

Self empowerment und Bewegungskultur



Self empowerment und Bewegungskultur

3 Fragen und

3 Antworten

**1 offene
Frage**

1. Was verstehe ich unter self empowerment?
2. Wie hat sich die Bewegungskultur in den letzten 40 Jahren entwickelt?
3. Wer zeichnet sich durch self empowerment in der Bewegungskultur aus?
4. Warum wird jemand Akteur in der Bewegungskultur?

Self empowerment und Bewegungskultur

Sport:

Man lässt andere Leute sich anstrengen, während man auf seinem Sitzplatz zuschaut, das ist Sport

Robert Musil (1930): Der Mann ohne Eigenschaften

Meine Perspektive: (Sport)Soziologe

Self empowerment und Bewegungskultur

Frage 1

Definition:

Self
empowerment

Unterscheidung in:

- 1. Zuschauer/Beobachter/Konsument:**
Lässt sich etwas vorsetzen
- 2. Akteur/Handelnder:**
Macht etwas selbst, hat eigene
Ziele/Vorstellungen; sich befreien von
Vormündern



Self empowerment und Bewegungskultur

Frage 1

Definition:

Self
empowerment

“ Self empowerment heißt selbst Lösungen für Herausforderungen und Veränderungen zu suchen und zu finden und nicht auf die Hilfe anderer zu warten und sich nicht vom Staat, der Fürsorge oder der Wirtschaft abhängig zu machen und sich dadurch selbst zu entmündigen und zu entwürdigen und ein souveräner Mensch zu bleiben oder zu werden.

Self empowerment und Bewegungskultur

Frage 1

Self empowerment als **Selbstermächtigung**:

- Macht über das eigene Handeln gewinnen
- Macht über das eigene Bewegungshandeln gewinnen, entwickeln und bewahren

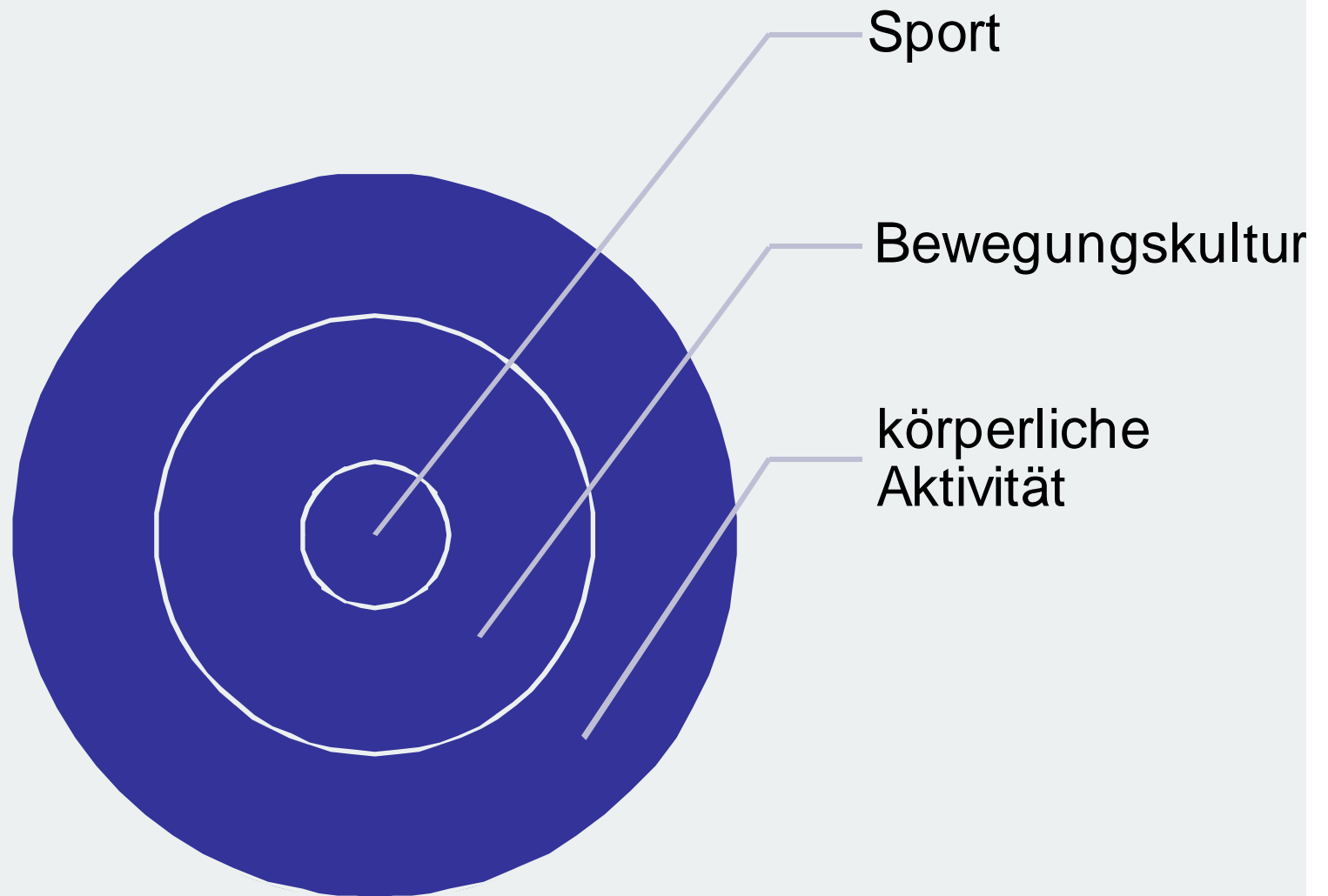
Self empowerment und Bewegungskultur

These

Self empowerment lässt sich in der gegenwärtigen Bewegungskultur besonders leicht realisieren.

Self empowerment und Bewegungskultur

Körper und
Bewegung



Self empowerment und Bewegungskultur

Frage 2

Bewegungskultur als Erweiterungsbegriff

- ” Personen
- ” Inhalte
- ” Organisationen/Bewegungsräume/
Gelegenheiten

Bewegungskultur in der Stadt

Self empowerment und Bewegungskultur

Personen



Self empowerment und Bewegungskultur

Frage 2

Personen

Reformphase ab ca. 1970:

Bildung für Alle

Kultur für Alle

Sport für Alle

Self empowerment und Bewegungskultur

Frage 2

Personen

Sport für Alle

- “ Frauen und Männer,
- “ Junge und Alte
- “ Sportliche und Unsportliche
- “ Gesunde und Kranke/Behinderte
- “ Arme und Reiche
- “ Stadt und Land

Self empowerment und Bewegungskultur

Frage 2

Inhalte

Gymnastikformen

- “ Schongymnastik,
- “ Funktionsgymnastik, Callanetics,
- “ Aerobic Training,
- “ Step-Aerobic,
- “ Group Fitness: Musik! Spaß! Körpergefühl! Ausdruck!
- “ Capoeira
- “ Ba Gua Zhang,
- “ Wirbelsäulengymnastik



Self empowerment und Bewegungskultur

Frage 2

Inhalte

Trendsportarten

- “ Futsal,
- “ Aquaball,
- “ Cheerleading,
- “ Paragliding,
- “ Freeclimbing, Speedklettern
- “ Mountainbiking,
- “ Beachvolleyball,
- “ Canyoning,
- “ Duathlon
- “ Inlineskating
- “ Freestyle-Skiing



Self empowerment und Bewegungskultur

Frage 2

Vielfalt der bewegungskulturellen Orte

Organisationen
Orte

„Turn- und Sportverein

„Schwimmbad

„Spielplatz

„Freizeitcenter

„Fitness-Studio

„Erlebnisbad

„Sporthotel

„Wellness-Oase

„Straße/Gehweg

Self empowerment und Bewegungskultur

Frage 3

Was wissen wir über self empowerment und Bewegungskultur?

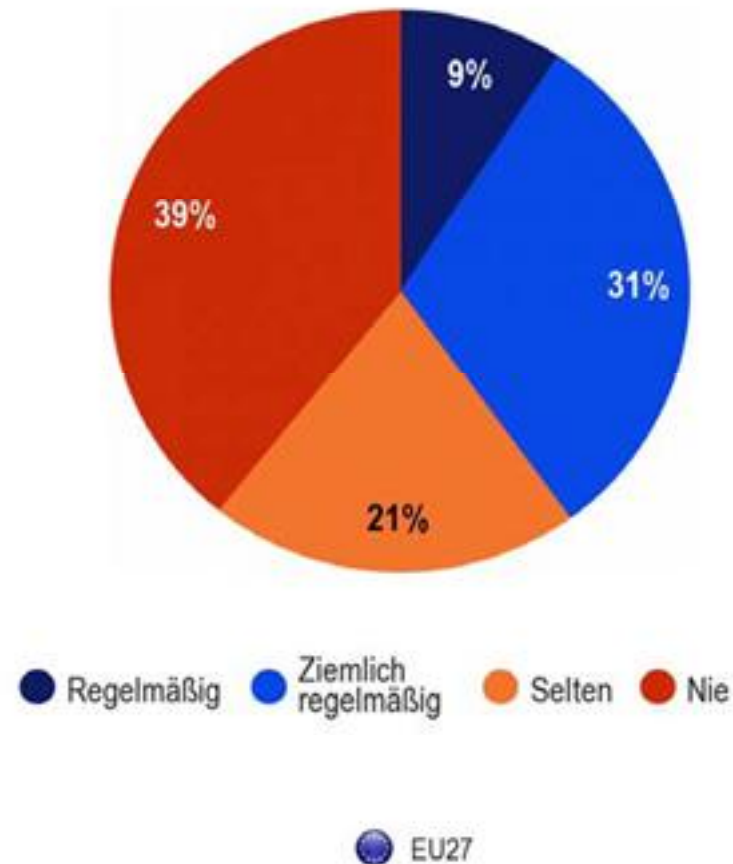
- ” Meinungsumfragen
- ” Freizeitverhaltensstudien
- ” Sportverhaltensstudien
- ” Vereins-/Verbandsstatistiken
- ” Beobachtungen

Self empowerment und Bewegungskultur

Frage 3

Generelle
Sport-
partizipation
in der EU

Wie oft treiben Sie Sport oder
trainieren Sie?



Self empowerment und Bewegungskultur

Frage 3

Generelle
Sport-
partizipation
in der EU

Wie oft treiben Sie Sport oder trainieren Sie?

	Regelmäßig	Selten	Nie
EU27	40%	31%	39%
Geschlecht			
Männlich	43%	22%	34%
Weiblich	37%	20%	43%
Alter			
15-24	63%	22%	17%
25-54	42%	25%	33%
55 +	27,50%	14%	58,50%
Ausbildung (Ende der)			
15-	24%	12%	64%
16-19	36%	24%	39%
20+	51%	25%	24%
Studiert noch	71%	17%	12%
Schwierigkeiten, Rechnungen zu bezahlen			
Meistens	24%	20%	56%
Gelegentlich	34%	22%	45%
Nahezu nie/nie	45%	20%	35%

Prof. Dr. D. H. Jütting

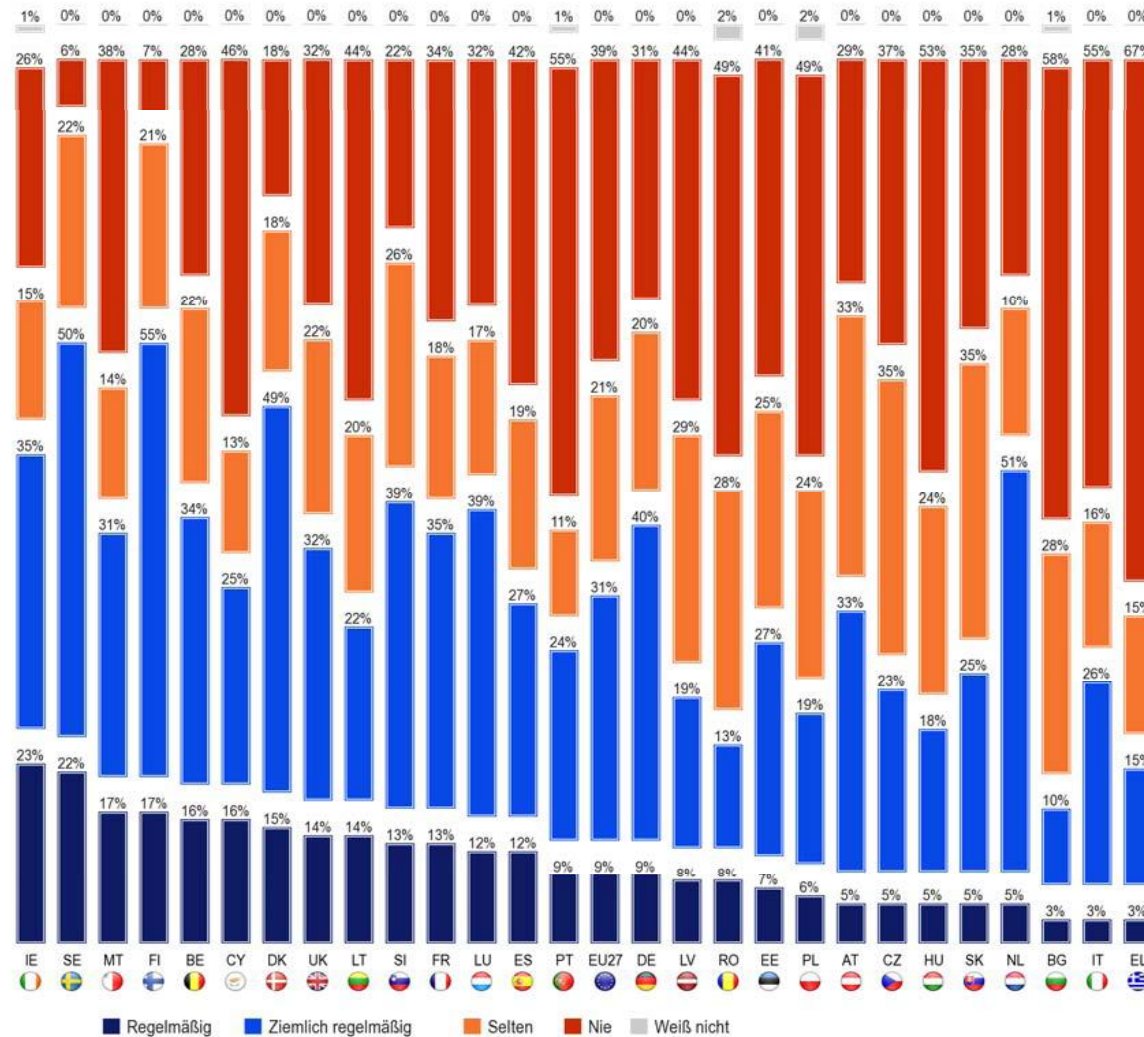
Quelle: vgl. http://ec.europa.eu/public_opinion/archives/ebs/ebs_334_de.pdf (S. 15).

Self empowerment und Bewegungskultur

Frage 3

Generelle
Sport-
partizipation
in der EU

Wie oft treiben Sie Sport oder trainieren Sie?



Prof. Dr. D. H. Jütting

Quelle: http://ec.europa.eu/public_opinion/archives/ebs/ebs_334_de.pdf (S. 11).

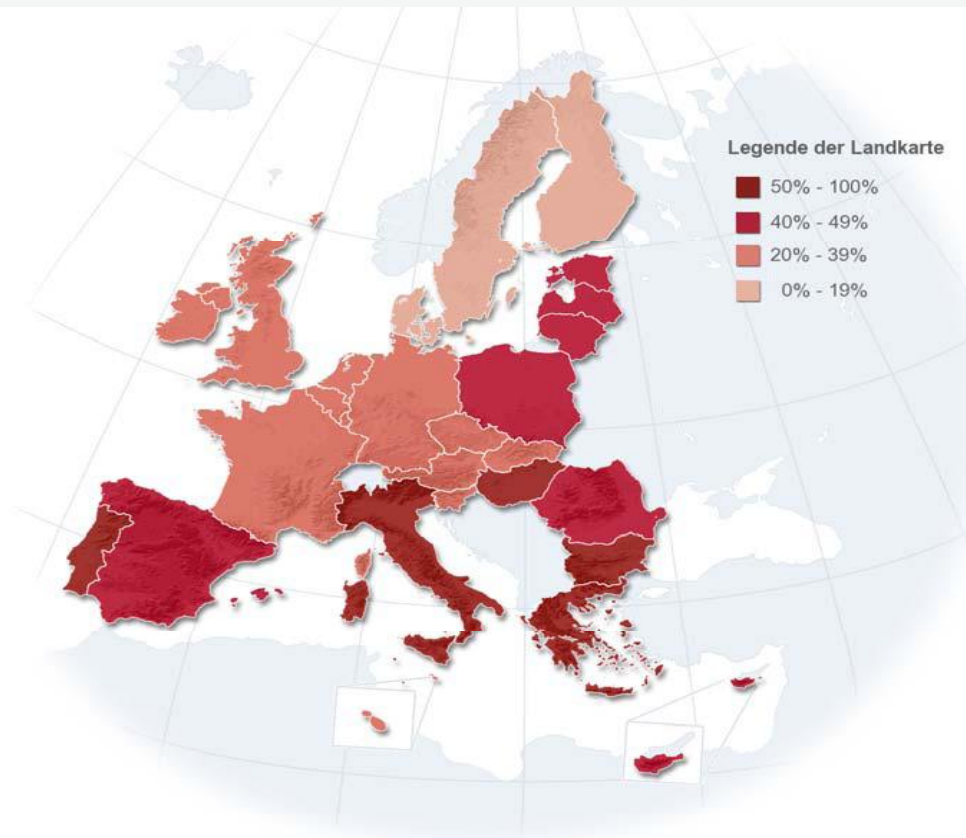
Self empowerment und Bewegungskultur

Frage 3

Generelle
Sport-
partizipation
in der EU

EL	67%
BG	58%
PT	55%
IT	55%
HU	53%
PL	49%
RO	49%
CY	46%
LV	44%
LT	44%
ES	42%
EE	41%
EU27	39%
MT	38%
CZ	37%
SK	35%
FR	34%
UK	32%
LU	32%
DE	31%
AT	29%
BE	28%
NL	28%
IE	26%
SI	22%
DK	18%
FI	7%
SE	6%

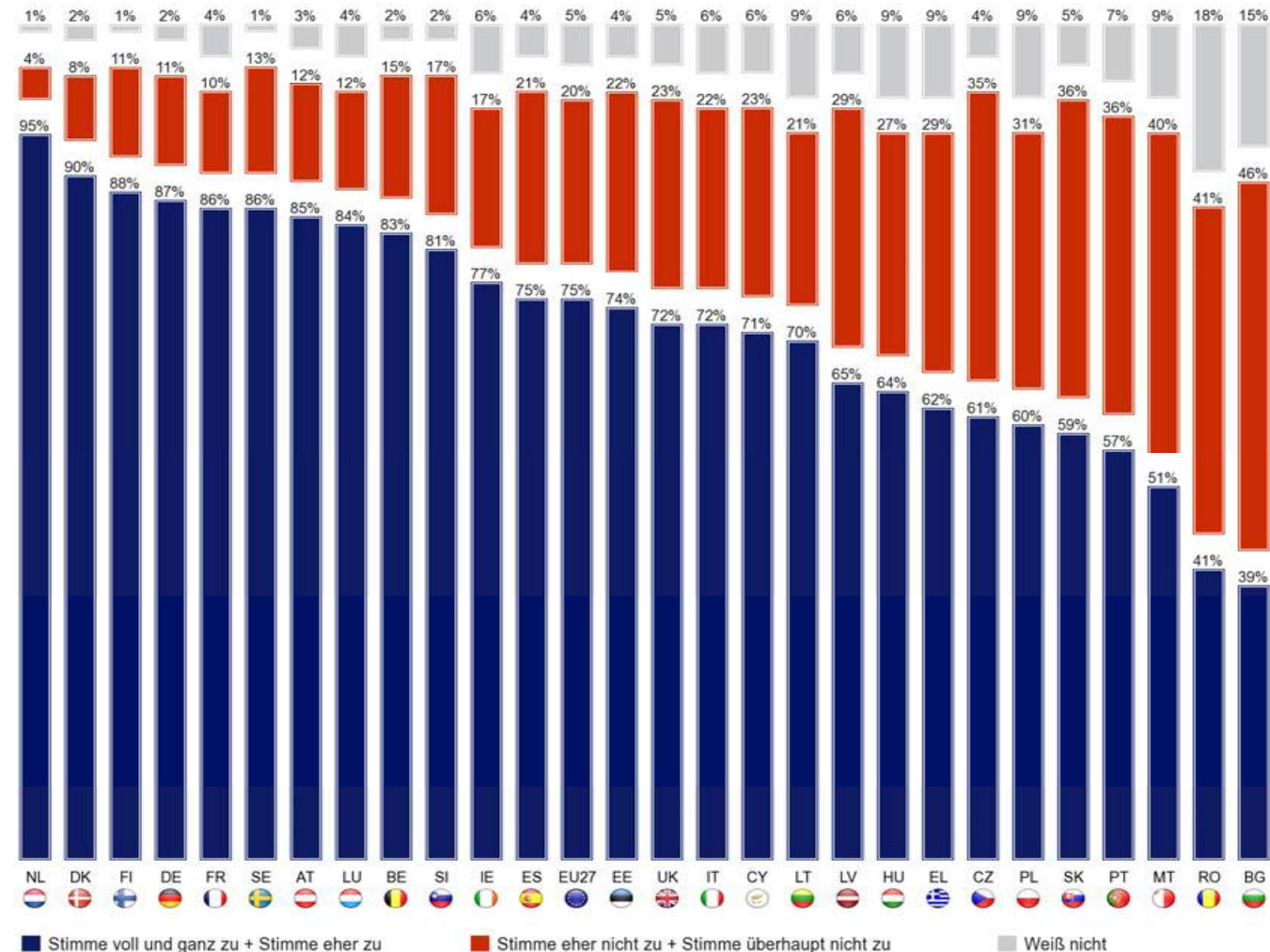
Wie oft treiben Sie Sport oder trainieren Sie?
Antwort: Nie



Möglichkeit der Sport- partizipation

Self empowerment und Bewegungskultur

Aussage: Die Gegend, in der ich lebe, bietet mir viele Möglichkeiten, mich körperlich zu betätigen.



Self empowerment und Bewegungskultur

Fazit 1

- “ Männer treiben häufiger Sport als Frauen; insbesondere junge Frauen sind weniger sportlich aktiv als Männer gleichen Alters
- “ **43% der männlichen Befragten** sagen, dass sie mindestens einmal wöchentlich Sport treiben, verglichen mit **37% der Frauen**
- “ Die **Häufigkeit sportlicher Aktivitäten nimmt mit zunehmendem Alter ab:** Mehrheit der 15- bis 24-Jährigen (61%); Altersgruppe 70+ auf 22%

Self empowerment und Bewegungskultur

Fazit 2

- ” starke **Korrelation** zwischen dem **Bildungsstand** und der **Häufigkeit der sportlichen Aktivität**:
64% der Befragten, die bereits im Alter von 15 Jahren das Bildungssystem verlassen haben, sagen, dass sie nie Sport treiben
- ” Darüber hinaus neigen **Menschen mit finanziellen Schwierigkeiten** häufiger dazu, keinen Sport zu machen als diejenigen, die finanziell besser gestellt sind

Self empowerment und Bewegungskultur

Fazit 3

- “Die Bedeutung sportlicher und körperlicher Aktivität ist in der EU allgemein anerkannt.
- “Eine klare Mehrheit der EU-Bürger (65%) geht mindestens einmal wöchentlich **irgendeiner** Form der körperlichen Betätigung nach, aber nur 9% treiben regelmäßig Sport.
- “Ein Viertel der Befragten gibt an, sich überhaupt nicht oder kaum körperlich zu betätigen.

Self empowerment und Bewegungskultur

Fazit 4

- “In weiten Teilen der Bevölkerung gibt es noch kein Bewusstsein für den Zusammenhang zwischen Gesundheit und körperlicher Fitness.
- “Zwischen den Mitgliedstaaten gibt es bisweilen sogar sehr große Unterschiede.
- “Die körperlich aktivsten Bürger sind in den nördlichen Ländern der EU zu finden.

Self empowerment und Bewegungskultur

These und offene Frage

Self empowerment lässt sich in der gegenwärtigen Bewegungskultur besonders leicht realisieren.

Warum wird jemand Akteur in der Bewegungskultur?

Self empowerment und Bewegungskultur

offene Frage



Self empowerment und Bewegungskultur

Diskussion

Wie kann self empowerment und Bewegungskultur gefördert werden?



Self empowerment und Bewegungskultur

Diskussion

