wir Volleyball!“, „Unsere Turnlehrerin traut uns gar nix zu!“ Diese und ähnliche Aussagen hörte ich immer wieder von Mädchen, wenn ich als Leiterin eines externen Workshops in ihren Klassen war. Seit nahezu sieben Jahren führe ich im Auftrag des Frauengesundheitszentrums Workshops mit Mädchen zu den Themen Körper, Schönheitsideale und Selbstbewusstsein durch. Ich frage regelmäßig danach, was denn alles unsere Gesundheit beeinflusst. Am häufigsten erhalte ich folgende zwei Antworten: „Ernährung“ und „Bewegung“. Ohne Zweifel zutreffende Antworten. Doch sind sie nicht umfassend, wie Dahlgren und Whitehead (1991) in ihrem Modell zeigen:

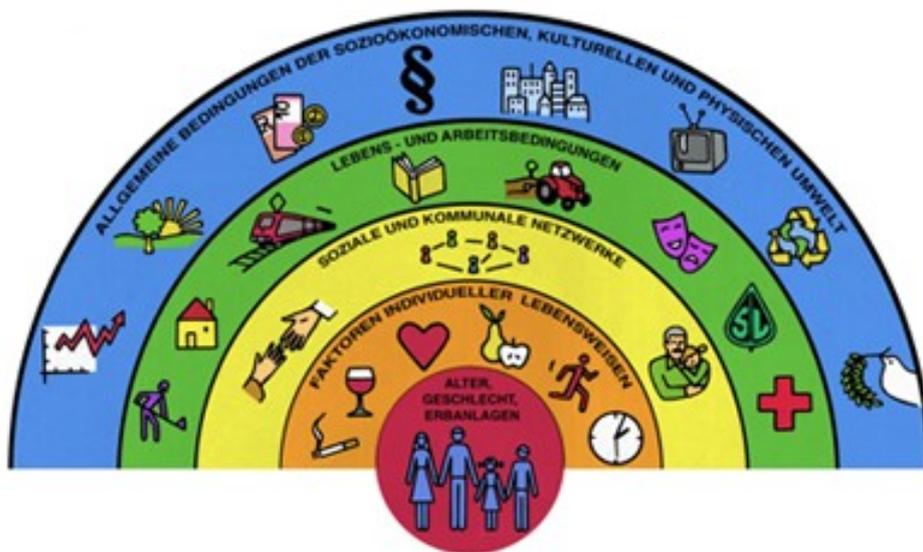


Abbildung 1: Determinanten der Gesundheit (Dahlgren & Whitehead 1991) nach einer Darstellung des Fonds Gesundes Österreich 2013

Neben der individuellen Lebensweise spielen auch die sozialen und kommunalen Netzwerke, die Lebens- und Arbeitsbedingungen und die allgemeinen Bedingungen der sozioökonomischen, kulturellen und physischen Umwelt, sowie das soziale Geschlecht (Gender) eine große Rolle für die Gesundheit. Neben diesen veränderbaren Faktoren gibt es auch unveränderliche Faktoren, welche einen starken Einfluss haben: Dazu zählen Alter, genetische Ausstattung und (meist) das biologische Geschlecht (Sex).

Diese drei unveränderlichen Faktoren, sowie der veränderbare Faktor soziales Geschlecht wirken sich auf jede einzelne der vorhin genannten Determinanten aus (Fonds Gesundes Österreich 2013). So zeigen beispielsweise Frauen und Männer, Mädchen und Burschen Unterschiede in ihrem Essverhalten, sie unterscheiden sich in ihrem Rauch- und Trinkverhalten und natürlich auch in ihrem Bewegungsverhalten.

Das Bewegungsverhalten ist jedoch kein isolierter Einflussfaktor auf Gesundheit. Es wird einerseits von Geschlecht beeinflusst. Andererseits spielen auch Rahmenbedingungen, wie ansprechende Vereine und Verbände in der Gemeinde, sozioökonomische Faktoren oder die Art und Weise wie Turnunterricht in der Schule gestaltet wird eine große Rolle.

Geschlecht muss bei gesundheitsförderlichen Interventionen, Projekten und Programmen immer berücksichtigt werden. Die WHO hält schon 2002 in ihrem Madrider Statement fest: *„To achieve the highest standard of health, health policies have to recognize that women and men, owing to their biological differences and their gender roles, have different needs, obstacles and opportunities. (...) The factors that determine health and ill health are not the same for men and women“* (WHO 2002). Hiermit wird deutlich, dass auch der gesetzliche Rahmen das Bewegungsverhalten mitbestimmen kann.

So wird auch immer wieder über die Einführung der täglichen Turnstunde diskutiert, welche automatisch mehr Aktivität in den Alltag von Mädchen und Burschen bringen würde.

Aus Public Health Perspektive ist das Setting Schule, und im Speziellen das Unterrichtsfach Bewegung und Sport, ein gutes Feld, um die Gruppe der Mädchen zu vermehrtem Sport zu motivieren (vgl. Camacho-Miñano et al. 2011). Zwar ist laut der Medien Kultur Sport Studie (MediKuS-Studie) das informelle, selbstorganisierte Sporttreiben das am häufigsten genannte Setting der Sportaktivitäten von Kindern und Jugendlichen, gefolgt von Sport in einem Sportverein (vgl. Züchner 2013, S. 106), doch weiß man, dass Kinder und Jugendliche aus Familien höherer sozialer Schichten eher sportlich aktiv sind als Kinder unterer sozialer Schichten (vgl. Hartmann-Tews 2016, S. 54). Einkommen und Bildung haben einen großen Einfluss auf das Ausmaß von Bewegung. Bildung steht bei Frauen in einem positiven Zusammenhang mit körperlicher Aktivität (vgl. Titze et al. 2012, S. 25).

Um hier einen Ausgleich zu schaffen, sind Maßnahmen genau für diese Zielgruppe besonders wichtig. Um die Sichtweisen von Mädchen benachteiligter Gruppen einzubeziehen entschied ich, meinen Fokus auf Neue Mittelschulen (vormals Hauptschulen) zu legen.

Meine Arbeit steht im Kontext von Ziel 8 der Österreichischen Rahmengesundheitsziele: Gesunde und sichere Bewegung im Alltag durch die entsprechende Gestaltung der Lebenswelten fördern: *„Neben dem Schaffen von Freiräumen für sichere Bewegung im Alltag sollen Bewegungskompetenz und Freude an Bewegung und Sport insbesondere in Kindergärten und Schulen, in Senioren- und Pflegeheimen sowie im Vereinswesen gefördert werden...“* (Bundesministerium für Gesundheit und Frauen 2016, S. 42).

Das Thema Bewegung soll laut den Rahmengesundheitszielen settingbezogen und zielgruppenspezifisch gefördert werden, dies heißt also auch Mädchenspezifisch, ausgerichtet sein (vgl. ebd., S. 46).

Die Arbeit ist auch im Einklang mit den steirischen Gesundheitszielen. Neben dem Ziel *„Rahmenbedingungen für ein gesundes Leben zu schaffen“*, wird auch angestrebt *„...mit Ernährung und Bewegung die Gesundheit der SteirerInnen zu verbessern“* (Gesundheitsfonds Steiermark 2011, S. 20). Zusätzlich wird die Entwicklung und der Ausbau von *„umfassenden, geschlechtsspezifischen und lebensweltorientierten Ernährungs- und Aktivitätsprogrammen in den Lebensbereichen Gemeinde/Stadt, Schule/Lernen und Betrieb/Arbeiten nach entsprechenden Qualitätskriterien und Richtlinien“* empfohlen (ebd.).

Die österreichischen Empfehlungen für gesundheitswirksame Bewegung, wonach Kinder und Jugendliche jeden Tag insgesamt mindestens 60 Minuten mit zumindest mittlerer Intensität körperlich aktiv sein sollten, weisen ausdrücklich darauf hin, dass diese Aktivitäten altersgerecht, aber unabhängig von Geschlecht, sein sollen (vgl. Titze et al. 2012, S. 6). Die Empfehlungen beinhalten also, dass Mädchen genau so viel Bewegung brauchen wie Burschen. Wie eingangs erwähnt und in Kapitel 2.1 detaillierter beschrieben, erfüllen Mädchen diese Bewegungsempfehlungen leider jedoch in einem geringeren Ausmaß als Burschen.

Die österreichische Kinder- und Jugendstrategie 2016 beschreibt im „Themenfeld 3: Gesunde Entwicklung, Ziel 7: „*Bewegung von Kindern und Jugendlichen ermöglichen und fördern*“, zwar sehr detailliert, wie und wo Kinder und Jugendliche zu Bewegung aktiviert werden (sollen). Sie enthält allerdings keinen Hinweis auf eine notwendige stärkere Förderung der Mädchen (vgl. Winkler et al. 2017, S. 38 ff.). Politische Konsequenz sollte sein, dass speziell Mädchen in ihrer Bewegung gefördert werden.

## 1.2 Aufbau der Arbeit

Ich orientierte mich beim Aufbau meiner Masterarbeit am Public-Health-Action-Zyklus, der eine sehr gute Orientierung für strategische Planung, Umsetzung und Evaluation gesundheitsbezogener Projekte bietet (vgl. Institut für Sozial- und Präventivmedizin 2008, S. 4):

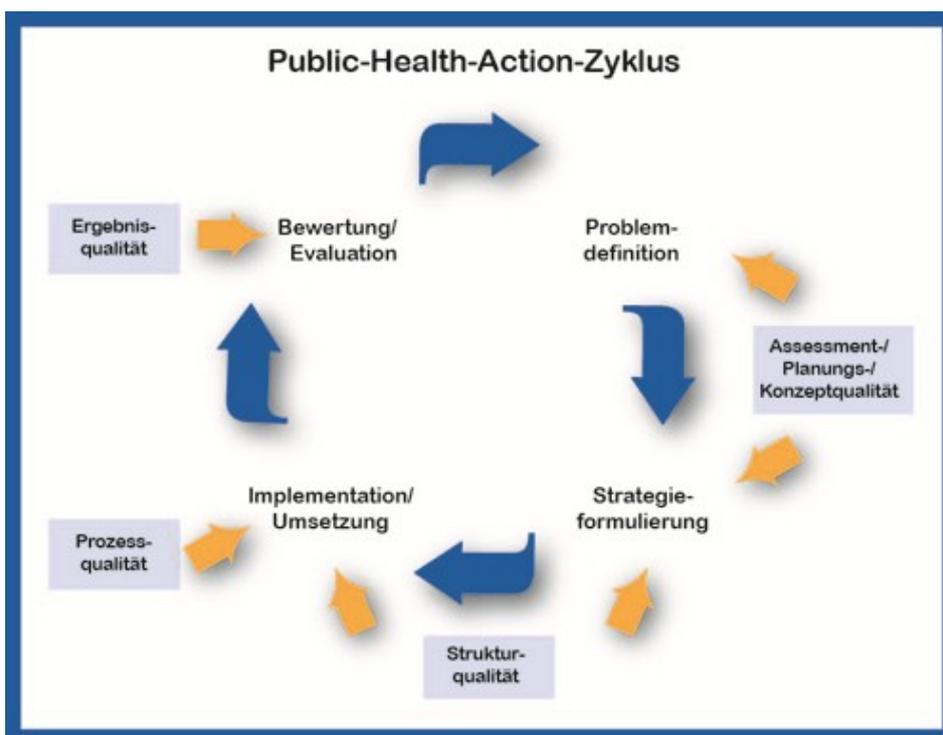


Abbildung 2: Public-Health-Action-Zyklus nach einer Darstellung des Landesentrums Gesundheit Nordrhein-Westfalen 2017

In der ersten Phase, dem Assessment geht es um das Erfassen und Analysieren gesundheitlicher Problemlagen, Bedarfe und Bedürfnisse einer Zielgruppe. Diese Themen behandle ich in den Kapiteln 1 bis 4:

Nach der Darstellung des Hintergrundes in Kapitel 1, folgt nun in Kapitel 2 die konkrete Problemdefinition. Diese umfasst nach einer Erklärung des Zusammenhanges von Gesundheit und Bewegung beziehungsweise von Bewegung und Geschlecht auch eine Darstellung von Fakten zu Mädchengesundheit. In diesem Kapitel kommt es auch zu einem Umriss der gesetzlichen und strukturellen Voraussetzungen des Unterrichtsfaches Bewegung und Sport, wie der Anzahl der Unterrichtseinheiten pro Schulstufe, einer Beschreibung der Unterrichtsziele und dem derzeitigen Ausbildungsstand. Das Kapitel schließt mit einer Aufzählung der zahlreichen positiven Auswirkungen von körperlicher Aktivität. In Kapitel 3 umreißt ich den Forschungsstand zu den Herausforderungen, die sich im Unterrichtsfach Bewegung und Sport ergeben können, sowie die Rahmenbedingungen dieses Unterrichtsfaches, welche in der Literatur beschrieben werden. Das Assessment wird konkret geleistet durch die empirische Untersuchung zu den Erfahrungen und Einschätzungen von Mädchen, die in Neuen Mittelschulen in der Steiermark am Unterrichtsfach Bewegung und Sport aktuell teilnehmen, von Lehrerinnen, die Bewegung und Sport unterrichten und von ehemaligen Hauptschülerinnen. Die genaue Vorgehensweise und Auswertung der empirischen Studie wird in Kapitel 4 beschrieben. Ich führte insgesamt fünf Fokusgruppen mit den definierten Zielgruppen durch. Eine inhaltsanalytische Auswertung der qualitativen Daten erfolgte computerunterstützt mit MAXQDA, einem qualitativen Datenanalyseprogramm, und wird ebenfalls in diesem Kapitel beschrieben.

In der zweiten Phase, dem Policy Development, geht es um die Entwicklung von gesundheitspolitischen Interventionsstrategien, die ich vorschlage: Was sind förderliche Erfahrungen und Bedingungen, die sich positiv auf das Bewegungsverhalten von Mädchen auswirken und welche Konsequenzen ergeben sich nun aus diesen Erkenntnissen auf Public Health Ebene? Sie basieren auf der vorangegangenen Literaturrecherche und den Ergebnissen meiner empirischen Untersuchung und werden in Kapitel 5 bis 7 zusammengefasst. Diese können als Anregungen für Tätige im Feld verstanden werden. Im Rahmen meiner beruflichen Tätigkeit als Mitarbeiterin der Fachstelle Mädchengesundheit im Frauengesundheitszentrum, Graz plane ich diese in Form von Vorträgen, Weiterbildungen und Lobbying-Gesprächen zu verbreiten.

Phase drei, Assurance, würde die Umsetzung der Strategien umfassen. Phase vier, ist die Evaluation, also die Prüfung der Akzeptanz und Wirksamkeit dieser Strategien (vgl. Institut für Sozial- und Präventivmedizin 2008, S. 4). Meine Masterarbeit konzentriert sich auf die ersten beiden Phasen. Auch wenn Phase drei und vier ausdrücklich empfohlen werden, können diese im Rahmen dieser Arbeit nicht umgesetzt werden.

## **2 Problemdefinition: Der Zusammenhang von Gesundheit, Bewegung und Geschlecht**

Dass regelmäßige körperliche Aktivität für die Gesundheit sehr wichtig ist, wird in der Gesellschaft zunehmend wahrgenommen und akzeptiert (vgl. Titze et al. 2012, S. 9). Die WHO und die Europäische Kommission verweisen explizit auf den hohen Stellenwert von Bewegung für die Gesundheit und fordern dazu auf, der körperlichen Aktivität auf nationaler Ebene mehr Aufmerksamkeit zu schenken (vgl. ebd.). Vermehrte körperliche Aktivität ist in allen Lebensabschnitten ein wichtiges Instrument, um sowohl individuell als auch auf Public Health Ebene an Gesundheit zu gewinnen. Sie liefert gemeinsam mit anderen wichtigen Faktoren einen entscheidenden Beitrag zur Vermeidung von verschiedenen Krankheiten und einem frühzeitigen Tod sowie zur Erhöhung der Lebensqualität (vgl. Dorner 2009, S. 36).

Die aktuelle Evidenz zum Dosis-Wirkungs-Zusammenhang bei Kindern und Jugendlichen zeigt, dass regelmäßige Bewegung an drei und mehr Tagen pro Woche gesundheitswirksam ist (vgl. Titze et al. 2012, S. 19). Als gesundheitswirksame körperliche Aktivität werden alle Bewegungsformen bezeichnet, die die Gesundheit fördern und das Verletzungsrisiko nicht unnötig erhöhen (vgl. ebd., S. 10). Bei diesen Empfehlungen werden jedoch nicht nur die Auswirkungen von körperlicher Aktivität auf die Risikoreduktion von Krankheiten berücksichtigt, sondern auch die Auswirkungen auf subjektive Parameter, wie das körperliche, psychische und soziale Wohlbefinden, die Lebensqualität und die Gesundheitszufriedenheit (vgl. ebd., S. 9).

Ausgehend vom Modell der sozialen Determinanten ist es sehr wichtig, speziell im Unterrichtsfach Bewegung und Sport den Einfluss des sozialen und biologischen Geschlechts einzubringen. Gieß-Stüber schreibt: *„Für kaum einen anderen Lebensbereich ist es schwieriger, die Frage zu beantworten, wo aus Sex Gender wird“* (2000, S. 32). Diese Herausforderung beschreibt auch Gramespacher. Sie sieht den Körper als das zentrale Medium des Sports an: *„Körper bewegen sich im Sport, und/oder Körper bewegen Sportgeräte und/oder Körper werden im Sport bewegt* (2009, S. 13 f.). Durch die omnipräsente Körperlichkeit im Sport trete das biologische Geschlecht sehr stark in den Vordergrund. Die Festlegung auf bestimmte Sportarten oder die Exklusion aus bestimmten Sportarten wird häufig biologisch begründet, hat aber in den meisten Fällen den Hintergrund in sozialen Zuschreibungen (vgl. ebd., S. 14). Dies bedeutet für die Zielgruppe der Mädchen, die möglichen Auswirkungen gesundheitsförderlicher Aktivitäten aufgrund ihrer biologischen Konstitution (Sex) zu berücksichtigen und vor allem aber auch das Risiko für Beschwerden und gesundheitlich relevante Belastungen aufgrund von sozialen (Rollen-)Erwartungen (Gender) in Überlegungen mit einzubeziehen. Geschlecht ist, wie bereits erklärt, also nicht nur naturgegeben, sondern auch sozial konstruiert (vgl. Diketmüller 2007, S. 247). Bereits im Kleinkind-beziehungsweise im Kindergartenalter erfahren Mädchen und Burschen in unterschiedlichsten sozialen Lernprozessen, differierende Zugeständnisse, Sanktionen oder Rückmeldungen, was weiblich sein oder männlich sein bedeutet (vgl. Hunger 2007, S. 12). Bereits in der Kindheit sind deutliche geschlechterbezogene Verhaltensmuster und Präferenzen verinnerlicht (vgl. Kampshoff/Wiepcke 2012, S. 2). Aussagen wie *„Jungs müssen sich eben mal verausgaben“* tragen dazu bei, dass Burschen in dieser Zeit durch ihr Umfeld zu Bewegung angeregt werden. Sie werden stärker in ihren material- und raumexplorierenden Aktivitäten unterstützt und so an wettbewerbsorientierte Spiele sowie leistungs- und funktionsbezogene Körperaktivitäten herangeführt (vgl. Hunger 2007, S. 13). Dabei eignen Burschen sich motorisch schon sehr früh bestimmte Fähigkeiten und Fertigkeiten an. Sie machen im Rahmen ihrer sportlichen Aktivitäten auch viele psychosoziale Erfahrungen, wie das Umgehen mit Hierarchien, Dominanz und Durchsetzungsvermögen in Gruppen: *„Sie erfahren, was es heißt etwas erobern (zu wollen), zu siegen, zu verlieren, etwas zu leisten, sich körperlich aggressiv zu messen, Kraft zu haben...“* (ebd.).

Mädchen hören Sprüche wie, „*Pass auf, du tust dir gleich weh!*“ und werden somit eher an sportübergreifende Bewegungsformen herangeführt, die meist weniger raumexplorierend und wettbewerbsorientiert sind. Anstelle von Spielen, die ein Gegeneinander erfordern, dominieren bei ihnen eher kooperierende Spiele. Tendenziell sind es auch eher ästhetisch-expressive Bewegungsformen als kräftemessende Interaktionen, welche Mädchen nahe gelegt werden (vgl. ebd.). In dieser Diskussion gilt es gut aufzupassen, Verhaltensmuster und Fähigkeiten nicht als geschlechterspezifisch zu bezeichnen. Denn sehr oft führt eine Thematisierung von „*geschlechtertypischen Verhaltensweisen*“ dazu, dass Geschlechterrollenbilder und -muster verfestigt anstatt aufgebrochen werden (vgl. Diketmüller 2007, S. 250). Es wird empfohlen eher von „*geschlechterbezogenen*“ oder „*geschlechterassozierten Verhaltensweisen*“ zu sprechen, als von geschlechterspezifischen (vgl. Jahn 2016, S. 77).

Das folgende Kapitel zeigt Fakten betreffend dem Bewegungsausmaß von Mädchen auf und umfasst weitere Bereiche der Mädchengesundheit, wie die Einschätzung des subjektiven Gesundheitszustandes, die Lebenszufriedenheit und Körperwahrnehmung von Mädchen. Geringes Bewegungsverhalten kann sich auf diese Bereiche auswirken.

## **2.1 Fakten zu Mädchengesundheit**

Die Anzahl der Tage pro Woche, an welchen sich 11 bis 17 jährige Mädchen bewegen, ist in den letzten Jahren recht konstant geblieben, wie folgende tabellarische Darstellung zeigt:

**Tabelle 1: Ausmaß der Tage pro Woche, an denen sich 11, 13, 15 und 17-jährige Mädchen bewegen, Zeitraum 2006, 2010 und 2014 im Vergleich (WHO-HBSC-Survey) (eigene Darstellung)**

<b>Alter der Mädchen/ Studienjahr</b>	<b>11 Jahre</b>	<b>13 Jahre</b>	<b>15 Jahre</b>	<b>17 Jahre</b>
<b>2006</b>	4,49 Tage pro Woche	4,09 Tage pro Woche	3,13 Tage pro Woche	wurde noch nicht erhoben
<b>2010</b>	4,86 Tage pro Woche	4,20 Tage pro Woche	3,16 Tage pro Woche	2,84 Tage pro Woche
<b>2014</b>	4,78 Tage pro Woche	4,19 Tage pro Woche	3,08 Tage pro Woche	2,73 Tage pro Woche

Mädchen bewegen sich somit zwar nicht wesentlich weniger als in früheren Jahren, doch kann man deutlich sehen, dass sich in allen dargestellten Jahren 11-jährige Mädchen noch am meisten bewegen und ab diesem Alter das Bewegungsausmaß der Mädchen absinkt.

Folgende Tabelle zeigt eine weitere, über die Jahre konstant bleibende Tatsache, nämlich, dass sich Mädchen in jeder Altersgruppe weniger bewegen als Burschen:

**Tabelle 2: Ausmaß der Tage pro Woche, an denen sich 11, 13, 15 und 17-jährige Mädchen und Burschen bewegen, Zeitraum 2006, 2010 und 2014 im Vergleich (WHO-HBSC-Survey) (eigene Darstellung)**

<b>Alter der Mädchen (M) und Burschen (B)/ Studienjahr</b>	<b>11 Jahre M//B Tage pro Woche</b>	<b>13 Jahre M/B Tage pro Woche</b>	<b>15 Jahre M/B Tage pro Woche</b>	<b>17 Jahre M/B Tage pro Woche</b>
<b>2006</b>	4,49/4,70	4,09/4,65	3,13/3,85	wurde nicht erhoben
<b>2010</b>	4,86/5,37	4,20/5,13	3,16/4,14	2,84/3,48
<b>2014</b>	4,78/5,02	4,19/4,82	3,08/3,98	2,73/3,44

Das unterschiedliche Bewegungsverhalten von Mädchen und Burschen setzt sich im Erwachsenenalter bis zum Alter von 45 Jahren fort.

Demnach erfüllen bis zu einem Alter von 45 Jahren weniger Frauen als Männer die Empfehlungen, sich mindestens 150 Minuten pro Woche mäßig intensiv zu bewegen. Erst ab einem Alter von 45 Jahren bewegen sich Frauen mehr als Männer:

**Tabelle 3: Erfüllung der Bewegungsempfehlungen von erwachsenen Frauen und Männern im Alter von 18 bis 60plus (Statistik Austria 2014) (eigene Darstellung)**

	<b>18-unter 30 Jahre</b>	<b>30- unter 45 Jahre</b>	<b>45- unter 60 Jahren</b>	<b>60 und mehr Jahre</b>
<b>Frauen</b>	48 %	44,7 %	50,6 %	59,4 %
<b>Männer</b>	62,7 %	47,3 %	49,2 %	52,5 %

Auch vor einem Alter von 45 Jahren sollte ein ausgewogenes Bewegungsverhalten angestrebt werden. Somit ist es besonders wichtig, bereits im Kinder- und Jugendalter mit gesundheitsförderlichen Maßnahmen zu beginnen.

Wie einführend zu diesem Kapitel erwähnt, hat körperliche Aktivität auch Auswirkungen auf subjektive Parameter wie das körperliche, psychische und soziale Wohlbefinden, die Lebensqualität und die Gesundheitszufriedenheit (vgl. Titze et al. 2012, S. 9). Fragt man Mädchen und Burschen in Österreich nach der Einschätzung ihres subjektiven Gesundheitszustandes, finden sich sehr deutliche Unterschiede zwischen den Geschlechtern: Während bei den Burschen der Anteil jener, die angeben, über eine ausgezeichnete Gesundheit zu verfügen, 49 von 100 der 11-Jährigen beträgt, und auf 37 von 100 der 17-Jährigen sinkt, kommt es bei den Mädchen in den entsprechenden Altersgruppen zu einem Rückgang, von 49 von 100 auf nur 21 von 100 (vgl. Bundesministerium für Gesundheit 2015, S. 18). Auch in der Einschätzung der Lebenszufriedenheit gibt es signifikante Geschlechterunterschiede. Die durchschnittliche Lebenszufriedenheit bei Mädchen zwischen 11 und 17 Jahren beträgt auf einer Skala von null bis zehn durchschnittlich 7,6. Die der gleichaltrigen Burschen liegt dagegen bei 8 (vgl. ebd., S. 20).

Betreffend der subjektiven Beschwerdelast, die neben körperlichen Symptomen wie Kopfschmerzen oder Magen- und Bauchschmerzen, auch psychische Beschwerden wie Nervosität oder Gereiztheit umfasst, berichten Mädchen insgesamt häufiger von Beschwerden als Burschen (vgl. ebd., S. 22). Auch in Bezug auf Körperwahrnehmung lassen sich große Unterschiede zwischen den Geschlechtern feststellen. Das Gefühl „zu dick zu sein“, nimmt bei Mädchen mit dem Älterwerden viel stärker zu als bei Burschen. Der Anteil jener Mädchen, die sich selbst als „zu dick“ sehen, steigt von 32 von 100 der 11-Jährigen (bei Burschen 27 von 100) auf 52 von 100 der 13-Jährigen (bei Burschen 35 von 100) und bleibt bis zum Alter von 17 Jahren annähernd gleich (bei Burschen 28 von 100) (vgl. ebd., S. 26 f.). Diese Zahlen sind alarmierend. Die Hälfte der Mädchen ab 13 Jahren hält sich für zu dick, obwohl laut erhobenen Body Mass Index nur jedes Zehnte von 100 Mädchen tatsächlich übergewichtig ist. Hier kann das Unterrichtsfach Bewegung und Sport gut ansetzen, um körperliche Kompetenz zu lehren und eine positive und vor allem auch realistische Körperwahrnehmung zu vermitteln.

Im Unterrichtsfach Bewegung und Sport kann auch das Thema Menstruation sehr gut aufgegriffen werden (vgl. Dikemüller 2003, S. 8). Das Einsetzen des Zyklus ist ein körperliches Geschehen, das Mädchen in dieser Lebensphase erstmals erleben. Sie beklagen oft Bewegungseinschränkungen und fühlen sich in ihrem autonomen Körpergefühl zurückgeworfen, so Gille (vgl. 2010, S. 339). Nicht selten haben Mädchen auch Beschwerden während ihrer Menstruation, wie die systematische Übersichtsarbeit von Latthe und Champaneria (2014) deutlich macht. Demnach haben etwa 3 von 4 Mädchen und Frauen zeitweise Beschwerden, bei jeder zehnten sind sie sehr stark. Gerade junge Frauen unter 20 haben häufig mittelstarke bis starke Regelschmerzen. Einige Mädchen entschuldigen sich aus diesem Grund vom Turnunterricht. Leichte Bewegung kann jedoch bei Menstruationsbeschwerden helfen, wenn die junge Frau selbst das Ausmaß der Bewegung bestimmen kann (vgl. Wiesinger-Russ 2003, S. 28).

Es ist wichtig, Mädchen in der Pubertät Raum für Sportarten zu geben, durch die sie Selbstbewusstsein, körperliche Kompetenz und Stolz entwickeln können, wie auch Gille unterstreicht (vgl. 2010, S. 338).

Um Empfehlungen zur Gestaltung des Unterrichtsfaches Bewegung und Sport abzugeben beziehungsweise Anregungen für Veränderungen auf Verhältnisebene geben zu können, ist es wichtig zunächst den gesetzlichen und strukturellen Rahmen zu umreißen.

## **2.2 Strukturelle und Curriculare Voraussetzungen**

In der Steiermark gibt es 162 Neue Mittelschulen (vgl. Landesschulrat für Steiermark 2016). Von diesen 162 Neuen Mittelschulen haben, nach Auskunft der statistischen Abteilung des Landesschulrates für Steiermark, 14 Schulen den Schwerpunkt Musik, elf Schulen den Schwerpunkt Sport und drei Schulen den Schwerpunkt Ski fahren<sup>1</sup>. Somit gibt es 134 Neue Mittelschulen ohne spezielle Schwerpunktsetzung. Mädchen und Burschen dieses Schultyps haben laut Studententafel im Rechtsinformationssystem des Bundes (RIS) in der ersten und vierten Schulstufe pro Woche vier Unterrichtsstunden und in der zweiten und dritten Schulstufe pro Woche drei Unterrichtsstunden Bewegung und Sport (vgl. RIS, S. 23). Die Stunden können als Randstunden, also gleich in der Früh, zum Ende eines Unterrichtstages oder auch zwischen anderen Unterrichtsfächern organisiert sein.

### **2.2.1 Unterrichtsprinzip Erziehung zur Gleichstellung von Frauen und Männern**

Die *Erziehung zur Gleichstellung von Frauen und Männern* für den Bildungsbereich ist seit 1995 in einem Grundsatzterlass des Bundesministeriums für Bildung geregelt. Dieser Grundsatz zur Gleichstellung ist als Unterrichtsprinzip auch in den Lehrplänen der österreichischen Schulen verankert. Mit diesem Unterrichtsprinzip soll beispielsweise die geschlechterbezogene Sozialisation durch die Familie, die Schule, die Medien und die Arbeitswelt, sowie deren Auswirkungen auf die Ausbildungs- und Berufswahl, Lebensplanung, Freizeitgestaltung und das eigene Denken und Verhalten, in jeweils altersadäquater Form, bewusst gemacht und Gleichstellung umgesetzt werden.

---

<sup>1</sup> Telefonat beziehungsweise E-Mail am 28.04.2017

Ziele waren unter anderem, alltägliche Formen von Gewalt und Sexismus in der Schule deutlich zu machen und „*geschlechterspezifische Vorurteile und Benachteiligungen*“ abzubauen (vgl. Bundesministerium für Bildung 2011, S. 23 ff.).

Gesetzlich gibt es demnach eine solide Basis, um Gleichstellung zu erreichen und einem Ungleichgewicht im Bewegungs- und Sportbereich im schulischen Kontext entgegen zu wirken.

### **2.2.2 Homogener oder heterogener Unterricht in Bewegung und Sport**

Das Schulorganisationsgesetz § 8b, welches 2014 in Kraft trat, regelt, dass ab der fünften Schulstufe der Unterricht in Bewegung und Sport in homogenen Gruppen, also getrennt nach Geschlechtern, zu erteilen ist (vgl. Jusline 2017). In den ersten vier Schulstufen darf mit Genehmigung der zuständigen Schulbehörde der Unterricht auch ohne Trennung nach Geschlechtern durchgeführt werden, wenn die Burschen- oder Mädchengruppe für einen eigenen Unterricht zu klein wäre, um einen lehrplanmäßigen Unterricht durchzuführen. Mädchen und Burschen können auch nach der 4. Schulstufe gemeinsam turnen, wenn mehrere Lehrerinnen beziehungsweise Lehrer anwesend sind (vgl. ebd.)<sup>2</sup>.

### **2.2.3 Lehrkräfte für das Unterrichtsfach Bewegung und Sport**

Die meisten der jetzt tätigen Lehrerinnen und Lehrer in Neuen Mittelschulen (vormals Hauptschulen), haben ihre Ausbildung an der Pädagogischen Hochschule abgeschlossen. Diese dauerte sechs Semester (vgl. Bundesministerium für Bildung, Bewegung und Sport in den Schulen Österreichs 2017). Lehrerinnen und Lehrer, die in Zukunft an einer Neuen Mittelschule Bewegung und Sport unterrichten möchten, müssen seit 2015 ein Lehramtsstudium der Sekundarstufe Allgemeinbildung abschließen. Das Bachelor Studium dauert vier Jahre, das Masterstudium im Anschluss dauert zwei Jahre (vgl. Lehramt Süd-Ost 2014-2015).

---

<sup>2</sup> Telefonat am 28.04.2017: Auf meine Nachfrage beim Landesschulrat für Steiermark, wie viele Mädchen und Burschen derzeit in Neuen Mittelschulen gemeinsam und wie viele getrennt in Bewegung und Sport unterrichtet werden, konnte mir diesbezüglich keine Auskunft gegeben werden. Es scheint also nicht erhoben oder nicht veröffentlicht zu werden.

Im Curriculum für das Bachelorstudium Bewegung und Sport gibt es die formulierten Ziele, dass die Absolventinnen und Absolventen in der Lage sein werden, zielgruppenspezifische Bewegungsangebote zu planen und zu gestalten beziehungsweise Diversitätsmerkmale der Lernenden, wie Begabungen, Behinderungen und Gender, zu berücksichtigen. Liest man den Lehrplan allerdings im Detail, findet sich keine einzige verpflichtende Lehrveranstaltung, die geschlechterbezogene Aspekte im Bewegungsverhalten zum Thema hat (vgl. Curriculum für das Bachelorstudium, Lehramt Sekundarstufe Allgmeinstufe 2015). Es gibt auch Schulen, in denen keine ausgebildeten Bewegungs- und Sportlehrerinnen und -lehrer unterrichten. Lehrerinnen und Lehrer anderer Unterrichtsfächer lehren somit „ungeprüft“ das Unterrichtsfach Bewegung und Sport gleich mit<sup>3</sup>.

#### **2.2.4 Lehrplan und Ziele von Bewegung und Sport**

Der Lehrplan im Unterrichtsfach Bewegung und Sport in einer Neuen Mittelschule ist für Mädchen und Burschen ident (vgl. Höfinger-Hampel 2010, S. 21) und unterscheidet könnens- und leistungsorientierte, spielerische und erlebnisorientierte Bewegungshandlungen (vgl. RIS 2016, S. 96 ff.). Lerninhalte und Unterrichtsmethoden sind so auszuwählen, dass sie beide Geschlechter gleich gut ansprechen.

Darauf verweist auch einer der fünf allgemeinen didaktischen Grundsätze in diesem Schulfach: *„Diversität und Inklusion, Chancen- und Geschlechtergerechtigkeit“* (vgl. ebd., S. 7). Dies schließt für Lehrerinnen und Lehrer *„eine forschungsgestützte Auseinandersetzung mit geschlechtsspezifischen Stereotypisierungen ein, um die Handlungsspielräume und Potenziale von Mädchen und Buben breit zu entfalten“* (ibd., S. 9).

Lehrpersonen sollen somit auch lernen eigene Erwartungshaltungen, Geschlechterrollenbilder und Interaktionsmuster zu reflektieren (vgl. ebd.).

---

<sup>3</sup> E-Mail am 31.05.2017 Auf meine schriftliche Nachfrage beim Landesschulrat für Steiermark, wie viele ungeprüfte Lehrerinnen und Lehrer derzeit in Neuen Mittelschulen Bewegung und Sport unterrichten, konnte mir diesbezüglich keine Auskunft gegeben werden. Es scheint also nicht erhoben oder nicht veröffentlicht zu werden.

Der Unterrichtsgegenstand Bewegung und Sport soll gleichrangig zur Entwicklung der Sach-, Selbst- und Sozialkompetenz beitragen. Dies soll zum Beispiel durch vielseitiges Bewegungskönnen und vielfältige Bewegungserfahrung, Wahrnehmungsfähigkeit für den eigenen Körper und das eigene Bewegungsverhalten, Selbstvertrauen, Bewegungsfreude und Gesundheitsbewusstsein, aber auch durch die Berücksichtigung „*geschlechterspezifischer Interessen und Bedürfnisse*“ erreicht werden (vgl. RIS 2016, S. 94). Dieses Unterrichtsfach hat also sehr breit gefasste Ziele, die weit über das reine Bewegungsverhalten hinausgehen.

Als Ziele formuliert der Lehrplan:

1. *„Ausbildung und Weiterentwicklung der konditionellen und koordinativen Grundlagen des Bewegungshandelns, sowie Verbesserung der individuellen Leistungsfähigkeit.*
2. *Erwerb eines grundlegenden und vielseitigen Bewegungskönnens und das Schaffen von Möglichkeiten zum Entdecken von Vorlieben für bestimmte Bewegungsformen und deren Einbeziehung in den persönlichen Lebensstil.*
3. *Vielfältige Körper- und Bewegungserfahrungen in unterschiedlichen Situationen und Räumen, besonders auch in erlebnishaften und naturnahen Bewegungstätigkeiten.*
4. *Befähigung zum Bewegungshandeln sowohl in Kooperation als auch in Konkurrenz und Befähigung zum Umgehen mit Konflikten.*
5. *Kritisch konstruktive Auseinandersetzung mit Phänomenen der Bewegungskultur, besonders mit solchen der jeweiligen Trendsportarten, sowie mit Normen und Werten des Sports“ (ebd.).*

Seit 2013 gibt es österreichweit als Qualitätssicherungsmaßnahme das Schulsportgütesiegel. Es stellt für mich eine gute Grundlage dar, um das Unterrichtsfach Bewegung und Sport, auch in Hinblick auf Geschlechtergerechtigkeit, weiter zu entwickeln. Darum möchte ich es in Folge näher beschreiben.

### **2.2.5 Schulsportgütesiegel – eine Qualitätssicherungsmaßnahme**

Das Schulsportgütesiegel wird je nach Erfüllung bestimmter Kriterien in Gold, Silber und Bronze verliehen und ist vier Jahre lang gültig. Bewerben kann sich eine Schule nur dann, wenn sie, je nach Schultyp, eine Mindeststundenanzahl an Bewegung und Sport abhält. Für die Neue Mittelschule handelt es sich um ein Mindeststundenausmaß von in Summe zehn Wochenstunden innerhalb von vier Schuljahren. Wie bereits ausgeführt, hätten Neue Mittelschulen ohne spezielle Schwerpunktsetzung laut Stundentafel in der ersten und vierten Schulstufe vier Unterrichtsstunden pro Woche und in der zweiten und dritten Schulstufe drei Unterrichtsstunden pro Woche. Somit würde das Stundenausmaß in vier Jahren in Summe 14 Stunden betragen, was vier Stunden über dem im Sportgütesiegel geforderten Mindeststundenausmaß von zehn Stunden liegt. Weitere Kriterien sind unter anderem eine Gruppengröße von maximal 20 Schülerinnen und Schülern, eine Bestätigung über den guten Allgemeinzustand der Einrichtung und gute hygienische Zustände, Schulveranstaltungstage mit sportlichen Schwerpunkten, Teilnahme an Schulsportwettkämpfen, interne Sportwettkämpfe, der Anteil der geprüften Bewegungs- und Sportlehrerinnen und -lehrer an der Schule, Anteil der Lehrerinnen und Lehrer mit zusätzlichen sportlichen Qualifikationen, Teilnahme an Weiterbildungen, bewegte Pause und Zusammenarbeit von Schule und Sportvereinen. Viele dieser Kriterien sollten selbstverständlich sein. In den vergangenen vier Jahren erlangten 1417 Schulen, also rund ein Viertel aller Schulen Österreichs, das Schulsportgütesiegel als Qualitätskennzeichen (vgl. Bundesministerium für Bildung, Schulsport 2016).

Körperliche Aktivität hat vielfältige positive körperliche, psychische, kognitive und soziale Auswirkungen, welche im folgenden Kapitel nun näher erläutert werden.

### **2.3 Auswirkungen von körperlicher Aktivität**

Regelmäßige Bewegung beeinflusst die physische Konstitution bei Jugendlichen positiv. Sie stärkt die Muskeln und die Knochensubstanz, wirkt Bluthochdruck, Herz-Kreislauferkrankungen und Diabetes entgegen und beugt Knochenkrankheiten und bestimmten Krebserkrankungen im Alter vor (vgl. WHO 2010, S 7 ff.).

Körperliche Inaktivität hingegen wurde nun sogar als viertstärkster Risikofaktor für die globale Sterblichkeit, nach Bluthochdruck, Tabakkonsum und hohem Blutzucker identifiziert (vgl. WHO 2010, S. 10). Ein systematisches Review von Janssen und LeBlanc (2010) belegt die positiven Auswirkungen körperlicher Aktivität speziell für das Kindes- und Jugendalter. Sie kamen zu dem Ergebnis, dass je intensiver Bewegung gemacht wird, umso höher der gesundheitliche Gewinn ist. Bei Kindern und Jugendlichen, die übergewichtig sind und/oder Bluthochdruck haben, reicht jedoch bereits moderate Bewegung aus, um positive Effekte zu erzielen (vgl. ebd.).

Bailey et al. zeigen in ihrem Report für die WHO, dass körperliche Aktivität dazu beitragen kann, Angst und Depressionen zu reduzieren (vgl. 2005). Eine Metaanalyse von Liu, Wu und Ming zeigt, dass körperliche Aktivität auch bei der Erhöhung des Selbstwertgefühls und einer Verbesserung der Selbsteinschätzung eine wichtige Rolle spielt. Ein niedriges Selbstwertgefühl und eine geringe Selbsteinschätzung können wiederum Depressionen, Angst, Essprobleme und Suizidgedanken bei Jugendlichen begünstigen (vgl. 2015). Besonders Mädchen haben oft ein geringes Selbstwertgefühl und sind vulnerabler für Angststörungen, Depressionen und Essprobleme (vgl. ebd.). Liu, Wu und Ming weisen als Ergebnis ihrer Metaanalyse auch deutlich darauf hin, dass Bewegungsprogramme in Schulen, im Vergleich zu solchen in anderen Settings, die besten Auswirkungen auf das Selbstwertgefühl und die Selbsteinschätzung haben (vgl. ebd.).

Es gibt auch deutliche Anzeichen dafür, dass es einen positiven Zusammenhang zwischen der sportlichen Beteiligung von Mädchen und ihrer Einstellung betreffend akademischer Ausbildung gibt. Nicht geklärt ist hier jedoch, ob das eine das andere bedingt oder diese beiden Faktoren einfach miteinander korrelieren (vgl. Bailey et al. 2005). Esteban-Cornejo et al. schreiben in ihrer systematischen Übersichtsarbeit ebenfalls, dass regelmäßige körperliche Aktivität ein Schlüsselfaktor für kognitive Fähigkeiten im Jugendalter sein kann. Zahlreiche Forschungsergebnisse deuten darauf hin, dass körperliche Aktivität einen starken Einfluss auf die Konzentrationsfähigkeit, die Gedächtnisleistung oder das Verhalten während des Unterrichts hat (vgl. Esteban-Cornejo et al. 2015, S. 534). Aus sportpädagogischer Sicht ist es sehr wünschenswert, dass Mädchen vielfältige Bewegungs- und Sporterfahrungen machen, weil sie dadurch in ihrer personalen und sozialen Identität gestärkt werden können:

*„Sport treiben bedeutet nämlich – im Sinne der Aneignung gesellschaftlicher Wirklichkeit – die Chance, die persönliche Entwicklung aktiv zu gestalten“* (vgl. Kugelman 2010, S. 356). Körperliche Aktivität kann zur Ausbildung einer eigenständigen Geschlechtsidentität beitragen, weil Mädchen und Frauen so erfahren können, dass ihr Körper nicht nur als attraktives Objekt für andere existiert (vgl. ebd.). Auch Bailey et al. machen deutlich, dass Mädchen und Frauen in ihrem Alltag oft eine Sexualisierung ihres Körpers erleben. Dies schwächt gerade in jungen Jahren ihr Selbstwertgefühl (vgl. 2005).

Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass es viele positive Auswirkungen von körperlicher Aktivität, speziell auch auf Mädchen, gibt.

Da in Österreich, wie in vielen anderen Ländern, Mädchen in geringerem Ausmaß Sport betreiben, empfiehlt die WHO, dass neben Sportvereinen auch Schulen Überlegungen anstellen müssen, wie sie stärker auf die Bedürfnisse von Mädchen eingehen und sie somit zu mehr Bewegung motivieren können (vgl. Camacho-Miñano et al. 2011).

Im folgenden Kapitel werden nun mögliche Faktoren angeführt, welche laut Literatur im Unterrichtsfach Bewegung und Sport Einfluss auf das Bewegungsausmaß von Mädchen haben können.

### **3 Einflussfaktoren auf das Unterrichtsfach Bewegung und Sport**

Mädchen und Bewegung sind ein sehr aktuelles Thema. Es scheint von verschiedensten Expertinnen und Experten gut beleuchtet, und auch der Fokus auf das Setting Schule allgemein ist vielseitig beforscht. Mir war die Perspektive der Mädchen selbst wichtig. Dazu gibt es bisher kaum Untersuchungsergebnisse. Darum war mein Anliegen, empirisch qualitativ zu erheben, wie Mädchen in der Steiermark, die eine Neue Mittelschule besuchen, ihre Erfahrungen mit dem Bewegungs- und Sportunterricht beschreiben. Zusätzlich untersuchte ich, welche Einschätzungen Lehrerinnen dazu haben und wie Hauptschülerinnen nach ihrer Schulzeit auf diese Erfahrungen zurück blicken.

Zunächst jedoch eine Zusammenfassung des aktuellen Forschungsstandes zu meinen Fragestellungen. Durch die Recherche habe ich für mich vier Themenbereiche identifiziert:

- 1. Die Herausforderungen im Unterrichtsfach Bewegung und Sport, welche sich aufgrund des Geschlechts ergeben und die Herausforderungen, welche aufgrund der Vielfalt von Mädchen im Unterrichtsfach auftreten.*
- 2. Die Ziele des Unterrichtsfaches Bewegung und Sport.*
- 3. Die allgemeinen Rahmenbedingungen des Unterrichtsfaches Bewegung und Sport.*
- 4. Die Handlungsempfehlungen zur Unterrichtsgestaltung und zur Beziehungsarbeit mit Mädchen.*

Im Folgenden werden zwei Themenbereiche, nämlich die Herausforderungen und die Rahmenbedingungen näher ausgeführt. Die Ziele des Unterrichtsfaches Bewegung und Sport laut Lehrplan wurden bereits in Kapitel 2.2.4 erläutert und werden, wie die Handlungsempfehlungen zur Unterrichtsgestaltung und zur Beziehungsarbeit in Kapitel 6 direkt in Verbindung mit meinen empirischen Ergebnissen gesetzt.

### **3.1 Herausforderungen im Unterrichtsfach Bewegung und Sport**

Im Unterrichtsfach Bewegung und Sport stehen sowohl Lehrerinnen und Lehrer als auch die Schülerinnen verschiedensten Herausforderungen gegenüber. In diesem Unterrichtsfach haben das biologische als auch das soziale Geschlecht sehr starken Einfluss. Die körperliche Entwicklung, wie das Eintreten der Menstruation und das Brustwachstum, können im Unterricht für beide Gruppen zum Thema werden, da sie auf die Bewegungsfähigkeit und Bewegungslust von Mädchen Auswirkungen haben können. Der WHO-HBSC-Survey 2014 zeigt deutlich, dass es bei Mädchen ab der Pubertät zu einem Einbruch im Bewegungsverhalten kommt: Erfüllen im Alter von 11 Jahren noch 28 von 100 Mädchen die Bewegungsempfehlungen, sind es ab 13 Jahren nur mehr 15 von 100, ab 15 Jahren nur mehr 6 von 100 und ab 17 Jahren nur mehr 5 von 100 (vgl. Bundesministerium für Gesundheit 2015, S. 37). Zudem spielt beim Einbruch im Bewegungsverhalten auch das soziale Geschlecht eine wichtige Rolle. Dieses ist auch eine Determinante dafür, zu welchen Sportarten und zu welchen Bewegungsformen Mädchen motiviert sind und welche sie wählen.

Um Mädchen in ihrer körperlichen Kompetenz zu stärken und ihre Gleichstellung zu fördern, ist es wichtig, Mädchen zu ermutigen, sich auch an bisher ungewohnte Bewegungserfahrungen heranzuwagen. Eine geschlechtersensible Unterrichtsgestaltung wird im gemischt geschlechtlichen, als auch im getrennt geschlechtlichen Setting, ausdrücklich empfohlen (vgl. Kugelmann 2010, S. 356). Unter Geschlechtersensibilität im Schulsport versteht Gramespacher *„...die Unterschiede sowie die Unterscheidungsprozesse zwischen den Geschlechtern nicht nur zu erkennen, sondern auch und vor allem wahrzunehmen, durch welche Prozesse im Schulsport geschlechtsbezogene soziale Ungleichheit unter den Schüler(inne)n entstehen“* (2008, S. 51). Somit stellt Geschlechtersensibilität die zentrale Voraussetzung dar, um die (Re)Produktion geschlechterstereotyper Vorstellungen zu überwinden (vgl. ebd.).

Gramespacher zeigte durch eine Fragebogenerhebung mit 317 Lehrerinnen und Lehrern, dass zwischen persönlicher Sportsozialisation, favorisierter Inhaltsauswahl im Schulsport und geschlechterstereotyper Wertvorstellungen ein starker Zusammenhang besteht. Sportlehrer präferieren nachweislich Sportsportarten, während Sportlehrerinnen das Geräteturnen, die Gymnastik und das Tanzen favorisieren. Die Sportlehrkräfte übertragen zusätzlich ihre persönlichen und geschlechterstereotypen Sportartpräferenzen auf die bevorzugte Gestaltung ihres Sportunterrichts. Somit (re-)produzieren Lehrerinnen und Lehrer mit der Gestaltung ihres Schulsports die geschlechterstereotypen Vorstellungen von Sport (vgl. Gramespacher 2008, S. 62). Die Fähigkeit solche Prozesse zu erkennen, erfordert eine stärkere Auseinandersetzung mit dem eigenen Geschlecht und der eigenen Sportsozialisation mit Genderthemen, in der Aus- wie auch in der Weiterbildung von Sportlehrerinnen und Sportlehrern (vgl. Diketmüller 2007, S. 255 f.).

Eine weitere besondere Herausforderung liegt in der Diversität und in der Heterogenität der Gruppe der Mädchen. Dazu gehören Merkmale, wie ethnische Zugehörigkeit, Religion, Alter, Behinderung, sexuelle Orientierung und Geschlecht, psychische und physische Fähigkeiten, aber auch Unterschiede in den Bedürfnissen, Interessen und Kompetenzen von Mädchen, die sich auf ihr Sportverhalten auswirken. Diversity-Kompetenzen, die Wissen, eine bestimmte Haltung und Skills einschließen, sind in der Schule unverzichtbar geworden (vgl. Diketmüller 2015, S. 11).

Es geht einerseits darum, die verschiedenen Konventionen und Trends der westlichen Welt zu kennen, andererseits über Kenntnisse, wie Sportkopftücher, Burkinis und den Ramadan zu verfügen. Kücükgöl empfiehlt, offen auf Schülerinnen zuzugehen und nachzufragen, wie sie in ihren Familien Bräuche handhaben (vgl. ebd. 2015, S. 13). Auffallend ist, dass es beispielsweise zum Umgang mit verschiedensten Formen von Behinderungen oder mit unterschiedlichen Leistungsniveaus bereits gute Handreichungen für den Unterricht gibt. Für die Thematisierung gleichgeschlechtlicher Orientierung und deren Auswirkungen in einem die physischen Aktivitäten beinhaltendem Fach, gibt es aus meiner Sicht noch große Lücken, Lehrerinnen und Lehrer zu unterstützen.

### **3.2 Rahmenbedingungen des Unterrichtsfaches Bewegung und Sport**

Der gesetzliche und strukturelle Rahmen des Unterrichtsfaches Bewegung und Sport, wurde bereits in Kapitel 2 beschrieben. Das Schulsportgütesiegel weist zusätzlich auf einflussreiche Rahmenbedingungen wie die Gruppengröße, die hygienischen Zustände oder den Anteil der geprüften Bewegungs- und Sportlehrerinnen und -lehrer hin.

Zum Punkt homogener oder heterogener Unterricht, also gemeinsamer oder getrennter Unterricht von Mädchen und Burschen, möchte ich noch auf eine Untersuchung von Mutz und Burmann verweisen, welche zeigt, dass Schülerinnen im gemeinsamen Sportunterricht systematische Nachteile erfahren (vgl. 2014, S. 173). Die Autoren stellten fest, dass der Unterricht in dieser Form eher den sportbezogenen Erwartungen der Burschen als jenen der Mädchen entspricht. Die Studie zeigte weiters, dass Mädchen, die mit Burschen zusammen turnen, den Sportunterricht als negativer empfinden als Mädchen, die in homogenen Gruppen unterrichtet werden. Sie haben ein negativeres Selbstkonzept ihrer sportlichen Fähigkeiten und werden systematisch schlechter benotet. Es gibt demnach deutliche Hinweise dafür, dass Koedukation im Bewegungs- und Sportunterricht messbare Nachteile für Mädchen hat (vgl. ebd.). Die Entscheidung für oder gegen Koedukation im Sportunterricht ist jedoch keine Garantie dafür, dass ein Sport- und Bewegungsunterricht mädchengerecht oder geschlechtersensibel ist.

Nur eine intensive Auseinandersetzung mit der eigenen Geschlechterrolle bereits in der Ausbildung der Lehrkräfte kann dazu beitragen, dass Lehrerinnen und Lehrer die Kategorie Geschlecht in der Planung, Umsetzung und Evaluierung berücksichtigen (vgl. Diketmüller 2007, S. 258).

Meine Recherche ergab, dass die Anzahl der Turnstunden, die tatsächlich in einer Schule stattfinden, nicht immer mit den in der Stundentafel angegebenen Bewegungs- und Sportstunden übereinstimmen (Kapitel 2.2.3). Darauf deutet das Sportgütesiegel des Landes hin. Dieses Sportgütesiegel wird unter anderem nämlich nur dann vergeben, wenn in Summe mindestens zehn Wochenstunden in Bewegung und Sport innerhalb von vier Schuljahren abgehalten werden. Die Stundentafel im RIS zeigt jedoch, dass Neue Mittelschulen ohne spezielle Schwerpunktsetzung 14 Schulstunden (nämlich wöchentlich jeweils vier Stunden in der ersten und vierten Schulstufe und jeweils drei Stunden in der zweiten und dritten Schulstufe) Bewegung und Sport abhalten müssten.

Das Unterrichtsfach Bewegung und Sport umfasst jedoch nicht nur, sich gemeinsam zu bewegen. Es beinhaltet Situationen, wie die, sich vorher und nachher umzuziehen und sich zu waschen oder zu duschen. Diese können von Mädchen als ok, bestärkend oder als sehr unangenehm erlebt werden, das habe ich in meiner beruflichen Erfahrung oft vernommen. Wenn Mädchen hier unangenehme Erfahrungen machen, kann dies dazu beitragen, dass sie das gesamte Unterrichtsfach, wie auch Bewegung insgesamt ablehnen. Auch diese Aspekte gehören zur Mädchengesundheit und sollten bei Empfehlungen bedacht und entsprechend adressiert werden.

Einen anderen, für Mädchen sehr wichtigen Aspekt der Rahmenbedingungen spricht Höfinger-Hampel an. Die Schule soll für Mädchen ungestörte Räume schaffen und ausreichenden, sichtgeschützten Platz für Hygieneartikel in den Mädchentoiletten mit bedenken (vgl. 2010, S. 20). Dies kann ich aus meiner beruflichen Arbeit mit Mädchen bestätigen. Ich höre immer wieder, dass es für Mädchen sehr unangenehm ist, wenn sich auf den Toiletten keine Mistkübel befinden oder diese keine Deckel haben.

Im ersten Teil der Arbeit habe ich nun erläutert, warum aus meiner Sicht eine stärkere geschlechterbezogene Sicht auf das Unterrichtsfach Bewegung und Sport notwendig ist. Dabei wurden Forschungsergebnisse als auch bisherige Lücken deutlich. Im nun folgenden empirischen Teil stelle ich nun dar, wie ich meine empirische Erhebung geplant, organisiert, durchgeführt und ausgewertet habe. Aus der Analyse ziehe ich praxisnahe Konsequenzen für den Istzustand des Faches Bewegung und Sport an Neuen Mittelschulen in der Steiermark und orte den Handlungsbedarf auf Public Health Ebene.

## 4 Empirischer Teil

Nach einer ausführlichen Literaturrecherche, die spezifische Fragen generierte, führte ich Kontextgespräche beziehungsweise hatte E-Mail-Korrespondenz mit Expertinnen und Experten aus dem Feld. Neben Dr.<sup>in</sup> Rosa Diketmüller, der Universität Wien, Institut für Sportwissenschaft, Mag.<sup>a</sup> Anita Recher, Pädagogische Hochschule Steiermark, Dr. Gerald Payer, Karl Franzens Universität Graz, Institut für Sportwissenschaft, Dr.<sup>in</sup> Sylvia Titze, Karl Franzens Universität Graz, Institut für Sportwissenschaft auch mit einer Mitarbeiterin des Landesschulrates, Landesschulinspektorin Mag.<sup>a</sup> Christa Horn. Sie haben Einblick in die derzeitige Ausbildungssituation von zukünftigen Lehrerinnen und Lehrern beziehungsweise halfen mir bei Unklarheiten betreffend der Unterrichtspraxis, wie dem Spielrahmen bei der Anzahl der Bewegungs- und Sportstunden in einer Neuen Mittelschule. Durch die Literaturrecherche und diese Gespräche verdeutlichten sich auch mein Ziel und die konkrete Fragestellung dieser Arbeit. Die Wahl der qualitativen Forschungsmethode, nämlich der Fokusgruppendifkussion, bestätigte sich mir ebenfalls als geeignet.

### 4.1 Die Forschungsfragen – Das Untersuchungsziel

Ziel der Untersuchung ist es, die Erfahrungen und Bedingungen von Mädchen im Unterrichtsfach Bewegung und Sport an einer Neuen Mittelschule zu erfahren. Meine forschungsleitenden Fragen lauteten daher:

- 1.) *Welche Erfahrungen machen Mädchen im Unterrichtsfach Bewegung und Sport?*
  
- 2.) *Unter welchen Bedingungen findet der Unterricht in diesem Schulfach statt?*

Diese Fragestellungen werden aus drei verschiedenen Perspektiven dargestellt:

- Aus der Sicht von Schülerinnen, die aktuell in einer Neuen Mittelschule Bewegung und Sport besuchen.
- Aus der Sicht von Lehrerinnen, die aktuell Mädchen an einer Schule im Fach Bewegung und Sport unterrichten.
- Aus der Perspektive von jungen Frauen, deren Schulzeit in einer Hauptschule maximal sechs Jahre zurück liegt, die ihre Erinnerungen an das Unterrichtsfach Bewegung und Sport mitteilen.

Weitere Forschungsfragen, die mich bei meiner Untersuchung leiteten, waren:

*Welche Erfahrungen und Bedingungen im Unterrichtsfach Bewegung und Sport tragen dazu bei, dass die Mädchen motiviert sind, Bewegung zu machen, sie zu steigern oder beizubehalten und nicht zu verlieren?*

*Gibt es Erfahrungen und Bedingungen im Unterrichtsfach Bewegung und Sport, die Schülerinnen und Lehrerinnen als förderlich wahrnehmen?*

*Gibt es Erfahrungen und Bedingungen im Unterrichtsfach Bewegung und Sport, die Schülerinnen und Lehrerinnen als hemmend wahrnehmen?*

## **4.2 Die Untersuchungsmethode – Die Fokusgruppendifkussion**

Die Fokusgruppendifkussion ist ein moderiertes Diskussionsverfahren mit einer begrenzten Zahl von Teilnehmenden. Eine Kleingruppe wird durch einen Informationsinput zur Diskussion über ein bestimmtes Thema angeregt.

Die Vorteile der Fokusgruppen liegen vor allem darin, dass „*profunde Kenntnis von gruppenspezifischen Wahrnehmungen, Deutungen und Werturteilen zu bestimmten Themen und Stimuli erlangt werden kann, wobei es möglich ist, im Gruppendiskussionsprozess Hintergründe und Motive detailliert und flexibel zu erfragen*“ (Zwick/Schröter 2013, S. 25). Nach Zwick und Schröter sind Fokusgruppen prädestiniert für Fragestellungen, zu deren Beantwortung man sich von speziellen Bevölkerungsgruppen besonders aufschlussreiche Informationen verspricht (vgl. 2013, S. 25).

Ich habe diese Methode gewählt, um qualitativ zu erheben, welche Erfahrungen und Einschätzungen die drei erwähnten Zielgruppen zu meinen Forschungsfragen haben.

### **4.3 Die Durchführung der Datenerhebung**

Der Ablauf einer Fokusgruppe lässt sich in drei Hauptphasen unterteilen. In der ersten Phase geht es darum die Fragestellung zu konkretisieren, die Forschungsgruppe zu bestimmen, sich auf die Aufgaben der Moderatorin vorzubereiten, den Leitfaden zu erstellen und die Teilnehmenden zu rekrutieren.

In der zweiten Phase wird die Diskussion mit den ausgewählten Teilnehmenden durchgeführt. In der dritten Phase geht es um die Datenanalyse, die Interpretation und anschließende Präsentation der Ergebnisse (vgl. Misoch 2015, S. 143 ff.).

#### **4.3.1 Die Erstellung des Diskussionsleitfadens**

Strukturiert wird der Diskussionsprozess anhand eines Leitfadens, der als Orientierungshilfe dient und sicherstellt, dass alle relevanten Aspekte während einer Fokusgruppendifkussion angesprochen werden (vgl. Schulz 2013, S. 9). Die relevanten Aspekte ergaben sich vorwiegend aus der vorangegangenen Literaturrecherche und den Gesprächen mit verschiedensten Expertinnen und Experten. Zusätzlich flossen auch Erfahrungen und Erkenntnisse ein, die ich nach Durchführung einer Fokusgruppendifkussion gewann. Diese Erkenntnisse habe ich in nachfolgende Diskussionstermine eingebaut und so den Leitfaden adaptiert<sup>4</sup>.

Meine vier gewählten Themenbereiche wurden in allen Diskussionen, an die Zielgruppe angepasst, durch Fragen abgedeckt:

- 1. Die Herausforderungen im Unterrichtsfach Bewegung und Sport, welche sich aufgrund des Geschlechts ergeben und die Herausforderungen, welche aufgrund der Vielfalt von Mädchen im Unterrichtsfach auftreten.*
- 2. Die Ziele des Unterrichtsfaches Bewegung und Sport.*

---

<sup>4</sup> Die jeweiligen Leitfäden für meine Fokusgruppendifkussionen befinden sich im Anhang.

3. *Die allgemeinen Rahmenbedingungen des Unterrichtsfaches Bewegung und Sport.*
4. *Die Handlungsempfehlungen zur Unterrichtsgestaltung und zur Beziehungsarbeit mit Mädchen.*

Ein Leitfaden erhöht die Vergleichbarkeit der Ergebnisse, wenn, wie in der von mir durchgeführten Untersuchung, zu einer Fragestellung mehrere Fokusgruppen mit unterschiedlichen Teilnehmenden durchgeführt werden (vgl. Schulz 2013, S. 9 f.).

#### **4.3.2 Auswahl und Beschreibung der Diskussionsteilnehmerinnen**

Um meine Forschungsfrage zu beantworten, lag es nahe, Lehrerinnen und Schülerinnen zu befragen, da diese beiden Gruppen am besten von den aktuellen Erfahrungen und Bedingungen im Unterrichtsfach Bewegung und Sport berichten können. Auf die dritte Gruppe der ehemaligen Schülerinnen aus Hauptschulen kam ich aufgrund von Gesprächen über mein Forschungsthema mit Frauen meiner Altersgruppe. Viele berichteten spontan und emotional von ihren Erinnerungen an dieses Unterrichtsfach. Daher entschloss ich mich, auch ehemalige Hauptschülerinnen zu ihren zurückliegenden Erfahrungen zu befragen. Um den Recall Bias, also Erinnerungsverzerrungen, niedrig zu halten, entschied ich mich, die zeitliche Distanz zur Schulzeit auf maximal sechs Jahre zu beschränken, da dann das Erinnerungsvermögen noch besser gegeben ist.

Zwei Diskussionen wurden mit insgesamt 20 Schülerinnen, im Alter zwischen 12 und 14 Jahren, durchgeführt, die aktuell eine Neue Mittelschule besuchen. Eine Diskussion fand mit insgesamt 13 Lehrerinnen statt, die derzeit an einer Schule Bewegung und Sport unterrichten. 5 dieser Lehrerinnen unterrichten an einer Neuen Mittelschule, 7 der Lehrerinnen an einem Gymnasium oder an einer Höheren Bundeslehranstalt für wirtschaftliche Berufe und eine Lehrerin parallel an einer Höheren Bundeslehranstalt für wirtschaftliche Berufe und an einer Neuen Mittelschule. Sie hatten zwischen 3 und 35 Jahren Berufserfahrung. Abschließend fanden noch zwei Diskussionen mit insgesamt 11 ehemaligen Hauptschülerinnen, jetzt als Neue Mittelschule bezeichnet, statt. Mit der Umstellung von Hauptschule auf Neue Mittelschule wurde 2012 begonnen.

Seit dem Schuljahr 2015 sind alle ehemaligen Hauptschulen österreichweit Neue Mittelschulen (vgl. Bundesministerium für Bildung 2016). Da meine Fokusgruppenteilnehmerinnen der Gruppe der ehemaligen Schülerinnen zwischen 15 und 20 Jahre alt waren und somit maximal sechs Jahren aus der Schule sind, fiel in der Diskussion die Bezeichnung Hauptschule. Alle Mädchen dieser Gruppe besuchen jetzt weiterführende Schulen. Sie stellten somit sehr oft Vergleiche zwischen ihren aktuellen und ihren früheren Erfahrungen an.

Sowohl die Gruppe der Schülerinnen, der Lehrerinnen als auch der ehemaligen Hauptschülerinnen brachten gut durcheinander Erfahrungen aus dem städtischen und dem ländlichen Schulbereich ein.

**Tabelle 4: Durchführungszeitraum und Dauer der Fokusgruppendifkussionen, sowie Struktur der Teilnehmerinnen (eigene Darstellung)**

<b>Datum</b>	<b>Dauer (min)</b>	<b>Gruppe</b>	<b>Anzahl Teilnehmerinnen</b>
7.11.2016	86min	Lehrerinnen, Lehrerfahrung zwischen 3 und 35 Jahre	13
6.12.2016	67min	Schülerinnen, NMS, Stadt, 13-14 Jahre	13
12.12.2016	48min	Schülerinnen, NMS, Land, 12-13 Jahre	7
20.12.2016	67min	Ehemalige Hauptschülerinnen, 18-20 Jahre	4
14.01.2017	51min	Ehemalige Hauptschülerinnen, 15-18 Jahre	7

Die Rekrutierung der Schülerinnen und ehemaligen Hauptschülerinnen erfolgte über professionelle Kontakte aus meiner beruflichen Tätigkeit. Diese Kontaktpersonen waren mir bei der Vermittlung behilflich. Die Schülerinnen erreichte ich über eine Kontaktaufnahme mit der Direktorin und dem Direktor der jeweiligen Schule. Sie übernahmen für mich auch die Abklärung mit den Eltern, die eine Einverständniserklärung unterschreiben mussten. Der Kontakt zu den ehemaligen Hauptschülerinnen gelang über zwei Lehrlingsheime des Landes Steiermark. Die Leiterinnen und Betreuerinnen vor Ort übernahmen für mich die Abklärung mit den Eltern minderjähriger Teilnehmerinnen. Im Falle der Lehrerinnen führte mich meine Recherche zu einer hilfreichen Kontaktperson an der Pädagogischen Hochschule Steiermark.

Sie organisierte eine Veranstaltung im Bundessportzentrum Schielleiten und erlaubte mir, teilnehmende Lehrerinnen vorab mit einem Schreiben zu kontaktieren und um Diskussionsbeteiligung zu bitten. Mein einziges Auswahlkriterium war, dass es sich um Lehrerinnen einer Neuen Mittelschule handeln sollte. Da jedoch auch Lehrerinnen anderer Schulen Interesse bekundeten an der Diskussion teilzunehmen, entschied ich, auch ihre Erfahrungen in meine Erhebung mit einzubeziehen. Ihr Engagement zu diesem Forschungsthema beitragen zu wollen, überzeugte mich. Daher verzichtete ich auf das Auswahlkriterium der Einschränkung auf den Schultyp.

#### **4.3.3 Durchführung der Untersuchung**

Die Fokusgruppendifkussionen führte ich über einen Zeitraum von drei Monaten durch, November 2016 bis Jänner 2017.

Die Erhebung der Daten erfolgte im Bundessportzentrum des Landes Steiermark, in den jeweiligen Neuen Mittelschulen und in zwei Lehrlingsheimen des Landes Steiermark. An diesen Orten wurden uns ungestörte Räume zur Verfügung gestellt.

Zu Beginn jeder Fokusgruppendifkussion erörtere ich zunächst allen Teilnehmerinnen meinen beruflichen Hintergrund, meine Forschungsfrage und erklärte die Methode der Fokusgruppendifkussion. Als nächsten Schritt holte ich die Erlaubnis der Teilnehmerinnen ein, die Diskussionen elektronisch aufzuzeichnen. Ich erklärte, dass die Daten im Anschluss wortwörtlich transkribiert und ausgewertet werden. Dies geschah anonymisiert, sodass für niemanden nachvollziehbar ist, wer die Lehrerinnen, Schülerinnen und ehemaligen Hauptschülerinnen sind.

Meine Diskussionsteilnehmerinnen erklärten ihr Einverständnis für dieses Vorgehen mit dem Unterzeichnen einer Einverständniserklärung<sup>5</sup>. Für die minderjährigen Teilnehmerinnen hatten vorab die Erziehungsberechtigten unterzeichnet.

---

<sup>5</sup> Die Vorlagen für die jeweiligen Einverständniserklärungen von meinen Fokusgruppenteilnehmerinnen befinden sich im Anhang.

Mit der Einverständniserklärung gleichzeitig erhob ich in einem Kurzfragebogen auch noch relevante Daten, die mir für die Auswertung wichtig erschienen. Je nach Gruppe unterschied sich dieser Kurzfragebogen ein wenig. So erhob ich bei den Lehrerinnen beispielsweise, wie lange Sie bereits als Lehrerin des Unterrichtsfaches Bewegung und Sport tätig sind, an welcher Schule sie derzeit unterrichten und ob sie Mädchen und Burschen gemeinsam oder getrennt unterrichten. Ich fragte auch, wann und wo Sie Ihre Ausbildung zur Bewegungs- und Sportlehrerin abgeschlossen haben beziehungsweise ob Veranstaltungen zum Thema geschlechterbezogene Aspekte im Bewegungsverhalten besucht wurden. Die ehemaligen Hauptschülerinnen fragte ich, wo sie vorher zur Schule gegangen sind und ob sie nach Geschlechtern getrennt oder gemeinsam unterrichtet wurden. Den Schülerinnen stellte ich keine zusätzlichen Fragen, da sie aus jeweils einer Klasse kamen und sich somit ihre Angaben beispielsweise zu gemeinsamen und getrennten Unterricht decken.

#### **4.4 Die Auswertung – Qualitative Inhaltsanalyse der Fokusgruppendifkussionen**

Die qualitative Inhaltsanalyse stellt eine Auswertungsmethode von Texten dar, die im Rahmen sozialwissenschaftlicher Forschungsprojekte in Form von Transkripten von Fokusgruppen anfallen (vgl. Mayring/Fenzel 2014, S. 543). Zur Auswertung dieser qualitativen Daten gibt es computergestützte Programme. Sie eignen sich, um Kategorien zu bilden, Textstellen zu strukturieren und Argumentationsstränge zu identifizieren (vgl. Hilpert et al. 2013, S. 170).

Um die Diskussionen der Fokusgruppen auswerten zu können, wurden diese mit einem Aufnahmegerät aufgezeichnet und im Anschluss wörtlich transkribiert. Die Diskursprotokolle wurden anschließend in MAXQDA eingelesen. Diese Qualitative Daten Analyse Software stellt ein Werkzeug für die Textbearbeitung zur Verfügung, die Auswertung unterstützt. Die Software ermöglicht es unter anderem, ein Kategoriensystem zu konstruieren und bestimmte Textabschnitte einer oder auch mehreren Kategorien zuzuordnen. Qualitative Datenanalyse Programme bieten eine hohe Validität und Reliabilität, da die entwickelten Kategoriensysteme und codierten Textabschnitte eingesehen werden können, und so die Ergebnisse der qualitativen Untersuchung intersubjektiv nachprüfbar sind (vgl. ebd., S. 176).

Insgesamt habe ich für alle fünf Transkripte 47 Codes vergeben. Meine Kategorien haben sich im Prozess des Codierens stark verfeinert. So wurde beispielsweise aus der Überkategorie „*Empfehlungen und Erfahrungen*“ eine Unterteilung in Empfehlungen und Erfahrungen „*zum Anleiten von Übungen*“, „*zur Beurteilung*“, „*zum Umziehen*“ oder „*zum Umgang mit Fehlstunden*“. Im Verlauf des Codierens entstanden auch neue Überkategorien, wie „*Bewegung im Alltag*“ oder „*Turnen Mädchen und Burschen zusammen oder getrennt*“, wie man in nachstehender Tabelle auch sehen kann:

**Tabelle 5: Codierungsliste (extrahiert aus MAXQDA)**

Obercode	Code	Codings aller Dokumente	Autorin	Erstellt am	Dokumente
Bewegung im Alltag		26	Jutta Eppich	21.04.2017 09:21	4
Empfehlungen und Erfahrungen		1	Jutta Eppich	21.04.2017 08:50	1
Empfehlungen und Erfahrungen	Anleiten von Übungen	11	Jutta Eppich	21.04.2017 19:01	2
Empfehlungen und Erfahrungen	Beurteilung	4	Jutta Eppich	21.04.2017 20:44	1
Empfehlungen und Erfahrungen	Umziehen	7	Jutta Eppich	21.04.2017 10:38	3
Empfehlungen und Erfahrungen	Umgang mit Fehlstunden	11	Jutta Eppich	21.04.2017 10:54	3
Empfehlungen und Erfahrungen	Umgang mit Menstruationsbeschwerden	25	Jutta Eppich	21.04.2017 08:53	5
Empfehlungen und Erfahrungen	Umgang mit Thema Menstruation	16	Jutta Eppich	21.04.2017 08:53	5
Empfehlungen und Erfahrungen	Umgang mit Duschen	33	Jutta Eppich	21.04.2017 08:54	5
Empfehlungen und Erfahrungen	beliebte Sportarten	27	Jutta Eppich	21.04.2017 08:58	5
Empfehlungen und Erfahrungen	unbeliebte Sportarten	26	Jutta Eppich	21.04.2017 09:04	4
Empfehlungen und Erfahrungen	Methodentipp	7	Jutta Eppich	21.04.2017 08:51	2
Empfehlungen und Erfahrungen	Materialtipp	5	Jutta Eppich	21.04.2017 08:51	1
Empfehlungen und Erfahrungen	motivierende Eigenschaften der Lehrperson	50	Jutta Eppich	21.04.2017 08:51	5
Empfehlungen und Erfahrungen	demotivierende Eigenschaften der Lehrperson	22	Jutta Eppich	21.04.2017 08:51	5
Empfehlungen und Erfahrungen	Umgang mit Vielfalt	3	Jutta Eppich	21.04.2017 08:52	1
Herausforderungen	unterschiedliche Interessen der Klassen	4	Jutta Eppich	21.04.2017 20:35	1
Herausforderungen	unterschiedliche Leistungsniveaus	8	Jutta Eppich	21.04.2017 10:05	3
Herausforderungen	Vielfalt in der Gruppe	9	Jutta Eppich	21.04.2017 08:50	2
Herausforderungen	Motivation der Mädchen im Altersverlauf	9	Jutta Eppich	21.04.2017 08:50	2
Materialtipp	Apps	5	Jutta Eppich	21.04.2017 20:21	1
Materialtipp	Musik	4	Jutta Eppich	21.04.2017 11:41	3
Methodentipp	Wählverfahren	4	Jutta Eppich	21.04.2017 19:30	2
Methodentipp	woanders hingehen	6	Jutta Eppich	21.04.2017 19:42	2
Methodentipp	externe Lehrende	5	Jutta Eppich	21.04.2017 11:05	3

Methodentipp	Alternative anbieten	3	Jutta Eppich	21.04.2017 09:41	3
Methodentipp	Lehrperson macht selber mit	17	Jutta Eppich	21.04.2017 09:46	4
Methodentipp	Beteiligungsform	26	Jutta Eppich	21.04.2017 08:54	5
Methodentipp	Abwechslung	20	Jutta Eppich	21.04.2017 09:01	4
Rahmenbedingungen		5	Jutta Eppich	21.04.2017 08:48	1
Rahmenbedingungen	Kolleginnen und Kollegen	8	Jutta Eppich	17.05.2017 10:50	2
Rahmenbedingungen	Ausmaß Turnunterricht	6	Jutta Eppich	21.04.2017 10:28	3
Rahmenbedingungen	Engagement einzelner Lehrpersonen	4	Jutta Eppich	21.04.2017 11:55	1
Rahmenbedingungen	strukturelle Hürden	11	Jutta Eppich	21.04.2017 11:57	3
Rahmenbedingungen	Schulstress	13	Jutta Eppich	21.04.2017 09:25	4
Rahmenbedingungen	Turnen Mädchen Burschen zusammen oder getrennt	25	Jutta Eppich	21.04.2017 08:57	5
Rahmenbedingungen	Wahrung von Privatsphäre	1	Jutta Eppich	21.04.2017 08:48	1
Rahmenbedingungen	Gruppengröße	11	Jutta Eppich	21.04.2017 08:48	2
Rahmenbedingungen	räumliche Ressourcen	10	Jutta Eppich	21.04.2017 08:49	5
Rahmenbedingungen	Zeitpunkt Turnunterricht	10	Jutta Eppich	21.04.2017 08:49	4
Turnen Mädchen Burschen zusammen oder getrennt	gewünschte Form	9	Jutta Eppich	21.04.2017 09:08	4
Unterschied Hauptschule - Sporthauptschule		7	Jutta Eppich	21.04.2017 08:47	1
Unterschied Hauptschule jetzige Schule		15	Jutta Eppich	21.04.2017 09:49	1
Unterschiede Mädchen Burschen		17	Jutta Eppich	21.04.2017 08:52	4
Ziele von Bewegung und Sport		27	Jutta Eppich	21.04.2017 08:47	4
Ziele von Bewegung und Sport	während dem Unterricht	8	Jutta Eppich	21.04.2017 09:11	4
Ziele von Bewegung und Sport	für das spätere Leben	9	Jutta Eppich	21.04.2017 09:11	2

In der Auswertung mit MAXQDA lassen sich nach diesem Prozess des Codierens alle Aussagen zu einem Code von allen drei Gruppen gesammelt extrahieren<sup>6</sup>. Dies ermöglicht eine übersichtliche Zusammenfassung der Ergebnisse, die in Kapitel 5 nun folgt.

## 5 Ergebnisse

Um die Ergebnisse gut darstellen zu können, erfolgt nun eine Zusammenfassung der Aussagen der drei Gruppen (also der Lehrerinnen, Schülerinnen und ehemaligen Hauptschülerinnen) jeweils den vier gewählten Themenbereichen (Herausforderungen, Ziele, Rahmenbedingungen und Handlungsempfehlungen) zugeordnet. Ich führe für einige Ergebnisse besonders interessante Zitate an. Für alle Ergebnisse zu zitieren würde hier den Rahmen sprengen.

### 5.1 Herausforderungen im Unterrichtsfach Bewegung und Sport

Die Fokusgruppenteilnehmerinnen haben gemeinsam einige Herausforderungen, in dem von mir definierten Sinn, benannt. Lehrerinnen, Schülerinnen oder ehemalige Hauptschülerinnen sprachen beispielsweise die Motivation der Mädchen im Altersverlauf, die unterschiedlichen Interessen und Leistungsniveaus innerhalb einer Mädchengruppe und das Diversitätsmerkmal kultureller Hintergrund innerhalb der Klasse an. Regelbeschwerden der Mädchen führten sowohl auf Seiten der Schülerinnen als auch auf Seiten der Lehrerinnen zu Herausforderungen.

Fast alle **Lehrerinnen** berichteten von einem Motivationseinbruch der Mädchen im Altersverlauf, interessanterweise aber zu sehr unterschiedlichen Alterszeitpunkten. Während die eine Lehrerin bereits ab der dritten Schulstufe einen Einbruch in der Motivation erlebt, beschrieben andere diesen Zeitpunkt erst ab der fünften Schulstufe. Eine Lehrerin erlebte nie einen Motivationseinbruch der Mädchen, aber große Unterschiede zwischen den Klassen.

---

<sup>6</sup> Eine beispielhafte Auswertung mit MAXQDA befindet sich im Anhang.

Die Erfahrung, dass Mädchen sich aufgrund von Regelbeschwerden vom Turnunterricht entschuldigen lassen, machten ebenfalls fast alle Lehrerinnen (vgl. 16\_11\_7\_Transkript FGL).

Eine Lehrerin erzählte, wie sie aufgrund der unterschiedlichen Leistungsniveaus einfach die Übungen variiert:

*„Die Schwächeren gehen halt oben, die Guten gehen halt ein schwereres Stückerl (im Wald)“* (16\_11\_7\_Transkript FGL).

Zwei Lehrerinnen berichteten davon, dass Mädchen aufgrund ihres kulturellen Hintergrundes nicht auf Sportwoche oder Skikurs mitfahren dürfen (vgl. 16\_11\_7\_Transkript FGL).

**Schülerinnen** benannten die unterschiedlichen Fähigkeiten in der Gruppe. So sprach ein Mädchen davon, dass nicht alle in der Klasse die Möglichkeit hätten zu zeigen, auf welchem Gebiet sie gut sind (vgl. 16\_12\_12\_Transkript FGS).

Regelbeschwerden waren für einige Mädchen ein großes Thema, da sie sich mit diesem Problem von ihren Lehrerinnen nicht ernst genommen fühlten (vgl. 16\_12\_06\_Transkript FGS).

**Ehemalige Hauptschülerinnen** nahmen das unterschiedliche Leistungsniveau und die unterschiedliche Motivation innerhalb der Gruppe in der jetzigen Schule wahr.

*„Also es gibt so zwei Gruppen in unserer Klasse, die sind ungefähr gleich aufgeteilt. Also die einen musst du motivieren dazu, also dass sie was machen und dann sind sie voll dabei und freuen sich voll und haben voll den Spaß und so. Und die andere Gruppe ist halt eher so, nicht sehr begeistert und tut halt das, was ihnen aufgezwungen wird“* (17\_12\_20\_Transkript FGeS).

Aus ihrer früheren Schulzeit benannten sie keine Herausforderungen. Vor allem die Themen Menstruation und Menstruationsbeschwerden schienen zum Teil Tabuthemen gewesen zu sein.

## **5.2 Ziele des Unterrichtsfaches Bewegung und Sport**

In Folge werden die genannten Ziele der jeweiligen Fokusgruppenteilnehmerinnen aufgelistet. Sie überschneiden sich zu einem gewissen Teil, weisen aber auch deutliche Unterschiede vor allem zwischen der Gruppe der Lehrerinnen beziehungsweise Schülerinnen und jener der ehemaligen Hauptschülerinnen auf.

**Lehrerinnen** benannten folgende Ziele, die sie im Bewegungs- und Sportunterricht verfolgen:

- Alle Mädchen sollen sich bewegen
- Die Freude und Motivation, sich auch weiterhin bewegen zu wollen
- Leistungssteigerung vom Anfangsstand an
- Erkennen, dass Bewegung etwas Gutes ist
- Erkennen, dass man es für sich selbst macht
- Eine breite Palette an Sportarten anbieten und viele Bewegungserfahrungen ermöglichen
- Mut: Sich etwas trauen, sich etwas zutrauen und dies körperlich zu erfahren
- Basiswissen vermitteln: „Was ist Kondition?“ „Was passiert beim Intervalltraining im Körper?“
- Soziales Lernen: Das Verhalten in der Gruppe, Fairness, der Umgang miteinander, Verlieren können.

Für **Schülerinnen** zählten folgende Ziele zum Unterrichtsfach Bewegung und Sport:

- Gesund und fit sein
- Ausdauer trainieren
- Hobbys entdecken
- Abwechslung: Ausgleich vom Sitzen in anderen Fächern
- Mit einem Ball werfen oder Fangen lernen.

**Ehemalige Hauptschülerinnen** benannten als Ziele des Bewegungs- und Sportunterrichts:

- Teamgeist
- Ausgleich vom Schulalltag
- Ausdauer, Kondition erhalten
- Das Positive am Sport erkennen
- Vertrauen lernen, was man selber schafft
- Aktiv sein
- Spaß

- Kennenlernen mehrerer Sportarten, Herausfinden, was einem Spaß macht:  
*„Ja, auf jeden Fall. Weil man hat eben neun Sportarten auswählen können, also zwei von den neun. Und ich habe mir gedacht, ich probiere das Fechten aus, weil es eben eine ausgefallene Sportart ist. Und dann habe ich das vier Jahre gemacht, und dann hat es mir getaugt und dann habe ich mir gedacht, jetzt kann ich noch nicht aufhören. Weil wenn ich in dem Gebiet gut werde, dann will ich einfach weiter machen. Aber ich habe vorher irgendwie keine Ahnung gehabt von Fechten, und ich habe gar nicht gewusst, dass es das so gibt“*  
 (17\_01\_14\_Transkript FGeS).

- Soziales Lernen:  
*„Dass das auch eine Sache der Gemeinschaft ist, und mit der Gemeinschaft lernen lernt, also zu leben lernt, sozusagen. Und man auf die Gemeinschaft auch eingeht einerseits. Das finde ich irgendwie wichtig, was man im Sport lernt“*  
 (17\_01\_14\_Transkript FGeS).

### **5.3 Rahmenbedingungen des Unterrichtsfaches Bewegung und Sport**

Alle drei Gruppen erwähnten hier die Themen „räumliche Ressourcen“, „den gemeinsamen Turnunterricht von Mädchen und Burschen“ und „den Schuldruck“, welche aus ihrer Sicht auf den Rahmen des Turnunterrichts Einfluss haben. Zunächst erfolgt eine Ergebnisdarstellung aus den verschiedenen Blickwinkeln der Lehrerinnen, Schülerinnen und ehemaligen Hauptschülerinnen zu diesen drei Themen. Anschließend werden die zusätzlichen Themen aufgezählt und erörtert, welche nur jeweils eine der drei Gruppen ansprach.

#### **5.3.1 Räumliche Ressourcen**

##### **Blickwinkel Lehrerinnen:**

- ➔ Viele Lehrerinnen beklagten, dass die Hallen oft zu klein und schlecht ausgestattet sind. Es gäbe beispielsweise nicht ausreichend Geräte für alle Mädchen. Oft sei die Turnhalle wegen Festivitäten auch besetzt, was ein Ausweichen ins Freie oder in die Klasse notwendig macht.
- ➔ Die Privatsphäre der Mädchen beim Umkleiden zu wahren, war für eine Lehrerin sehr wichtig. Sie ging nicht in die Umkleidekabine der Mädchen.

Für eine andere Lehrerin wiederum war dies gar nicht möglich, weil sie durch die Umkleide der Mädchen gehen muss, um in die eigene Umkleide zu kommen. Wieder eine andere Lehrerin sah es sogar als erforderlich an, in die Garderobe der Mädchen zu gehen, weil man nur so beispielsweise erkennen könne, ob Mädchen sich ritzen (vgl. 16\_11\_7\_Transkript FGL).

#### **Blickwinkel Schülerinnen:**

- Schülerinnen brachten hier folgendes spannende Thema ein: Burschen würden die gemeinsame Halle öfters belegen und Fußball spielen, während die Mädchen raus gehen müssten, um zum Beispiel Runden zu laufen (vgl. 16\_12\_06\_Transkript FGS).

#### **Blickwinkel ehemalige Hauptschülerinnen:**

- Einige der ehemaligen Hauptschülerinnen erinnerten sich auch, dass bei ihnen nur ein Turnsaal zur Verfügung stand. Mädchen und Burschen wechselten sich aber bei der Benutzung fair ab, so in der Erinnerung. Manche hatten einen großen Turnsaal, den man abteilen konnte.
- Viele der befragten ehemaligen Hauptschülerinnen haben nicht geduscht beziehungsweise wurden nicht zum Duschen gezwungen. Bei manchen wäre Duschen aufgrund einer zu geringen Anzahl von Duschen - in Anbetracht der Gruppengröße und der zur Verfügung stehenden Zeit - gar nicht möglich gewesen (vgl. 17\_01\_14\_Transkript FGeS).

### **5.3.2 Turnunterricht Mädchen und Burschen gemeinsam**

#### **Blickwinkel Lehrerinnen:**

- Eine Lehrerin merkte an, dass ihr Unterschiede zwischen Mädchen und Burschen im Sport auffallen. So würden Burschen eher auf Leistung, Einzelwertungen und Wettbewerbe abzielen, Mädchen eher Gruppenspiele bevorzugen (vgl. 16\_11\_7\_Transkript FGL).

- Viele Lehrerinnen bemerkten ab einem bestimmten Zeitpunkt Schwierigkeiten, Mädchen und Burschen zusammen zu unterrichten, „weil die Mädchen sich da so beobachtet fühlen und die Burschen immer nur Gockelhahn spielen müssen“ (16\_11\_7\_Transkript FGL).

Manche nahmen diese Entwicklung ab 14 Jahren wahr, andere fanden gerade in diesem Alter, dass Mädchen wieder gerne mit den Burschen gemeinsam turnen.

### **Blickwinkel Schülerinnen:**

- Hier waren die Meinungen der Mädchen sehr heterogen:

Manche fänden es lustiger, wenn sie wieder mit den Burschen gemeinsam turnen hätten, „Da war halt voll die Dynamik der Burschen dabei“ (17\_12\_20\_Transkript FGes).

Andere wiederum haben mit den Burschen gemeinsam Bewegungs- und Sportunterricht, würden es aber nur unter Mädchen besser finden und begründen so: „Ich finde, wenn man alleine nur so unter Mädchen turnt, kann man besser aus sich rauskommen. Und dann kann man bessere Leistungen bringen. Das ist bei mir so“ (16\_12\_12\_Transkript FGS).

- Die Schülerinnen berichteten, die Burschen würden Bälle immer nur zu sich schießen, bei Fehlern immer den Mädchen die Schuld geben, außerdem seien sie oft brutal und schossen so fest (vgl. 16\_12\_12\_Transkript FGS). Andere Mädchen würden gut finden abzuwechseln. Bei manchen Sportarten wie Leichtathletik wäre es aus ihrer Sicht beispielsweise besser getrennt Turnen zu haben (vgl. 16\_12\_06\_Transkript FGS).

### **Blickwinkel ehemalige Hauptschülerinnen:**

- Nur ungefähr die Hälfte der Mädchen in dieser Gruppe hatte von den Burschen getrennt Bewegungs- und Sportunterricht. Viele erinnern sich daran, dass es aber sehr lustig war hin und wieder gemeinsam zu turnen, da dann andere Spiele gespielt wurden.

Manche Mädchen, die gemeinsam mit Burschen turnten, erinnern sich, dass plötzlich Themen aufgekommen sind, die es in einer reinen Mädchengruppe nicht gab:

*„Welchen Bikini zieh ich an? Den rosaroten oder den lilanenen? Hab ich gesagt, „Das ist mir scheißegal. Ich zieh einen Badeanzug an!“ (lacht). Aber jedes Mal. Und dann so, „Ja und nein und das geht nicht. Und da ist der Typ dabei, in den ich verknallt bin. Dem kann ich mich ja nicht so herzeigen.“ „Bitte geh einfach hin und schwimm! Dem kann das doch egal sein, wie du ausschaust!“ Aber die waren da wirklich sehr penibel. In Schwimmen waren mindestens zwei Drittel der Klasse nicht anwesend. Also da bei Schwimmen war es schon recht hacklig unterwegs. Ich meine mir ist es wurscht gewesen“ (17\_12\_20\_Transkript FGeS).*

### **5.3.3 Schul- und Leistungsdruck**

#### **Blickwinkel Lehrerinnen:**

- Lehrerinnen bemerken bei ihren Schülerinnen den starken Druck, unter dem sie in der Schule stehen:

*„Und was ich beobachte, gerade die Schwächeren, die sind dann oft so extrem müde. Also ich glaube, der Schuldruck ist oft so, dass sie (...). Kommen oft in den Turnunterricht und sagen „Mah, können wir uns nicht auf die Matten legen und schlafen?“ (16\_11\_7\_Transkript FGL).*

#### **Blickwinkel Schülerinnen:**

- Alle Mädchen berichteten von zu vielen Aufgaben und Schulstress. Diese ließen keine Zeit für zusätzliche Bewegung. Oft sind sie beim Turnen im Gedanken eigentlich schon bei den Aufgaben, welche am Nachmittag noch anstehen.

#### **Blickwinkel ehemalige Hauptschülerinnen:**

- Fast alle ehemaligen Hauptschülerinnen haben ihren Turnunterricht positiv in Erinnerung. Viele von ihnen beschreiben die damalige Schulzeit als viel entspannter. Es gab nicht so lange Schultage, nicht so viele Aufgaben und aus jetziger Sicht musste man damals auch nicht so viel lernen. Turnen war ein Fach, auf welches sie sich gefreut haben und am Nachmittag blieb noch genug Zeit für Freizeit. Dies sei in den weiterführenden Schulen jetzt anders. Lange Schultage und viel Lernstress ließe ihnen aktuell oft nicht die Zeit zusätzlich Sport zu treiben (vgl. 17\_01\_14\_Transkript FGeS).

**Lehrerinnen** nannten zusätzlich noch die Schwierigkeit dass es „*keine Vereine für Mädchen nach der Schule*“ gibt, „*die Zusammenarbeit mit (neuen) Kolleginnen*“ und „*die Gruppengröße*“ als Einflussgrößen für den Rahmen:

### 5.3.4 Vereinsanbindung der Mädchen nach der Schule

- Eine Lehrerin merkte an, dass aus ihrer Sicht, Burschen nach der Hauptschule sportlich besser „*aufgefangen*“ werden als Mädchen. Es gäbe am Land kaum Möglichkeiten für Mädchen einem Verein beizutreten und wenn, sei dies mit höheren Kosten und größerem Fahraufwand verbunden. Dem stimmten viele Lehrerinnen zu (vgl. 16\_11\_7\_Transkript FGL).

### 5.3.5 Zusammenarbeit mit (neuen) Kolleginnen und Kollegen

- Die Zusammenarbeit mit Kolleginnen und Kollegen kann bereichernd sein:  
*„Ich habe eine ziemlich junge Kollegin bekommen, die die sieben Minuten eingeführt hat und das haben wir dann als Programm so immer gemacht einmal in der Woche. Das war schon toll“* (16\_11\_7\_Transkript FGL).  
  
Oder auch Schwierigkeiten mit sich bringen. So beschrieb eine Lehrerin, dass es bei ihnen an der Schule üblich ist, dass Klassen in der vierten Schulstufe übernommen werden:  
*„Und überhaupt, wenn man eine Klasse übernimmt von einer Person, die den Unterricht vielleicht nicht so motivierend gestaltet hat, ist auch dementsprechend die Motivation der Klasse. Oder die viel redet dazu, oder so. Das mögen die Kinder halt auch nicht, irgendwie“* (16\_11\_7\_Transkript FGL).  
  
→ Eine Lehrerin berichtete, dass sie in ihrem Unterricht neben der Aufklärung über körperliche Veränderungen in der Pubertät auch mit den Mädchen über die Themen Verhütung und Geburt redet. Eine andere Lehrerin, die auch Biologie unterrichtete, fand dies sehr erstaunlich (16\_11\_7\_Transkript FGL).

*BL1: In Turnen?*

*BL11: Ja natürlich.*

*BL1: Das machen wir ja in Bio!*

### 5.3.6 Gruppengröße

- Einige Lehrerinnen berichteten von Gruppengrößen von über 30 Schülerinnen, was sich auf die Rahmengestaltung des Turnunterrichts stark auswirkt. Abgesehen davon, dass sehr oft nicht genug Geräte für alle vorhanden sind, stellte sich hier auch die Frage nach der Möglichkeit, als Lehrperson Verantwortung übernehmen zu können. Viele Lehrerinnen hielten eine Gruppengröße von 20, maximal 22 Schülerinnen für optimal (16\_11\_7\_Transkript FGL).

**Schülerinnen** nannten ergänzend den „*Zeitpunkt des Turnens*“ sowie die „*Schwerpunktsetzung ihrer Schule*“ als Einflussgrößen auf den Rahmen:

### 5.3.7 Zeitpunkt Turnen

- Viele Schülerinnen berichteten, dass es für sie sehr anstrengend ist, dass Bewegung und Sport oft zu einem späten Zeitpunkt eines langen Schultages stattfindet (vgl. 17\_12\_20\_Transkript FGeS).

### 5.3.8 Schwerpunktsetzung Schule

- Schülerinnen berichteten von einer sehr engagierten Lehrerin, die ihnen ermöglichte, Fußball zu spielen und sogar an Turnieren teilzunehmen. Als die Lehrerin jedoch die Schule verließ, fiel diese Möglichkeit für die Mädchen wieder weg (16\_12\_06\_Transkript FGS):

*I: Ist von euch jemand in einem Verein?*

*(...)*

*BS: Wir waren alle Fußballverein.*

*(...)*

*BS: In der Zweiten oder Ersten, keine Ahnung, haben wir alle Mädchen begonnen Fußball zu spielen. Da waren wir da in (Name eines Ortes) zusammen. Und wir hatten auch in der Schule Fußball.*

*BS: Ja das war Ballerina Cup. Das war Erste, Zweite. Da haben wir mit gemacht. Da hatten wir eine voll coole Lehrerin, aber die ist jetzt weg und deswegen haben wir das jetzt nicht mehr.*

*(...)*

*BS: Da war halt voll die Motivation von ihr aus Fußball zu spielen.*

BS: *Aber jetzt nicht mehr.*

BS: *Oh mein Gott, wir spielen jetzt gar nicht mehr Fußball.*

BS: *Ganz am Anfang, ganz am Anfang, war das auch nicht so mit Ballerina Cup. Aber dann hat sie das halt gemacht. Und wir durften halt auch so wie die Jungs, so Matches spielen.*

(...)

BS: *Wir können auch nicht zu sowas wie Ballerina Cup gehen, weil das ist halt mit der Schülerliga gegangen und wir haben hier keine Lehrerin mehr die Fußball unterrichtet.*

BS: *Nur mehr Jungs können das machen.*

→ Mehrere Mädchen gaben an, dass die Burschen bevorzugt würden bei manchen Wahlfächern, die Bewegung beinhalten und eigentlich nach Interesse besucht werden könnten (16\_12\_06\_Transkript FGS):

BS: *Die meisten haben sich für (Name des Wahlfaches) entschieden. Es waren viel zu viele und deswegen.*

BS: *Es war voll gemein, dass sie nur Jungs genommen haben.*

(...)

BS: *Und das ist ja eigentlich Wahlpflichtfach. Wir sollen eigentlich das gehen, was uns gefällt.*

→ Die Mädchen erwähnten auch, dass viele Turnstunden wegen Projekten in der Schule ausfallen (vgl. 16\_12\_06\_Transkript FGS).

**Ehemalige Hauptschülerinnen** erwähnten zusätzlich noch den Punkt „zeitliche Ressourcen“, der sich auf den Rahmen auswirkt:

### 5.3.9 Zeitliche Ressourcen

→ Negativ in Erinnerung war manchen ehemaligen Hauptschülerinnen der Schwimmunterricht. Vor allem das Thema „Haare föhnen“ blieb hier Mädchen sehr prägend im Gedächtnis:

*„Ja. Weil das war in den ersten zwei, drei, Stunden, zwei Stunden. So viel Zeit haben wir nicht gehabt. Und dann hast du danach Unterricht gehabt. Und dann bist du so mit nassen Haaren im Unterricht gesessen. Das hat mich voll gestört“ (17\_01\_14\_Transkript FGeS).*

## **5.4 Empfehlungen und Erfahrungen zur Gestaltungsmöglichkeit und Beziehungsarbeit**

In diesem Kapitel werden die Ergebnisse betreffend der Empfehlungen und Erfahrungen zu den Gestaltungsmöglichkeiten des Unterrichts und der Beziehungsarbeit mit Mädchen aus Sicht der Lehrerinnen, Schülerinnen und ehemaligen Hauptschülerinnen zusammengeführt. Zunächst erfolgt wieder eine Darstellung der überschneidenden Themenbereiche, welche die drei Gruppen aus ihrer jeweiligen Perspektive einbrachten: Sowohl Lehrerinnen, als auch Schülerinnen und Hauptschülerinnen gaben Empfehlungen betreffend „*methodischer Gestaltung*“, „*beliebter und unbeliebter Sportarten*“, „*sozialer Kompetenzen und Eigenschaften von Lehrerinnen*“, „*dem Duschen*“, „*dem Umgang mit Fehlstunden*“ und „*dem Umgang mit Menstruation und Menstruationsbeschwerden*“.

Anschließend folgt eine Aufzählung jener Themen, welche nur zwei der Gruppen oder ausschließlich die Gruppe der Lehrerinnen einbrachte, nämlich Empfehlungen und Erfahrungen „*zum Umziehen*“, „*zur Beurteilung*“, „*zu Material*“ und „*zum Umgang mit Vielfalt*“.

### **5.4.1 Methodische Gestaltungsmöglichkeit des Bewegungs- und Sportunterrichts**

Zunächst die Sichtweise der Lehrerinnen. Ihre Erfahrungen und Empfehlungen sind sowohl auf Handlungs- als auch auf struktureller Ebene angesiedelt:

#### **Blickwinkel Lehrerinnen:**

- ➔ Tanzen kommt bei Mädchen ihrer Erfahrung nach sehr gut an. Lehrerinnen tanzten selbst vor oder benutzen DVD's oder Clips aus dem Internet und projizieren die Anleitung mit einem Beamer an die Wand. Dies stellte auch hin und wieder das Notfallprogramm in einer Klasse dar, wenn der Turnsaal anderswertig gebraucht wird.
- ➔ Alle Lehrerinnen empfahlen Musik einzusetzen und, wenn möglich, Mädchen eigene Musik mitbringen zu lassen.

→ Freies Bewegen als Methode:

*„Sie sind gelaufen und haben Spiele gemacht und ich habe nicht abgepfiffen, sondern ich habe sie zehn Minuten gelassen. Und habe ab und zu ein paar so weiche Bälle oder so Sprungschnüre, so ganz wenig Material hingelegt“ (16\_11\_7\_Transkript FGL).*

→ Eine Lehrerin berichtete von ihren positiven Erfahrungen, Vereine von auswärts einzuladen, um so eine frühe Anbindung an diese zu beginnen. Neben dem Schützenverein nannte sie noch einen Kampfkunstverein, der für die Mädchen zwei kostenlose Schnupperstunden in Selbstverteidigung angeboten hatte.

→ An die frische Luft gehen, legten einige Lehrerinnen nahe. Hier war es natürlich ein Vorteil, wenn man nahes Gelände, wie Parks oder den Wald gut nutzen kann, was nicht bei allen Schulen der Fall war.

→ Lehrerinnen, die mit jungen Kolleginnen zusammenarbeiten, freuten sich über neue Ideen, wie Trainings-Apps, die bei Mädchen aus ihrer Sicht sehr gut ankommen.

→ Wenn Lehrerinnen schwimmen gingen, war es ihnen wichtig, dass es immer auch Zeit für die Mädchen gibt, sich frei zu bewegen.

→ Atemübungen mit Musik, Tipps bei Menstruationsbeschwerden, Massagen oder Yoga werden immer wieder mit positivem Feedback (und vor allem auch bei Raummangel) eingesetzt.

→ Ein Teil der Lehrerinnen beteiligte Mädchen aktiv an der Stundengestaltung. Mädchen überlegten sich hierbei in einer Partnerinnenübung, was sie den anderen Mitschülerinnen zeigen möchten. Das konnten bestimmte Sportarten sein, in denen sie gut sind oder Tänze, die sie den anderen Mädchen beibringen möchten.

Schülerinnen durften auch eigene Sportgeräte mitbringen und diese den Lehrerinnen einmal zeigen. Ein Perspektivenwechsel auf beiden Seiten sei sehr empfehlenswert (16\_11\_7\_Transkript FGL):

*„Früher haben wir halt die Inline Skates gehabt. Und jetzt, wenn ich heute sage: Wir gehen inline skaten!“, dann: „Können wir die Waveboards und weiß ich was mitnehmen?“. Nicht. „Ja freilich, Ja sicher!“ Nicht? (...) Und dann. Ja, „Ich bin noch nie auf einem gestanden. Jetzt möchte ich einmal probieren.“ Und so, nicht? Dann haben sie mich halt gehalten. „Mah sie können, mah das geht ja super! Ich habe einen Tag gebraucht“ und so, weißt eh (lacht). Also das war wirklich. Also die hat mich gelobt dort. (...) Und das ist halt schon schön. Sie haben halt Lehrer gespielt und ich habe halt probiert. „Zeigt ihr mir das?“ „Ja, sie müssen so machen und so!“ Also einfach offen sein, für diese ganzen Dinge.“*

- ➔ In Bezug auf Aufstellungen riet eine Lehrerin ausdrücklich von einer „*Ersten Aufstellung*“ ab. Bei dieser müssen sich die Schülerinnen der Größe nach in einer Reihe aufstellen, was speziell für die Mädchen an den äußersten Rändern meist sehr frustrierend ist. Sie empfahl Vor- und Nachbesprechungen eher in einem Kreis durchzuführen, zu dem sie sich als Lehrerin setzt (vgl. 16\_11\_7\_Transkript FGL).

#### **Blickwinkel Schülerinnen:**

Im Folgenden werden die Erfahrungen und Empfehlungen betreffend methodischer Gestaltung aus Sicht der Schülerinnen zusammenfassend dargestellt. Die Erfahrungen der Schülerinnen mit Beteiligung waren eher gering.

- ➔ Alle Mädchen schätzten es sehr, wenn sie eigene Musik mitbringen und bei Tänzen eigene Ideen zu Schritten einbringen dürfen.
- ➔ Mädchen, die aktuell eine Neue Mittelschule besuchten, fanden es zum Teil besonders spannend, die Turnstunden auch mal auswärts, beispielsweise in einem Fitnessstudio oder im Stadtpark, zu verbringen (vgl. 16\_12\_06\_Transkript FGS).
- ➔ Die Erfahrungen in Bezug auf Beteiligung der Schülerinnen waren sehr unterschiedlich. Die Mädchen einer Klasse wurden noch nie gefragt, was ihre Wünsche und Ideen für den Bewegungs- und Sportunterricht sind (vgl. 16\_12\_12\_Transkript FGS). Die Mädchen der zweiten Klasse konnten am Anfang des Jahres auf Zetteln ihre Ideen und Wünsche bekannt geben (vgl. 16\_12\_06\_Transkript FGS). Dass Mädchen selbst den Unterricht gestalteten, kam derzeit noch in keiner der Klasse vor.

→ In Bezug auf Gruppen-Wählverfahren im Bewegungs- und Sportunterricht machten die Mädchen einer Klasse sehr negative Erfahrungen:

*BS: Oder das ist das gleiche mit, wenn wir zum Beispiel irgendwelche Spiele spielen und wählen. Es sind dann immer die Gleichen, die wählen.*

*I: Aber warum?*

*BS: Keine Ahnung.*

*I: Weil die sich am schnellsten melden? Wer entscheidet, wer wählt?*

*BS: Die Lehrer entscheiden und nehmen immer die. Und dann passiert immer das gleiche, dass die, die was jetzt nicht die Besten sind in diesem Spiel, sind halt immer die Letzten, die gewählt werden, die dann immer in irgendeiner Gruppe dann sind.*

*BS: Dann fühlt man sich ein bisschen blöd.*

*BS: Ja. Und wenn meistens die Buben wählen oder so, dann „Mei, ich muss jetzt die nehmen!“, oder so.*

*BS: Und sie verdrehen immer die Augen und so.*

*BS: Vor allem, wenn du dann da alleine sitzt. Und du sitzt da und bist die Letzte oder so. Und dann müssen sie dich immer zum Schluss wählen. Da hast du nicht einmal mehr Lust zu spielen, weil sie wissen, sie wollen dich nicht in der Gruppe dabei haben (16\_12\_12\_Transkript FGS).*

Die Empfehlung der Mädchen war, nicht immer die gleichen Schülerinnen und Schüler wählen zu lassen. Sie würden in einem Wechsel Vorteile für alle sehen.

→ Mädchen einer Klasse betonten mehrmals, wie langweilig es sei, wenn Übungen sehr ausführlich angeleitet werden:

*„Aber was extrem nervt ist, dass sie die Spiele immer so lange erklärt. Sie erklärt wirklich eine halbe Stunde einmal. Das ist so nervig“ (16\_12\_12\_Transkript FGS).*

### **Blickwinkel ehemalige Hauptschülerinnen:**

Auch die retrospektive Sichtweise ehemaliger Hauptschülerinnen gab wichtige Einsichten in förderliche oder hemmende methodische Gestaltungshinweise:

→ Für diese Gruppe war rückblickend die viele Abwechslung im Unterrichtsfach Bewegung und Sport sehr wichtig. Manche erfuhren es jetzt in ihrem Turnunterricht genau anders und kamen aus diesem Grund zu diesem Schluss (17\_01\_14\_Transkript FGeS).

→ Bei jenen Mädchen, die im Turnen von den Burschen getrennt waren, war es in der Erinnerung ein Highlight, wenn es mal ausnahmsweise anders war.

- ➔ Manche ehemalige Hauptschülerinnen empfahlen einen methodischen Mix, wie zuerst etwas Aktives zu machen und dann etwas Entspannendes (vgl. 17\_12\_20\_Transkript FGeS).
- ➔ Einige Mädchen erlebten in der Schulzeit, dass sehr stark auf ihre Bedürfnisse eingegangen worden war, andere wurden in der Hauptschulzeit nie gefragt, was sie machen möchten.
- ➔ Ein Mädchen berichtete davon, dass sie in ihrer Hauptschulzeit auch eine Stunde selbst gestalten durfte. Sie brachte damals Judo ein. Die Lehrerin selbst machte aber nicht mit (17\_01\_14\_Transkript FGeS).

#### 5.4.2 Beliebte und unbeliebte Sportarten

##### Blickwinkel Lehrerinnen:

- ➔ Lehrerinnen brachten zu diesem Thema wenige Beispiele. Viele Lehrerinnen meinten, dass dies von Klasse zu Klasse sehr unterschiedlich sei und sogar eher von einzelnen Mädchen gesteuert wird:
 

*„Und vielleicht auch, wie die bestimmenden Mädchen in der Klasse sind. Also wenn die sportlich sind, dann zählt das was. Dann ist das ganze Gruppengefüge und die Motivation ganz anders, als wenn quasi die, die halt jetzt gerade in sind, wichtig sind, wenn die sagen „Nein, das ist ein Scheiß! Das tun wir nicht.“ Dann ist insgesamt die Motivation anders“* (16\_11\_7\_Transkript FGL).
- ➔ Eine Lehrerin berichtete, dass sie speziell in der Lebensphase, in der Mädchen für Bewegung schwer motivierbar sind, „exotische Sachen“, wie Reiten oder Klettern einbaut (vgl. 16\_11\_7\_Transkript FGL).

### **Blickwinkel Schülerinnen:**

- Bei den Sportarten, die von manchen Schülerinnen als beliebt genannt wurden, gab es viele Überschneidungen mit Sportarten, die von anderen Schülerinnen als unbeliebt eingestuft wurden. Manche Mädchen beider Klassen berichteten, dass sie gerne Eislaufen, Rollschuhe fahren, Basketball spielen, tanzen, bouldern oder klettern, ins Fitnessstudio oder schwimmen gehen, Cheerleading und Geräteturnen mögen. Ein Mädchen nannte explizit, dass sie Spiele liebt, bei denen man sich austoben kann. Andere Mädchen der beiden Klassen nannten zum Beispiel Schwimmen als Sportart, die sie weniger mögen. Hier blieb vielen Mädchen das lange Schwimmen, ohne sich am Beckenrand festhalten zu können, besonders negativ in Erinnerung. Weiters nannten sie hier Sprinten und Runden laufen (besonders, wenn es draußen heiß war), Volleyball spielen und Workouts.

### **Blickwinkel ehemalige Hauptschülerinnen:**

- Die befragten Mädchen dachten sehr gerne an die Ballspiele, an einen Tanzkurs mit anschließender Aufführung, an das „*Piratenspiel*“ mit den Burschen zusammen, an Parcours und an Ausflüge in den Wald zurück. Auch der Schwimmunterricht wurde hier genannt. Dieser zählte aber für andere Mädchen wieder genau zu den negativen Erfahrungen im Turnunterricht, vor allem dann, wenn sie tauchen mussten oder keine Zeit zum Haare föhnen hatten. Im Sommer bei Hitze Weitspringen oder draußen Sprinten, gehörte auch bei ihnen zu den Sportarten, die sie nicht gut in Erinnerung hatten.
- Ausgefallene Bewegungsformen, wie Flying Yoga mit einer externen Referentin, gefielen ihnen im aktuellen Turnunterricht sehr gut (vgl. 17\_12\_20\_Transkript FGeS).

Zusammenfassend kann man sagen, dass keine eindeutig bevorzugten oder unbeliebten Sportarten identifizierbar sind, weder aus Sicht der Lehrerinnen, noch aus Sicht der Schülerinnen oder ehemaligen Hauptschülerinnen.

### 5.4.3 Soziale Kompetenzen und Eigenschaften der Lehrperson

Eine Bewegungs- und Sportlehrerin sollte viele Kompetenzen und positive Eigenschaften mitbringen. Alle drei Gruppen benannten unter anderem die große Bedeutung der Vorbildfunktion.

#### Blickwinkel Lehrerinnen:

- Eine Lehrerin betonte, wie wichtig es als Lehrperson sei, die verschiedenen Spielregeln gut zu kennen. Man sollte sich auch der eigenen Regeln gut bewusst und wirklich fair sein:

*„Je klarer man für sich selber ist, wie man den Unterricht gestaltet und auf was man Wert legt, umso besser ist es, glaube ich“ (16\_11\_7\_Transkript FGL).*

- Man sollte niemals Übungen verlangen, bei denen sich manche Schülerinnen blamieren können.
- Die Turnlehrerin sollte auf jeden Fall selber mitmachen, denn sie ist ein Vorbild. Man müsste bei ihr spüren, dass sie sich damit identifiziert und Freude und Begeisterung mitbringen.
- Lehrerinnen sollten Interesse an jedem Kind zeigen und den Mädchen Mut zusprechen, um sie so zu motivieren, auch ein wenig über ihre Grenzen hinaus zu gehen.
- Lehrerinnen machten auch immer wieder die Erfahrung, dass es in der Arbeit sehr wichtig sei, dem Zeitgeist zu folgen. Man müsse unbedingt modern bleiben, wie beispielsweise die neuen Namen für „alte Übungen“ wissen (Akroyoga) oder sogar in der eigenen Sportausstattung auf neueste Trends achten:  
*„Also jetzt, seit ich meine New Balance Schuhe habe, bin ich voll in. (Einige lachen.) Gerade die Unmotivierteste „Was Professor, sie haben New Balance?“ „Ja, die sind super!“ Seitdem macht sie lieber mit, als vorher (lacht). Das war eine gute Investition“ (16\_11\_7\_Transkript FGL).*
- Es sei wichtig keinen Druck auf Mädchen auszuüben, den Mädchen Zeit zu geben und nicht ungeduldig zu sein. Vertrauen stelle im Bewegungs- und Sportunterricht eine wichtige Basis dar.

- Weitere Eigenschaften von Lehrerinnen, die in der Diskussion gefallen sind, waren „*kreativ sein*“, „*sich selbst manchmal zurücknehmen können*“, „*gerecht und fair sein*“ und „*konsequent sein*“.

### **Blickwinkel Schülerinnen:**

- Die Mädchen empfahlen Lehrerinnen, in jedem Fall selbst mitzumachen, Übungen auch vorzuzeigen und nicht nur vorzeigen zu lassen. Die Lehrerinnen sollten selbst motiviert sein und ein Lachen im Gesicht zeigen.
- Wenn man etwas nicht kann, sollte die Lehrerin unterstützen. Lehrerinnen und Lehrer sollten Schülerinnen und Schüler nicht runtermachen, nicht am Körpergewicht herumhacken und Burschen nicht bevorzugen. Auslachen oder jemanden lächerlich zu machen, sahen sie als absolutes Tabu an.
- Eine Rolle dürfte auch für sie das Thema „modern sein“ spielen (16\_12\_12\_Transkript FGS):

*BS: Und sie hat geile Schuhe.*

*BS: Ja, sie hat auch viele Schuhe.*

Das höhere Alter ihrer Turnlehrerinnen und Turnlehrer erwähnten beide Schülerinnengruppen in einem negativen Zusammenhang.

- Als weitere wichtige soziale Kompetenzen nannten sie „*Toleranz*“, „*Fairness*“, „*verständnisvoll sein*“ und „*auf die Schülerinnen eingehen können*“.

### **Blickwinkel ehemalige Hauptschülerinnen:**

- Lehrerinnen sollten Mädchen ermutigen, sie zu nichts zwingen und nicht sagen: „*Das kannst du nicht*“. Die befragten Mädchen hatten zu einem großen Teil solche ermutigenden Lehrerinnen. Manche berichteten aber auch von Situationen, in denen Mädchen von den Lehrpersonen vorgeführt oder gezwungen wurden, etwas zu machen:

*BM7: Wir haben immer ein paar gehabt, die sich nicht einmal getraut haben, über eine Sprossenwand rüber zu klettern. Und dann sind sie von den anderen halt ausgelacht worden. Und bei uns, die Lehrerin hat einfach gesagt, „Ja macht es halt einfach!“ oder bei irgendeiner Stange sowas machen. Also ich habe nie Probleme gehabt, weil ich recht viel Sport immer gemacht habe.*

*Aber manche sind halt, sind überhaupt nicht zusammen gekommen. Die haben das nachher nicht so lustig gefunden. Die wollten auch gar nicht mehr Turnen gehen.*

*(...)*

*BM7: Ja. Halt oft gezwungen worden. Nein das war nicht so gut (17\_01\_14\_Transkript FGeS).*

Ein Mädchen berichtete von der positiven Atmosphäre im Turnunterricht, dass man keine Angst haben musste, etwas nicht zu schaffen (17\_01\_14\_Transkript FGeS):

*„Es war immer das Gefühl da so, „Ja, das schaffen wir schon!“ und „Das machen wir schon!“. Und es war nicht so ein unwohles Gefühl, es war immer so auf locker, auf Spaß. Ja“.*

→ Die Lehrerin sollte in jedem Fall selbst mitmachen (17\_01\_14\_Transkript FGeS):

*BM2: Bei uns hat die Lehrerin auch manchmal mitgespielt. Das war besonders lustig dann.*

*I: Also ist das wirklich was, was euch gut gefallen hat?*

*BM2: Ja, ich glaube, dadurch haben wir uns auch so gut mit ihr verstanden, weil wir da auf einer Spaßebene so quasi waren.*

→ Sie sollte verständnisvoll, höflich und motiviert sein und auf die Bedürfnisse der Schülerinnen eingehen.

#### **5.4.4 Duschen**

„Duschen“ war sowohl unter Lehrerinnen, als auch unter Schülerinnen ein heiß diskutiertes Thema. Für die beiden ehemaligen Sporthauptschülerinnen war Duschen als einzige völlig selbstverständlich und gehörte zum Sportunterricht einfach dazu.

#### **Blickwinkel Lehrerinnen:**

- Lehrerinnen berichteten von ihrer häufigen Erfahrung, dass Mädchen und Burschen, die neu aus der Volksschule kommen, eigentlich wenig vom Thema Hygiene mitbekommen haben. Es sei dann besonders schwierig, Mädchen dazu zu bringen, dass sie nach dem Turnen duschen.
- Lehrerinnen unterscheiden sich deutlich, wie sie das Thema Hygiene handhaben.

Viele von ihnen verlangen das Duschen nicht, sondern nur das Waschen der Füße und der Achseln.

Eine Lehrerin verlangt das Duschen und kontrolliert auch die Handtücher (vgl. 16\_11\_7\_Transkript FGL).

#### **Blickwinkel Schülerinnen:**

- Die Schülerinnen würden sich wünschen, nicht duschen gehen zu müssen. In einer Klasse wurden die Mädchen von der Lehrerin dazu gezwungen, indem die Lehrerin einfach darauf warte. Mit Unterwäsche in die Dusche hineinzugehen war aber erlaubt (vgl. 16\_12\_12\_Transkript FGS).

#### **Blickwinkel ehemalige Hauptschülerinnen:**

- Einige Mädchen erinnerten sich noch gut daran, dass ihre Lehrerinnen zwar immer gesagt hatten, sie müssten Duschen gehen. Aufgrund der knappen Zeit, der wenigen Duschen und des Schamgefühls, hatten sie aber sehr oft nicht geduscht. Eine Kontrolle der Handtücher kam auch vor, aber sie hätten die Handtücher einfach nass gemacht. Keines der Mädchen wurde von ihrer Lehrerin zum Duschen gezwungen.

### **5.4.5 Umgang mit Fehlstunden**

Die Erfahrungen im Umgang mit Fehlstunden waren sehr unterschiedlich. Lehrerinnen bekittelten vor allem „*das schnelle Entschuldigen durch die Eltern*“, Schülerinnen die oft „*harten Strafen*“, wenn man mal nicht mitturnen konnte.

#### **Blickwinkel Lehrerinnen:**

- Lehrerinnen sahen sich zunehmend damit konfrontiert, dass Schülerinnen sehr oft Entschuldigungen für den Bewegungs- und Sportunterricht bringen. Aus ihrer Sicht entschuldigen Eltern die Kinder zu häufig (16\_11\_7\_Transkript FGL):

*„Wobei ich aber schon beobachtet habe. Ich unterrichte jetzt fast 30 Jahre und die Wehleidigkeit zum Beispiel hat wirklich sehr, sehr stark zugenommen. Wie oft wir Kinder zum Schularzt schicken. Und das sagt auch der Schularzt. Und du darfst es dir nicht leisten zu sagen „Geh komm, tun wir ein kaltes Wasser drauf! Man haut sich nun einmal an!“. Es ist so im Leben!“, nicht? Weil dann hast du gleich die Eltern da. Und dann heißt es gleich, du hast die Verletzung, die Schwere, nicht ernst genommen.“*

Bei Elternabenden versuchen sie hier vorzubeugen, indem sie darauf hinweisen, dass der Turnunterricht auch dazu da sei, „*Wehleidigkeit*“ abzubauen.

**Blickwinkel Schülerinnen:**

- Bei Fehlstunden berichteten die Schülerinnen einer Klasse, dass sie abschreiben, Zusammenfassungen schreiben, Referate halten oder die Baderegeln abschreiben müssen (vgl. 16\_12\_12\_Transkript FGS).

**Blickwinkel ehemalige Hauptschülerinnen:**

- Wenn Schülerinnen oft fehlen, empfahl diese Gruppe von Mädchen ein Vieraugengespräch mit der Betroffenen. Einzelne hatten negative Erfahrungen damit gemacht, dass Fehlstunden vor der ganzen Klasse besprochen wurden (vgl. 17\_12\_20\_Transkript FGeS).

**5.4.6 Umgang mit Menstruation und Menstruationsbeschwerden**

Der Umgang mit dem Thema Menstruation und Menstruationsbeschwerden ist unter Lehrerinnen nicht einheitlich. Für die meisten Schülerinnen und ehemaligen Hauptschülerinnen waren die Themen in der Diskussion eher schambesetzt und kamen im Bewegungs- und Sportunterricht wenig bis gar nicht zur Sprache.

**Blickwinkel Lehrerinnen:**

- Für zwei Lehrerinnen war es fixer Bestandteil ihres Unterrichts Mädchen über ihren Körper und darüber hinaus über Verhütung und Geburt aufzuklären. Dafür verwendeten sie einige Turnstunden. Eine weitere Lehrerin meinte, es sei zumindest weniger Tabuthema als noch vor einigen Jahren. Viele andere Lehrerinnen äußerten sich zu diesem Thema nicht (vgl. 16\_11\_7\_Transkript FGL).

**Blickwinkel Schülerinnen:**

- Über die körperliche Entwicklung, im Speziellen über die Menstruation, hatten die Schülerinnen im Bewegungs- und Sportunterricht bisher nicht geredet. Sie berichteten über ganz unterschiedliche Erfahrungen, wie es ihnen während der Menstruation geht.

Manche Mädchen merken gar nichts und gehen immer turnen, andere bleiben dem gesamten Schulunterricht fern, weil sie so starke Schmerzen haben.

- Die Schülerinnen einer Klasse würden mit ihrer Lehrerin dieses Thema nicht gerne besprechen (vgl. 16\_12\_12\_Transkript FGS). Die Mädchen der zweiten Klasse würden es durchaus befürworten, einmal eine Stunde dafür zu verwenden, um darüber zu sprechen und eventuell bei Menstruationsschmerzen einen Kompromiss zu finden, der für beide Seiten passt (vgl. 16\_12\_06\_Transkript FGS).

### **Blickwinkel ehemalige Hauptschülerinnen:**

- Rückblickend würden es einige Mädchen gut finden, wenn mehr zum Thema gemacht worden wäre. Auch Tipps und Tricks bei Regelschmerzen hätten sie als wertvoll empfunden (17\_01\_14\_Transkript FGeS):
  - BM3: Das stimmt ja. Also so richtig besprochen ist überhaupt nichts worden.*
  - BM4: Überhaupt nicht. Wo ich aber jetzt im Nachhinein gerade so denke, ja wäre eigentlich schon eine gute Idee gewesen.  
(Einige lachen.)*
  - BM4: Ja stimmt ja. Wäre sicher eine gute Idee gewesen. Aber das ist bei uns nie aufgekommen.*
  - I: Also dir hätte das eigentlich schon...?*
  - BM4: Jetzt im Nachhinein, denke ich mir schon, wäre schon nicht schlecht gewesen. Aber, dass ich damals auf die Idee gekommen wäre.*
  - BM3: Es wäre auch gescheit. Weil in der Klasse haben wir das schon mit Buben, haben wir das eben schon besprochen.*
  - I: Mit den Buben zusammen?*
  - BM3: In Biologie halt einmal. Aber nicht in Turnen, wo wir eben rein unter Mädchen sind. Das wäre halt besser gewesen. Weil dann betrifft es jeden, und die Buben lachen dann nicht blöd, oder so kindisch halt. Das wäre sicher besser gewesen. Ja.*
- Alle Mädchen, die Menstruationsschmerzen hatten, machten sehr positive Erfahrungen mit ihren Lehrerinnen. Sie erinnerten sich aber daran, dass manche Mädchen aus ihren Klassen die Regel hin und wieder als Ausrede benutzt haben, um nicht mitturnen zu müssen.

Insgesamt wurde sehr wenig über diese körperliche Entwicklung gesprochen (17\_01\_14\_Transkript FGeS): „Also ich kann mich gar nicht erinnern, dass sie bei uns irgendwer gehabt hat.“

#### **5.4.7 Umziehen**

Hier berichteten Lehrerinnen und ehemalige Hauptschülerinnen von ihren Erfahrungen. Es gab keine Empfehlungen, wie man das Umziehen für Mädchen am besten gestalten könnte.

##### **Blickwinkel Lehrerinnen:**

- Lehrerinnen erzählten davon, dass manche Mädchen sich ausschließlich auf der Toilette umziehen. Dies tun vor allem die Mädchen, die etwas mehr Gewicht haben. Auch der unterschiedliche körperliche Entwicklungsstand sei unter den Mädchen immer wieder Thema in den Garderoben. Einzel-Umkleidekabinen sind nicht vorhanden. Mädchen können für das Umziehen nur die Dusche oder die Toilette nützen, wenn sie sich nicht vor der Gruppe umziehen wollen (vgl. 16\_11\_7\_Transkript FGL).

##### **Blickwinkel ehemalige Hauptschülerinnen:**

- Rückblickend erinnerten sich einige Mädchen daran, dass beim Umziehen schon geschaut wurde: „Wer trägt schon einen BH?“ „Wer hat schon Busen?“ (vgl. 17\_12\_20\_Transkript FGeS).

#### **5.4.8 Beurteilung**

Die Lehrerinnen, die an der Fokusgruppendifkussion teilnahmen, beurteilen nach sehr unterschiedlichen Kriterien.

##### **Blickwinkel Lehrerinnen:**

- Für manche Lehrerinnen reichte es, wenn Mädchen Engagement und Bemühen zeigen, eine andere Lehrerin wollte für gute Noten durchaus eine Leistungssteigerung im Laufe des Schuljahres sehen (vgl. 16\_11\_7\_Transkript FGL).

##### **Blickwinkel ehemalige Hauptschülerinnen**

- Ein Mädchen erzählte davon, dass sie im Schwimmen nicht gut war. Um dennoch zu einer guten Beurteilung zu kommen, durfte sie als Alternative bei einer Laufveranstaltung mitmachen (vgl. 17\_01\_14\_Transkript FGeS).

Ausschließlich die Gruppe der Lehrerinnen brachte noch „*Materialempfehlungen*“ und „*Empfehlungen im Umgang mit Vielfalt*“ ein:

#### 5.4.9 Material

- Eine Lehrerin empfahl ausdrücklich weiche Bälle für den Turnunterricht mit Mädchen (16\_11\_7\_Transkript FGL):

*„Bei den Ballspielen (...) wir haben da diese weichen Bällen, diese bunten. Und da spiele ich. Ich nehme, für die Mädchen nehme ich nur diese Bäll. Da trauen sie sich hingreifen. Wenn du jetzt einen schweren Ball hast, dann auf einmal haben sie Angst. Ja. Und so können sie angeschossen werden, am Kopf und überall und es tut einfach nicht weh. Und das ist Motivation und da bringst du ein bisschen eine Geschwindigkeit rein. Dann nehme ich sowieso immer zwei, drei Bälle, ja. Weil mit einem Ball ist es eh fad. Also immer zwei, drei Bälle.“*

- Für das freie Bewegen, bei dem sich Mädchen im Turnsaal nach Lust und Laune bewegen dürfen, empfahlen Lehrerinnen Sprungschnüre, Bänder und Luftballons einfach bereit zu legen. Die Mädchen durften alles nehmen, was sie möchten (16\_11\_7\_Transkript FGL):

*„Und da habe ich dann echt oft tolle Spiele gesehen und die habe ich dann gleich weiter entwickelt und „Geh!“ und „Schau!“ und so und so weiter. Und da haben sie eine echt lustige, also echt eine Freude dabei.“*

- Im Aufklärungsunterricht stellten manche Lehrerinnen den Mädchen Probestückchen an Binden und Tampons zur Verfügung und setzten sogar Filme ein.

#### 5.4.10 Umgang mit Vielfalt

Tipps dazu waren begrenzt. Eine Lehrerin berichtete jedoch, dass Schülerinnen, die bei Klassenfahrten nicht auswärts übernachten dürfen, von den Eltern abends abgeholt werden können. Eine andere Lehrerin versuchte Tänze auf die verschiedenen Kulturen der Herkunftsländer der Mädchen abzustimmen und die Mädchen mit ihren Kenntnissen hier einzubeziehen.

Abschließend möchte ich noch erwähnen, dass die beiden ehemaligen Sporthauptschülerinnen, die in der Schule das Fechten und Fußball lernten, die einzigen Mädchen sind, die ihre damals erlernten und ausgeübten Sportarten auch weiterhin praktizieren. Sie hatten aber im Unterschied zu den anderen Mädchen klar den Vorteil, dass sie mit vielen Sportarten bekannt gemacht wurden und so sportliche Vorlieben entwickeln konnten. Alle anderen ehemaligen Hauptschülerinnen, die jetzt eine weiterführende Schule besuchen, machten sehr wenig Bewegung bis gar keine Bewegung außerhalb der Schule. Als Grund nannten sie den Mangel an Zeit.

## **6 Diskussion der Ergebnisse**

In diesem Kapitel kommt es nun zu einer Zusammenführung der wichtigsten Ergebnisse aus der empirischen Untersuchung mit den Literaturergebnissen sowie zu einer Darstellung der Limitation der Ergebnisse. Es gab für mich erstaunlich viel Übereinstimmung zwischen den drei Gruppen Lehrerinnen, Schülerinnen und ehemaligen Hauptschülerinnen.

### **6.1 Ergebniszusammenführung**

Die Zusammenfassung der wichtigsten Ergebnisse gliedert sich wieder nach den vier Themenbereichen Herausforderungen, Ziele, Rahmenbedingungen sowie Empfehlungen und Erfahrungen. Die Themenbereiche Ziele und Empfehlungen und Erfahrungen werden nun wie angekündigt hier direkt in Verbindung mit meinen Literaturergebnissen gesetzt.

#### **Herausforderungen im Unterrichtsfach Bewegung und Sport:**

Die Herausforderungen, die Lehrerinnen und Schülerinnen zur Sprache brachten, betrafen die „*unterschiedlichen Interessen innerhalb einer Klasse*“, „*die unterschiedlichen Leistungsniveaus*“, „*die Vielfalt innerhalb der Klasse*“ und „*die Motivation der Mädchen im Altersverlauf*“. Die ehemaligen Hauptschülerinnen hatten hierzu wenige Erinnerungen.

Die in meinem Literaturteil beschriebene Herausforderung, sowohl das biologische, als auch das soziale Geschlecht in der Unterrichtsgestaltung zu berücksichtigen, hat keine der drei Gruppen explizit als Herausforderung benannt. Teilaspekte, wie die körperliche Entwicklung oder der unterschiedliche Zugang von Mädchen und Burschen zu Bewegung, wurden erwähnt. Lehrerinnen und Lehrer müssen in der Aus- und Weiterbildung auf alle diese Herausforderungen gut vorbereitet werden.

### **Ziele des Unterrichtsfaches Bewegung und Sport**

Bei allen genannten Zielen sehe ich am meisten Überschneidungen zwischen den Lehrerinnen und den ehemaligen Hauptschülerinnen. Den ehemaligen Hauptschülerinnen fiel es leichter als den Schülerinnen, Ziele zu benennen. Mir scheint bei dieser Frage ein gewisser zeitlicher Abstand zum Turnunterricht ein Vorteil zu sein. Eine der Befragten erwähnte diesen Punkt sogar selbst: *„So wenn ich jetzt so im Nachhinein denke, dann würde mir das einfallen. Damals wäre ich nicht einmal ansatzweise auf die Idee gekommen, dass da sowas dahinter stecken könnte. Aber ja, bei Gemeinschaft, muss ich sagen, habe ich viel mitgenommen eigentlich“* (17\_01\_14\_Transkript FGeS).

Die Lehrerinnen benannten gemeinsam fast alle Ziele, wie sie der Lehrplan für das Unterrichtsfach Bewegung und Sport formuliert. Nicht erwähnt wurde das Ziel Mädchen auch an nicht stereotype Bewegungsmuster heranzuführen.

Schülerinnen und ehemalige Hauptschülerinnen benannten ein zusätzliches Ziel, das der Lehrplan nicht enthält, nämlich *„Ausgleich und Abwechslung zum sonstigen Schulalltag“*. Ehemalige Schülerinnen nannten als einzige Gruppe auch *„Spaß“* als Ziel.

Um das Ziel der Geschlechtergerechtigkeit präsenter zu haben, sollte die Geschlechterperspektive in der Aus- und Weiterbildung unbedingt stärkere Berücksichtigung finden.

### **Rahmenbedingungen des Unterrichtsfaches Bewegung und Sport:**

Lehrerinnen, Schülerinnen und ehemalige Hauptschülerinnen nannten viele wichtige Bereiche, die den Rahmen des Unterrichtsfaches Bewegung und Sport mit gestalten. Die wichtigsten fasse ich hier noch einmal zusammen und führe Überlegungen betreffend struktureller Veränderungen an.

- **Räumliche und zeitliche Ressourcen sowie Gruppengröße**

Während Lehrerinnen das Thema Privatsphäre in der Umkleidekabine erwähnten, war dies weder bei den Schülerinnen noch bei den ehemaligen Hauptschülerinnen Thema. Zu wenige oder zu kleine Hallen erwähnten Teilnehmerinnen aller drei Gruppen. Dass sehr oft Burschen den Vorzug bekommen, die Halle zu nutzen, brachten nur die Mädchengruppen zur Sprache. Auch das Thema Anzahl der Duschen beziehungsweise ausreichend Zeit zum Duschen kam ausschließlich von Mädchenseite. Lehrerinnen hingegen erwähnten als einzige Gruppe, dass die Turnhalle sehr oft wegen anderer Aktivitäten gebraucht wird und somit ein Ausweichen notwendig wird. Das Problem der Gruppengröße sprachen sie auch an, jedoch nicht im Zusammenhang mit der Anzahl der Duschen, sondern im Zusammenhang mit der Anzahl der vorhandenen Sportgeräte beziehungsweise der Möglichkeit Verantwortung zu übernehmen.

Wie man sehen kann, geht es hier vorwiegend um strukturelle Mängel, welche bei Behebung die Qualität, aber auch den Stellenwert des Schulfaches Bewegung und Sport, nicht nur für Mädchen, sondern auch für Burschen, steigern könnten. Im Schulsportgütesiegel werden viele davon bereits abgefragt und stellen somit auch von politischer Seite her veränderungswürdige Bereiche dar.

- **Turnunterricht Mädchen und Burschen gemeinsam**

Sowohl Lehrerinnen als auch einige der befragten Schülerinnen hatten zum Teil ab einem gewissen Alter Schwierigkeiten mit einem gemeinsamen Turnunterricht von Mädchen und Burschen. Ehemalige Hauptschülerinnen hatten in Bezug auf dieses Thema keine negativen Erinnerungen. Nachdem Studien jedoch auf eine Benachteiligung von Mädchen hinweisen, wenn diese mit Burschen gemeinsam unterrichtet werden, wäre hier eine einheitliche Lösung, nämlich homogener Bewegungs- und Sportunterricht, gut.

Ausnahmen bei Bedarf, Interesse und bestimmten Sportarten scheinen jedoch aus Sicht aller drei Perspektiven wünschenswert. Es scheint mir hier auf das Einfühlungsvermögen der jeweiligen Lehrperson anzukommen, welche Form für welche Gruppe wann gut passt. Was keine Rolle spielen darf, sind Entscheidungen aufgrund organisatorischer Gegebenheiten oder persönlicher Vorlieben.

- **Zeitpunkt Turnen**

Sowohl Lehrerinnen als auch Mädchen geben dem Zeitpunkt des Bewegungs- und Sportunterrichts eine große Rolle. Handelt es sich um die letzten beiden Stunden eines langen Unterrichtstages, sind Mädchen oft nicht mehr so motiviert sich zu bewegen. Bewegung nehmen sie also als Anstrengung wahr, nicht als Entspannung oder Ausgleich.

Ich fand keine Untersuchungen, die die unterschiedliche Wirkung von Bewegung je nach Zeitpunkt während des Schultages erforscht, doch erscheint es mir wichtig, diesen Faktor bei der Stundeneinteilung, mit zu berücksichtigen.

- **Zusammenarbeit mit (neuen) Kolleginnen und Kollegen**

Die Zusammenarbeit mit (neuen) Kolleginnen und Kollegen war für die Gruppe der Lehrerinnen befruchtend, manchmal auch störend. Keine der beiden anderen Gruppen erwähnte diesen Punkt.

Auf eine fächerübergreifende Zusammenarbeit, vor allem mit Kolleginnen und Kollegen des Unterrichtsfaches Biologie sollte in der Aus- und Weiterbildung gut vorbereitet werden.

- **Schuldruck**

Ich gewann den Eindruck, dass viele Schülerinnen sich von der Schule sehr stark gefordert fühlen, viel Leistung bringen müssen und wenig Zeit für Ausgleich zur Verfügung haben. Auch Lehrerinnen nahmen dies so wahr.

Wie in Kapitel 2.3.4 beschrieben, spielt hierbei die unterschiedliche Sozialisation von Mädchen und Burschen eine große Rolle. Für Mädchen scheint es schwieriger vereinbar zu sein, neben dem schulischen Stress, noch zusätzliche Bewegungseinheiten einzubauen. Die Literatur weist deutlich darauf hin, dass Mädchen häufig vermittelt wird, Bewegung habe eine niedrigere Priorität für sie als beispielsweise Schule. In ihrem Bewusstsein scheinen der Ausgleich und die körperliche Kräftigung nicht so wichtig zu sein, wie sie Burschen sich selbst zugestehen und oft aufgrund von geschlechterbezogenen Vorstellungen zugestanden werden.

Dieser Tatsache entgegen zu wirken, liegt nicht nur an den Bewegungs- und Sportlehrerinnen, sondern an vielen Sozialisationsinstanzen, wie der Familie, der Freizeit oder der Schule als Ganzes.

- **Keine Vereine für Mädchen nach der Schule**

Diese Problematik wurde ausschließlich von Lehrerinnen angesprochen. Eine Lehrerin empfahl Vertreterinnen und Vertreter von Sportvereinen in den Bewegungs- und Sportunterricht einzuladen. Dies kann durchaus eine Brücke für Mädchen schlagen, um Interesse daran zu entwickeln, auch nach der Schule weiterhin Sport zu betreiben und sollte daher als fixer Bestandteil in den Lehrplan aufgenommen werden.

**Empfehlungen und Erfahrungen zur Gestaltungsmöglichkeit und Beziehungsarbeit:**

Für diesen Punkt erwiesen sich die Fokusgruppen als wahre Schatzkiste an Wissen. Es folgen Empfehlungen und Erfahrungen in Bezug auf „*die methodische Gestaltung*“ des Bewegungs- und Sportunterrichts, „*beliebte und unbeliebte Sportarten*“, „*soziale Kompetenzen und Eigenschaften der Lehrperson*“, „*den Umgang mit Duschen*“, „*das Anleiten von Übungen*“, „*den Umgang mit Menstruation und Menstruationsbeschwerden*“ beziehungsweise „*die Beurteilung*“. Diese Ergebnisse ergänze ich jeweils durch Ergebnisse aus der Literaturrecherche.

- **Methodische Gestaltung**

Hier lassen sich viele Übereinstimmungen zwischen der Literatur und meinen Fokusgruppenergebnissen finden. Zunächst fasse ich in einer Tabelle die Empfehlungen betreffend einer guten methodischen Gestaltung des Bewegungs- und Sportunterrichts für Mädchen aus allen drei Blickwinkeln zusammen:

**Tabelle 6: Methodentipps aus Sicht der Lehrerinnen, Schülerinnen und ehemalige Hauptschülerinnen (eigene Darstellung)**

Freies Bewegen im Turnsaal	Abwechslung bieten	Sportvereine einladen
Musik einsetzen	Mädchen selbst Musik mitbringen lassen	Tanzvideos einsetzen
Atemübungen mit Musik	Apps mit Bewegungsanleitungen	Yoga
Massagen	Aktives und Entspannendes in die Turnstunden einbauen	Tipps bei Menstruationsbeschwerden

Hinaus gehen zum Beispiel in die Natur, ins Fitnessstudio	bei Gruppenwähl-verfahren durchwechseln; auf Gleichberechtigung achten	Keine Aufstellung nach Größe machen lassen, Vor- und Nachbesprechungen im Kreis durchführen
Freies Bewegen einplanen	Zeitweise die Möglichkeit geben, mit den Burschen gemeinsam zu turnen	Aktive Beteiligung von Mädchen bei der Stundengestaltung
Schülerinnen zeigen Sportarten vor, Lehrerinnen und Lehrer machen mit		

Damit Mädchen langfristig für den Sport gewonnen werden, sollen, laut Kugelmann, Prinzipien der geschlechtersensiblen Sportpädagogik und der erfahrungs- und handlungsorientierten Sportdidaktik Beachtung finden (vgl. 2010, S. 358). Zusammenfassend lassen sich nach Kugelmann folgende Empfehlungen betreffend Methoden geben (vgl. 2010, S. 358 f.):

- Es ist wichtig, Mädchen Möglichkeiten zur Selbsttätigkeit und Mitgestaltung des Unterrichts zu geben. Sowohl bei der Zusammensetzung von Teams, als auch bei der Mitsprache von Inhalten und Perspektiven, aber auch bei der Bestimmung und Veränderung von Regeln.
- Besonders wichtig sei das Anknüpfen an die Erlebniswelt der Mädchen.
- Musik und Rhythmus sieht sie als ansprechend für die Unterrichtsgestaltung mit Mädchen an.

Dies spiegelt sich auf jeden Fall auch sehr deutlich in den Angaben der befragten Lehrerinnen, Schülerinnen und ehemaligen Hauptschülerinnen wieder.

Der österreichische Verein, Frauenforum Bewegung & Sport, gibt seit 2002 jährlich ein Schwerpunktheft als Unterrichtsbehelf für Bewegungs- und Sportlehrerinnen heraus. Verschiedenste Themen mit zahlreichen Methodentipps haben engagierte Leibeserzieherinnen bearbeitet, um geschlechtersensiblen Sportunterricht und emanzipatorische Mädchenarbeit in Bewegung und Sport voranzutreiben. Die bisherigen Themen, nach Erscheinungsjahr geordnet, sind (vgl. Frauenforum Bewegung und Sport):

- Mädchen stärken – selbst verteidigen (2002)
- Menstruation ( 2003)
- Wilde Spielen (2004)
- Essstörungen (2005)
- Auf den Punkt gebracht – Mädchenspezifische Zugänge zu Sportarten (2006)
- An die Grenzen gehen (2007)
- Räume erkunden, erweitern, nutzen (2008)
- Gerne Mädchen sein (2009)
- Mädchenarbeit, Bubenarbeit (2010)
- Körper wahrnehmen – bewegen – erleben (2011)
- Am Puls der Zeit bleiben (2012)
- Kompetenzorientierung als Unterrichtschance (2013)
- Magic Moments – Emotionen, die bleiben (2014)
- Diversity – zum Umgang mit Vielfalt im Unterricht aus Bewegung und Sport (2015)
- Mädchen gestalten ihren Unterricht (2016)

Sie enthalten viele der oben genannten Methoden.

Einige der Themen haben auch meine Fokusgruppenteilnehmerinnen angesprochen. So kamen beispielsweise „*Menstruation*“, „*modern bleiben*“, „*Umgang mit Vielfalt*“ und „*Beteiligung von Mädchen am Turnunterricht*“ in den Diskussionen zur Sprache.

Aus meiner Erfahrung in der Arbeit mit Mädchen kann ich bestätigen, dass keines dieser Themen an Aktualität und Notwendigkeit verloren hat und alle in die Aus- und Weiterbildung von Lehrerinnen und Lehrern integriert werden müssen.

- **Beliebte und unbeliebte Sportarten**

Die Vorlieben und Abneigungen von Mädchen zu bestimmten Sportarten variieren sehr. Nach der deutschen SPRINT Studie zur Situation des Schulsports mögen Mädchen gerne Tanzen und Schwimmen, aber auch Trendsportarten, wie Inline-Skaten, Tennis, Kampfsport und Entspannungsübungen (vgl. Deutscher Sportbund 2006, S. 115). Eine vergleichbare Untersuchung für Österreich habe ich nicht gefunden.

Die meisten der hier angeführten Sportarten nannten auch einige meiner befragten Schülerinnen und ehemalige Hauptschülerinnen. Schwimmen jedoch wurde von manchen Schülerinnen und ehemaligen Hauptschülerinnen auch als sehr unbeliebt genannt.

Hier erscheint mir das von Kugelman erwähnte Anknüpfen an die Lebenswelt sowie das Einbeziehen der Mädchen bei Inhalten und Perspektiven besonders wesentlich.

Das Erlernen verschiedenster Beteiligungsformen und –stufen sollten daher unbedingt Bestandteil der Aus- und Weiterbildung von Lehrerinnen und Lehrern sein.

- **Soziale Kompetenzen und Eigenschaften der Lehrperson**

Auch hier gibt es viele Überschneidungen zwischen den Ergebnissen der drei Gruppen und den Eigenschaften, welche in der Literaturrecherche deutlich wurden. Zunächst eine tabellarische Zusammenfassung der sozialen Kompetenzen und Eigenschaften einer Lehrperson aus Sicht der Fokusgruppenteilnehmerinnen:

**Tabelle 7: Soziale Kompetenzen und Eigenschaften der Lehrperson aus Sicht der Lehrerinnen, Schülerinnen und ehemaligen Hauptschülerinnen (eigene Darstellung)**

Die Lehrperson soll...

... die Spielregeln gut kennen	... die eigene Regeln gut kennen und auch konsequent einhalten	... kreativ sein
... auf Mädchen keinen Druck ausüben	... den Mädchen Zeit geben und sie zu nichts zwingen	... sich selbst manchmal zurücknehmen können
... keine Übungen durchführen, bei denen Schülerinnen sich blamieren können	... verständnisvoll sein und auf die Schülerinnen eingehen	... gerecht und fair sein
... selbst mitmachen, weil sie ein Vorbild ist	... Übungen selbst vorzeigen und nicht nur vorzeigen lassen	... dem Zeitgeist folgen - sowohl bei Sportarten als auch bei der Mode
... Freude und Begeisterung mitbringen	... Interesse an jedem Kind zeigen und den	... eine gute Vertrauensbasis

und zeigen, dass sie sich mit dem was sie macht identifiziert	Mädchen Mut zu sprechen, um sie dadurch zu motivieren, ein wenig über ihre Grenzen hinaus zu gehen	aufbauen
... nicht auf dem Körpergewicht der Mädchen „herumhacken“	... niemanden auslachen	

Kugelman gibt hier sehr ähnliche Empfehlungen (vgl. 2010, S. 358 f.):

- Die Mädchen sollen mit ihren individuellen Erfahrungen und Interessen ernst genommen werden.
- Es soll Raum zum Lachen geben, eine Atmosphäre entstehen, wo Vertrauen zur Lehrperson aufgebaut werden kann.
- Die Sport- und Bewegungslehrerin sollte sich ihrer Vorbildrolle bewusst sein. Diese beinhalte Bewegungsfreude, Fairness, weibliches Selbstbewusstsein, Mut zum Experimentieren mit geschlechterbezogenen Verhaltensweisen und Körperbildern.

Im Heft „Magic Moments – Emotionen die bleiben“ aus der bereits erwähnten Schriftenreihe des Frauenforums Bewegung & Sport, wird besonders betont, wie wichtig es ist, bestärkende Erlebnismomente für Mädchen im Sport zu inszenieren. Positive Erlebnisse tragen zu einer Stärkung des Selbstbewusstseins und zu einem positiven Körpererleben bei, die dazu führen können, dass man weiterhin Bewegung und Sport ausüben möchte. Erlebnisse des Scheiterns, des Bloßgestellt-Werdens, des Sich-Blamierens sind zu vermeiden, so Diketmüller (2014, S. 6 ff.). Negative Erlebnisse tragen zur Ausbildung eines negativen Selbstbildes bei und machen eher weniger Lust auf zukünftige Bewegung.

Auch das Alter der Lehrkräfte kann eine Rolle spielen. Mädchen und ehemalige Hauptschülerinnen erwähnten zum Teil sehr negativ, dass ihre Lehrerin beziehungsweise ihr Lehrer schon sehr alt sind und selbst kaum mehr mitmachen, sondern nur mehr Anweisungen geben beziehungsweise gaben. Zu einem ähnlichen Ergebnis kam auch die bereits erwähnte deutsche SPRINT Studie.

Demnach beurteilten Schülerinnen und Schüler, Lehrerinnen und Lehrer umso positiver je jünger sie waren. Sie beschrieben diese als nachgiebiger, sympathischer, verständnisvoller, geduldiger, gerechter, freundlicher, engagierter, humorvoller, vorbereiteter, fairer und fachlich besser (vgl. Deutscher Sportbund 2006, S.131).

Altern ist natürlich ein unbeeinflussbarer Faktor, doch kann in Aus- und Weiterbildung durchaus auf diese Thematik eingegangen werden und eventuell verstärkter Austausch mit jüngeren Kolleginnen und Kollegen im Schulsystem angeregt werden.

- **Duschen und Hygiene**

Ich war verwundert, dass ich in der Literatur sehr wenig zum Thema Duschen im Rahmen des Sport- und Bewegungsunterrichts gefunden habe. Nach meinen Vorgesprächen und aus meiner Erfahrung war ich überzeugt, dass dieses Thema sowohl bei Lehrerinnen, als auch bei Schülerinnen große Emotionen mit sich bringt. Die Diskussionen in den Fokusgruppen bestätigten dies.

Die meisten Lehrerinnen hatten wenig Verständnis dafür, dass Mädchen sich nicht duschen wollen. Viele von ihnen waren zwar zu Kompromissen bereit und gaben sich damit zufrieden, dass die Mädchen sich nur unter den Achseln und die Füße waschen oder in Unterwäsche in den Duschaum gehen. Wenige zogen daraus allerdings Konsequenzen und überlegten Möglichkeiten in der Raumgestaltung oder in der zeitlichen Gestaltung des Duschens. Schülerinnen und ehemalige Hauptschülerinnen machten deutlich, wie unangenehm es für sie war, dass die Duschbereiche einsichtig sind. Vorhänge oder kleine Trennwände könnten schon helfen, um sich wohler zu fühlen und Schamgefühl zu reduzieren.

Schwitzen war nur in Zusammenhang mit unangenehmen Gerüchen in den Garderoben- oder Klassenräumen Thema. Keine der Gruppen erwähnte Schwitzen in einem positiven Zusammenhang. Unangenehmes Schwitzen könnte zur Vermeidung oder Ablehnung dieses Unterrichtsfaches beitragen.

Kübel für Produkte der Monatshygiene in den Mädchentoiletten sprach keine der Gruppen an. Als Lehrerin oder Lehrer sollte man aber auch dafür sensibilisiert sein.

- **Umgang mit Menstruation und Menstruationsbeschwerden**

Menstruation und Menstruationsbeschwerden im Unterrichtsfach Bewegung und Sport wurden in der Literatur mehrmals thematisiert. Diese körperliche Entwicklung hat in keinem anderen Fach so großen potentiellen Einfluss, auf die Freude beziehungsweise Motivation sich zu beteiligen, wie in diesem Fach, bei dem die Körperlichkeit der Mädchen und jungen Frauen so stark im Zentrum steht. Aus meiner Sicht lohnt es sich hier mit sensibilisierten, kompetenten Lehrerinnen zu arbeiten und einige Schulstunden zu investieren.

Ehemalige Schülerinnen hielten dies auch rückblickend für sinnvoll, jetzige Schülerinnen hatten unterschiedliche Meinungen dazu. Manche wollten mit ihrer aktuellen Lehrerin nicht über diese Themen sprechen.

Auch darauf sollte man vor allem als Lehrerin vorbereitet sein. Keineswegs muss man diese Themen selbst behandeln, jedoch sollte in jedem Fall ein geeigneter Rahmen geschaffen werden, damit Mädchen über diese Themen sprechen können. Oft empfiehlt es sich, externe Referentinnen einzuladen, wie ich aus meiner beruflichen Erfahrungen weiß.

- **Beurteilung**

Was genau in eine Beurteilung von Mädchen einfließt, scheint nach den Ergebnissen aus der Fokusgruppe mit Lehrerinnen sehr individuell zu sein.

Zur Schulung der Selbstkompetenz schlägt Griessel vor, Mädchen nach ausgeführten Übungen in die Bewertung mit einzubeziehen und sich selbst Feedback zu geben. Der Fokus soll hierbei gezielt auf die eigenen Stärken gelenkt werden (vgl. 2013, S. 12). Mädchen lernen dadurch ihre Leistungen realistischer einzuschätzen. Eine weitere Möglichkeit die Selbstkompetenz zu schulen, ist, Mädchen, die beispielsweise aufgrund der Menstruation nicht mit schwimmen möchten, die Aufgabe zuzuteilen, bestimmte Mitschülerinnen genau zu beobachten und den Kolleginnen anschließend mündliches Feedback zu geben (vgl. Bauer-Pauderer 2013, S. 26). Diese Einbeziehung von Mädchen in ihre Leistungsbeurteilung wurde von keiner der drei Gruppen genannt.

Sehr gut fand ich auch die Idee mit der alternativen Bewertung, bei der ein Mädchen die Möglichkeit hatte, in einem anderen Sportbereich ihre Fähigkeiten und ihr Bemühen zu zeigen.

Diese unterschiedlichen Möglichkeiten der Beurteilung könnten ebenfalls in der Aus- und Weiterbildung wichtige Inhalte darstellen und sollten besprochen werden.

Abschließend möchte ich betonen, dass die Perspektiven auf die Themen unterschiedlich sind, sie dennoch aber in vielen Punkten nicht weit auseinander liegen. Es gibt also eine gemeinsame Problemdefinition der Beteiligten, was eine gute Ausgangslage für Veränderungen darstellt.

## **6.2 Limitation der Ergebnisse**

Nach eingehender Reflexion meines Forschungsprozesses finde ich folgende Limitationen der Untersuchung:

- Die Perspektive der ehemaligen Hauptschülerinnen kann einen Bias beinhalten. Zum einen erinnern sie sich an ihre Hauptschulzeit. Diese Erinnerungen beinhalten notwendig retrospektive Konstruktionen. So berichteten die ehemaligen Hauptschülerinnen fast alle davon, dass sie in der Hauptschule noch viel mehr Freizeit hatten, weniger lernen mussten und Turnen ein Fach war, auf welches sie sich freuten. Rückblickend würde ich an sie mit der Einverständniserklärung weitere Fragen stellen. So wäre es sinnvoll zu erheben, welchen Schultypus die Mädchen jetzt besuchen. Möglicherweise hat es sich bei einem Großteil dieser Teilnehmerinnen um eine selektive Gruppe von Mädchen gehandelt, die gebildeter und ehrgeiziger sind. Ergänzend wäre interessant, welche Erinnerungen im Vergleich Hauptschülerinnen an das Unterrichtsfach Bewegung und Sport haben, die keine weiterführende Schule besuchen, sondern sofort ins Berufsleben eingestiegen sind.
- 8 Lehrerinnen gaben im Kurzfragebogen an, dass sie während ihrer Ausbildung keine Veranstaltungen zu geschlechterbezogenen Aspekten im Bewegungsverhalten besucht haben. 5 Lehrerinnen kreuzten ja an. Um diese Erkenntnis in die Auswertung und Interpretation nehmen zu können, hätte ich diese Frage genauer definieren müssen.

Im anschließenden Gespräch mit manchen Lehrerinnen stellte sich heraus, dass sie unter dem Begriff „*geschlechterbezogene Aspekte im Bewegungsverhalten*“ sehr Unterschiedliches, von „*Unterrichtsreflexion*“ bis „*Praxis in einer reinen Mädchengruppe*“, verstanden haben.

- Eine weitere Limitation der Aussagen besteht darin, dass ich mit meinem Diskussionsleitfaden den Fokus auf das Setting Schule gelegt habe. Um der Frage nachzugehen, welche Erfahrungen und Bedingungen im Unterrichtsfach Bewegung und Sport dazu beitragen können, für Bewegung motiviert zu sein oder motiviert zu bleiben, spielen auch weitere Einflussfaktoren eine wesentliche Rolle. Mein Kurzfragebogen für ehemalige Hauptschülerinnen und für Schülerinnen hätte auch die Frage nach dem Bewegungsausmaß in der Freizeit (alleine, in der Gruppe, mit der Familie oder im Verein) enthalten sollen.
- Die Expertinnen und Experten, die mir bei der Vermittlung der Fokusgruppen sehr behilflich waren, haben mir die Befragung der Fokusgruppen erst ermöglicht. Wird ein Kontakt über Dritte hergestellt, ist es schwieriger die erstellten Auswahlkriterien einzuhalten. So hat es sich ergeben, dass in meiner Fokusgruppe mit Lehrerinnen nicht nur in Neuen Mittelschulen tätige Lehrkräfte waren, sondern auch Lehrerinnen, die an einem Gymnasium oder an einer Höheren Bundeslehranstalt für wirtschaftliche Berufe unterrichten. Die Gruppe der Schülerinnen war mit 13 zu groß. Auch hierauf hatte ich keinen Einfluss, da die Direktorin eine Klasse für mich ausgewählt hatte. Bei den ehemaligen Hauptschülerinnen ergab es sich, dass zwei ehemalige Schülerinnen aus Sporthauptschulen an der Fokusgruppe teilnahmen.
- Meine Leitfäden für die Fokusgruppendifkussionen haben im Großen und Ganzen meine Themen gut abgedeckt. Einzig die Frage nach Vielfalt betrachte ich im Nachhinein kritischer. Um etwas über den Umgang mit Vielfalt nach meinem Verständnis, nämlich Diversität und Heterogenität innerhalb einer Gruppe zu erfahren, wären wesentlich detailliertere Fragen notwendig gewesen, wie auch eine Definition der Begriffe für die Teilnehmerinnen.

## 7 Konsequenzen: Was braucht es auf Public-Health-Ebene?

Aus den Fokusgruppendifkussionen ergeben sich für mich Konsequenzen für die Schule, die Aus- und Weiterbildung von Lehrerinnen und Lehrern, die Forschung und für meinen Arbeitsbereich im Frauengesundheitszentrum:

### **Konsequenzen für die Schule:**

- Ich empfehle eine Verantwortliche/einen Verantwortlichen pro Schule, am besten mit einer Arbeitsgruppe, um strukturelle Benachteiligungen sichtbar zu machen und diesen gemeinsam entgegen zu wirken.  
Im Unterrichtsfach Bewegung und Sport geht es beispielsweise darum Benachteiligungen, die aufgrund räumlicher Grenzen auftreten, aufzugreifen und eine gerechte Aufteilung der Hallenzeiten anzuregen. Auch das Ungleichgewicht, wie die der Auswahl von Mädchen und Burschen für bestimmte Wahlfächer, könnte so gut vermieden werden. Das Unterrichtsprinzip Erziehung zur Gleichstellung von Frauen und Männern in Schulen bietet dafür eine gute Grundlage.
- Ich konnte beobachten, dass es nicht nur für mich als Forschende spannend und interessant war, sich über die Erfahrungen und Bedingungen im Unterrichtsfach Bewegung und Sport auszutauschen. Ich hatte den Eindruck, dass es durchaus auch für die beteiligten Lehrerinnen bereichernd war, ihre Erfahrungen zu Mädchen im Turnunterricht mit anderen zu teilen. Daher empfehle ich, eigene Qualitätszirkel für Bewegungs- und Sportlehrerinnen einer Schule einzurichten. Ziel wäre, sich über schwierige Situationen austauschen zu können, die eigene Haltung zu reflektieren und sich gegenseitig Tipps und Anregungen in Bezug auf Methoden und Material, Beurteilungssysteme, Umgang mit Fehlstunden und dem Umgang mit Menstruation und Hygiene zu geben. Hier könnten sie auch geschlechtergerechte, gemeinsame Ziele dieses Unterrichtsfaches für die Schule ausformulieren.

- Die Fokusgruppendifkussion mit Lehrerinnen machte auch deutlich, wie wichtig das Absprechen von Bewegungs- und Sportlehrerinnen und –lehrern mit Biologielehrerinnen und –lehrern einer Schule ist. Es gibt Lehrinhalte, wie beispielsweise das Thema „*körperliche Entwicklung*“, die sich überschneiden. Diese können in den oben erwähnten Qualitätszirkeln fächerübergreifend gut besprochen werden und so mehr Transparenz über jeweilige Inhalte und potentielle Verschränkungen sichtbar machen.
- In Kapitel 6 finden sich die wichtigsten Konsequenzen für die Unterrichtsgestaltung des Unterrichtsfaches Bewegung und Sport. Diese Inhalte und Methoden müssen in die Aus- und Weiterbildung aufgenommen werden, damit sie in der Praxis anschließend gut umgesetzt werden können. Das Thema Menstruation sollte unbedingt ins Unterrichtsfach Bewegung und Sport einfließen. Möchte eine Lehrerin nicht mit den Schülerinnen über Menstruation sprechen oder umgekehrt, liegt es nahe, externe Referentinnen einzuladen.
- Das Sportgütesiegel stellt eine Qualitätsentwicklungs- und –sicherungsmaßnahme dar. Kleinere Gruppen könnten beispielsweise für Mädchen (aber auch für Burschen) besseren Bewegungs- und Sportunterricht ermöglichen. Kritisch anzumerken ist, dass geschlechterbezogene Kriterien darin fehlen. Man könnte beispielsweise abfragen, ob Lehrerinnen und Lehrer des Unterrichtsfaches Bewegung und Sport in den Bereichen „*geschlechterbezogene Aspekte im Bewegungsverhalten*“ oder „*geschlechtergerechte Jugendarbeit*“ weitergebildet sind. Da das Sportgütesiegel vier Jahre lang gültig ist, empfehle ich bei einem Wiederansuchen unbedingt eine Steigerung beispielsweise in Bezug auf das erforderliche Stundenausmaß im Unterrichtsfach Bewegung und Sport auf mindestens 14 Schulstunden innerhalb der vier Schulstufen.
- Die Sportlehrerinnen halten eine stärkere Verschränkung der Neuen Mittelschulen mit den Volksschulen für relevant. Aus ihrer Sicht wäre es sinnvoll, wenn ausgebildete Bewegungs- und Sportlehrerinnen und -lehrer in den Volksschulen Turnen unterrichten würden.

Es macht durchaus Sinn bereits sehr früh anzusetzen. Ich empfehle daher auch für zukünftige Volksschullehrerinnen und -lehrer eine verpflichtende Lehrveranstaltung zu mädchengerechter Gestaltung des Turnunterrichts.

### **Konsequenzen für die Aus- und Weiterbildung von (zukünftigen) Lehrerinnen- und Lehrern:**

- Hier ist eine Intervention auf Landesebene erforderlich, um eine verpflichtende Lehrveranstaltung zum Thema mädchengerechte Gestaltung des Sport- und Bewegungsunterrichts für zukünftige Lehrerinnen und Lehrer anzuregen. Für Lehrerinnen und Lehrer, die bereits Bewegung und Sport unterrichten, sollten entsprechende Fortbildungen angeboten werden, welche im Sportgütesiegel auch abgefragt werden können.

### **Konsequenzen für weiteren Forschungsbedarf:**

Aus Public Health Perspektive sehe ich es als erforderlich, dem Unterrichtsfach Bewegung und Sport in Zukunft besonders viel Bedeutung beizumessen. Die Auswirkungen eines qualitativ hochwertigen Sportunterrichts auf die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen und In Folge auch auf die Gesundheit von Erwachsenen, kann aus meiner Perspektive nicht hoch genug eingeschätzt werden.

- Wichtig erscheint mir in diesem Zusammenhang eine genaue Analyse, wie viele Neue Mittelschulen das in der Studentafel angeführte Stundenausmaß von 14 Schulstunden innerhalb der vier Schuljahre, tatsächlich erfüllen.  
In Anbetracht der zahlreichen positiven Auswirkungen von körperlicher Aktivität, sollte es hier keinen Spielrahmen geben.
- Ich halte auch eine Erhebung und Veröffentlichung zur Anzahl ungeprüfter Lehrerinnen und Lehrer im Unterrichtsfach Bewegung und Sport für sehr wesentlich, um weitere mögliche Maßnahmen gut zu planen.

- In der Steiermark fehlen auch Zahlen, an wie vielen Schulen Turnunterricht in geschlechterhomogenen Gruppen durchgeführt wird und in wie vielen Schulen gemischtgeschlechtlicher Bewegungs- und Sportunterricht stattfindet. Dies könnte für weitere Forschungen zu diesem Thema wichtig sein.
- Im Kindesalter scheint der Zeitpunkt von Bewegung und Sport im Schulalltag noch weniger eine Rolle zu spielen, da Mädchen anfangs noch gut für Bewegung motivierbar sind. Ab der dritten, vierten Schulstufe scheint hier eine Änderung einzutreten. Ich fand jedoch keine Untersuchungen, die die unterschiedliche Wirkung von Bewegung je nach Zeitpunkt während des Schultages erforscht.

**Konsequenzen für meinen Arbeitsbereich, Fachstelle Mädchengesundheit Steiermark im Frauengesundheitszentrum, Graz:**

- Als nächsten Schritt schlage ich ein Projektansuchen beim Fonds Gesundes Österreich vor, welches die Phasen drei und vier des Public Health Action Cycle beinhaltet: Assurance wird die Umsetzung der förderlichen Maßnahmen, wie Weiterbildungen von Lehrerinnen und Lehrern umfassen. Die Evaluation wird die Prüfung von Akzeptanz und Wirksamkeit dieser Maßnahmen einschließen.  
Vorbild könnte hier das britische Projekt „Girls Active“ sein, welches neben der Sensibilisierung von Lehrerinnen und Lehrern, auch Eltern mit einbezieht (vgl. TOP Foundation 2014).
- Ich empfehle Lobbyinggespräche mit politischen Verantwortlichen der Steiermark, allen voran mit der politisch Verantwortlichen für Bildung.  
Auch mit den Kontaktpersonen der Karl Franzens Universität Graz (Institut für Sportwissenschaften), der Pädagogischen Hochschule Steiermark und dem Landesschulrat für Steiermark sind Gespräche empfehlenswert, da sie wichtige Player im Feld darstellen.

Um eine gute Brücke zwischen dem Schulsport und dem Vereinssport zu schlagen sind auch Gespräche mit der politisch verantwortlichen Person für Sport beziehungsweise den jeweiligen Ansprechpersonen der drei Dachverbände der österreichischen Sportverbände, der Sportunion, der ASKÖ (Arbeitsgemeinschaft für Sport und Körperkultur) und dem ASVÖ (Allgemeinen Sportverband Österreich) erforderlich.

- Die Kontaktgespräche für die Masterarbeit waren bereits eine Intervention, im Sinne eines Aufmerksamwerdens von Expertinnen und Experten im Feld. In einem nächsten Schritt geht es darum eine Kurzfassung der Ergebnisse genau an diese Expertinnen und Experten im Feld zu übermitteln. Meine Ergebnisse lasse ich auch den Lehrerinnen zukommen, die an der Fokusgruppendifkussion teilgenommen haben, sowie der Direktorin und dem Direktor, welche mir bei der Vermittlung der Schülerinnen behilflich waren.
- Ich plane, eine Weiterbildung mit den Ergebnissen meiner Masterarbeit für Lehrerinnen und Lehrer zu konzipieren. Diese kann ich über meine bestehenden beruflichen Kontakte anbieten. Die Steiermärkische Gebietskrankenkasse könnte mit ihrem Arbeitsbereich Gesunde Schule ebenfalls eine gute Kooperationspartnerin sein.  
Ich möchte auch eine Form der Begleitung für Schulen entwickeln und anbieten, um somit eine längerfristige strukturelle Veränderung im Setting Schule anzuregen und so Mädchen in ihrer Gesundheit nachhaltig stärken.

## 8 Zusammenfassung

Ziel meiner Arbeit war die Erfahrungen, die Mädchen derzeit in Neuen Mittelschulen im Unterrichtsfach Bewegung und Sport machen und die Bedingungen, die sie als förderlich oder eher hemmend erleben, aufzuzeigen. Denn das Bewegungsverhalten von Mädchen in der Pubertät nimmt ab und beeinflusst ihre körperliche Kompetenz und ihre Gesundheit negativ. Dies wird als Public Health Problem gesehen, für das es Lösungen bedarf.

Die Erfahrungen von meinen Zielgruppen habe ich erhoben, analysiert und ausgewertet. Daraus habe ich Empfehlungen erarbeitet. Diese umfassen nicht nur die Aus- und Weiterbildung von Lehrerinnen und Lehrern, sondern auch die Sensibilisierung auf politischer Ebene und auf Seiten weiterer wichtiger Player bei dieser Thematik, wie der Sportverbände. Die Aneignung eines sportlichen Lebensstils ist keine Frage rein persönlicher Verhaltensänderungen der Gruppe der Mädchen, sondern es setzt eine parallele Veränderung vieler struktureller Parameter voraus. Es liegt an den politisch Verantwortlichen, die Umsetzung der schon gesetzlich verankerten Gleichstellungsziele in der Schule auch einzufordern. Eine Brücke zwischen Schulsport und Vereinssport zu ermöglichen, ist ebenfalls sehr lohnend und sollte stärker verfolgt werden. Es geht also um eine personen- als auch verhältnisbezogene Intervention im Setting Schule, um das Unterrichtsfach Bewegung und Sport zukünftig stärker an die Bedürfnisse der Mädchen anzupassen.

## 9 Literaturverzeichnis

Bailey, R./Wellard, I./Dismore H. (2005): Girls' Participation in Physical Activities and Sports: benefits, patterns, influences and ways forward

[online] <https://www.icsspe.org/sites/default/files/Girls.pdf> (letzter Zugriff am 01.06.2017)

Bauer-Pauderer, G (2013): Die Schülerin als „Personal Trainerin“ In: Schriftenreihe des Frauenforum Bewegung & Sport. Kompetenzorientierung als Unterrichtschance. Unterrichtsbehelf für BewegungserzieherInnen, die Mädchen unterrichten, S. 26

Bundesministerium für Bildung (2011): Erziehung zur Gleichstellung von Frauen und Männern. Informationen und Anregungen zur Umsetzung ab der 5. Schulstufe. Wien

Bundesministerium für Bildung (2016): Grundsatzterlass Unterrichtsprinzip zur Gleichstellung von Frauen und Männern. Wien (Rundschreiben Nr. 77/1995 (15.510/60-Präs.3/1995 - Bundesministerium für Unterricht und kulturelle Angelegenheiten))

Bundesministerium für Bildung, Umstellung Hauptschule auf Neue Mittelschule (2016):

[online] <https://www.bmb.gv.at/schulen/bw/nms/index.html> (letzter Zugriff am 28.04.2017)

Bundesministerium für Bildung, Schulsport (2016):

[online] <http://www.schulsportinfo.at/home/verleihung-des-schulsportguetesiegels-201516/> (letzter Zugriff am 01.06.2017)

Bundesministerium für Bildung, Bewegung und Sport in Schulen Österreichs (2017):

[online] <http://www.bewegung.ac.at/index.php?id=119> (letzter Zugriff am 10.05.2017)

Bundesministerium für Gesundheit, Familie und Jugend (Hrsg.) (2007): Die Gesundheit der österreichischen SchülerInnen im Lebenszusammenhang. Ergebnisse des WHO-HBSC-Survey 2006. Wien

Bundesministerium für Gesundheit (Hrsg.) (2011): Gesundheit und Gesundheitsverhalten von österreichischen Schülern und Schülerinnen. Ergebnisse des WHO-HBSC-Survey 2010. Wien

Bundesministerium für Gesundheit (Hrsg.) (2015): Gesundheit und Gesundheitsverhalten von österreichischen Schülerinnen und Schülern. Ergebnisse des WHO-HBSC-Survey 2014. Wien

Bundesministerium für Gesundheit und Frauen (2016): Gesundheitsziele Österreich. Richtungsweisende Vorschläge für ein gesünderes Österreich – Langfassung. Wien

Camacho-Miñano, M. J./LaVoi, N. M./Barr-Anderson D. J. (2011): Interventions to promote physical activity among young and adolescent girls: a systematic review In: Health Education Research 26 (6): 1025-1049

[online]

<https://academic.oup.com/her/article/26/6/1025/593864/Interventions-to-promote-physical-activity-among> (letzter Zugriff am 30.06.2017)

Curriculum für das Bachelorstudium Lehramt Sekundarstufe Allgemeinstufe (2015):

[online]

[http://static.uni-graz.at/fileadmin/urbiinstitute/Sportwissenschaft/Bilder/Lehramt\\_Sekundarstufe\\_Allgemeinbildung\\_Bachelorstudium\\_Bewegung\\_und\\_Sport.pdf](http://static.uni-graz.at/fileadmin/urbiinstitute/Sportwissenschaft/Bilder/Lehramt_Sekundarstufe_Allgemeinbildung_Bachelorstudium_Bewegung_und_Sport.pdf) (letzter Zugriff am 30.05.2017)

Deutscher Sportbund (Hrsg.) (2006): SPRINT-Studie. Eine Untersuchung zur Situation des Schulsports in Deutschland. Schorndorf: Hofmann

[online] <https://kinderrechte.rlp.de/fileadmin/kinderrechte/Materialien/Entwicklung-und-Gesundheit/Bewegung/Sprint-Studie.pdf> (letzter Zugriff am 01.07.2017)

Diketmüller, R. (2003): Menstruation – ein Thema für die Leibesübungen Mädchen?! In: Schriftenreihe des Frauenforum Bewegung & Sport. Menstruation, Unterrichtsbehelf für Leibeserzieherinnen, die Mädchen unterrichten, S. 6 - 8

Diketmüller, R. (2007): Geschlecht als didaktische Kenngröße – Geschlechtersensibel unterrichten im mono- und koedukativen Schulsport. In: Lange, H./Sinning, S.: Handbuch Sportdidaktik 10/2007. Balingen: Spitta Verlag, S. 247 – 261

Diketmüller, R. (2014): Schulerinnerungen, Emotionen, magische Momente – oder: Was lerntheoretisch bedeutsame Erlebensdimensionen und mädchengerechte Prinzipien gemeinsam haben In: Schriftenreihe des Frauenforum Bewegung & Sport. Magic Moments – Emotionen, die bleiben, Unterrichtsbehelf für BewegungserzieherInnen, die Mädchen unterrichten, S. 6 - 9

Diketmüller, R. (2015): Diversität und Intersektionalität. Achtsam und wertschätzend mit der Vielfalt der Mädchen im Schulsport umgehen. In: Schriftenreihe des Frauenforum Bewegung & Sport. Diversity – zum Umgang mit Vielfalt im Unterricht aus Bewegung und Sport, Unterrichtsbehelf für BewegungserzieherInnen, die Mädchen unterrichten, S. 6 - 11

Dorner, T. (2009): Public Health Herausforderungen in Bezug auf Körperliche Aktivität In: sport – und präventivmedizin 39/4 Springer Verlag, S. 36 – 42

Esteban-Cornejo, I./Tejero-Gonzalez C. M./Sallis J. F./Veiga O. L. (2015): Physical activity and cognition in adolescents: A systematic review In: Journal of Science and Medicine in Sport 18, S. 534 - 539

Fonds Gesundes Österreich (2013): Grafik der Gesundheitsdeterminanten nach Dahlgren & Whitehead 1991

[online]

<http://www.fgoe.org/gesundheitsfoerderung/glossar/gesundheitsdeterminanten>

(letzter Zugriff am 30.06.2017)

Frauenforum Bewegung und Sport:

[online] <http://www.ffl.at/ziele/verein.html> (letzter Zugriff am 06.05.2017)

Gesundheitsfonds Steiermark (2011): Unser Ziel, Gesundheit gemeinsam gestalten. Gesundheitsziele Steiermark. Graz

[online] [http://www.gesundheitsportal-steiermark.at/Documents/gesundleben/Gesundheitsziele\\_Brosch%C3%BCre.pdf](http://www.gesundheitsportal-steiermark.at/Documents/gesundleben/Gesundheitsziele_Brosch%C3%BCre.pdf)  
(letzter Zugriff am 30.06.2017)

Gieß-Stüber, P. (2000): Gleichberechtigte Partizipation im Sport? Ein Beitrag zur geschlechtsbezogenen Sportpädagogik. Köln: Afra Verlag

Gille, G. (2010): Mädchen und Sexualität In: Matzner M./Wyrobnik, I. (Hrsg.): Handbuch Mädchen-Pädagogik. Weinheim/Basel: Beltz Verlag, S. 333 – 348

Gramespacher, E. (2008): Die Tradierung geschlechtsstereotyper Wertvorstellungen im Schulsport In: Sportwissenschaft 38 (1). Potsdam, Schorndorf: Hofmann Verlag, S. 51 - 64

Gramespacher, E. (2009): Sport – Bewegungen – Geschlechter. Eine Einführung In: Freiburger Geschlechter Studien. Geschlechter – Bewegungen – Sport, Ausgabe 23/2009. Freiburg: Budrich UniPress, S. 13 – 30

Griessel, I. (2013): Mit Selbstkompetenz hoch hinaus In: Schriftenreihe des Frauenforum Bewegung & Sport. Kompetenzorientierung als Unterrichtschance. Unterrichtsbehelf für BewegungserzieherInnen, die Mädchen unterrichten, S. 12 - 14

Hartmann-Tews, I. (2016): Sport als Freizeitaktivität von Mädchen und Jungen. Daten und Fakten In: Landesarbeitsgemeinschaft Mädchenarbeit NRW: Betrifft Mädchen. Bewegt! Mädchen und Sport, 29. Jahrgang, Heft 2, Beltz Juventa, S. 52 – 58

Hilpert, J./Benighaus, L./Scheel, O. (2013): Auswertung von Fokusgruppen mit MAXQDA am Beispiel des Projektes „Wahrnehmung der Fusionsenergie bei ausgewählten Bevölkerungsteilen“ In: Schulz, M./Mack, B./Renn, O. (Hrsg.): Fokusgruppen in der empirischen Sozialwissenschaft. Von der Konzeption bis zur Auswertung. Weinheim und Basel: Beltz Juventa, S. 170 - 194

Höfing-Hampel, E. (2010): Mädchenthemen im Sportunterricht: Menstruation und Brustwachstum. Opladen & Farmington Hills MI: Budrich UniPress

Hunger, I. (2007): Typisch Mädchen – Typisch Junge!? Bewegungserziehung und geschlechtsspezifische Sozialisation In: motorik. Zeitschrift für Motopädagogik und Mototherapie, 30. Jahrgang. Schorndorf: Hofmann Verlag, S. 12 - 16

Institut für Sozial- und Präventivmedizin (Hrsg.) (2008): Förderung der Qualität in Gesundheitsprojekten. Der Public Health Action Cycle als Arbeitsinstrument. Zürich Bern

[online] [https://www.quint-essenz.ch/de/files/Foerderung\\_der\\_Qualitaet.pdf](https://www.quint-essenz.ch/de/files/Foerderung_der_Qualitaet.pdf)

(letzter Zugriff am 30.06.2017)

Jahn, I (2016): Methodische Probleme einer geschlechtergerechten Gesundheitsforschung In: Kolip, P./Hurrelmann, K.: Handbuch Geschlecht und Gesundheit, Bern: Hogrefe Verlag, S. 71 – 86

Janssen, I./LeBlanc, A.G. (2010): Systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth In: International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity; 7:40. BioMed Central: London [online] <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2885312/>

(letzter Zugriff am 01.06.2017)

Jusline. Recht. Schnell (2017):

[online]

[https://www.jusline.at/8b\\_F%C3%BChrung\\_des\\_Unterrichtsgegenstandes\\_Bewegung\\_und\\_Sport\\_SchOG.html](https://www.jusline.at/8b_F%C3%BChrung_des_Unterrichtsgegenstandes_Bewegung_und_Sport_SchOG.html) (letzter Zugriff am 01.06.2017)

Kampshoff, M./Wiepcke, C. (2012): Einleitung: Zur Bedeutung der Geschlechterforschung in der Fachdidaktik In: Kampshoff, M./Wiepcke, C. (Hrsg.): Handbuch Geschlechterforschung und Fachdidaktik. Wiesbaden: Verlag für Sozialwissenschaften/Springer Fachmedien, S. 1 - 8

Kugelmann, C. (2010): Mädchen und Bewegung. Weibliche Teilhabe am Sport – zwischen Tradition und Fortschritt. In: Matzner M./Wyrobnik, I. (Hrsg.): Handbuch Mädchen-Pädagogik. Weinheim/Basel: Beltz Verlag, S. 349-360

Kücükgöl, D. (2015): Muslimische Mädchen im Sportunterricht In: Schriftenreihe des Frauenforum Bewegung & Sport. Diversity – zum Umgang mit Vielfalt im Unterricht aus Bewegung und Sport, Unterrichtsbehef für BewegungserzieherInnen, die Mädchen unterrichten, S. 12 - 13

Landesschulrat für Steiermark, Schulführer (2016):

[online] <https://service.lsr-stmk.gv.at/schoolguide> (letzter Zugriff am 31.05.2017)

Landeszentrum Gesundheit Nordrhein-Westfalen (2017): Grafik des Public Health Action Cycle.

[online]

[https://www.lzg.nrw.de/ges\\_foerd/qualitaet/evaluation/leitfaden\\_selbstevaluation/grundlagen\\_public\\_health\\_action\\_cycle/index.html](https://www.lzg.nrw.de/ges_foerd/qualitaet/evaluation/leitfaden_selbstevaluation/grundlagen_public_health_action_cycle/index.html) (letzter Zugriff am 17.07.2017)

Latthe, P.M./Champaneria, R.(2014): Dysmenorrhoea. Systematic review 813 In: Clinical Evidence

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4205951/pdf/2014-0813.pdf>

(letzter Zugriff vom 27.06.2017)

Lehramt Süd-Ost (2014-2015):

[online] <http://www.lehramt-so.at/lehramtsstudium-neu/sekundarstufe/> (letzter Zugriff 31.05.2017)

Liu, M./Wu, L./Ming, Q. (2015): How Does Physical Activity Intervention Improve Self-Esteem and Self-Concept in Children and Adolescents? Evidence from a Meta-Analysis. In: PLOS ONE 10 (8)

[online] <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4524727/> (letzter Zugriff 31.05.2017)

Mayring, P./Fenzl, T. (2014): Qualitative Inhaltsanalyse In: Baur, N./Blasius J.: Handbuch Methoden der empirischen Sozialforschung. Wiesbaden: Springer Verlag, S. 543 - 556

Misoch, S. (2015): Qualitative Interviews. Berlin/München/Boston: De Gruyter Oldenbourg

Mutz, M./Burmans, U. (2014): Sind Mädchen im koedukativen Sportunterricht systematisch benachteiligt? Neue Befunde zu einer alten Debatte In: Sportwissenschaft 3. Berlin Heidelberg: Springer Verlag, S. 171 - 181

Rechtsinformationssystem (2016):

[online]

<https://www.ris.bka.gv.at/Dokumente/Bundesnormen/NOR40181121/NOR40181121.pdf> (letzter Zugriff am 20.05.2017)

Schulz, M. (2013): Quick and easy!?! Fokusgruppen in der angewandten Sozialwissenschaft In: Schulz, M./Mack, B./Renn, O. (Hrsg.): Fokusgruppen in der empirischen Sozialwissenschaft. Von der Konzeption bis zur Auswertung. Weinheim und Basel: Beltz Juventa, S. 9 - 22

Statistik Austria (2015): Österreichische Gesundheitsbefragung 2014. Hauptergebnisse der Austrian Health Interview Survey (ATHIS) und methodische Dokumentation. Wien

Titze, S./Ring-Dimitriou, S./Schober, P.H./Halbwachs, C./Samitz, G./Miko, H.C./Lercher, P./Stein, K.V./Gäbler, C./Bauer, R./Gollner, E./Windhaber, J./Bachl, N./Dorner, T.E. & Arbeitsgruppe Körperliche Aktivität/Bewegung/Sport der Österreichischen Gesellschaft für Public Health (Wissen 8) (2012): Österreichische Empfehlungen für gesundheitswirksame Bewegung hg. v. GÖG/FGÖ. Gesundheit Österreich GmbH/Geschäftsbereich Fonds Gesundes Österreich. Wien

TOP Foundation (2014): Getting Girls Active. Impact Through Innovation. Youth Sport Trust

[online]

[www.youthsporttrust.org/sites/yst/files/resources/documents/girls\\_active\\_impact\\_report.pdf](http://www.youthsporttrust.org/sites/yst/files/resources/documents/girls_active_impact_report.pdf) (letzter Zugriff am 30.06.2017)

Wiesinger-Russ, A. (2003): Menstruationsschmerz lindern ohne Medikamente In: Schriftenreihe des Frauenforum Bewegung & Sport. Menstruation, Unterrichtsbehelf für LeibeserzieherInnen, die Mädchen unterrichten, S. 28 - 29

Winkler, P./Kern, D./Delcour, J. (2017): Kinder- und Jugendgesundheitsstrategie 2016. Wien, BMGF

World Health Organization (2002): Mainstreaming gender equity in health: The need to move forward. Madrid Statement

[online] [http://www.euro.who.int/\\_\\_data/assets/pdf\\_file/0008/76508/A75328.pdf](http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0008/76508/A75328.pdf)

(letzter Zugriff am 30.06.2017)

World Health Organization (2010): Global recommendations on physical activity for health. Geneva

[online] [http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44399/1/9789241599979\\_eng.pdf](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44399/1/9789241599979_eng.pdf)

(letzter Zugriff am 30.06.2017)

Züchner, I. (2013): Sportliche Aktivitäten im Aufwachsen junger Menschen In: Grgic, M./Züchner, I. (Hrsg.): Medien, Kultur und Sport: Was Kinder und Jugendliche machen und ihnen wichtig ist. Die MediKuS-Studie. Weinheim: Beltz Juventa, S. 89 - 138

Zwick, M./Schröter, R. (2013): Konzeption und Durchführung von Fokusgruppen am Beispiel des BMBF-Projekts „Übergewicht und Adipositas bei Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen als systemisches Risiko. In: Schulz, M./Mack, B./Renn, O. (Hrsg.): Fokusgruppen in der empirischen Sozialwissenschaft. Von der Konzeption bis zur Auswertung. Weinheim und Basel: Beltz Juventa, S. 24 - 48

## **10 Anhang**

### **10.1 Leitfäden für die Fokusgruppendifkussionen**

#### **Leitfaden für Lehrerinnen:**

##### **Herausforderungen im Unterrichtsfach Bewegung und Sport**

- Was sind Ihre Erfahrungen mit der Motivation von Mädchen im Turnunterricht?
- Was motiviert? Was sind Herausforderungen?
- Was mögen Mädchen aus Ihrer Sicht am Bewegung- und Sportunterricht?
- Beschreiben Sie kurz eine Bewegungs- und Sportstunde, wo es Ihnen gelingt, möglichst viele Mädchen zum Mitmachen zu gewinnen!
- Bei welchen Sportarten und Übungen merken Sie am wenigsten Interesse bei den Mädchen?
- Eventuell zusammenfassen (lassen): Können wir gemeinsam vielleicht zusammenfassen, was sich positiv auf das Bewegungsverhalten der Mädchen auswirken kann?
- Was sind konkrete Handlungsempfehlungen im Bewegungs- und Sportunterricht mit Mädchen?
- Beschreiben Sie eine für Sie gelungene Turnstunde!

##### **Ziele des Unterrichtsfaches Bewegung und Sport**

- Was sind aus Ihrer Sicht Ziele des Bewegungs- und Sportunterrichts?
- Welche der Unterrichtsziele haben bei Ihnen in Ihrer Stundengestaltung Priorität?

##### **Rahmenbedingungen**

(Raum, Zeit, Temperatur, Duschen, Infrastruktur, Lehrpersonen, Beteiligte, Distanz und Nähe...)

- Wenn wir jetzt an den Rahmen des Bewegungs- und Sportunterrichts denken – Was glauben Sie, mögen Mädchen an diesem Unterrichtsfach und was nicht?

- Unter welchen Rahmenbedingungen funktioniert Turnunterricht Ihrer Erfahrung nach sehr gut?
- Auf welche Aspekte sollte man Ihrer Meinung nach, bei der Gestaltung des Turnunterrichts für Mädchen gut achten?:
  - Vor Start (Umkleidekabine)?
  - Während des Turnens?
  - Nach dem Turnen (Duschen...)?
- Stichworte einwerfen, falls vorher noch nicht Thema:
  - Was fällt Ihnen beim Thema Turnen und Menstruation ein?
  - Was fällt Ihnen beim Thema Turnen und Umziehen ein?
  - Was fällt Ihnen beim Thema Turnen und Schwitzen ein?

### **Handlungsempfehlungen in Bezug auf Gestaltungsmöglichkeiten und Beziehungsarbeit**

- Wie ist Ihr Tipp für nachkommende Lehrerinnen? Welche Eigenschaften und Fähigkeiten muss man mitbringen, um Mädchen für Sport und Bewegung zu gewinnen? Haben sie vielleicht Tipps und Tricks?
- Welche Do`s und Dont`s empfehlen Sie?
- Gibt es bestimmte Inhalte, die bewusst im Unterricht mit Mädchen eingesetzt oder vermieden werden sollten?

### **Vielfalt im Turnunterricht**

- Mädchen sind ja ganz unterschiedlich. Wie wirkt sich, Ihrer Erfahrung nach, diese Unterschiedlichkeit aus?

## **Leitfaden für Schülerinnen:**

### **Herausforderungen im Unterrichtsfach Bewegung und Sport**

- Was fällt euch spontan alles zu eurem Turnunterricht ein?
- Was mögt ihr gerne am Bewegungs- und Sportunterricht? Was stört euch?
- Beschreibt die letzte Turnstunde, die ihr so richtig cool gefunden habt!
- Gab es auch mal eine richtige Albtraum-Turnstunde für euch? Beschreibt diese ebenso!
- Eventuell zusammenfassen (lassen): Können wir gemeinsam vielleicht zusammenfassen, was ihr gut findet im Unterrichtsfach Bewegung und Sport und was ihr nicht so gut findet?

### **Ziele des Unterrichtsfaches Bewegung und Sport**

- Was sollte/was kann eurer Meinung nach das Unterrichtsfach Bewegung und Sport bewirken? Was sind aus eurer Sicht Ziele des Bewegungs- und Sportunterrichts? Welche Aufgabe hat der Bewegungs- und Sportunterricht?
- Habt ihr im Turnunterricht Sportarten kennen gelernt, die ihr auch außerhalb der Schule ausübt?
- Gibt es Sportarten, die ihr außerhalb der Schule gerne ausübt, aber in der Schule nicht? Was ist dort anders?
- Wie sieht es sonst in der Schule so mit Bewegung aus? Macht ihr außerhalb des Turnunterrichts in der Schule Bewegung (Hofpause, Pause allgemein, Theatergruppe, Musikgruppe...)?

### **Rahmenbedingungen**

(Raum, Zeit, Temperatur, Duschen, Infrastruktur, Lehrpersonen, Beteiligte, Distanz und Nähe...)

- Wenn wir jetzt an den Bewegungs- und Sportunterricht denken und an alles, was so dazugehört – Was würdet ihr verändern, gleich lassen, weg lassen?
- Stichworte einwerfen, falls vorher noch nicht Thema:
  - Was fällt euch beim Thema Turnen und Menstruation ein?
  - Was fällt euch beim Thema Turnen und Umziehen ein?
  - Was fällt euch beim Thema Turnen und Schwitzen ein?

## **Handlungsempfehlungen in Bezug auf Gestaltungsmöglichkeiten und Beziehungsarbeit**

- Auf was sollten Lehrerinnen eurer Meinung nach bei der Gestaltung des Turnunterrichts für Mädchen gut achten:
  - vor Start (Umkleidekabine)
  - während des Turnens (Vielfalt an Bewegungsangeboten, kein Leistungsprinzip...)
  - nach dem Turnen (Duschen...)
- Wie ist euer Tipp an Lehrerinnen: Welche Eigenschaften und Fähigkeiten muss man mitbringen, um Mädchen für Sport und Bewegung zu gewinnen?
- Was sollten Lehrerinnen vermeiden/nicht tun/nicht sagen...?
- Wie könnte man Mädchen, die sich nicht so gerne bewegen, zu Bewegung motivieren – Gebt Lehrerinnen ein paar Tipps!

## **Vielfalt im Turnunterricht**

- Gibt es bei euch sehr sportliche Mädchen und eher unsportliche Mädchen?  
Wenn ja - Wie wirkt sich das auf den ganzen Unterricht aus?
- Wie ist es, wenn ihr mit den Burschen zusammen turnt?

## **Leifaden für ehemalige Hauptschülerinnen:**

### **Herausforderungen im Unterrichtsfach Bewegung und Sport**

- Wie habt ihr euren Turnunterricht damals erlebt? Was ist euch in Erinnerung?
- Könnt ihr euch an eine Turnstunde oder an Turnstunden erinnern, die richtig cool war/waren?
- Könnt ihr euch an eine richtige Albtraum-Turnstunde erinnern?
- Könnt ihr euch erinnern: Wo und wie hat die Sportlehrerin von damals am meisten der Mädchen zum Mitmachen motivieren können? Wo am wenigsten?
- Eventuell zusammenfassen (lassen): Können wir gemeinsam vielleicht zusammenfassen, was ihr gut gefunden habt im Unterrichtsfach Bewegung und Sport und was ihr nicht so gut gefunden habt?

### **Ziele des Unterrichtsfaches Bewegung und Sport**

- Was sind aus eurer Sicht Ziele des Bewegungs- und Sportunterrichts?
- Was sollte/was kann eurer Meinung nach das Unterrichtsfach Bewegung und Sport bewirken?
- Habt ihr im Turnunterricht Sportarten kennen gelernt, die ihr auch außerhalb der Schule dann ausgeübt habt?
- Gab es Sportarten, die ihr außerhalb der Schule gerne ausgeübt habt, aber in der Schule nicht? Was hat den Unterschied ausgemacht?
- Wie sah es sonst in der Schule so mit Bewegung aus, außerhalb des Turnunterrichts (Hofpause, Pause allgemein, Theatergruppe, Musikgruppe...)?

### **Rahmenbedingungen**

(Raum, Zeit, Temperatur, Duschen, Infrastruktur, Lehrpersonen, Beteiligte, Distanz und Nähe...)

- Wenn wir jetzt an den Bewegungs- und Sportunterricht denken und an alles, was so dazugehört – Was würdet ihr verändern, gleich lassen, weg lassen?
- Stichworte einwerfen, falls vorher noch nicht Thema:

- Was fällt euch beim Thema Turnen und Menstruation ein?
- Was fällt euch beim Thema Turnen und Umziehen ein?
- Was fällt euch beim Thema Turnen und Schwitzen ein?

### **Handlungsempfehlungen in Bezug auf Gestaltungsmöglichkeiten und Beziehungsarbeit**

- Auf was sollten Lehrerinnen eurer Meinung nach bei der Gestaltung des Turnunterrichts für Mädchen gut achten?
  - vor Start (Umkleidekabine)
  - während des Turnens (Vielfalt an Bewegungsangeboten, kein Leistungsprinzip...)
  - nach dem Turnen (Duschen...)
- Gibt es aus eurer Sicht Sportarten, die bewusst im Unterricht von Mädchen eingesetzt oder vermieden werden sollten?
- Welche Eigenschaften und Fähigkeiten sollten Lehrerinnen mitbringen, um Mädchen für Sport und Bewegung zu gewinnen?
- Was sollten Lehrerinnen vermeiden/nicht tun/nicht sagen...?
- Wie könnte man Mädchen, die sich nicht so gerne bewegen, zu Bewegung motivieren – Gebt Lehrerinnen einen Tipp!

### **Vielfalt im Turnunterricht**

- Es gab bei euch vielleicht auch sehr sportliche Mädchen und eher unsportliche Mädchen in der Klasse? Wenn ja - Wie hat sich das ausgewirkt?
- Wie war es, wenn ihr mit den Burschen zusammen geturnt habt?

## 10.2 Vereinbarungen zur Teilnahme an der Fokusgruppendifkussion

### Vereinbarung für Lehrerinnen:

#### Fokusgruppenteilnahme

Die Teilnahme an der Fokusgruppendifkussion ist freiwillig.

Die Teilnehmerin erklärt sich einverstanden, dass die Diskussion mittels Tonband aufgenommen wird und im Anschluss wissenschaftlich ausgewertet wird.

Zu Auswertungszwecken wird von der Bandaufnahme ein computerunterstütztes schriftliches Protokoll (Transkript) angefertigt. Im Transkript werden alle Angaben zur Person anonymisiert.

Die Teilnehmerin hat das Recht bis 14 Tage nach der Diskussion ihren Beitrag zu widerrufen und die Löschung zu erbeten.

Die erhobenen Daten werden streng vertraulich behandelt.

#### Veröffentlichung

Das anonymisierte schriftliche Protokoll kann ganz oder in Ausschnitten in der Masterarbeit zitiert werden. Auch können Auszüge aus dem Transkript im Rahmen von Präsentationen oder Vorträgen öffentlich vorgestellt werden.

Ich habe dieses Informationsblatt zur Kenntnis genommen und bin mit dieser Vereinbarung einverstanden.

Ort, Datum

---

Interviewte

---

Interviewende

#### Angaben zur Teilnehmerin

Wie lange sind Sie schon als Lehrerin des Unterrichtsfaches Bewegung und Sport tätig?

An welcher Schule unterrichten Sie derzeit?

Unterrichten Sie

... Mädchen und Burschen getrennt?

... Mädchen und Burschen zusammen?

Wann und wo haben Sie Ihre Ausbildung zur Bewegungs- und Sportlehrerin abgeschlossen?

Haben sie während Ihrer Ausbildung Veranstaltungen zum Thema "geschlechterspezifische Aspekte im Bewegungsverhalten" besucht?

... Ja

... Nein

## **Vereinbarung für Schülerinnen:**

### **Fokusgruppenteilnahme**

Die Teilnahme an der Fokusgruppendifkussion ist freiwillig.

Die Teilnehmerin erklärt sich einverstanden, dass die Diskussion mittels Tonband aufgenommen wird und im Anschluss wissenschaftlich ausgewertet wird.

Zu Auswertungszwecken wird von der Bandaufnahme ein computerunterstütztes schriftliches Protokoll (Transkript) angefertigt.

Im Transkript werden alle Angaben zur Person anonymisiert.

Die Teilnehmerin hat das Recht bis 14 Tage nach der Diskussion ihren Beitrag zu widerrufen und die Löschung zu erbeten.

Die erhobenen Daten werden streng vertraulich behandelt.

### **Veröffentlichung**

Das anonymisierte schriftliche Protokoll kann ganz oder in Ausschnitten in der Masterarbeit zitiert werden. Auch können Auszüge aus dem Transkript im Rahmen von Präsentationen oder Vorträgen öffentlich vorgestellt werden.

Ich habe dieses Informationsblatt zur Kenntnis genommen und bin mit der Teilnahme meiner Tochter an der Fokusgruppendifkussion einverstanden.

Ort, Datum

---

Erziehungsberechtigte/r

---

Interviewende

## **Vereinbarung für ehemalige Hauptschülerinnen:**

### **Fokusgruppenteilnahme**

Die Teilnahme an der Fokusgruppendifkussion ist freiwillig.

Die Teilnehmerin erklärt sich einverstanden, dass die Diskussion mittels Tonband aufgenommen wird und im Anschluss wissenschaftlich ausgewertet wird.

Zu Auswertungszwecken wird von der Bandaufnahme ein computerunterstütztes schriftliches Protokoll (Transkript) angefertigt. Im Transkript werden alle Angaben zur Person anonymisiert.

Die Teilnehmerin hat das Recht bis 14 Tage nach der Diskussion ihren Beitrag zu widerrufen und die Löschung zu erbeten.

Die erhobenen Daten werden streng vertraulich behandelt.

### **Veröffentlichung**

Das anonymisierte schriftliche Protokoll kann ganz oder in Ausschnitten in der Masterarbeit zitiert werden. Auch können Auszüge aus dem Transkript im Rahmen von Präsentationen oder Vorträgen öffentlich vorgestellt werden.

Ich habe dieses Informationsblatt zur Kenntnis genommen und bin mit dieser Vereinbarung und der Teilnahme meiner Tochter einverstanden.

Ort, Datum

\_\_\_\_\_  
Interviewte

\_\_\_\_\_  
Interviewende

### **Angaben zur Teilnehmerin**

Alter: \_\_\_\_\_

Zur Schule gegangen in: \_\_\_\_\_

Der Turnunterricht fand...

... für Mädchen und Burschen getrennt statt?

... für Mädchen und Burschen zusammen statt?

### 10.3 Auszug aus der Fokusgruppendifkussion mit Lehrerinnen

(...)

BL1: Also ich kann anfangen. Also ich habe im ersten Jahr Mädchen und Burschen, also eine Burschengruppe unterrichtet und eine Mädchengruppe. Und was mir jetzt im Laufe der Zeit aufgefallen ist, ist dass Burschen eher so auf Leistung gehen und Einzelwertung auch. Also die lieben es gegeneinander zu laufen. Bei Mädchen sind das eher so diese Gruppenspiele. Also nicht einzeln ungut auffallen. Also das ist, glaube ich, ein bisschen motivierender für Mädchen, dass sie nur in der Gruppe arbeiten. Und sie mögen schon zwischendurch auch einmal das Laufen, aber viel weniger als Burschen. Das ist mir halt aufgefallen im Vergleich.

BL2: Ich arbeite am Gymnasium und habe Unterstufe Oberstufe. Mir kommt vor in der Unterstufe, erste, zweite Klasse. Ist immer ganz lustig, weil Kinder sehr viel Motivation haben, sich gerne bewegen. Da braucht man gar nicht viel sagen. Ab der fünften Klasse, habe ich es jetzt beobachtet, fünfte, sechste, siebte teilweise, da wird es aber schon wieder besser. Also Fünfte, Sechste. Da ist einmal so ein Leistungseinbruch, kommt mir vor. Also sie haben keine Lust mehr. Also ich habe Klassen, die sind sehr schwer motivierbar. Und jetzt habe ich aber gemerkt in der Siebten, Achten, habe ich schon öfter diese Klassen wieder gehabt, da wird es wieder besser. Da haben sie dann wieder mehr Lust und strengen sich auch lieber an wieder. Und manche, die sowieso sich gerne bewegen oder in Vereinen sind, da ist das kein Problem, und bei anderen, die lässt man dann einfach, also die lasse ich dann einfach nur mehr mitmachen. Sie sagen halt immer, sie sind sehr demotiviert. „Kommt's macht's mehr. Macht's mit.“ „Nein wir sind eh nicht so schlecht! Tun sie nicht so!“ Aber die tun schon wenig. Also man muss sie immer schupsen. Aber sind schon, also Fünfte, Sechste waren es viele. Das werden wieder weniger.

BL3: Also diese Erfahrung mache ich auch immer wieder. Bin an einer Oberstufenschule. Und bei uns ist das immer die Erste und Zweite, was bei den Mädchen immer die kritische Phase ist. Wo sie sich körperlich auch teilweise so verändern, teilweise auch relativ viel zunehmen, dass sie die Erfahrung machen, dass sie Dinge, die sie vorher gekonnt haben, auf einmal nicht mehr können. Dann fangen sie zum Rauchen an teilweise, dann sind sie schlecht beinander, dann kommt das dazu. Also sie erkennen einfach an sich selber, dass nichts besser wird, sondern schlechter und sind dadurch schon einmal demotiviert. Natürlich nicht alle. Aber so sehe ich das sehr oft. Und wie du gesagt hast (zu BL2), später, ja, haben sie dann wieder mehr Motivation. Und das liegt auch, weil sie dann schon eher aus der Pubertät wieder raus kommen, schon irgendwelche Ziele haben, schon irgendwie merken, was ihnen taugt und dann geht es eigentlich wieder besser. Und was mir aufgefallen ist, ich habe auch immer wieder gemischte Gruppen. Da ist gerade bei uns das Alter, 14. Geht ganz schwer gemeinsam. Das ist das Schwierigste. Nachher ist es wieder recht gut möglich. Burschen und Mädchen zusammen turnen und wirklich gemeinsam was machen. Aber gerade im Alter mit 14 ungefähr, ist es relativ schwierig, weil die Mädchen sich da so beobachtet fühlen und die Burschen immer nur Gockelhahn spielen müssen. Das ist halt grad so (lacht).

BL4: Also ich bin auch an einem Gymnasium, und wir haben ja Erste bis Achte und wir haben auch koedukativ geführte Klassen gehabt und da war eben Erste und Zweite.

Ist super gegangen und dann wieder später, geht's wieder besser. Aber gerade, ab der Dritten hätte ich gesagt schon, Dritte bis Sechste oder Fünfte geht es ziemlich schwer, dass sie zusammen turnen. Und was ich auch beobachtet habe, dass eben in der Oberstufe, die Schere zwischen den Guten und Schlechten, einfach viel, viel größer wird. Weil da sind dann die, die wirklich in einen Verein gehen oder so und die dann immer besser werden und die, die nix mehr zusätzlich tun. Und das wird dann halt immer größer, die Schere zwischen. Und dann ist es oft sehr schwierig. Sind ein paar was weiß ich Vereinsspieler Handball und die wollen unbedingt Handball spielen und die anderen...

BL: ... können keinen Ball fangen.

BL4: Ja. Das ist oft dann ziemlich schwierig. Und sie wollen dann immer zusammen spielen, was ich eh nicht zulasse, aber, wo ich sage, Herrschaften, das bringt überhaupt nichts, weil das ist, ihr schießt' s die anderen einfach nur ab (lacht).

BL5: Das Schwierige ist, man muss irgendeinen Dreh finden, dass die Bewegungsfaulen sich dann doch motivieren und sie können sich motivieren, weil ich das beobachtet habe. Ich habe eine ziemlich junge Kollegin bekommen, die die sieben Minuten eingeführt hat und das haben wir dann als Programm so immer gemacht einmal in der Woche. Das war schon toll. Oder wenn der männliche Turnlehrer von drüben kommt und diese Schmähs los lässt, dann turnen sie und arbeiten auch vor den Burschen und wollen mithalten können.

I: Die sieben Minuten? Ist das jeder ein Begriff?

BL5: Das ist so eine App. Du kannst auch die Übungen für dich selber, sagst sie an und du machst sie 20 Sekunden und dann ist wieder, wenig Pause und dann geht's wieder los. Da kriegen sie schon. Das nächste Mal machen sie es schon besser. Es ist halt nicht auf extrem turnerisch, sondern nur auf Kondition, Ausdauer, Kraft. Du kennst das, gel? (zu BL4)

BL6: Das (???) (Name einer Fitness-App)

BL5: Das kenne ich nicht.

BL2: Das ist so ähnlich. Das ist schon ziemlich anspruchsvoll. Also so ähnliche Sachen habe ich auch schon gemacht. Aber da kommt mir vor, ich mache das zu wenig. Ich mache das nicht regelmäßig. Nur ab und zu. Und wenn ich das dann mache, dann sagen sie „Ah schon wieder das Anstrengende“.

BL5: Ja du brauchst eine irrsinnige Kraft dafür.

BL6: Also die Starken.

BL: Selber. Man muss es einfach machen. Dann machen sie eh mit.

BL5: Man muss halt motivieren. Aber dann geht es schon. Es geht schon.

BL2: Aber wenn man dann nachlässt. Sie machen dann eh. Aber man darf nur keinen Druck ausüben, kommt mir vor. Also sobald man Druck macht, dann gehen sie auf Widerstand. Und was ich beobachte, gerade die Schwächeren, die sind dann oft so extrem müde. Also ich glaube, der Schuldruck ist oft so, dass sie, kommen oft in den Turnunterricht und sagen „Mah, können wir uns nicht auf die Matten legen und schlafen?“ Also das. Dann denke ich mir, naja, je

sanfter man dann reingeht, oder je langsamer man. Sie wachen dann irgendwann auf, kommt mir vor. Sie müssen in Bewegung kommen. Dann geht's. Aber wenn ich dann gleich einmal anfare, dann ist aus. Also dann blocken sie ab, dann sagen sie „Was, wir haben keine Lust heute.“

BL4: Ich versuche sie dann da halt auch ganz viel ins Freie zu bringen. Also das, gerade Siebte, Sechste, Siebte, Achte, die haben ja meistens neunte, zehnte Stunde Turnen. Sind vorher eh schon weiß Gott wie lange in der Schule gesessen, und wo ich sage, wenn ihr heimgeht's, dann geht's wieder Aufgabe machen und dann schauen wir halt, dass wir möglichst viel, wo es geht, nach draußen kommen.

BL7: Also ich bin von einer Neuen Mittelschule. Und bei uns ist noch entlegener. In der Ersten und Zweiten sind sie total begeistert und bringen alles. Und ab der Dritten ist totaler Einbruch, da ist die Pubertät so stark spürbar, da ziehen sie sich total zurück und wollen sich nicht bewegen und das muss man auch irgendwo akzeptieren, denke ich oft. Wir machen dann auch, also ich mache dann auch Yoga oder irgendwelche Massagesachen dazwischen. Das mögen sie dann wieder recht gern. Und in der Vierten bei uns lieben sie es auch mit den Burschen zusammen was machen zu dürfen. Und es ist, so habe ich das Gefühl, in der Vierten wieder eine andere Tendenz spürbar. Und was bei uns auch öfters ist, wir haben einen Musikschwerpunkt auch. Wir haben auch noch Tanz und Bewegung dabei und da haben wir gute Schüler, die in einer Hip Hop Gruppe sind zum Beispiel. Und die übernehmen einmal eine Stunde, die machen eine Stunde. Und da sind alle recht, eigentlich total begeistert. Da mache ich dann auch öfters mit, als Schüler oder jemand. Und das wollen sie sogar selber vorzeigen. Da habe ich schon super Stunden erlebt. Das ist wirklich sehr motivierend, dass sie von sich aus etwas zeigen möchten.

I: Schülerinnen übernehmen, darf ich noch einmal fragen, also Schülerinnen übernehmen eine Stunde?

BL7: Ja. Also sie fragen mich vorher. Wann sie das machen sollen. Also sie bereiten das vor. Mit Partnerübungen, egal jetzt, also auch im Ballsportbereich. Also da gibt's immer wen, die im Basketballverein oder irgendwo ist, oder die etwas vorzeigen wollen. Also ich mache das nicht, weil ich das nicht gerne mache (lacht), sondern weil die Kinder das wirklich auch anders liefern.

BL8: Entschuldige. Also ich wollte nur sagen, also ich mache das auch. Also ich bin am (Name der Schule) Gymnasium. Also Gymnasium Erste bis Achte. Und bei uns fängt das dann so an, das ab der vierten, fünften Klasse die Schüler eben auch zuerst einmal Teile einer Stunde übernehmen dürfen und dann eben selbst eine einzelne Stunde gestalten dürfen und da sind sie wirklich immer SEHR, SEHR motiviert, auch die anderen, die mitmachen. Weil es ist einfach etwas anderes, wenn ein Schüler vorne steht, oder zwei Schüler, sie machen es immer zu zweit, dann etwas aus eigener Erfahrung zeigen dürfen und sich mit etwas mal intensiver beschäftigen dürfen. Und sie sehen das wirklich als dürfen und nicht als müssen. Und das ist wiederum eben, was ich so vorher gehört habe, wegen der Motivation der fünften und sechsten Klassen, da merke ich überhaupt kein Problem, aktuell. Also in den letzten Jahren. Weil eben dieser Teil dieser Selbständigkeit und Selbsttätigkeit da eben auch ergänzend mit eingebaut wird und den Schülerinnen gefällt das sehr gut. Also da habe ich noch nicht so gemerkt, dass da ein Einbruch wäre.

BL2: Also bei diesem, das habe ich auch schon gemacht. Und deswegen, weil ich. Also ich habe dann, eigentlich war es für mich so eine Bestrafung, so quasi,

(lacht) „Jetzt macht's ihr selber einmal einen Teil, „Weil dann seht' s ihr, wie angenehm das ist, wenn die nichts mitmachen!“ Und dann habe ich aber das auch beobachtet, dann haben sie mitgemacht.

(Alle lachen)

Und dann habe ich aber auch gemerkt für mich, dass ich mir oft viel zu wenig Zeit gebe. Also ich habe immer das Gefühl, das geht alles viel zu langsam. Und dann habe ich gemerkt, also die haben da jetzt wirklich eineinhalb Stunden gearbeitet. Für mich war das zu langsam. Also ich habe mir gesagt: „Nein ich greife jetzt nicht ein!“ Und habe gesehen, bis zum Schluss hat sich das super entwickelt. Und da habe ich dann eigentlich gelernt, dass ich Geduld haben muss. Viel mehr Geduld, weil das geht nicht so schnell. Aber das hätte ich im eigenen Unterricht nicht mitbekommen. Und sie waren dann auch viel bereiter das zu tun. Und haben halt länger gebraucht, aber das Ende, also das Resultat, war super.

BL: Perspektivenwechsel auf beiden Seiten, ist absolut gut.

BL9: Also ich unterrichte an einer NMS, also bei uns hören sie nach der Vierten auf. Und mir tut es dann manchmal leid, oder habe mir schon oft überlegt, wie da weiter gehen könnte, für viele, die dann nicht mehr eine weiterführende Schule besuchen und dann dadurch keinen Sportunterricht mehr haben. Wo gehen die dann hin? Also die Buben werden irgendwo mit dem Fußball aufgefangen und da sind wirklich oft bei uns noch viele Mädels, die Ballsportbegeistert sind, und das auch noch gerne machen und da haben sie dann irgendwie nichts mehr. Am Land. Also das ist kein Stadtzeugs, sondern am Land, gibt's Fußball und die Feuerwehr.

BL: Gibt es nichts. Ja das stimmt.

BL9: Wo ich schon oft überlegt habe. Manche sind vielleicht noch so motiviert, dass sie noch laufen gehen.

BL: Aber gehen in keinen Verein, oder so.

BL9: Aber da, irgendwas fehlt. Speziell so. Es gibt dann weder so, also es gibt dann Yoga und Gymnastik und gesunder Rücken, aber das ist nicht so.

BL: Das Spielerische gibt es nicht mehr.

BL9: Für die Fünfzehnjährigen, die dann rauskommen oder Vierzehnjährigen, die gerne vielleicht in der Gruppe vielleicht noch irgendein Ballspiel machen oder so.

BL1: Ja Tennis gibt es noch. Aber Tennis ist verhältnismäßig zu Volleyball oder so viel teurer. Also das hätte mich meine Mama nicht machen lassen, weil wir einfach vier Kinder sind. Und Volleyball war jetzt auch so eine Notmaßnahme. Obwohl es war eine halbe Stunde weg zum Fahren. Und es war jedes Mal eine Diskussion mit den Eltern, wer fährt, kann der wieder mal fahren und so weiter. Das war immer eine Katastrophe. Und bei uns gibt es eben auch nichts. Also ich komme aus (Name eines Ortes), aus sehr weit weg und da gibt es wirklich nichts anderes, und Fußball bin ich inzwischen auch einmal gegangen und Musik ist halt noch eine Alternative, was du sonst noch nebenbei machst. Aber Volleyball war dann eben voll gut, dass es irgendwie, das war aber eben nicht einfach umzusetzen, irgendwie.

BL9: Ja, aber für Leute, die dann nicht weitergehen, die haben dann auch meistens nicht Eltern, die dann so irgendwo eine halbe Stunde hinfahren und sie dort dann auch wieder abholen.

BL1: Ja das stimmt.

BL9: Also da müsste es wirklich vor Ort, wie es in jedem Dörfli einen Fußballclub gibt, müsste es irgendetwas parallel geben.

BL10: Also ich kann mich dem Gesagten anschließen. Ich habe vor zwei Jahren auch so eine erste Klasse gehabt. Und da sind zwei Mädchen zu mir gekommen und die wollten unbedingt Stunden von mir bekommen und einen Tanzworkshop abhalten. Und ich habe mir das nicht vorstellen können. Erste Klasse, was da kommen wird. Die haben dann Cha Cha Cha mit den Schülerinnen getanzt. Und das war ein Wahnsinn. Also die sind mit voller Ausrüstung gekommen. Mit ihren Tanzschuhen, Kleidern und so weiter. Also die haben das fantastisch gemacht. In Gruppen eingeteilt und selbst das geleitet. Das war wirklich. Was mir aufgefallen ist. Ich habe oft mehrere Klassen parallel, also mehrere erste Klassen oder mehrere zweite Klassen. Es ist jede Klasse unterschiedlich.

(Zustimmung von mehreren)

BL10: Was in der einen super funktioniert, muss in der anderen überhaupt nicht gehen. Oder Spiele, die für einen, ich sage immer Turmwächter, andere sagen Schleifenraub, haben manche so eine Freude. Jedes Mal fragen sie mich schon, „Du, heute Wächter?“ Und dann sage ich: „Nein, heute nicht!“ Die haben ein taktisches Verständnis. Die spielen das aber mit einer Begeisterung und mit einer Hingabe und in einer anderen Klasse, da wird nur herumgestanden, das funktioniert überhaupt nicht. Also ich glaube, das ist immer auch so ein bisschen Klassenabhängig, wie die Mädchen da in der Gruppe sich so zusammenfinden. Ja.

BL8: Und vielleicht auch, wie die bestimmenden Mädchen in der Klasse sind. Also wenn die sportlich sind, dann zählt das was, Dann ist das ganze Gruppengefüge und die Motivation ganz anders, als wenn quasi die, die halt jetzt gerade in sind, wichtig sind, wenn die sagen „Nein, das ist ein Scheiß! Das tun wir nicht.“ Dann ist insgesamt die Motivation anders.

(Zustimmung von mehreren)

BL: Auf jeden Fall.

BL4: Burschen, die sportlich sind haben automatisch einen guten Stand. Das ist bei Mädchen oft nicht so.

BL11: Ich unterrichte an einer NMS und habe eben die Zehn- bis Vierzehnjährigen, wobei die ersten zwei Klassen ist eh kein Problem. Und ich habe immer versucht die dritte, vierte, dritte meistens, Klasse meistens aufzufangen, indem ich mir Vereine eingeladen habe. Haut ganz toll hin. Wobei, ich sagen muss, der Schützenverein ist immer das Highlight. Die Kinder dürfen mit allem schießen, mir ist das relativ egal und es bleiben auch immer ein, zwei Kinder bei ihnen. Und wir haben auch eine Linedance-Gruppe. Der Kollege macht das und der wird dann auch immer eingeladen. Das funktioniert ganz gut. Ich kann wirklich nur jedem raten, wenn ihr Vereine habt' s, bitte ladet euch diese ein. Die kommen. Wir haben zum Beispiel jedes Jahr Selbstverteidigungs (überlegt) was ist das, ah, nein die Kickboxer sind es nicht (überlegt)

BL: Tae QuanDo?

BL11:Nein, die sind es nicht.

BL: Jiu Jitsu?

BL: Das kommt ganz gut an.

BL11:Nein. Irgend so ein Verein kommt da zur Selbstverteidigung der Mädels.  
Und das kommt ganz gut.

BL1: Woher kommst du?

BL11:(Name eines Ortes).

BL1: Die machen dort gratis Selbstverteidigungskurs? Also wir müssen immer dafür zahlen.

BL11:Nein, zwei Einheiten machen sie mir immer so.

BL: Es gibt sehr viele Verbände, die das anbieten. Also da brauchst du wirklich nichts zahlen.

BL11:Ja, also Schnupperstunden. Und prinzipiell wenn wir so Projekte machen, verhandeln wir mit der Gemeinde. Dann zahlt die Gemeinde was dazu. Das geht eigentlich schon. Da kann man für die Kinder schon ein bisschen. Und daneben machen wir halt so exotische Sachen, wie dass wir reiten gehen, oder ich klettere gerne oder so irgendwas. Was sie wirklich auch interessiert. Da kann man sie dann schon bei der Stange halten. Bis zur Vierten und dann geht es eh wieder einfach. Da kommt dann immer die Schönheitsgymnastik.

(Alle lachen. Reden durcheinander „Ja Bauch, Beine, Po!“ „Können wir wieder Circle Training machen? Was? Wirklich? Voll spannend!“)

BL12:Ich unterrichte an einer NMS. Und mein Ziel ist es, dass sich alle Mädchen bewegen. Ich versuche auch keine Übungen zu machen, wo ich merke, da kann sich ein Schüler blamieren. Weil ich war vor Jahren mal mit einem Kollegen zusammen und habe genau beobachtet, da hat er eben ein Spiel ausgewählt, und ist schon ein Mädchen neben mir gestanden „Ich habe so Kopfweg“ und so. Und warum? Weil die wäre nie unter der Bank da durchgekommen. Also. Und da habe ich mir geschworen, das werde ich nie machen, dass ich, dass die sich blamieren können. Und durch Zufall von meiner Klasse, ist auch so eine Idee entstanden. Wir sind in den Turnsaal gekommen und die sind gelaufen. Sie sind gelaufen und haben Spiele gemacht und ich habe nicht abgepfiffen, sondern ich habe sie zehn Minuten gelassen. Und habe ab und zu ein paar so weiche Bälle oder so Sprungschnüre, so ganz wenig Material hingelegt. „Dürfen wir das nehmen? Dürfen wir das nehmen?“ Und dann sind so Spielformen entstanden. Und da habe ich dann echt oft tolle Spiele gesehen und die habe ich dann gleich weiter entwickelt und geh und schau und so und so weiter. Und da haben sie eine echt lustige, also echt eine Freude dabei. Und dann pfeife ich und dann treffen wir uns im Kreis. Und ich lasse NIE eine erste Aufstellung machen. Die zeige ich ihnen nur einmal und zwar sage ich „So schaut eine erste Aufstellung aus, weil wenn ein Supplierlehrer kommt und der sagt „Erste Aufstellung“, dann müsst ihr es können, nicht.

(Einige kennen „Erste Aufstellung“ nicht und flüstern „Was ist erste

Aufstellung?“)

BL: Das ist nach Alphabet oder was?

BL12:Nach der Größe.

(Alle lachen)

BL12: Kennt ihr das nicht? Ja das war immer erste Aufstellung. Und die Kleinen sind immer die letzten hinten. Und das...

BL: Voll deprimierend.

BL12:Deprimierend. Und das habe ich mir immer geschworen, das mache ich nicht. Wir sitzen im Kreis. Ich setze mich dazu und dann besprechen wir das, was wir machen. Und ich bin auch am Land. Und wir haben auch einen Wald neben. Und wenn es schön ist, dann bin ich immer draußen. Da merken sie nämlich nicht, was sie da für Bewegung machen. Und wir haben dort Schluchten und alles, und wie wir die überqueren, die Schwächeren gehen halt oben, die Guten gehen halt ein schwereres Stückerl. Und wir kommen halt öfters sehr dreckig zurück. Aber so eine Freude und so lustig und also. Und vor allem auch wenn Grippezeit ist. Und wenn sie mir da zehn Zettel unter die Nase halten und sagen „Ich bin krank!“ Dann sage ich, „So zieht euch an. Wir drehen eine Runde.“ Alle sind angezogen, alle haben Bewegung gemacht. Keine ist in dem stickigen Turnsaal gesessen. Also, das mache ich. Und ich muss sagen, von der Ersten bis zur Vierten. Ich muss sagen, ich habe nie ein Problem, dass eine zu mir sagt. Und wenn ich merke, in der Klasse ist jemand, der will sich abseilen. Da führe ich eine Liste. Krank oder kein Turnzeug mit und so. Normalerweise hasse ich das. Aber da merke ich, „Aha, da fangen ein paar an!“, dann sage ich „So entsteht Eure Note!“ Ich bewerte keine Turnübungen oder sonst etwas, sondern einfach nur euer Engagement. Und da machen sie wirklich alle mit. Also so ist meine Philosophie, ist halt so. Und ich muss sagen, das funktioniert eigentlich.

BL4: Ich sage immer „Ihr müsst nicht ein Limit erreichen, sondern ihr müsst euch von eurem jetzigen Leistungsstand ein bisschen weiter entwickeln. DANN habt ihr für mich ein Sehr gut.“ Weil ich habe Leistungssportler drinnen aus der Leichtathletik, die springen in der ersten Klasse ihre vier Meter 30, da kann ein anderer der zwei Meter 80 springt nie rankommen. Aber wenn er halt dann das erste Mal über drei Meter springt, ist das für ihn, oder für sie ein Riesensprung, sozusagen. Nicht? Und das sage ich immer. Ich schreibe mir auch, was weiß ich, beim acht Minuten Lauf die Zeit oder die Meter von jedem auf und wenn wir wieder laufen, „Lauf‘ s a bisschen schneller, als ihr beim ersten Mal gelaufen seid‘ s, dann sehe ich, ihr habt euch gesteigert.“

BL12:Also sowieso das Bemühen. Ich sage immer, Turnen ist eine Begabung, nicht?

BL4: So ist es.

BL12:Der eine kann es und der andere plagt sich und wird das nie zusammen bringen. Ja soll ich dem dann einen Zweier oder Dreier geben?

BL4: Und auch aus welchen Familien sie kommen. Welchen Stellenwert Bewegung in der Familie hat.

BL12: Ich sage immer das Bemühen und das Mitmachen und das wird bei mir benotet und ich muss sagen. Und sie gehen liebend gerne in den Wald. Und wirklich jedes Mal: „Bitte gehen wir raus! Bitte gehen wir raus.“ Wir machen sehr viel Draußen im Wald. Ich sage, das kann ich im Turnsaal gar nicht aufbauen, was wir da an Bewegung machen.

BL11: Ich meine die Idee, die Idee die du am Anfang gesagt hast, so alleine beschäftigen. Das habe ich auch schon gemacht, mache ich auch zwischendurch immer wieder. Das einzige, was sie kriegen, sie müssen sich bewegen. Alles andere ist egal.

BL12: Ja das habe ich gesagt „Es darf sich keiner hinsetzen!“.

BL11: Da muss ich sagen, da kommen wirklich ganz tolle Spielideen von den Schülern selbst.

BL12: Da nehme ich ein paar Sachen mit

BL11: Ein paar Bälle, ein paar Kegel, ist ja egal.

BL12: Egal was. Immer unterschiedlich. Oder Bänder. Das letzte Mal habe ich Bänder mitgenommen, nur hin gelegt. Und dann nehmen sie sie. „Ah“ auf einmal und dann.

BL11: Oder Luftballone sind auch recht dankbar!

BL12: Haben sie einfach, wie ich die Bänder mitgenommen habe, diese Stunde haben sie alleine gemacht. Zwei Stunden. Wirklich.

BL: Weil das gleich so schön aussieht.

BL12: Ich habe überhaupt nichts gesagt. Ich habe nichts geredet. „Dürfen wir das nehmen?“ Sage ich „Mhm (bejahend)!“ Und dann haben sie schon angefangen, und dann sind sie schon zu zweit, zu dritt gestanden. Haben halt so Formationen gemacht und ich denke mir, da muss man sich so zurücknehmen. Wir sind ja eher so, „Und jetzt zack, zack, zack!“ Aber wenn du dich zurücknimmst, ist es glaube ich am besten. Also so habe ich die Erfahrung gemacht. Und da fahre ich eigentlich recht gut damit. Und wenn wir schwimmen gehen, müssen sie halt auch, gewisse Dinge müssen sie halt können und nachher dürfen sie frei. Also gewisse Limits.

BL2: Was mir da jetzt auffällt. Sie machen schon, also in letzter Zeit, in den letzten zwei Jahren, dass sie sich Apps runterladen im Internet und da mitmachen. Was ich merke teilweise. Ich habe jetzt eine Klasse einmal nicht gehabt, habe ich supliert drinnen, und das eine Mädchen, die geht jetzt Vierte, die waren eher unsportlich, aber immer sehr ehrgeizig, aber nicht so gut. Und die hat sich körperlich total verändert. Ist total, also eher schlank geworden und hat eine Kraft gekriegt und hat gesagt „Ja sie macht das immer!“ Und das habe ich auch in den Oberstufen beobachtet. Also die schauen sich immer diese Apps an. Und da machen sie mit. Und da merkt man, da geht total was weiter. Da ist, glaube ich, das Gute daran ist, dass sie es daheim machen, da sieht sie keiner und da sieht niemand, dass sie sich jetzt anstrengen. Vielleicht taugt es ihnen ja sogar. Und daheim fällt es nicht auf. Aber mir fällt es dann in der Leistung im Turnunterricht auf. Auch bei den Größeren dann. Das ist glaube ich ganz gut jetzt, dass es das gibt.

BL12:Bei den Ballspielen. Habe ich auch, wir haben da diese weichen Bällen, diese bunten. Und da spiele ich, ich nehme, für die Mädchen nehme ich nur diese Bälle, da trauen sie sich hin greifen. Wenn du jetzt einen schweren Ball hast, dann auf einmal haben sie Angst. Ja. Und so können sie angeschossen werden, am Kopf und überall und es tut einfach nicht weh. Und das ist Motivation und da bringst du ein bisschen eine Geschwindigkeit rein. Dann nehme ich sowieso immer zwei, drei Bälle, ja! Weil mit einem Ball ist es eh fad. Also immer zwei, drei Bälle.

(Zustimmung von mehreren)

BL12:Und da geht es rund. Also. Und da sind sie dann ausgepowered. Also das. Und nicht das Klassische, nicht? Eine Kollege hat supliert mit mir und sieht die Bälle, diese weichen Bälle. Und lacht mich fast aus, so „Was willst du mit denen?“. Dann hat er aber diese Spielformen gesehen und hat eben gemeint: „Ja war gar nicht so schlecht!“ hat er gesagt (lacht). Aber man muss sich trauen, weil die Männer sagen eher. Aber die gehen jetzt auch schon ein bisschen auf die weichen Bälle.

BL13:Also ich muss sagen, weil du sagst weiche Bälle. In der Oberstufe, wenn wir irgendetwas zum Abschießen spielen, machen wir fast immer mit den weichen Bällen.

(...)

## 10.4 Auszug aus der Auswertung mit MAXQDA

### Empfehlungen und Erfahrungen zum Umgang mit dem Thema Menstruation

Dokumentgruppe	Dokumentname	Segment
Lehrerinnen	16_11_7_Transkript FGL_end_Maxqda	BL12: Was mir noch auffällt, also ich mache in der ersten oder zweiten Klasse, je nachdem wie die Klassen sind, mache ich Aufklärung, Pubertät und Regel, Ja. Regelbeschwerden und so weiter. Und dass das keine Krankheit ist und so weiter. Und da habe ich ganz klasse Filme. Und ich muss sagen, das kommt. Ich kriege nie eine Entschuldigung, weil dass irgendwer die Regel hat oder so.
Lehrerinnen	16_11_7_Transkript FGL_end_Maxqda	L2: Ich hatte das letzte Mal auch. Hat sie mir die Entschuldigung gebracht. „Ja ich habe heute das erste Mal meine Tage!“ sage ich „Ja aber das ist ja keine Krankheit!“ „Ich würde ja gerne mitturnen, aber die Mama hat mir jetzt schon die Entschuldigung geschrieben!“ „Ja probier' s halt. Wenn es schlimm wird, dann.“
Lehrerinnen	16_11_7_Transkript FGL_end_Maxqda	BL9: Aber das hat sich halt so gewandelt!  (Alle reden durcheinander.)  BL: Vor 30 Jahren war das noch ganz anders.  BL9: Ein Tabu, oder?

Lehrerinnen	16_11_7_Transkript FGL_end_Maxqda	<p>I: Und ein Punkt war noch. Also Regelblutung, Aufklärung. (zu BL11) Sie haben gesagt, dass sie das eigentlich standardmäßig schon drinnen haben?</p> <p>BL12:Ja.</p> <p>I: Ab welcher Schulstufe machen sie das?</p> <p>BL12:Fünfte und Sechste.</p>
Lehrerinnen	16_11_7_Transkript FGL_end_Maxqda	<p>I: Und da wird eine Stunde gewidmet?</p> <p>BL12:Nein schon mehr. Vier Stunden brauche ich sicher. Dann lasse ich sie einmal fragen, was sie halt alles wissen wollen. Auf Zettel schreiben und so weiter. Und dann habe ich tolle Filme</p>

ehemalige Schülerinnen	17_01_14_Transkript FGeS_end_Maxqda	<p>BM4: Bei uns ist das Thema irgendwie nie angesprochen worden. Also bei weiten, also nicht, dass ich mich erinnern könnte. Es ist zwar gesagt worden „Ja, turne trotzdem mit.“ Von unserer Lehrerin aus. Aber, dass das Thema jetzt wirklich unter uns Mädels besprochen worden würde.</p> <p>BM3: Das stimmt ja. Also so richtig besprochen ist überhaupt nichts worden.</p> <p>BM4: Überhaupt nicht. Wo ich aber jetzt im Nachhinein gerade so denke, ja wäre eigentlich schon eine gute Idee gewesen.</p> <p>(Einige lachen.)</p> <p>BM4: Ja stimmt ja. Wäre sicher eine gute Idee gewesen. Aber das ist bei uns nie aufgekommen.</p> <p>I: Also dir hätte das eigentlich schon...</p> <p>BM4: ...jetzt im Nachhinein, denke ich mir schon, wäre schon nicht schlecht gewesen. Aber, dass ich damals auf die Idee gekommen wäre.</p> <p>BM3: Es wäre auch gescheit. Weil in der Klasse haben wir das schon mit Buben, haben wir das eben schon besprochen.</p> <p>I: Mit den Buben zusammen?</p> <p>BM3: In Biologie halt einmal. Aber nicht in Turnen, wo wir eben rein unter Mädchen sind. Das wäre halt besser gewesen. Weil dann betrifft es jeden und die Buben lachen dann nicht blöd, oder so kindisch halt. Das wäre sicher besser gewesen. Ja.</p>
------------------------	-------------------------------------	--

ehemalige Schülerinnen	17_12_20_Transkript FGeS_I_end_Maxqda	BM1: Ich kann mich schon erinnern, dass es Thema war beim Schwimmen. Aber ich kann mich sonst nicht so erinnern. Aber jetzt beim Turnen nicht so.
ehemalige Schülerinnen	17_12_20_Transkript FGeS_I_end_Maxqda	<p>BM1: Ich weiß das nicht mehr! (Zu BM2) Irgendetwas schon, oder?</p> <p>BM2: Ich weiß auch nicht mehr genau?</p> <p>BM3: Wir haben nie ein solches Thema gehabt. Wir haben mal so ein Aufklärungsthema gehabt, wie man so mit Sex umgeht.</p> <p>I: Aber nicht in Turnen, oder?</p> <p>BM3: Nee. Aber so im Turnunterricht jetzt, so über Regel sprechen oder so. Das war nicht. Da war sie ganz gschamig darüber.</p>
ehemalige Schülerinnen	17_12_20_Transkript FGeS_I_end_Maxqda	<p>I: Wie hättest du das gefunden, glaubst du?</p> <p>BM3: (...). Für mich wäre es mehr Information gewesen. Weil ich war auch nicht darauf vorbereitet, weil ich hatte von Anfang an recht wilde Schmerzen. Und es gibt Tipps und Tricks, die man anwenden kann.</p>

ehemalige Schülerinnen	17_12_20_Transkript FGeS_I_end_Maxqda	BM3: Damit man nicht so starke Schmerzen hat und man nicht die ganze Zeit Tabletten essen muss. Wo Bewegung dann doch, wo Bewegung dann doch irgendwie dann gut ist. Ein paar Regungen so, jedenfalls nicht zusammenkrampfen, jedenfalls nicht so ganz eng zusammensitzen, denn wenn du dann wieder aufgehst, dehnt sich das Ganze wieder aus und die Schmerzen fangen von vorne an.
ehemalige Schülerinnen	17_12_20_Transkript FGeS_I_end_Maxqda	BM3: Ich meine darüber sprechen sollte man schon. Ich meine so im Bereich vom Turnunterricht. Man kann es ja auch nur unter Mädchen machen, es müssen ja keine Jungs dabei sein.
ehemalige Schülerinnen	17_01_14_Transkript FGeS_end_Maxqda	BM1: Also ich kann mich gar nicht erinnern, dass sie bei uns irgendwer gehabt hat.  (Mädchen lachen.)  I: Also keine hat geredet darüber?  BM1: Nein. Ich kann mich da nicht mehr daran erinnern. Ich habe sie sowieso nicht gehabt. Aber bei den anderen, weiß ich auch nicht.
ehemalige Schülerinnen	17_01_14_Transkript FGeS_end_Maxqda	BM1: Aber es ist halt auch nicht so wirklich darüber geredet worden. So wirklich.

Schülerinnen	16_12_06_Transkript FGSI_end_Maxqda	<p>I: Redet sie manchmal in Turnen über die Regel?</p> <p>BS: Nee.</p> <p>BS: Nein.</p> <p>I: Das nicht.</p>
Schülerinnen	16_12_12_Transkript FGS_end_Maxqda	<p>BS: Ja. Ich gehe immer hin, weil wegen dem Duschen, wenn man da, „Alarmstufe rot“, sage ich jetzt.</p> <p>I: Ja.</p> <p>BS: Dann sage ich immer, ja ich habe das...</p> <p>I: Ja.</p> <p>BS: Und dann muss ich nicht duschen gehen. Nur so waschen halt.</p>

Schülerinnen	16_12_12_Transkript FGS_end_Maxqda	I: Vielleicht wird es noch besprochen, das weiß man nicht, aber. BS: Eher nicht. I: Wäre euch das recht mit eurer Turnlehrerin. BS: Nein. BS: Nein. BS: Kein Kommentar.
--------------	------------------------------------	--