

„Studium & Sport“ an der JGU

Schumann-Schmid, B. , Fahrun, M. & Schöllhorn, W.I. (2013)

Liebe Studentinnen und Studenten,

vielen Dank für Ihre/Eure zahlreiche Teilnahme an der Online-Umfrage zum Thema „Studium und Sport“.

1. Ziel der Untersuchung:

Das Institut für Sportwissenschaft nimmt gemäß § 101 des HochSchG für die Hochschule alle Aufgaben der Sportförderung, insbesondere die Durchführung des allgemeinen Hochschulsports (AHS), wahr. Ihm obliegen u.a. auch die Förderung des allgemeinen Breiten- und Leistungssports.

Zahlreiche Anfragen in Bezug auf ein verändertes und/oder erweitertes Angebot des Allgemeinen Hochschulsports (AHS) sowie die sich zunehmend verbreitende Erkenntnis der Notwendigkeit von Bewegung für einen gesunden, leistungsfähigen Kopf veranlassten uns, diesem Thema etwas genauer und umfangreicher auf die Spur zu gehen.

Neben diesem Thema zum Breitensport, interessierte jedoch auch das Thema Leistungssport und hier insbesondere folgende Fragen: Wie viele Spitzensporttreibende Studierende gibt es derzeit an der Johannes Gutenberg-Universität? Wie steht es um die Vereinbarkeit von Spitzensport und Studium? Welche Unterstützungsmöglichkeiten gibt es schon und welche sollten aufgebaut werden?

Zur Beantwortung dieser Fragen wurde im Rahmen einer Abschlussarbeit erstmalig an der Johannes Gutenberg-Universität eine universitätsweite Umfrage durchgeführt.

2. Methodische Aspekte

2.1 Allgemeine Studien zum Hochschulsport und zu studierenden Spitzensportlern

Das *Sportverhalten von deutschen Studierenden* wurde zuletzt in zwei bundesweiten Studien, einer Online-Umfrage der HIS GmbH in 2009 und des Centrums für Hochschulentwicklung (CHE) in 2008 untersucht.

Die Online-Befragung „Sport im Studium“ wurde im Rahmen eines gemeinsamen Forschungsprojekts des Hochschul-Information-Systems (HIS), des Allgemeinen Dt. Hochschulverbandes (adh) und dem Institut für Sportwissenschaften der Universität Göttingen durchgeführt. Das für die Befragung genutzte HISBUS-Studierenden-Panel umfasst

ca. 20.000 Studierende und stellt das größte virtuelle Studentendorf in Deutschland dar (vgl. Göring 2010). An der Online-Befragung, die im April 2009 innerhalb von vier Wochen durchgeführt wurde haben insgesamt 7060 Studierende aller Fachrichtungen, Studiengänge und Hochschularten in Deutschland teilgenommen. Das HISBUS-Panel erbringt repräsentative, verallgemeinerbare Ergebnisse (Göring 2010). Neben repräsentativen Daten zur Sportaktivität und zu Beweggründen für die Sportaktivität von Studierenden wurden u.a. auch Fragen zur Hochschulsportnutzung gestellt. Es lassen sich folgende zentrale Untersuchungsergebnisse dieser Studie, im folgenden „HIS 2009“ bezeichnet, festhalten:

- Ca. 55% der Studierenden treiben regelmäßig, d.h., pro Woche mehr als 60 Minuten Sport.
- Am häufigsten treiben die Studierenden „selbst organisiert“ Sport. Der Hochschulsport wird an zweiter Stelle als Anbieter genannt.
- Besondere Attraktivität besitzt der Hochschulsport durch geringe Kosten, vielfältiges Trainingsangebot und die nicht vorhandene Verbindlichkeit.
- Die am häufigsten von den Studierenden betriebene Sportart ist das Laufen/Joggen, vor dem Training an Geräten im Fitnessstudio und dem Fitness- und Gesundheitssport (Göring 2010).

Das Centrum für Hochschulentwicklung (CHE) erstellt seit 1998 jährlich das sog. „CHE-Hochschulranking“, das Informationen zu Studien- und Rahmenbedingungen der Studierenden höherer Fachsemester beinhaltet. Seit 2001 werden auch regelmäßig Fragen zum Hochschulsport gestellt. Von insgesamt 217.000 über einen Online-Fragebogen angeschriebenen Studierenden nahmen in 2008 26,5% im Alter von 24 Jahren teil. Folgende Ergebnisse liegen vor:

- 21,1% der Studierenden an Universitäten nahmen 2008 am Hochschulsport teil. Unterschiede zwischen Frauen mit 21,6% und Männern mit 20,7% gab es kaum. An der Universität Mainz lag der Anteil der Studierenden, die in 2008 den AHS aktuell nutzen, bei 21,4%.
- Als Hauptgründe für die Nichtteilnahme wurden in abnehmender Rangfolge genannt: „Hochschulangebot liegt zeitlich“ oder auch „örtlich ungünstig“ und „habe generell keine Zeit“. „Das Angebot ist mir zu teuer“, „gesundheitliche Gründe“ und „Qualität des Sportangebotes entspricht nicht meinen Erwartungen“ wurden dagegen kaum als Gründe aufgeführt (Hachmeister 2008).

Zur Vereinbarkeit von *Spitzensport und Studium* liegt eine bundesweite Evaluation des Kooperationsprojekts „Partnerhochschule des Spitzensports“ von Tabor & Schütte aus 2005 vor, in der unter Federführung des Allgemeinen Deutschen Hochschulverbands (adh) neben studierenden Spitzensportlerinnen und –sportlern, Hochschulen, Olympiastützpunkte, Studierendenwerke und Verbände befragt wurden. Wesentliche Teilergebnisse dieser Studie der Spitzensportler/Innen, im Folgenden „ADH 2005“ genannt, sind folgende:

- 25 immatrikulierte Athletinnen und Athleten im Übergangsbereich zum offiziellen Kaderstatus (kadernah), 155 studierende Kaderathletinnen und -athleten und 25 studierende Ex-Kaderathletinnen und -athleten nahmen an der Befragung teil. Diese waren an 78 verschiedenen Studienstandorten immatrikuliert und in 37 verschiedenen Sportfachverbänden vertreten¹. 28% der Befragten wiesen einen A-Kader-, 50% B-Kader-, knapp 12% C-Kader- und gut 3% D/C-Kaderstatus auf. 7% der Athletinnen und Athleten gehörten Nationalmannschaften in Sportarten ohne Kaderstatus an. Diese sind jedoch mit den klassischen Kaderathletinnen und -athleten vergleichbar.
- In Hochschulen mit sportwissenschaftlicher Ausbildung waren Spitzenathletinnen und -athleten überrepräsentiert, wenn auch kaum statistisch nennenswerte Hochburgen identifiziert werden konnten. Bei den belegten Studienrichtungen lagen die Wirtschaftswissenschaften (vor allem BWL und VWL) auf dem ersten Platz, gefolgt von Sportwissenschaften und technischen Fachrichtungen (Tabor & Schütte 2005, 28).
- Die Spitzensportler/Innen befanden sich im Durchschnitt im 7. Semester und hatten 0,3 Urlaubssemester in Anspruch genommen. Sie veranschlagten durchschnittlich vier weitere Semester bis zum Studienabschluss, d.h., die Gesamtstudiendauer würde dann bei elf Semestern liegen.
- Als wesentliche Problembereiche für studierende Spitzensportler/Innen stellte sich das Zeitmanagement im Hinblick auf Anwesenheitszeiten sowie die Erbringung von Studien- und Prüfungsleistungen oder die Verfügbarkeit von Urlaubs- und Meisterschaftssemestern heraus. Wichtigstes Hindernis für die Arbeit an den Partnerhochschulen waren fehlende Informationen über die jeweils eingeschriebenen Kaderathletinnen und -athleten (Tabor & Schütte 2005).

2.2 Ablauf der aktuellen Befragung an der Uni-Mainz

Am 3. Juni 2013 wurden über den Allgemeinen Studierendenausschuss², alle derzeit an der Johannes Gutenberg-Universität eingeschriebenen 35.609 Studierenden³ angemahlt mit der Bitte um Teilnahme an der Online-Umfrage. Um die Rücklaufquote zu erhöhen, wurden zusätzlich 186 Studienmanager/Innen in einer Rundmail angeschrieben und gebeten, die Umfrage an ihre Studierende weiterzuleiten. Neben dem Studienbüro des Instituts für Sportwissenschaft antworteten vier Studienbüros und bestätigten die Versendung der Umfrage an ihre Studierenden (vgl. Abb. 1).

¹ Von der Johannes Gutenberg-Universität Mainz waren keine Spitzensportler/Innen dabei, da nur Spitzensportler/Innen aus Hochschulen befragt wurden, deren Hochschule zu diesem Zeitpunkt, die Kooperationsvereinbarung „Partnerhochschule des Spitzensports“ unterzeichnet hatte.

² Für die Weiterleitung der Umfrage bedanken wir uns ganz herzlich beim Allgemeinen Studierendenausschuss der Johannes Gutenberg-Universität Mainz.

³ Mainz und Germersheim

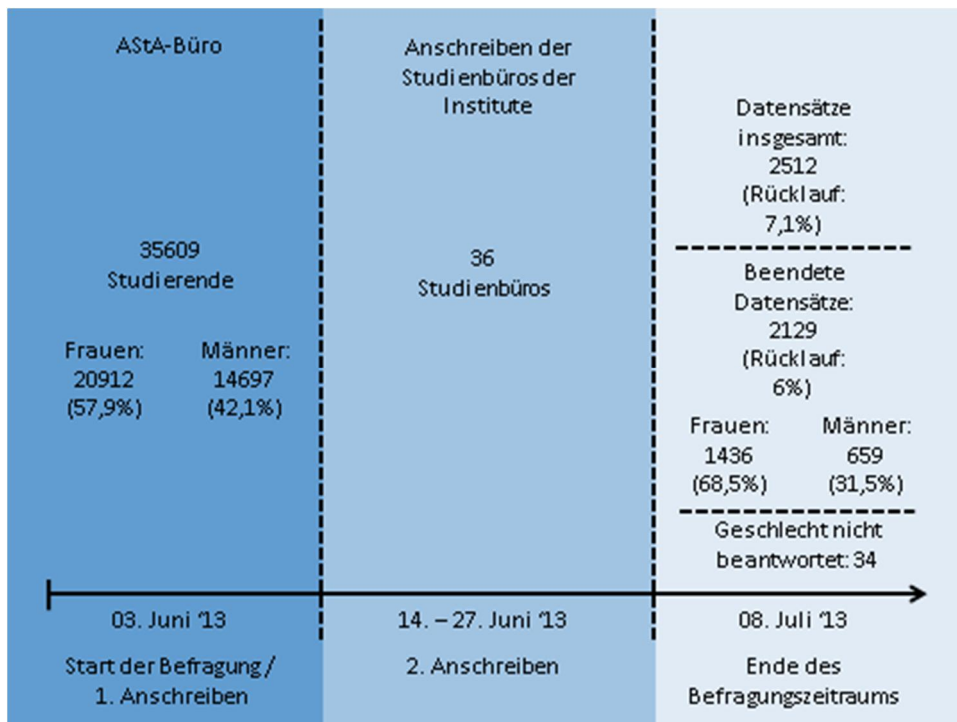


Abb.1: Ablauf der Befragung mit Rücklaufzahlen

2.3 Rücklauf der Fragebögen

Insgesamt nahmen 2.512 Studierende (7,1%) an der Umfrage teil. Von diesen beantworteten 2.129 Studierende (6%) den Fragebogen vollständig.

Online-Umfragen an anderen Hochschulen zum Thema „Sport & Studium“ bzw. „Hochschulsport“ erzielten mit 10,4%⁴ etwas höhere, andere mit 19,2%⁵ bis 25%⁶ z.T. deutlich höhere Rücklaufquoten. In den Umfragen mit relativ hohen Rücklaufquoten erhielten die Studierenden teilweise bis zu drei Erinnerungsschreiben. Die Online-Umfrage im HISBUS-Studierenden-Panel kam mit 35% auf die höchste Rücklaufquote⁷.

Eine vergleichbar große Umfrage vom Zentrum für Qualitätsmanagement der Johannes Gutenberg-Universität Mainz, in der alle im WiSe 11/12 eingeschriebenen Studierenden zur Nutzung der Bibliothek befragt wurden, erzielte – trotz mehrmaliger Erinnerung und zusätzlicher Verwendung von Papierfragebogen – mit 6% keinen höheren Rücklauf als die

⁴ Fahlenbock, Hense, Hübner & Wulf (2010). Hochschulsportumfrage NRW 2009 an der sich 15 von 20 Hochschule aus NRW mit 30.612 Studierenden und 4823 Bedienstete beteiligt haben.

⁵ Möllenbeck (2011). Online-Umfrage an 22.000 Göttinger Studierenden zum Thema „Gesundheitsförderung im Setting Universität: Verbreitung und Effekte sportlicher Aktivität bei Studierenden“

⁶ Lamprecht, Wiegand & Stamm (2010). Sport und Studium. Befragung der Studierenden an den Schweizer Hochschulen

⁷ Göring (2010). Online-Umfrage im HISBUS-Studierenden-Panel an 20.000 Studierenden zum Thema „Sport und Studium“. (HIS 2009)

vorliegende Studie⁸. Daher kann die vorliegende Rücklaufquote für die Uni-Mainz als zufriedenstellend bewertet werden.

2.4 Repräsentativität der Umfrage

Zur Überprüfung der Repräsentativität wird die vorliegende Stichprobe mit der Grundgesamtheit aller Studierenden der Universität Mainz bzgl. der Merkmale Geschlecht, Alter und Anzahl der Hochschulsemeister sowie Fachkulturzugehörigkeit verglichen.

Geschlecht: Der Frauenanteil der Stichprobe liegt mit 68,5% genau 10% über dem Anteil aller weiblichen Studierenden an der Uni Mainz. Die Männer sind im gleichen Umfang in der vorliegenden Studie leicht unterrepräsentiert mit 31,5 % im Vergleich zu 41,5% männlichen Studierenden, die zum SoSe 13 an der Johannes Gutenberg-Universität Mainz eingeschrieben sind. In der Hochschulsportumfrage NRW 2009 wurde die gleiche Tendenz beobachtet: Die Studentinnen sind dort mit 6,3% überrepräsentiert (Fahlenbock u. Mitarb. 2010). Erklärbar ist diese hohe Responsequote von Frauen im Vergleich zu Männern z.T. dadurch, dass Frauen eher an Befragungen teilnehmen als Männer. So beobachtet das ZQ in den seit 2007 durchgeführten Absolventenbefragungen in Rheinland-Pfalz generell eine Überrepräsentation von Frauen, die bei etwa 5 % liegt.

Aufgrund des erhöhten Frauenanteils in der vorliegenden Stichprobe werden alle Ergebnisse getrennt für Männer und Frauen ausgewertet.

Alter: Das durchschnittliche Alter der Studienteilnehmer/Innen beträgt 23,4 (\pm 3,5) Jahre mit einer Spanne von 17 bis 57 Jahren. Die männlichen Studienteilnehmer sind im Durchschnitt 24,1 und die weiblichen 23,1 Jahre alt. Das durchschnittliche Alter aller derzeit eingeschriebenen Studierenden der Johannes Gutenberg-Universität liegt bei 25 Jahren, wobei der/die älteste 78 Jahre und der/die jüngste 15 Jahre alt ist. Die Studentinnen der Uni Mainz sind mit durchschnittlich 25 Jahren ein Jahr jünger als die Studenten mit 26 Jahren. Das bedeutet, dass die Teilnehmer/Innen dieser Online-Befragung im Schnitt 1 1/2 Jahre jünger sind als alle Studierenden der Uni-Mainz, was u.a. dadurch erklärbar ist, dass jüngere eher an Befragungen teilnehmen als ältere Studierende (vgl. Hachmeister 2008⁹)

Das um 1 1/2 Jahre jüngere Durchschnittsalter der Studienteilnehmer/Innen erklärt auch die um durchschnittlich drei Semester geringe **Anzahl an Hochschulsemeestern** der Teilnehmer/Innen der vorliegenden Stichprobe im Vergleich zu allen derzeit an der JGU

⁸ Die „Nutzerbefragung der Universitätsbibliothek Mainz im Wintersemester 2011/2012“ wurde ebenfalls als Vollerhebung konzipiert, d.h. alle Studierenden der JGU wurden per Mail zu der Befragung eingeladen. Um den Rücklauf zu erhöhen wurde zusätzlich noch ein Papierfragebogen eingesetzt. Die Paper & Pencil-Befragung wurde in ausgewählten Lehrveranstaltungen der Fächer Bildungswissenschaften, Englisch, Ethnologie, Französisch, Germanistik, Geschichte, Informatik, Italienisch, Jura, Medizin, Musik, Philosophie, Physik, Psychologie, Publizistik, Sport, Theologie und Wirtschaftswissenschaften realisiert, um den Ausschöpfungsgrad vor allem in jenen Fächern zu erhöhen, welche eine häufige Bibliotheksnutzung voraussetzen. Der so erzielte Rücklauf lag bei 2025 Studierenden (dies entspricht einer Rücklaufquote von rund 6 %). Marx, Andreas: Nutzerbefragung der Universitätsbibliothek Mainz Wintersemester 2011/2012. Juni 2012.

⁹ An der Online-Befragung des Centrums für Hochschulentwicklung (CHE) in 2008 nahmen von den insgesamt 217.000 angeschriebenen Studierenden 26,5% teil. Das durchschnittliche Alter lag bei 24 Jahren.

eingeschriebenen Studierenden. So befinden sich die Studienteilnehmer/Innen durchschnittlich im 7. Hochschulsesemester ($M = 6,7$) mit einer Standardabweichung von 4,9 Semestern. Die durchschnittliche Hochschulsesemesterzahl aller Studierenden der Johannes Gutenberg-Universität lag im SoSe 2013 bei zehn Hochschulsesemestern mit einer Spannweite von 0 bis 82 Semestern, wobei Studentinnen mit durchschnittlich neun Semestern eine um zwei Semester geringere Anzahl an Hochschulsesemestern vorweisen als Studenten mit elf Semestern

Im Vergleich zu den Kriterien „Alter“ und „Hochschulsesemester“ kann die vorliegende Stichprobe als repräsentativ für die etwas jüngeren Studierenden im Alter von rund 23 ½ Jahren und einer durchschnittlichen Hochschulsesemesterzahl von 6 bis 7 Semestern angesehen werden.

In Bezug auf die Verteilung der Antwortenden auf die **Fachkulturen** ist positiv zu vermerken, dass Studierende aus allen Fachbereichen und Hochschulen der Johannes Gutenberg-Universität in der Studie vertreten sind und bis auf wenige Ausnahmen auch die prozentuale Verteilung der Fächer annähernd widerspiegeln. Ausnahmen stellen FB 02 (Sozialwissenschaften, Medien und Sport) und FB 05 (Philosophie und Philologie) dar, die mit ca. 6 - 7 % etwas überrepräsentiert sind und FB 03 (Rechts- und Wirtschaftswissenschaften) und FB 06 (Translations-, Sprach- und Kulturwissenschaft), die mit 9% bzw. 4% unterrepräsentiert sind (vgl. Abb. 2). Der Anteil von Studierenden des Instituts für Sportwissenschaft im FB 02 ist in der vorliegenden Studie zum Thema „Studium und Sport“ erwartungsgemäß überproportional hoch. Zu erwarten waren 16%, der Anteil liegt bei 31%.

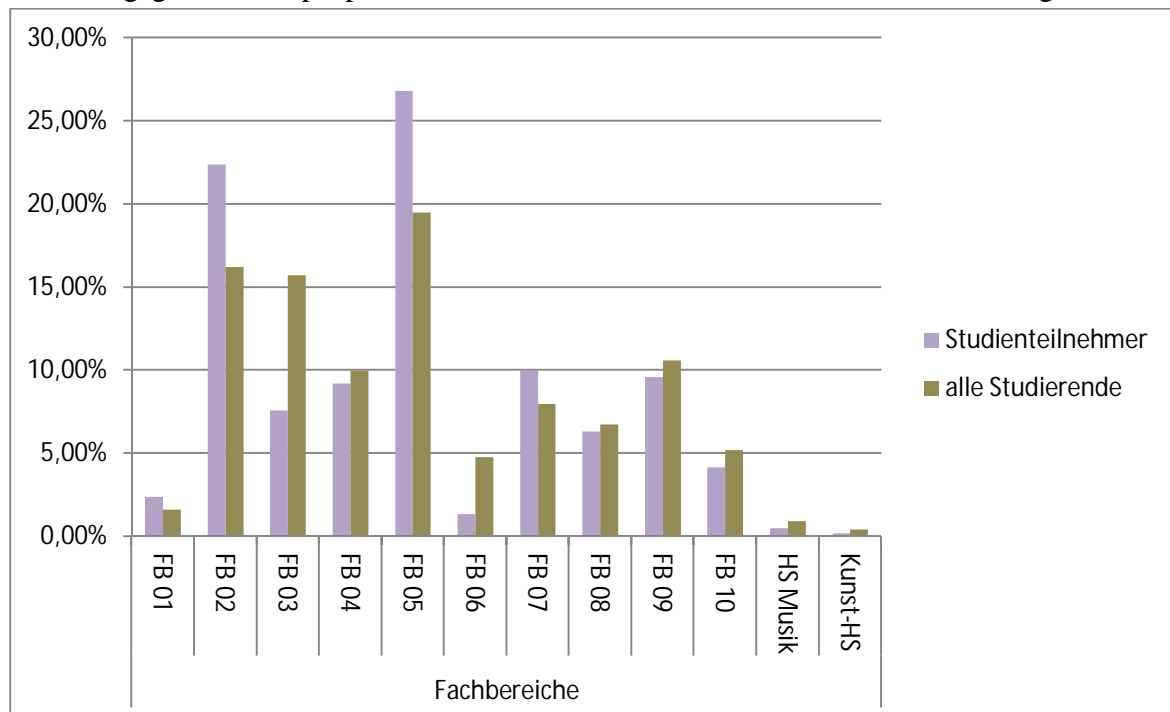


Abb. 2: Prozentualer Anteil der Studierenden der Uni-Mainz und der Studienteilnehmer/Innen in den Fachbereichen 01 (Theologie), 02 (Sozialwissenschaften, Medien u. Sport), 03 (Rechts- u. Wirtschaftswissenschaften), 04 (Universitätsmedizin), 05 (Philosophie u. Philologie), 06 (Translations-, Sprach- u. Kulturwissenschaft), 07 (Geschichts- u. Kulturwissenschaften), 08 (Physik, Mathematik u. Informatik), 09 (Chemie, Pharmazie und Geowissenschaften), 10 (Biologie) und Hochschule Musik und Kunsthochschule

Fazit: Die Ergebnisse der vorliegenden Studie können als weitgehend repräsentativ für die Johannes Gutenberg-Universität bewertet werden. Bei der Interpretation der Daten sollte beachtet werden, dass Frauen mit 10% überrepräsentiert, die Studienteilnehmer insgesamt durchschnittlich ein Jahr jünger und die FB 02 und FB 05 etwas überrepräsentiert sowie FB 03 und 06 etwas unterrepräsentiert sind.

2.5 Fragenkatalog

Um das „Sportverhalten der Mainzer Studierenden“ mit dem Sportverhalten der bundesweit eingeschriebenen Studierenden anderer Universitäten vergleichen zu können, wurde ein Großteil der Fragen aus der Studie „HIS 2009“ übernommen. Fragen an die aktuellen und ehemaligen Spitzensportler der Johannes Gutenberg-Universität zur Vereinbarkeit von Spitzensport und Studium wurden – um auch hier eine Vergleichbarkeit zu anderen Universitäten herstellen zu können - aus der „ADH 2005“ Erhebung (Tabor & Schütte 2005) übernommen.

Im ersten Teil des nachfolgenden Kapitels werden daher - bei identischen Fragen - die Ergebnisse der Mainzer Studierenden denen der bundesweiten Erhebung „HIS 2009“ gegenübergestellt.

Im zweiten Teil erfolgt – bei identischen Fragen - ein Vergleich der spitzensporttreibenden Studierenden der Johannes Gutenberg-Universität Mainz mit den bundesweit studierenden Spitzenathleten.

3 Ergebnisse und Diskussion

3.1 Zum Sportverhalten der Studierenden an der JGU

3.1.1 Frage 1: „*Treibst du Sport?*“

- Ja 91,2%
- Nein 9,8%

Mit 91,2% Studierenden, die Sport treiben, sind die Mainzer Studierenden deutlich aktiver als die Studierenden der bundesweiten Studie (HIS 2009), die die gleiche Fragestellung erhielten, von denen nur 68,1% angaben, Sport zu treiben.

Eine Randauszählung der HIS-Studie getrennt für Universitäten und Fachhochschulen zeigt, dass 69,5% der Studierenden an Universitäten und 64,7% an Fachhochschulen Sport treiben, d.h. auch unter Beachtung der Hochschulart sind die Studierenden an der JGU sportlich aktiver.

Ähnlich sportlich aktiv sind die Schweizer Studierenden: In einer groß angelegten Befragung an 16.856 Studierenden an 14 verschiedenen Schweizer Hochschulen im Frühjahr 2010 mit einer Rücklaufquote von 25% geben lediglich 8% der Studierenden an, dass sie nie Sport

treiben.

Die Studierenden der Johannes Gutenberg-Universität sind – wie die Schweizer Studierenden - auch deutlich aktiver und sportlicher als ihre Altersgenossen: So treiben nach den Daten des Robert-Koch-Instituts 21,5% der 18-29 Jährigen in Deutschland keinen Sport (vgl. Krug u. Mitarb. 2013). In der Schweiz sind die Zahlen für die Allgemeinbevölkerung ähnlich hoch: Dort gaben 24% der 20- bis 34-Jährigen an, auf Sport zu verzichten (Lamprecht, Wiegand & Stamm 2010).

Sportliche Aktivität ist in der Mittel- und Oberschicht weiter verbreitet als in der Unterschicht, d.h., der hohe Anteil an Studierenden, die Sport treiben kann unter anderem durch die Schichtzugehörigkeit bedingt sein, da in der Regel Studierende vermehrt der Mittel- und Oberschicht angehören. Unter den Studierenden ist dieser Schichteinfluss auch zu beobachten (vgl. Middendorf u. Mitarb. 2012¹⁰; Isserstedt u. Mitarb. 1990).

Der Zusammenhang zwischen Schichtzugehörigkeit und Bewegungsverhalten zeigt sich bei beiden Geschlechtern (vgl. Robert-Koch-Institut 2005), d.h., ein geschlechtsspezifischer Einfluss kann in der vorliegenden Studie bzgl. dieses Kriteriums weitestgehend ausgeschlossen werden.

Wie alt die Studierenden sind, spielt in Bezug auf die sportliche Aktivität offensichtlich erst ab einem Alter von 30 Jahren eine Rolle (vgl. Middendorf u. Mitarb. 2012, Krug u. Mitarb. 2013, Isserstedt u. Mitarb. 1990). Ab dann ist eine deutliche Abnahme an sportlicher Aktivität zu beobachten. In der vorliegenden Stichprobe liegt das durchschnittliche Alter der sportlich aktiven Studierenden bei 23,4 Jahren und, dass der Nicht-Sportler bei 23,6 Jahren.

Eine Betrachtung der geschlechtsspezifischen Sportaktivität zeigt, dass der Anteil an sporttreibenden Studierenden unter den Männern mit 93,2% rund 4,6% über dem der Frauen mit 88,6% liegt. Im Vergleich zur Studie „HIS 2009“ ist der geschlechtsspezifische Unterschied an der Uni-Mainz mit 4,1% nahezu gleich groß (vgl. Tab. 1).

Tab. 1: Anteil der sporttreibenden männlichen und weiblichen Studierenden der Johannes Gutenberg-Universität (JGU) und der Universitäten bundesweit (HIS-Studie)

	JGU	HIS-Studie
männlich	93,2%	70,1%
weiblich	88,6%	66,0%

¹⁰ Middendorf und Mitarb. (2012) haben in ihrer Studie an 8000 Studierenden neben dem Kernthema – Stresskompensation und Leistungssteigerung in Form von Hirndoping – auch den Schichteinfluss analysiert und innerhalb der Studierenden nachweisen können: *Differenziert nach sozialer Herkunft fällt auf, dass Studierende aus akademischem Elternhaus zu einem größeren Anteil Sport treiben als ihre Kommiliton(inn)en, deren Eltern nicht studiert haben (69 % vs. 60 %). Dieser Unterschied hängt mit vielen Faktoren zusammen. Zu den wichtigsten zählen das durchschnittlich höhere Alter der Studierenden aus nicht-akademischen Familien und die Tatsache, dass sie aufgrund des höheren Selbstfinanzierungsbedarfs mehr Zeit in Nebenjobs investieren müssen zu Lasten übriger Aktivitäten, zu denen auch Sport gehört.*

Nach den Daten des Robert-Koch-Instituts treiben 74,3 % der 18-29 jährigen Frauen und 82,4% der 18-29 jährigen Männer Sport (vgl. Krug u. Mitarb. 2013). Dieser geschlechtsspezifische Unterschied von 8,1% ist unter den Studierenden mit 4,2% nicht so groß wie in der Gesamtbevölkerung vergleichbaren Alters, was u.U. durch die homogene Schichtzugehörigkeit der Studierenden bedingt ist.

Nach Middendorf u. Mitarb. (2012) impliziert auch die Fächerkultur gesundheitsrelevante Verhaltensweisen wie Sporttreiben. Anteilig am aktivsten erwiesen sich in deren Studie erwartungskonform Studierende der Medizin, Gesundheitswissenschaften und der Wirtschaftswissenschaften, gefolgt von ihren Kommilitonen/Innen, die Rechtswissenschaften bzw. Agrar-, Forst-, Ernährungswissenschaften studieren.

Von den Studierenden der Universität Mainz sind die der Fachbereiche 02 (Sozialwissenschaften, Medien & Sport), 03 (Rechts- und Wirtschaftswissenschaften), 04 (Medizin) und 10 (Biologie) am aktivsten (93,6% bis 92,7%) (vgl. Abb. 3). Von den Studierenden der Translations-, Sprach- und Kulturwissenschaft (FB 06), Geschichts- und Kulturwissenschaften (FB 07) sowie Theologie (FB 01) treiben vergleichsweise weniger Sport (84 % bzw. 87 %). Diese Befunde decken sich in der Tendenz mit denen von Middendorf und Mitarb. (2012) und sind nicht dadurch erklärbar, dass in einzelnen Fächergruppen Frauen (z.B. FB 05) und Männer (z.B. FB 08 und 09) überproportional stark vertreten sind.

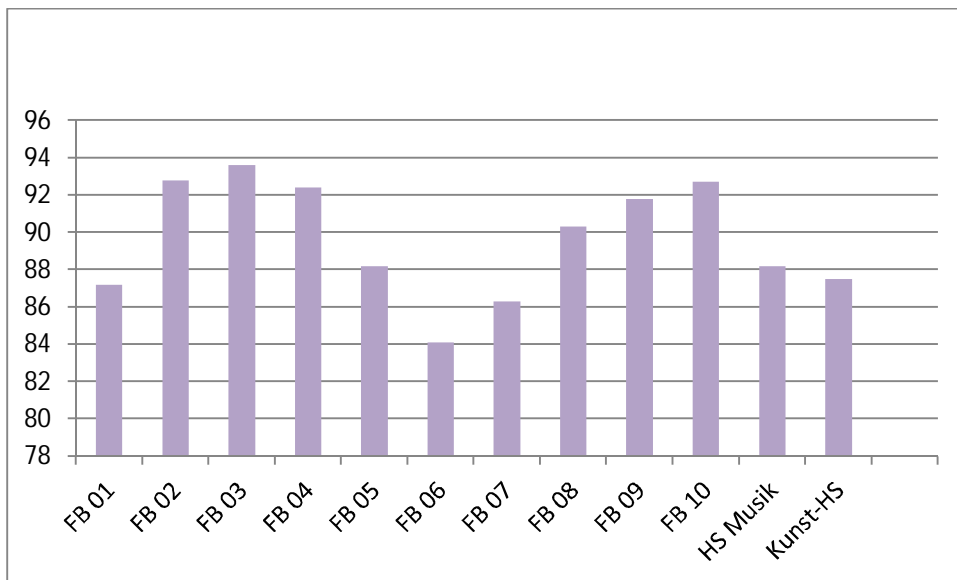


Abb. 3: Sporttreibende in Fachbereichen und Hochschulen der JGU. Angabe in %.

3.1.2 Frage 2: „Warum treibst du zurzeit keinen Sport?“

Den Studierenden, die zurzeit keinen Sport treiben (9,8%), wurde ein Katalog vorgelegt, der neben der Rubrik „Sonstiges“ sechs Hinderungsgründe vorgab. Mehrfachnennungen waren möglich. Am häufigsten wurden terminliche Gründe angekreuzt (vgl. Tab. 2).

Tabelle 2: Warum treibst du zurzeit keinen Sport?

	%
Sportangebote liegen für mich zeitlich ungünstig	28,4
Ich interessiere mich generell nicht für Sport	17,6
Sportangebote sind mir insgesamt zu teuer	14,9
Sonstiges	14,5
Die Sportangebote liegen für mich räumlich ungünstig	12,5
Ich habe schlechte Erfahrungen mit Sportaktivitäten in meiner Kindheit/Jugend gemacht	8,7
Ich kann aus gesundheitlichen Gründen keinen Sport treiben	3,4

Unter Sonstiges (14,5%) nannten die Studierenden am häufigsten „Zeitmangel“ (26) und „Faulheit/fehlende Motivation“ (15). Vereinzelt wurden „AHS seltsames Anmeldeverfahren“, „AHS Losverfahren“, „AHS passendes Sportangebot fehlt“, „AHS überfüllt“, „kein Spaß, Unbehagen vor anderen Sport zumachen“, „Genug Bewegung so (Fahrrad, Job)“, „fehlende Kinderbetreuung“, „passende Leistungsgruppe fehlt“, „eigener Sport zu teuer (Reiten)“ und „soziale Probleme mit Uni-Sport-Team“ genannt.

Geschlechtsspezifische Unterschiede in Bezug auf die Hinderungsgründe zeigen sich in den Gründen „zu teuer“ sowie „zeitlich ungünstig“, und „gesundheitliche Gründe“. Der finanzielle Aspekt wird von den weiblichen Studierenden häufiger als von den männlichen Studierenden als Hinderungsgrund angegeben, von den Männern dagegen „zeitliche Aspekte“ und „gesundheitliche Gründe“ (vgl. Abb. 4).

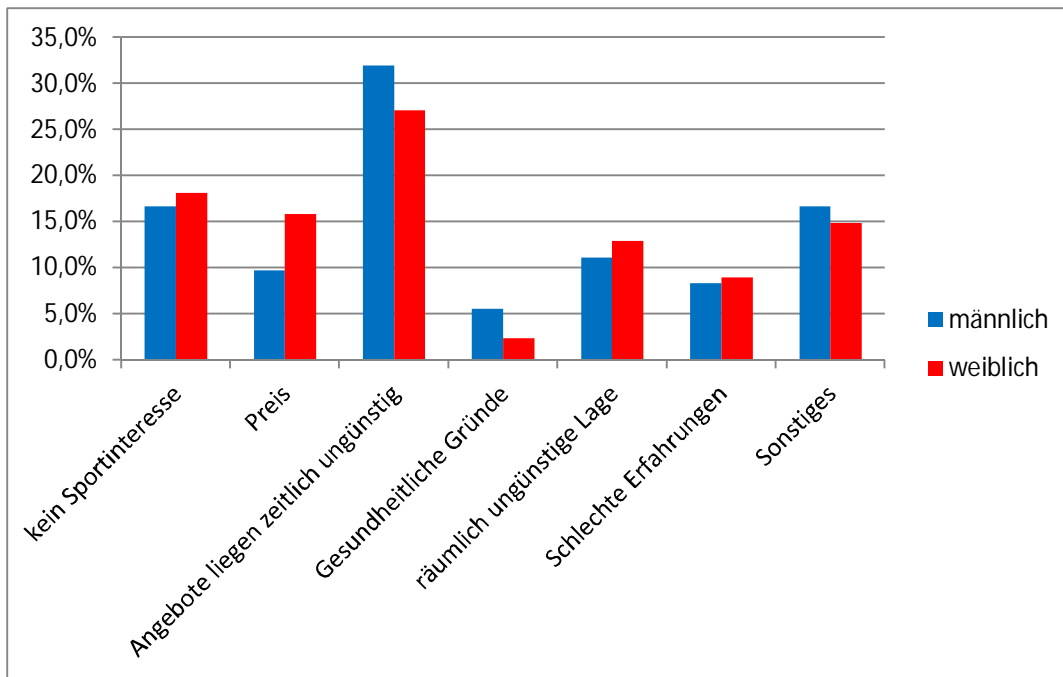


Abb.4: Warum treibst du zurzeit keinen Sport? Angabe in % getrennt für Studenten und Studentinnen der JGU. Mehrfachnennungen möglich.

3.1.3 Frage 3: „Welcher Gruppe von Sportlern würdest du dich am ehesten zuordnen?“

In den folgenden Kapiteln werden – soweit nicht ausdrücklich vermerkt – nur die „sportlich aktiven“ Studierenden näher betrachtet.

Die Mehrzahl der sporttreibenden Studierenden der Uni-Mainz bezeichnet sich als *Freizeit- und Breitensportler (Sporttreiben ohne Wettkampfgedanken)* (70,6%). Ein geringer Teil ordnet sich der Gruppe *aktiver wettkampf- und leistungsorientierter Sportler* (15,8%) zu. 13,5% bezeichnen sich als *ehemalige wettkampf- und leistungsorientierte Sportler* (13,5%),.

Die geschlechtsspezifische Auswertung zeigt, dass sich unter den weiblichen Studierenden 20% mehr Breiten- und Freizeitsporttreibende befinden als unter den männlichen Studierenden. Diese sind dafür im aktuellen und ehemaligen wettkampf- und leistungsorientierten Sport prozentual stärker vertreten (vgl. Abb. 5)

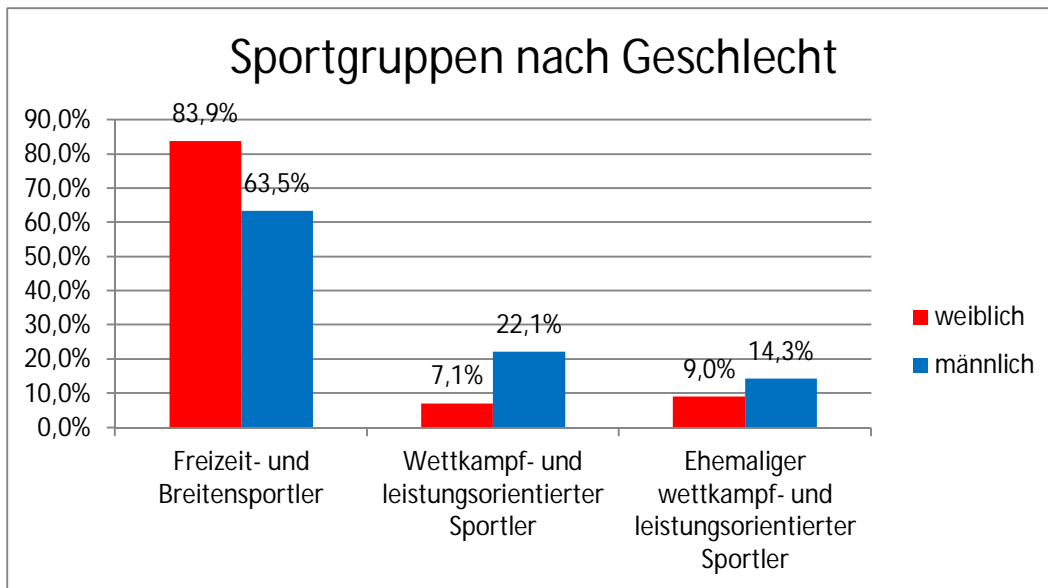


Abb.5: Welcher Sportgruppe würdest du dich am ehesten zuordnen? Angabe in % getrennt für männliche und weibliche Studierende der JGU.

3.1.4 Frage 4: „Wie oft bist du in der Regel sportlich aktiv?“

Die Frage nach der Häufigkeit des Sporttreibens wurde von insgesamt 2194 Studierenden beantwortet. 76,6% der Studierenden, die Sport treiben, sind mindestens zweimal pro Woche sportlich aktiv. Nur 5,7% treibt weniger als einmal pro Woche Sport¹¹.

Die geschlechtsspezifische Auswertung zeigt, dass die weiblichen Studierenden der Uni-Mainz während einer Woche weniger häufig Sport treiben als die männlichen Studierenden: Während 85,9% der männlichen Studierenden mindestens zweimal wöchentlich sportlich aktiv sind, sind es bei den weiblichen Studierenden 72,2% (vgl. Abb. 6). Dieser geschlechtsspezifische Unterschied ist bei den Studierenden der JGU mit einer Differenz von 13,7% größer als bei den Studierenden der deutschlandweiten Erhebung zur Häufigkeit des Sporttreibens durch das Hochschulinformationssystem (HIS 2009) mit 7,9%.

¹¹ Wird ein strenger Maßstab angesetzt, der nur diejenigen als sportlich aktiv einordnet, die mindestens einmal wöchentlich Sport treiben, sind immer noch 85,5% der Studierenden der Uni-Mainz sportlich aktiv (Fahlenbock u. Mitarb. 2010).

Göring (2010) bezeichnet diejenigen, die weniger als einmal pro Woche Sporttreiben als Urlaubssportler.

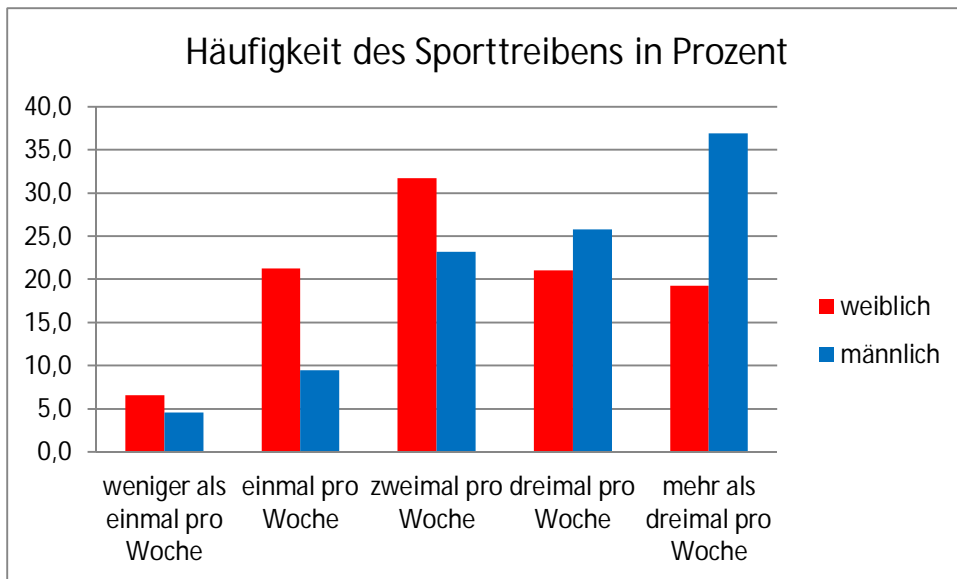


Abb.6: Wie oft bist du in der Woche in der Regel sportlich aktiv? Angabe in % getrennt für Studentinnen und Studenten der JGU.

Im Vergleich zur HIS-Studie in der 67,8% der Studierenden an deutschen Hochschulen mindestens zweimal pro Woche sportlich aktiv sind, sind es von den Mainzer Studierenden 76,6% Sport.

Die geschlechtsspezifische Gegenüberstellung zeigt, dass sowohl die Studentinnen als auch die Studenten der Uni-Mainz prozentual häufiger mehr als zweimal wöchentlich Sporttreiben (vgl. Abb. 7 und 8).

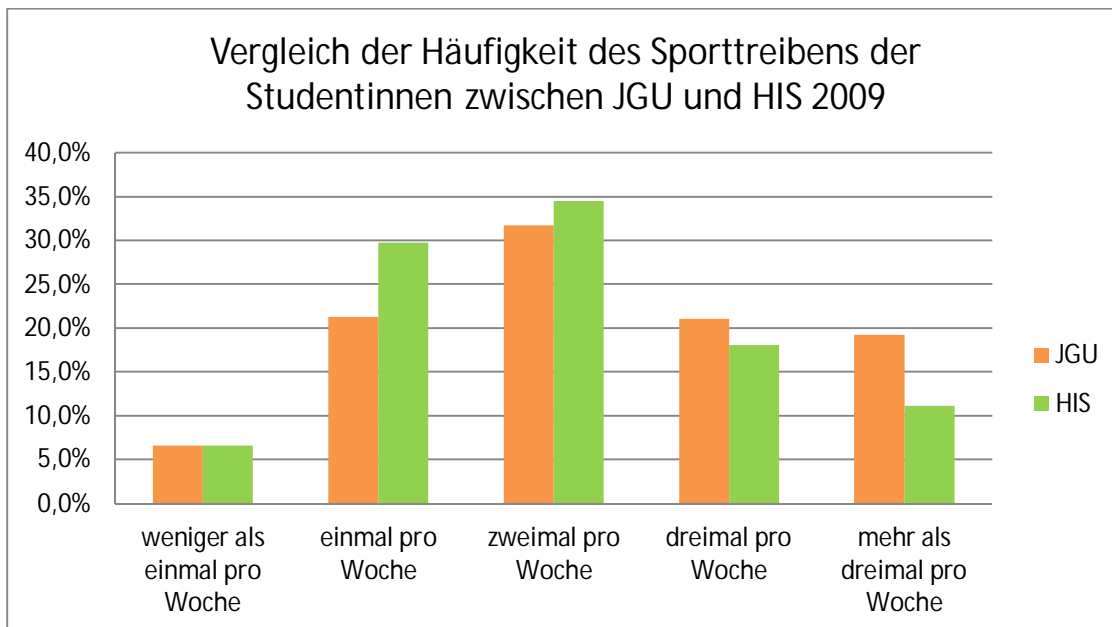


Abb. 7: Häufigkeit des wöchentlichen Sporttreibens der Mainzer Studentinnen (JGU) und der Studentinnen bundesweit (HIS 2009). Angabe in %

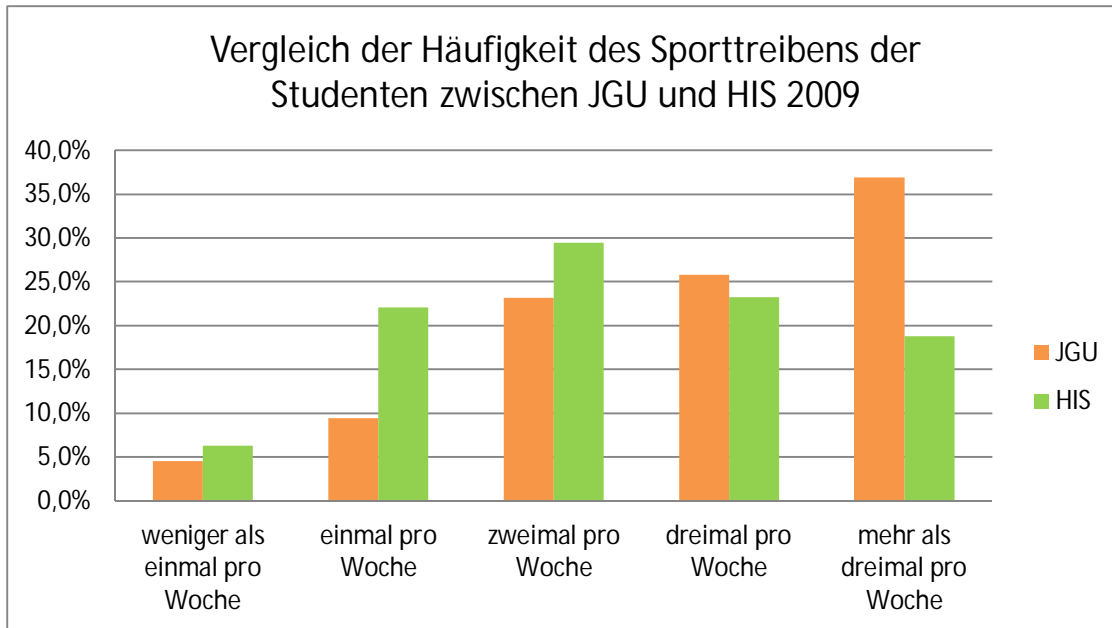


Abb. 8: Häufigkeit des wöchentlichen Sporttreibens der Mainzer Studenten (JGU) und der Studenten bundesweit (HIS 2009). Angabe in %

Erwartungsgemäß treiben von den wettkampf- und leistungsorientierten sporttreibenden Studierenden der Uni-Mainz die Mehrzahl öfter als dreimal pro Woche Sport (vgl. Abb. 9).

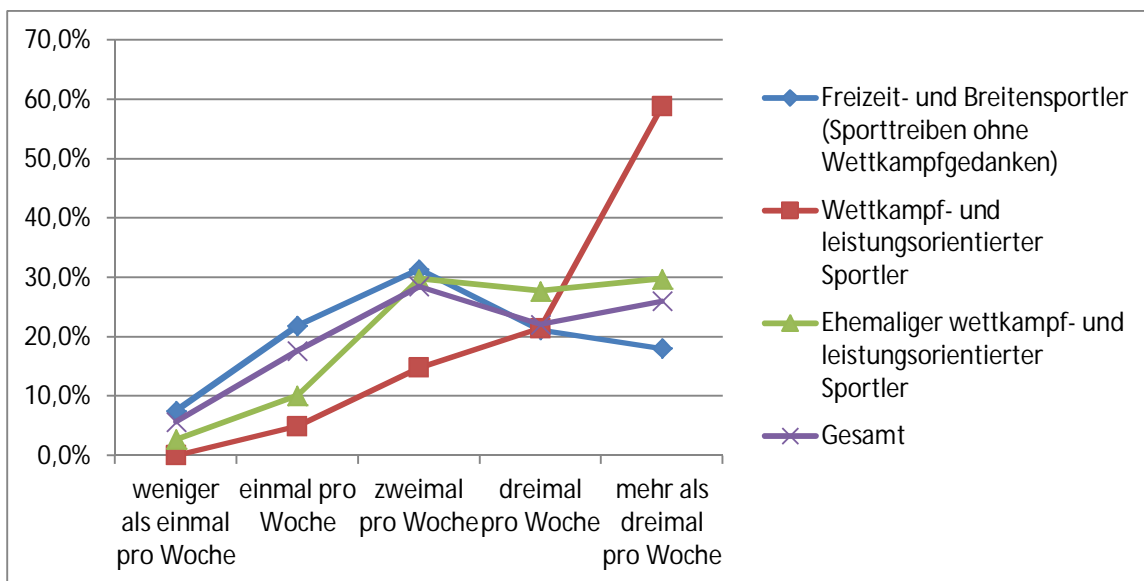


Abb.9: Häufigkeit des wöchentlichen Sporttreibens getrennt für die drei Sportgruppen und die Gesamtgruppe. Angabe in %.

3.1.5 Frage 5: „Wie intensiv treibst du in der Regel Sport?“

50% der sporttreibenden Studierenden der Uni-Mainz betreiben diesen *flott und zügig* und 44,4% *hart und angestrengt*. Damit halten sich 94% der sporttreibenden Studierenden der Uni

Mainz an die Empfehlung der WHO bzgl. der Intensität für gesundheitsfördernde körperliche Aktivität (WHO 2012).

Geschlechtsspezifische Unterschiede sind deutlich zu erkennen: Die weiblichen Studierenden geben an in der Regel eher mit mittlerer Intensität, die männlichen Studierenden eher mit hoher Intensität zu trainieren (vgl. Abb. 10).

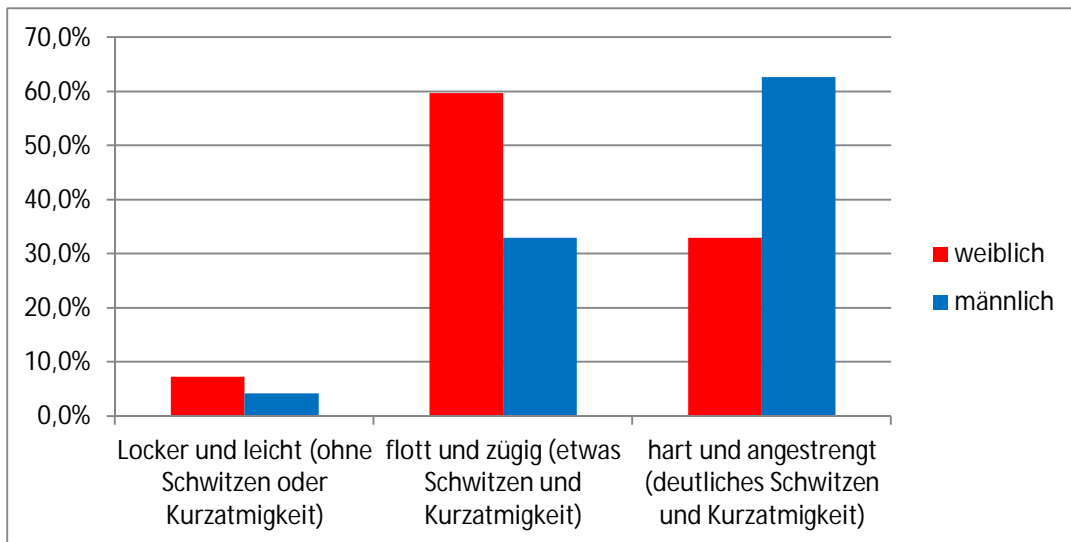


Abb.10: Wie intensiv treibst du in der Regel Sport? Angabe in % getrennt für Studentinnen und Studenten der JGU.

Dieser geschlechtsspezifische Unterschied stellt kein Spezifikum für Studierende der JGU dar (vgl. Abb. 11 und 12). Er wurde auch in der HIS-Studie (2009) an den Studierenden aller Hochschulen beobachtet und findet sich auch in der Allgemeinbevölkerung (Krug u. Mitarb. 2013).

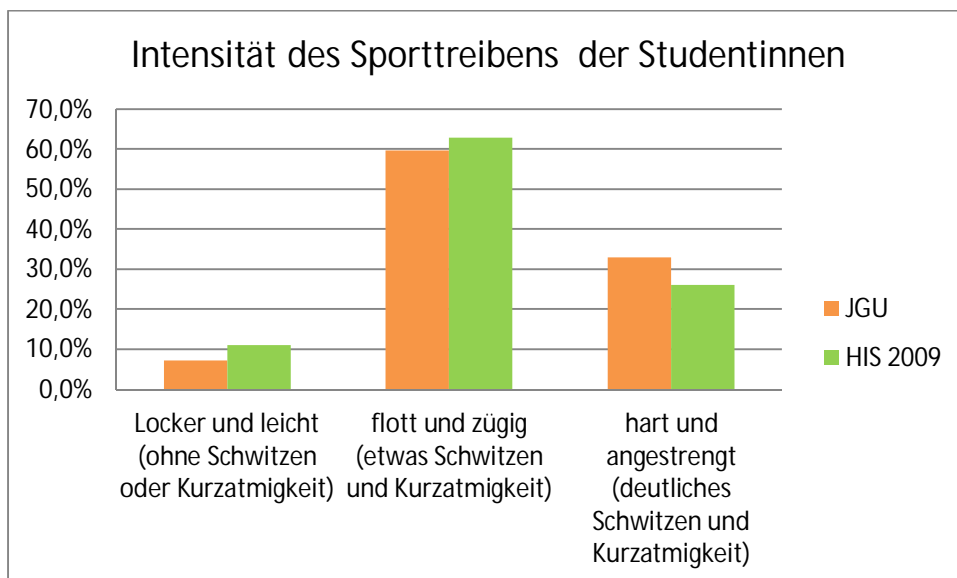


Abb. 11: Intensität des Sporttreibens der Mainzer Studentinnen (JGU) und der Studentinnen bundesweit (HIS 2009). Angabe in %

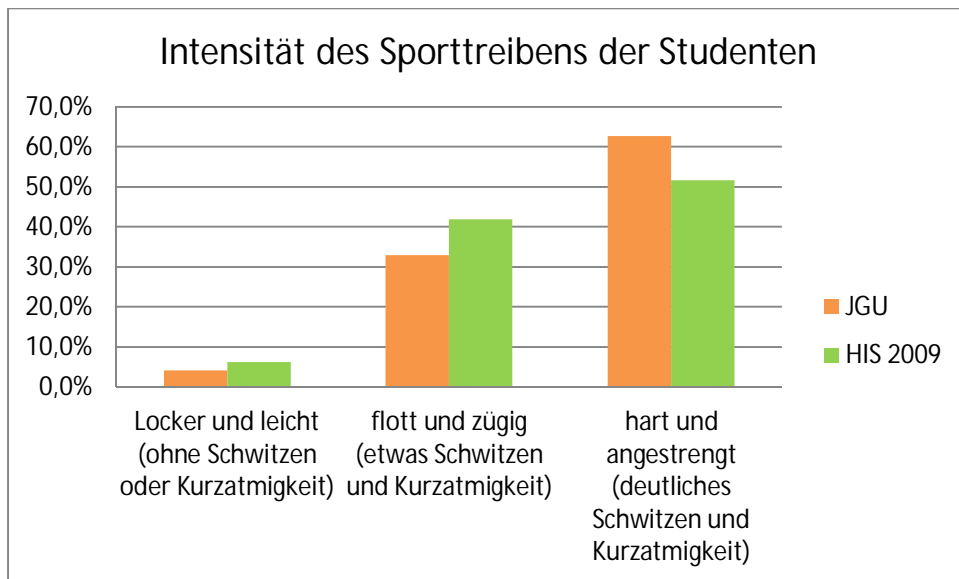


Abb. 12: Intensität des Sporttreibens der Mainzer Studenten (JGU) und der Studenten bundesweit (HIS 2009). Angabe in %

Der Anteil der männlichen und weiblichen Studierenden der mit hoher Intensität trainiert liegt über dem Bundesdurchschnitt (Studenten + 11% und Studentinnen mit 7%) (HIS 2009).

Erwartungsgemäß betreibt unter den wettkampf- und leistungsorientierten sporttreibenden Studierenden der größte Anteil seinen Sport mit der höchsten Intensität (vgl. Abb. 13).

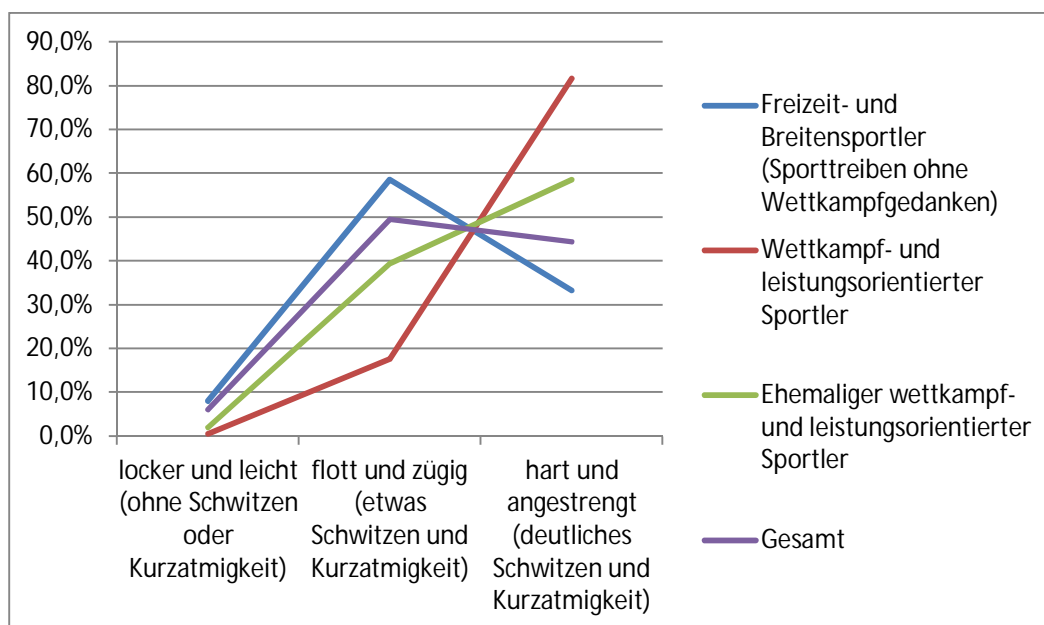


Abb.13: Intensität des Sporttreibens der Gesamtstichprobe und getrennt für die drei Sportgruppen. Angabe in %.

3.1.6 Frage 6: „Wie lange dauern deine Übungseinheiten in der Regel?“

Die sportliche Aktivität wird am häufigsten mit einer Dauer von mehr als 40 Minuten betrieben. Nur bei 2% dauert eine Übungseinheit weniger als 20 Minuten (vgl. Abb. 14)

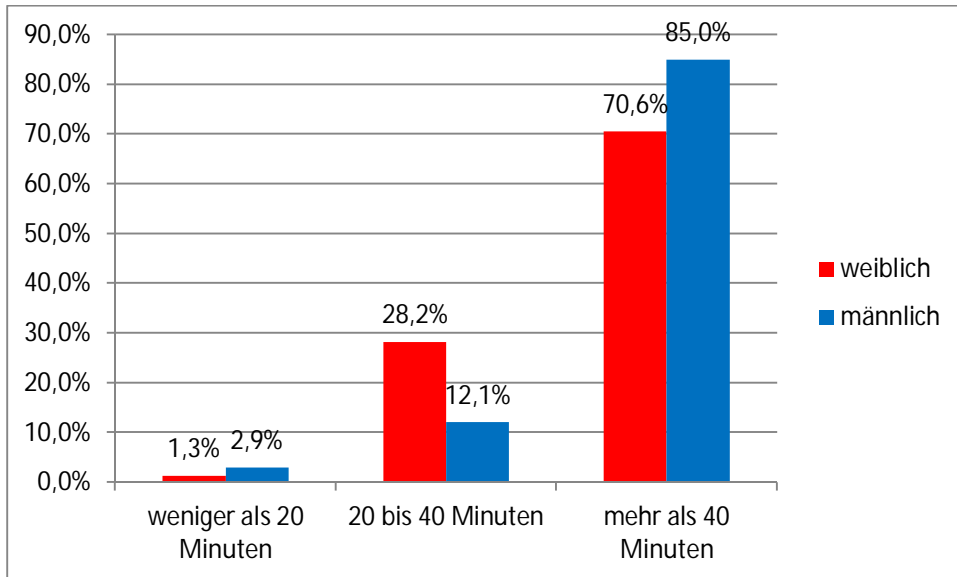


Abb.14: Dauer der sportlichen Aktivität der sporttreibenden Studierenden der JGU.
Angabe in % getrennt für Studentinnen und Studenten der JGU

Geschlechtsspezifische Unterschiede sind auch bzgl. der Dauer deutlich zu erkennen: Bei 70,7% der weiblichen Studierenden und 85% der männlichen Studierenden dauert eine Trainingseinheit in der Regel länger als 40 Minuten. Dieser geschlechtsspezifische Unterschied ist bei den Studierenden der HIS-Studie weniger stark ausgeprägt.

Große Unterschiede bzgl. der Dauer des Sporttreibens zwischen Studierenden der Universität Mainz und den Studierenden bundesweiter Hochschulen sind nicht zu erkennen (vgl. 15 und 16), was unter anderem mit den unterschiedlichen Fragestellungen zusammenhängt. Statt nach der genauen Dauer in Minuten zu fragen, wurde in Anlehnung an HIS, die Dreiteilung (<20 Min, 20-40 Min und > 40 Min) vorgegeben.

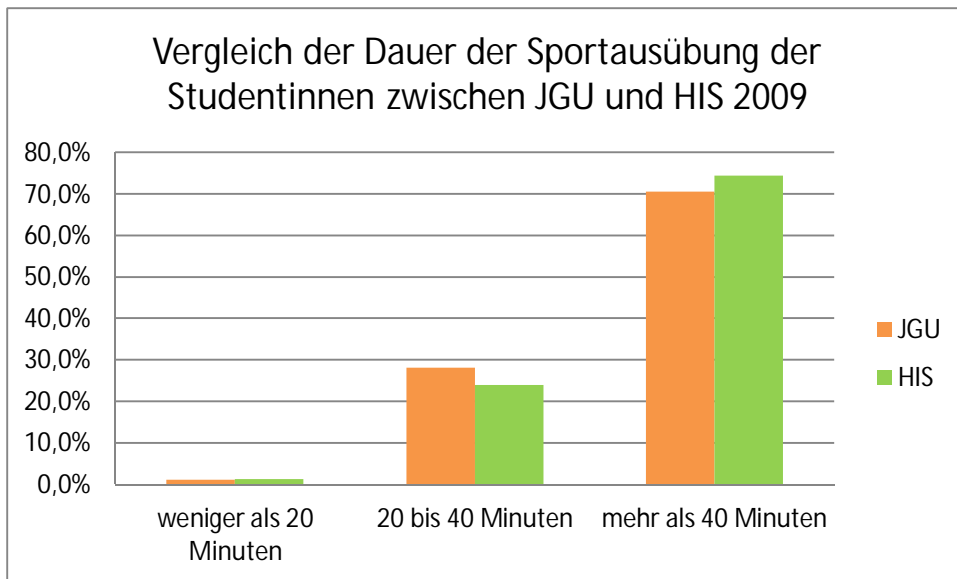


Abb. 15: Dauer des Sporttreibens der Mainzer Studentinnen (JGU) und der Studentinnen bundesweit (HIS 2009). Angabe in %

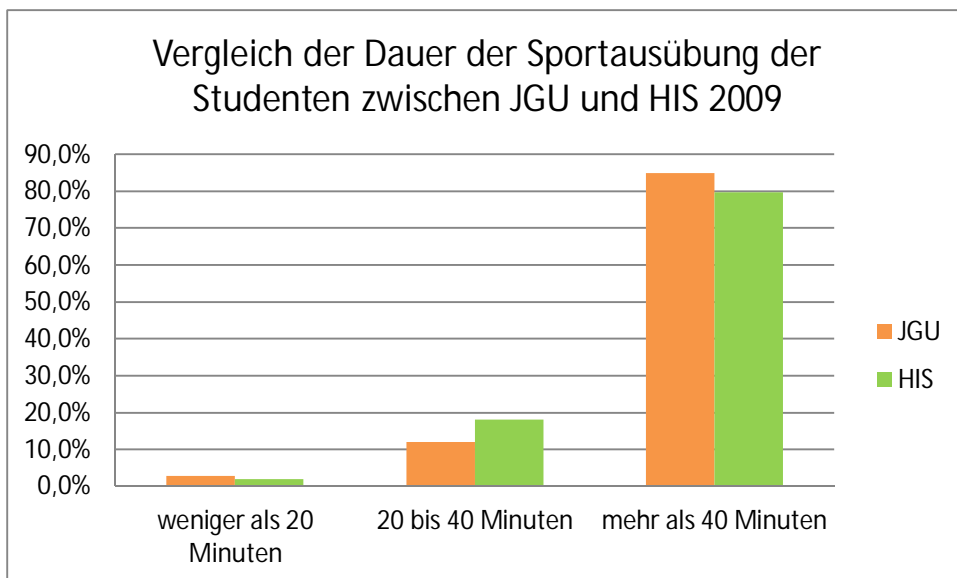


Abb. 16: Intensität des Sporttreibens der Mainzer Studenten (JGU) und der Studenten bundesweit (HIS 2009). Angabe in %

Zwischen den Sporttypen finden sich bzgl. der Dauer des Sporttreibens relativ geringe Unterschiede. Für eine Erfassung von Unterschieden sind die vorgegebenen Kategorien mit 20 bis 40 Minuten zu klein. Eine einzelne Sporteinheit des AHS dauert in der Regel 45 Minuten (vgl. Abb. 17).

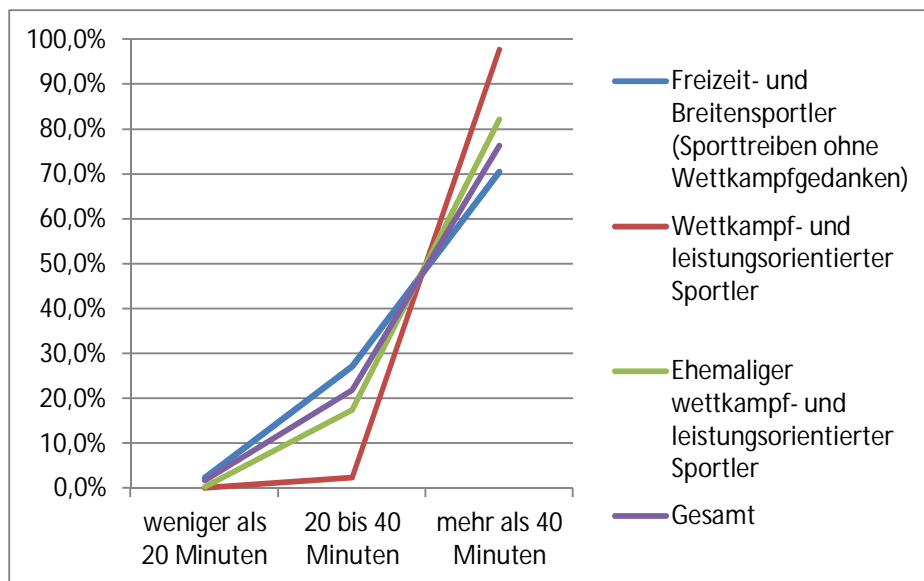


Abb. 17: Dauer des Sporttreibens der sporttreibenden Studierenden der Uni-Mainz und getrennt für die drei Sportgruppen. Angabe in %.

Nach den aktuellen Empfehlungen der WHO¹² und des Robert Koch Instituts sollten Erwachsene mindestens 30 Minuten am besten an allen Tagen der Woche körperliche Aktivität ausüben (RKI 2005, 13). Was diese Empfehlung betrifft, so wird diese von der Mehrzahl der sporttreibenden Studierenden der Uni-Mainz eingehalten.

3.1.7 Fazit: Häufigkeit, Dauer und Intensität

Die sporttreibenden männlichen Studierenden der Uni Mainz sind häufiger, intensiver und länger sportlich aktiv als die weiblichen Studierenden. Dies erklärt sich auch mit dem höheren Anteil an wettkampf- und leistungsorientierten Sportlern unter den männlichen Studierenden.

Dieser geschlechtsspezifische Unterschied unter den Studierenden deckt sich mit denen der Allgemeinbevölkerung. So sind 25,4 % der Männer und 15,5% der Frauen mindestens 2,5h/Woche körperlich so aktiv, dass sie dabei ins Schwitzen oder außer Atem geraten und

¹² For adults of 18–64 years old, physical activity includes recreational or leisure-time physical activity, transportation (e.g walking or cycling), occupational (i.e. work), household chores, play, games, sports or planned exercise, in the context of daily, family, and community activities.

In order to improve cardiorespiratory and muscular fitness, bone health and reduce the risk of NCDs and depression the following are recommended:

1. Adults aged 18–64 years should do at least 150 minutes of moderate-intensity aerobic physical activity throughout the week, **or** do at least 75 minutes of vigorous-intensity aerobic physical activity throughout the week, **or** an equivalent combination of moderate- and vigorous-intensity activity.
2. Aerobic activity should be performed in bouts of at least 10 minutes duration.
3. For additional health benefits, adults should increase their moderate-intensity aerobic physical activity to 300 minutes per week, **or** engage in 150 minutes of vigorous-intensity aerobic physical activity per week, **or** an equivalent combination of moderate- and vigorous-intensity activity.
4. Muscle-strengthening activities should be done involving major muscle groups on 2 or more days a week.

damit nach Krug u. Mitarb. (2013) häufiger als Frauen das von der WHO empfohlene Aktivitätsniveau erreichen.

Im Vergleich zu sporttreibenden Studierenden aller Hochschulen treiben die Mainzer sporttreibenden Studierenden häufiger und intensiver Sport.

3.1.8 Frage 7: „Ich treibe Sport, weil...“

Den Studierenden wurde ein Katalog vorgelegt, der vierzehn Gründe aufzeigt, die auf einer Skala von 1 (trifft überhaupt nicht zu) bis 5 (trifft vollkommen zu) angekreuzt werden konnten. Mehrfachnennungen waren möglich.

An erster Stelle der Mainzer Studierenden (JGU) steht der „Spaß“ (4,31).

Das ist insofern sehr erfreulich, als dass nach Fehres (1996) Spaß als konstitutives Element von Sport und Bewegung von vorrangiger Bedeutung ist für eine mittel- und langfristige Sportbindung, das sich überdauernd ausbilden sollte, um auch in „Krisenzeiten“, wie Prüfungsstress, Berufseinstieg, Familiengründung etc. Bestand zu haben.

Die Bedeutsamkeit des Spaßfaktors hängt zum Teil auch mit der Ausbildungslänge zusammen: So fand die Eurobarometer-Umfrage zum Sport aus dem Jahre 2009 an 26.788 europäischen Bürgern heraus, dass Menschen, die länger in Ausbildung waren, im Sport deutlich häufiger eine Beschäftigung sehen, die Spaß macht (Europäische Kommission 2010)¹³.

Nach „Spaß“ folgen an zutreffenden Gründen für das Sporttreiben „Abschalten“ (4,04) und „Ausgleich zum Studium“ (4,01) sowie „Stressabbau“ (3,99). Nach Middendorf u. Mitarb. (2012), die eine Befragung zum Thema Formen der Stresskompensation und Leistungssteigerung an 8000 Studierenden durchgeführt haben, hat gegenüber 2000 und 2005 vor allem das Motiv „Ausgleich zum Studium“ an Bedeutung zugenommen. Dieses Ergebnis von Middendorf u. Mitarb. (2012) sowie die Tatsache, dass „Abschalten“, „Ausgleich zum Studium“ und „Stressabbau“ als wichtige Gründe für das Sporttreiben genannt werden, unterstreicht die Bedeutung der Förderung der Sportmöglichkeiten für Studierende an der Universität Mainz.

¹³ 36% der Menschen, die ihre Ausbildung mit 20 Jahren oder später abgeschlossen haben, sagen von sich, dass sie Sport treiben, weil es ihnen Spaß macht, während unter denjenigen, die ihre Ausbildung bereits im Alter von 15 Jahren oder früher beendet haben, nur 20% dieser Auffassung sind (Europäische Kommission 2010).

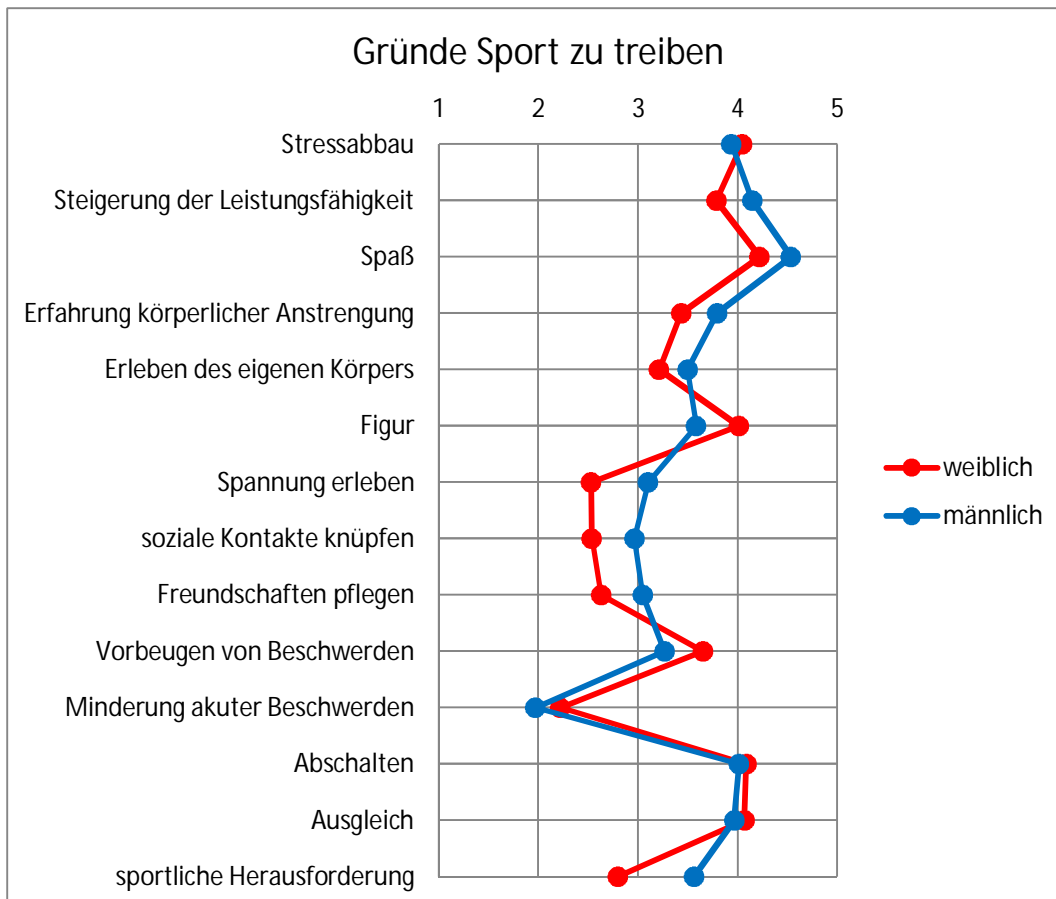


Abb. 18: Gründe für das Sporttreiben auf einer Skala von 1 (trifft überhaupt nicht zu) bis 5 (trifft vollkommen zu) für Studierende der JGU und der HIS-Studie, jeweils getrennt für Studenten und Studentinnen. Angabe des Mittelwerts

Die geschlechtsspezifische Auswertung zeigt: Für die Mainzer sporttreibenden Studentinnen sind die Gründe „meine Figur verbessern“ (+ 0,4)¹⁴ und „Vorbeugen von Beschwerden“ (+ 0,4) wichtiger als für die Studenten. Für diese sind im Vergleich zu den weiblichen Studierenden in abnehmender Rangfolge die Gründe „Sportliche Herausforderung“ (+ 0,8), „Spannung erleben“ (+ 0,7), „Kontakte knüpfen“ (+ 0,5), „Freundschaften pflegen“ (+ 0,4), „Steigerung der Leistungsfähigkeit“ (+0,4), „Erfahrung körperlicher Anstrengung“ (+ 0,4) und „Spaß“ (+ 0,3) deutlich wichtiger (vgl. Abb. 18). Diese geschlechtsspezifischen Unterschiede decken sich mit den Ergebnissen der EU-Umfrage: Danach nennen Männer als Motivationsgrund für das Sporttreiben häufiger den Wettbewerbseffekt sowie den sozialen Aspekt des Sports, d.h. um mit Freunden zusammen zu sein (Europäische Kommission 2010).

¹⁴ Differenz der Mittelwerte zwischen weiblichen und männlichen Studierenden.

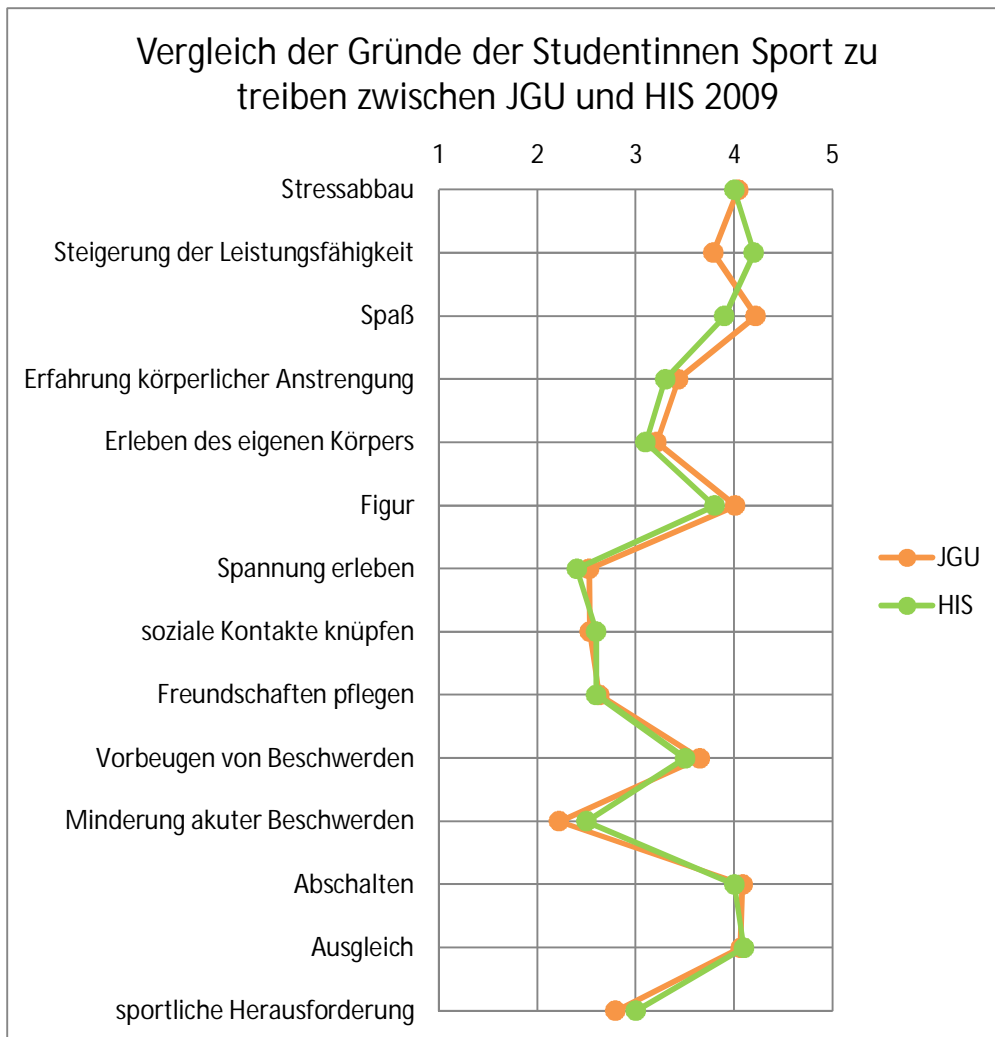


Abb. 19: Gründe für das Sporttreiben auf einer Skala von 1 (trifft überhaupt nicht zu) bis 5 (trifft vollkommen zu) für Studentinnen der JGU und der HIS-Studie. Angabe des Mittelwerts

Unterschiede in den Gründen für das Sporttreiben zeigen sich zwischen den Studentinnen aller Hochschulen (HIS-Studie) und den Mainzer Studentinnen nur bei „Spaß“ und „Steigerung der Leistungsfähigkeit“. Für die Mainzer Studentinnen steht „Spaß“ an erster Stelle und für die Studentinnen aller Hochschulen der Aspekt „Steigerung der Leistungsfähigkeit“ (vgl. Abb. 19).

Ähnlich fällt dieser Vergleich bei den männlichen Studierenden aus (vgl. Abb. 20).

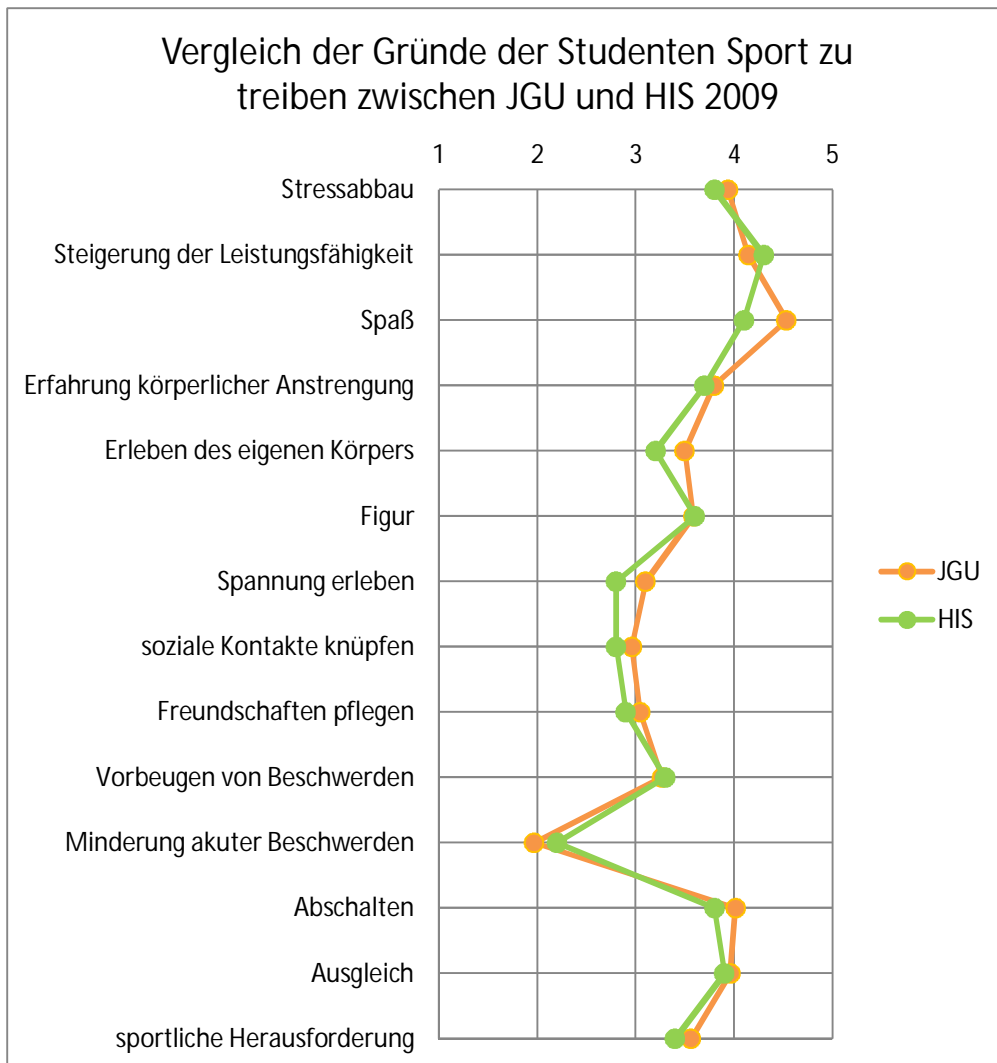


Abb. 20: Gründe für das Sporttreiben auf einer Skala von 1 (trifft überhaupt nicht zu) bis 5 (trifft vollkommen zu) für Studenten der JGU und der HIS-Studie. Angabe des Mittelwerts

Die sportgruppenspezifische Auswertung zeigt, dass für die stärkste Gruppe der Freizeitsportler die Gründe „Spaß“, „Stressabbau“, „meine Figur verbessern“, „Ausgleich“ und „Abschalten“ im Vordergrund stehen. Für die aktiven und ehemaligen wettkampf- und leistungsorientierten Sportler steht der „Spaß“ an erster Stelle, gefolgt von „Steigerung der Leistungsfähigkeit“, „Abschalten“, „Ausgleich“ und „Sportliche Herausforderung“ (vgl. Abb. 21).

Die größten Unterschiede bzw. gegenläufige Kurven zwischen freizeit- und wettkampforientierten Sportlern bestehen in den Gründen „Spannung erleben“, „Soziale Kontakte knüpfen“, „Freundschaften pflegen“ und „Sportliche Herausforderung“ die für die wettkampforientierten Sportler sehr wichtig und für die Freizeitsportler eher unwichtig sind.

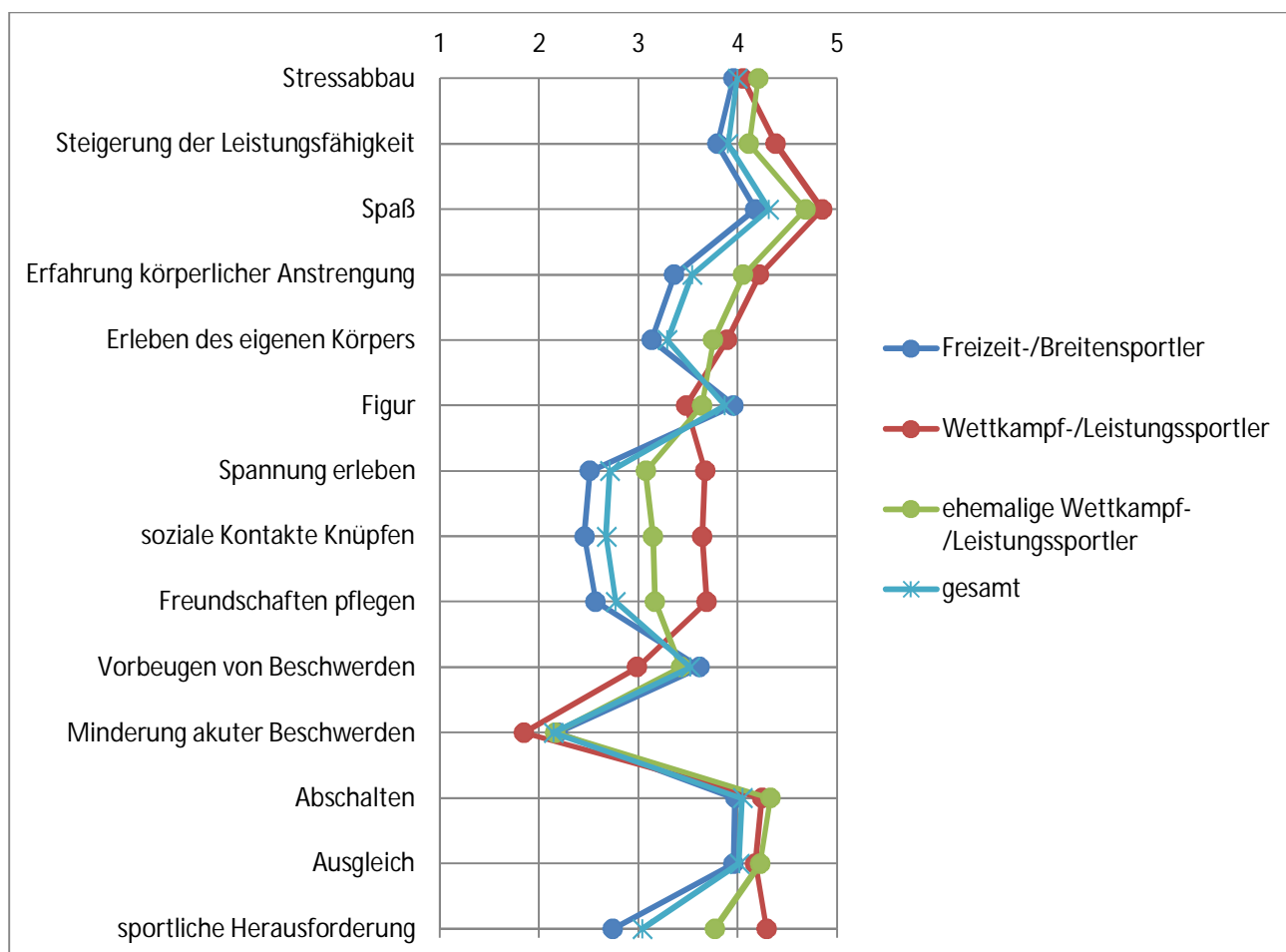


Abb. 21: Gründe für das Sporttreiben auf einer Skala von 1 (trifft überhaupt nicht zu) bis 5 (trifft vollkommen zu) für die Gesamtgruppe und die drei Sportgruppen der JGU

3.1.9 Frage 8: „In welche Bereiche lassen sich deine sportlichen Aktivitäten einordnen?“

In Anlehnung an die HIS-Studie wurden die Studierenden danach befragt, in welche 12 Bereiche (inklusive „Sonstige Sportbereiche“), die teilweise überlappend sind¹⁵, sie ihre sportlichen Aktivitäten einordnen würden. Mehrfachantworten waren möglich.

Geschlechtsspezifische Unterschiede finden sich im „Fitness-/Gesundheitssport“ und „Tanzen und Rhythmus“, die erwartungsgemäß prozentual häufiger von weiblichen Studierenden betrieben werden. Männliche Studierende hingegen favorisieren „Ball- und Rückschlagsportarten“, „Mannschaftssport“ sowie „Fitnessstudio“ (vgl. Abb. 22).

Neben den typischen Frauen- und Männersportarten gibt es jedoch auch Sportarten, die von beiden Geschlechtern gleichermaßen betrieben werden. Hierzu gehören „Outdoorsport auf

¹⁵ Mannschaftssport und Ballsport; Fitness- und Gesundheitssport und Fitnessstudio

dem Wasser“, „Sport auf Schnee und Eis“, „Turnen/Bewegungskünste“, „Schwimmen“ und „Laufen und Leichtathletik“.

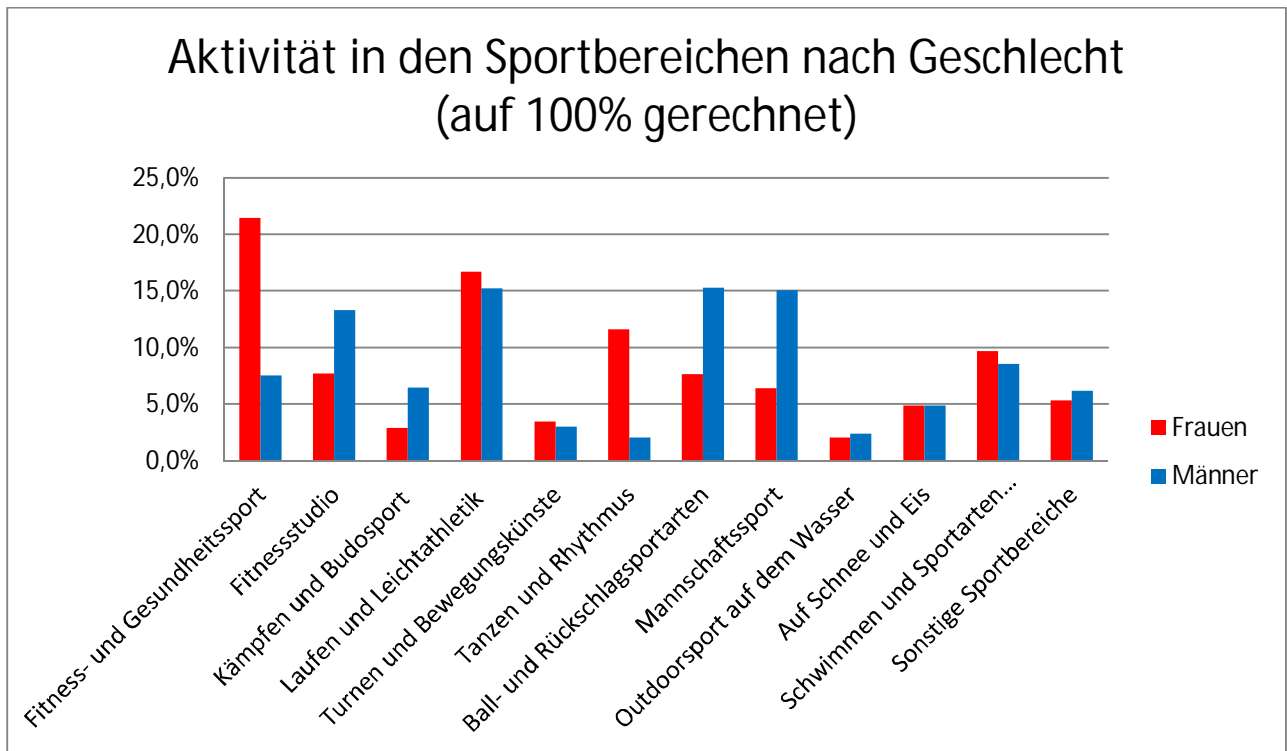


Abb. 22: Angabe der Sportartenbereiche getrennt für männliche und weibliche Studierende der JGU. Angabe in %

Im Vergleich zur HIS-Studie bevorzugen die Mainzer Studentinnen die Sportbereiche „Fitness-/Gesundheitssport“, „Tanzen/Rhythmus“ sowie „Laufen und Leichtathletik“, weniger häufig dagegen „Fitnessstudio“, „Schwimmen“ und „sonstige Sportbereiche“ (vgl. Abb.22). Was das Fitnessstudio angeht, so könnte dies darauf zurückgeführt werden, dass der Allgemeine Hochschulsport der JGU bis jetzt noch kein attraktives Fitnessstudio betreiben durfte, sondern lediglich einen Fitnessraum mit begrenzten Möglichkeiten anbieten kann und Studentinnen mehr Wert auf die Qualität eines Fitnessstudios (räumliche Ausstattung, Geräteauswahl,...) legen als Studenten (vgl. Abb. 23 und 24).

Unterstützt wird diese These durch den Vergleich mit den weiblichen Studierenden aller Hochschulen. Nach der HIS-Studie bevorzugen 11% der Frauen und 14% der Männer ein Fitnessstudio. Unter den Mainzer Studierenden sind es 8% Frauen und 14 % Männer.

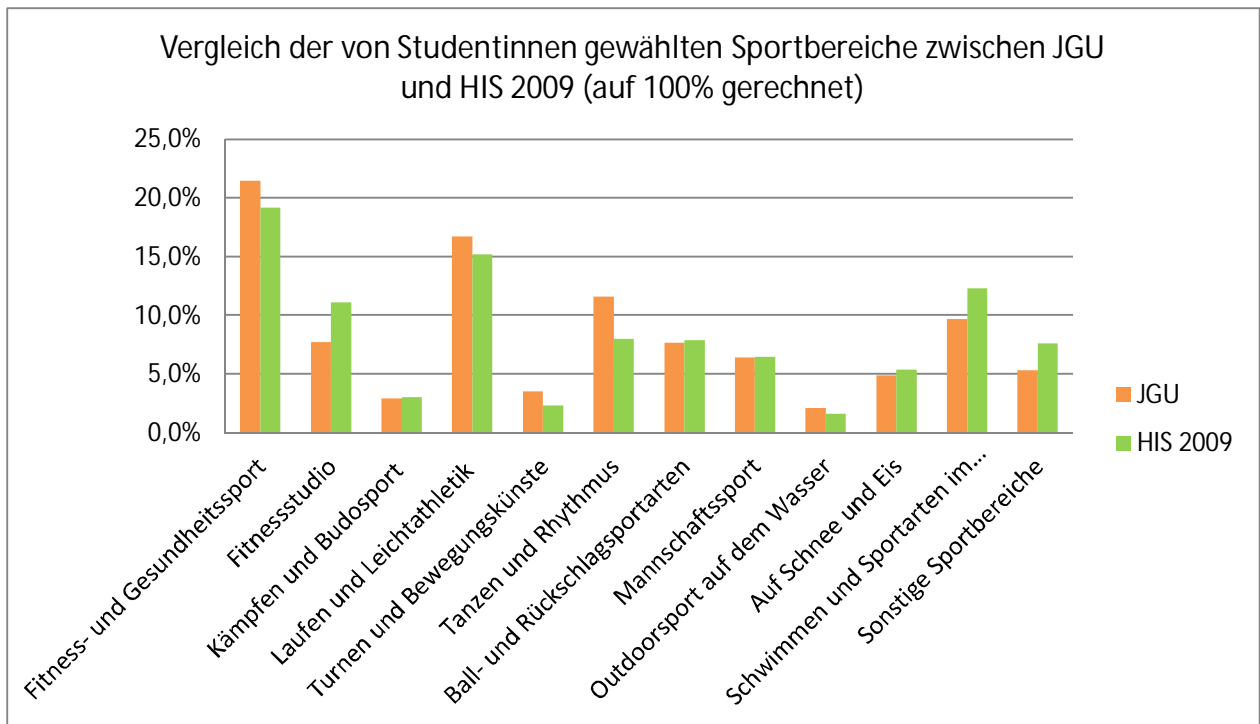


Abb. 23: Angabe der Sportartenbereiche für Studentinnen der JGU und der HIS-Studie. Angabe in %

Die Mainzer Studenten führen im Vergleich zu Studierenden anderer Hochschulen häufiger „Kämpfen/Budo“, „Ball- und Rückschlagsportarten“ sowie „Mannschaftssportarten“ auf (vgl. Abb. 24).

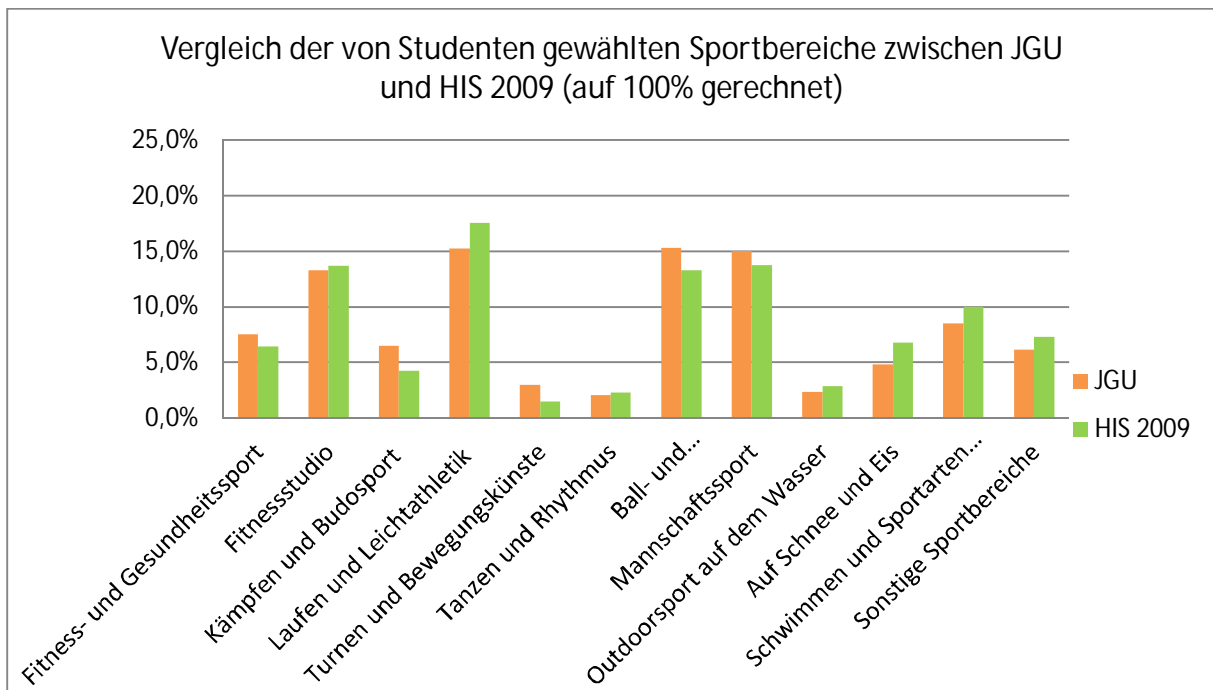


Abb. 24: Angabe der Sportartenbereiche für Studenten der JGU und der HIS-Studie. Angabe in %

Die sportgruppenspezifische Auswertung zeigt, dass Freizeitsportler erwartungsgemäß vermehrt im Bereich „Fitness-/Gesundheitssport“ und „Laufen/Leichtathletik“ aktiv sind, die aktiven wettkampf- und leistungsorientierten Sportler dagegen in „Mannschaftssportarten“ sowie „Ball- und Rückschlagspielen“ und die ehemaligen wettkampf- und leistungsorientierten Sportler in „Laufen/ Leichtathletik“ (vgl. Abb. 25). Auch Isserstedt u. Mitarb. (1990) konnten in ihrer vor 25 Jahren im Sommer 1988 durchgeführten Sozialerhebung auf der Basis von 20 000 Studierenden beobachten, dass sich gerade in den Mannschaftssportarten die Studierenden befinden, die regelmäßig Sporttreiben und sich auch an Wettkämpfen beteiligen.

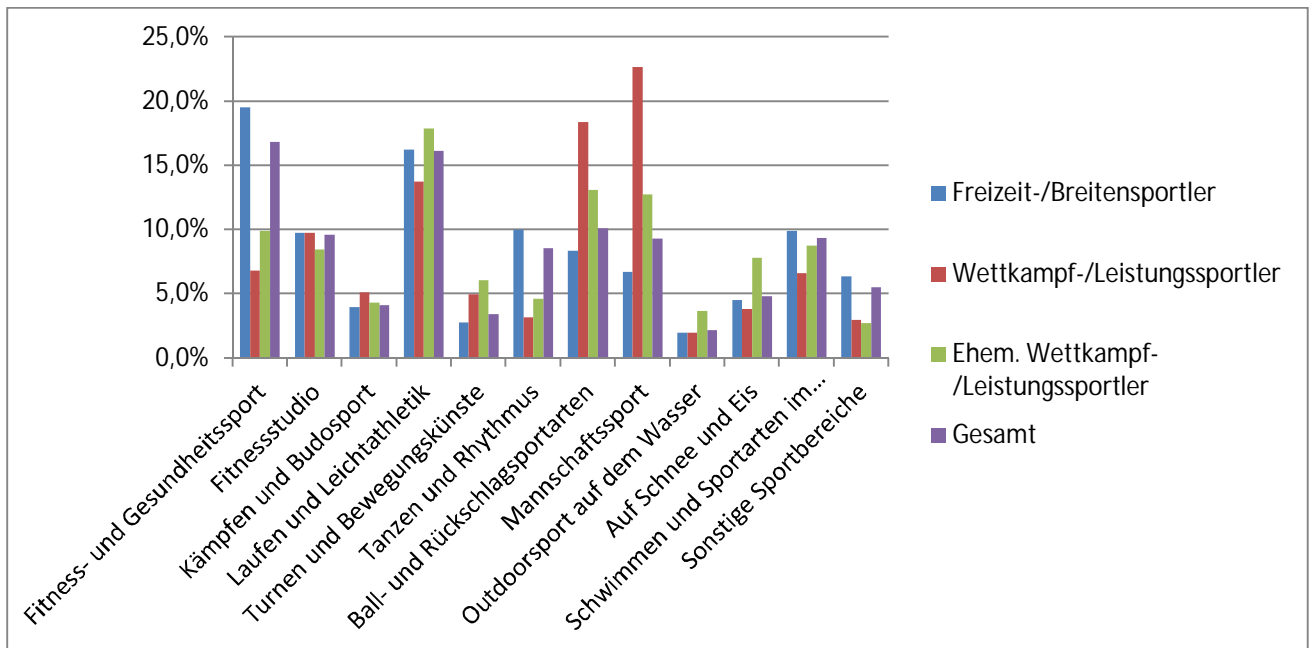


Abb. 25: Angabe der Sportartenbereiche für die Gesamtgruppe und die drei Sportgruppen der JGU. Angabe in %

3.1.10 Frage 9: „Wo betreibst du deine Sportaktivitäten?“

In Anlehnung an die HIS-Studie wurden die Studierenden zur Organisation des Sporttreibens befragt und sechs Antwortkategorien zur Frage „Wo betreibst du deine Sportaktivitäten?“ vorgegeben. Mehrfachantworten waren möglich.

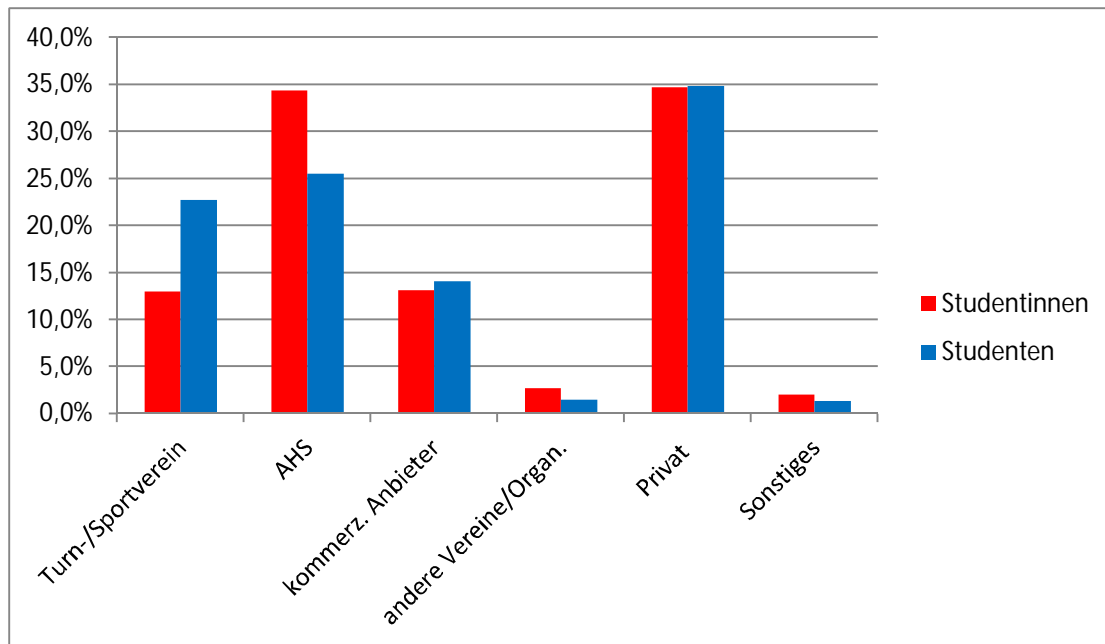


Abb. 26: Angabe der am häufigsten genutzten Sportstätten/-organisationen getrennt für männliche und weibliche Studierende der Uni-Mainz. Angabe in %

Der Allgemeine Hochschulsport der Johannes Gutenberg-Universität Mainz wird neben der privaten Sportausübung von Studenten und Studentinnen am häufigsten als Ort der Sportausübung angegeben. Aktuell beobachtet der Allgemeine Hochschulsport mehr als 10.000 Teilnahmen pro Woche.

Die zu erwartenden Unterschiede zwischen Männern und Frauen in der Allgemeinbevölkerung bzgl. der Präferenz der Organisationsform (vgl. RKI 2005¹⁶) finden sich auch unter den Mainzer sporttreibenden Studierenden: Die Studenten trainieren häufiger als die Studentinnen in „Turn- und Sportvereinen“ (22,7 versus 13,0%) (vgl. Abb. 26).

Die weiblichen Studierenden nutzen – trotz wenig ansprechendem Fitnessraum - dagegen häufiger die Angebote des AHS (34,4 versus 25,5%). Bei entsprechender Qualität eines Fitnessstudios könnte dieser Anteil unter den weiblichen Studierenden noch gesteigert werden. Die geschlechtsspezifische Präferenz bzgl. Sportstättennutzung/-organisation wurde auch im Rahmen der HIS-Studie in 2009, in der Hochschulsportumfrage NRW (Fahlenbock u. Mitarb. 2010) und bei Isserstedt u. Mitarb. (1990) an den Studierenden im Jahr 1988 beobachtet und ist demzufolge keine geschlechtsspezifische Besonderheit der Studierenden der JGU (vgl. Abb. 27 und 28).

¹⁶ Im Alter von 19-25 Jahren sind 40% der Männer und 22% der Frauen im Sportverein organisiert. Mit zunehmendem Alter nimmt die Mitgliedschaft ab, d.h., Personen ab dem 30. Lebensjahr sind unterrepräsentiert (RKI 2005).

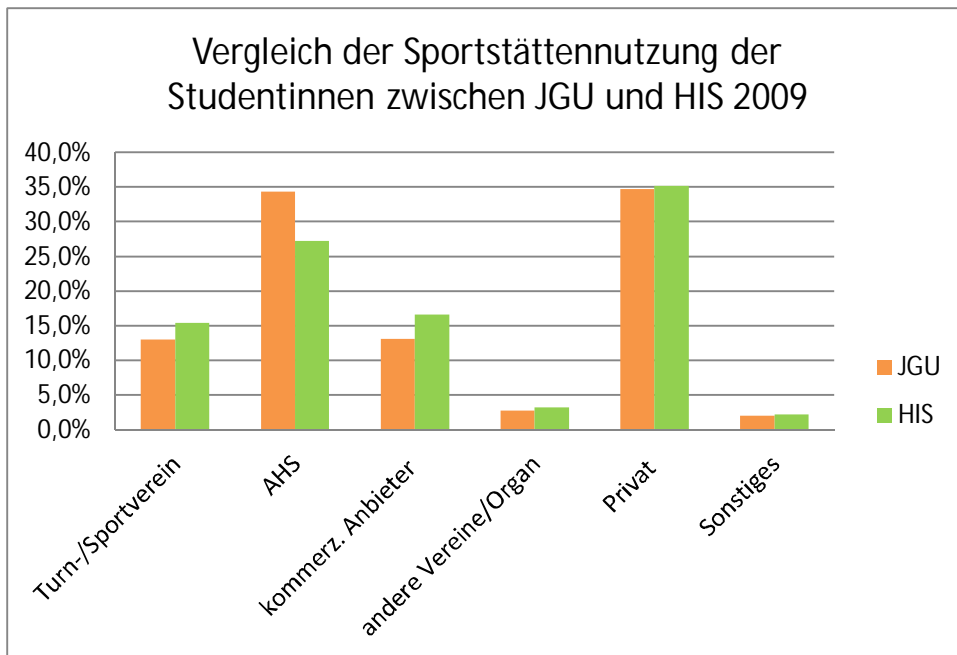


Abb. 27: Angabe der am häufigsten genutzten Sportstätten/-organisationen der Studentinnen der JGU und der HIS-Studie. Angabe in %

Im Vergleich zur HIS-Studie nutzen deutlich mehr Studentinnen und auch mehr Studenten der Uni-Mainz die Angebote des Allgemeinen Hochschulsports (vgl. Abb. 27 und 28). Dieses Ergebnis zeigt einerseits die Bedeutung des AHS unter den sporttreibenden Studierenden der Uni-Mainz und andererseits, dass das umfangreiche Sportangebot des AHS der Uni-Mainz viele Studierende anzieht. Im CHE-Ranking hatten zuletzt in 2008 die Studierenden der Uni-Mainz die Breite des AHS mit der Note 1,4 als herausragend bewertet (Hachmeister 2008). Dies ist kein neues Phänomen. So findet sich schon vor 25 Jahren - in der Erhebung von Isserstedt u. Mitarb. (1990) - in einer nach Hochschulen differenzierten Auswertung zur Beteiligung am Hochschulsport, dass die Studierenden der Uni-Mainz an Fünfter Stelle bzgl. der Nutzung des AHS liegen: Während zu dieser Zeit sich durchschnittlich 22% aller Studierenden am AHS beteiligten, lag Mainz mit 31% nach Kiel (39%), Regensburg (35%), Göttingen und Tübingen (je 34%) an fünfter Stelle von 47 untersuchten Hochschulen.

Die hohe Beteiligung beim AHS führen Isserstedt u. Mitarb. (1990) auch auf den Ausbaustand des AHS zurück, da sie insbesondere bei Hochschulen mit 20.000 – 35.000 Studierenden eine überdurchschnittlich hohe Beteiligung beim AHS fanden. Interessanterweise konnten Isserstedt und Mitarb. (1990) diesen Trend nur bei Hochschulgrößen von 5-10.000, 10-20.000 und 20-35.000 Studierenden beobachten. Bei Hochschulgrößen über 35.000 Studierenden war die AHS-Beteiligung dagegen unterdurchschnittlich. Vermutlich liegt die Universität Mainz mit ihren rund 35.600 Studierenden gerade an der Grenze.

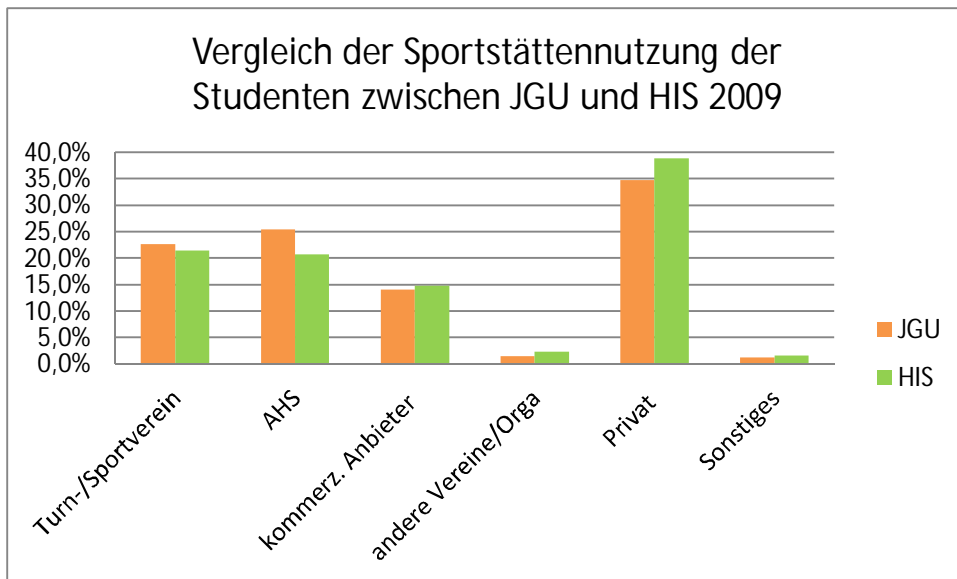


Abb. 28: Angabe der am häufigsten genutzten Sportstätten/-organisationen der Studentinnen der JGU und der HIS-Studie. Angabe in %

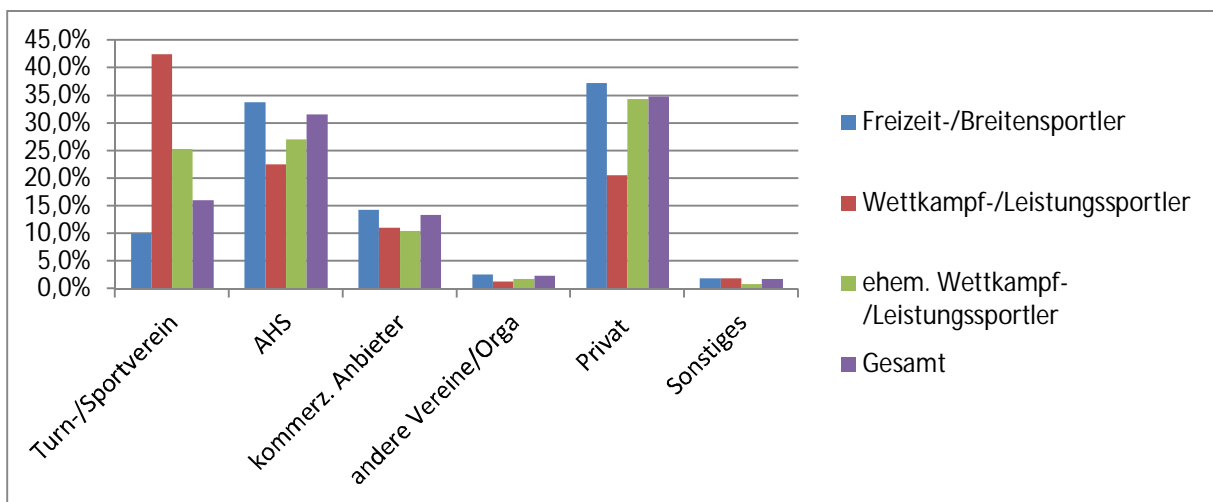


Abb. 29: Angabe der am häufigsten genutzten Sportstätten/-organisationen für die Gesamtgruppe und die drei Sportgruppen der JGU. Angabe in %

Ein großer Prozentsatz der Freizeitsportler und ehemaligen wettkampf- und leistungsorientierten Sportler organisiert sich seinen Sport selbst (38 % bzw. 34%), während die aktiven wettkampf- und leistungsorientierten Sportler ihren Sport vorwiegend im Turn-/Sportverein betreiben.

Immerhin 33,8% der Freizeit-/Breitensportler, 27,1% der ehemaligen und 22,6% der aktiven wettkampf- und leistungsorientierten Sportler nutzen die Angebote des AHS für ihre Sportaktivitäten (vgl. Abb. 29). Dies erklärt u.a. die guten Ergebnissen der Johannes

Gutenberg-Universität Mainz im adh-Wettkampfranking¹⁷ in den letzten Jahren. In 2011 starteten 312 Mainzer Studierende an nationalen und 51 an internationalen Wettkämpfen¹⁸. Im adh-Gesamtranking belegte Mainz in 2012 von 114 teilnehmenden Hochschulen Platz 4 und im European Universities Games-Ranking Platz 2 (vgl. ADH 2013).

3.1.11 Frage 10: „Aus welchen Gründen nimmst du am AHS teil?“

Den Studierenden, die an der Befragung teilgenommen haben und den AHS nutzen, wurde auch hier – in Anlehnung an die HIS-Studie - ein Katalog vorgelegt, der verschiedene Gründe anbietet, die auf einer Skala von 1 (trifft überhaupt nicht zu) bis 5 (trifft vollkommen zu) angekreuzt werden konnten. Mehrfachnennungen waren möglich. 1071 Studenten und Studentinnen beantworteten diese Frage.

Als Gründe für die Teilnahme am Allgemeinen Hochschulsport werden von Studenten und Studentinnen am häufigsten „geringe Kosten“ genannt, gefolgt von „Trainingsangebot“ und „Trainingsgelegenheiten während Studienalltag“ (vgl. Abb. 30).

¹⁷ Beim Wettkampfranking werden die Leistungen (Top-3-Platzierungen), die Hochschulen im Bereich Wettkampfsport einbringen, das Ausrichten von Wettkampfveranstaltungen sowie die Entsendungen von Teilnehmenden zu Wettkampfveranstaltungen abgebildet. Der Gesamtsieger des Wettkampfrankings wird aus den Platzierungen in den Einzelrankings ermittelt. Die Hochschule mit der kleinsten Summe der Platzierungen aus den drei Einzelrankings (Leistung-, Ausrichter- und Teilnehmeranking) gewinnt.

¹⁸ In 2012 starteten mehr als 400 Studierende der Johannes Gutenberg-Universität.

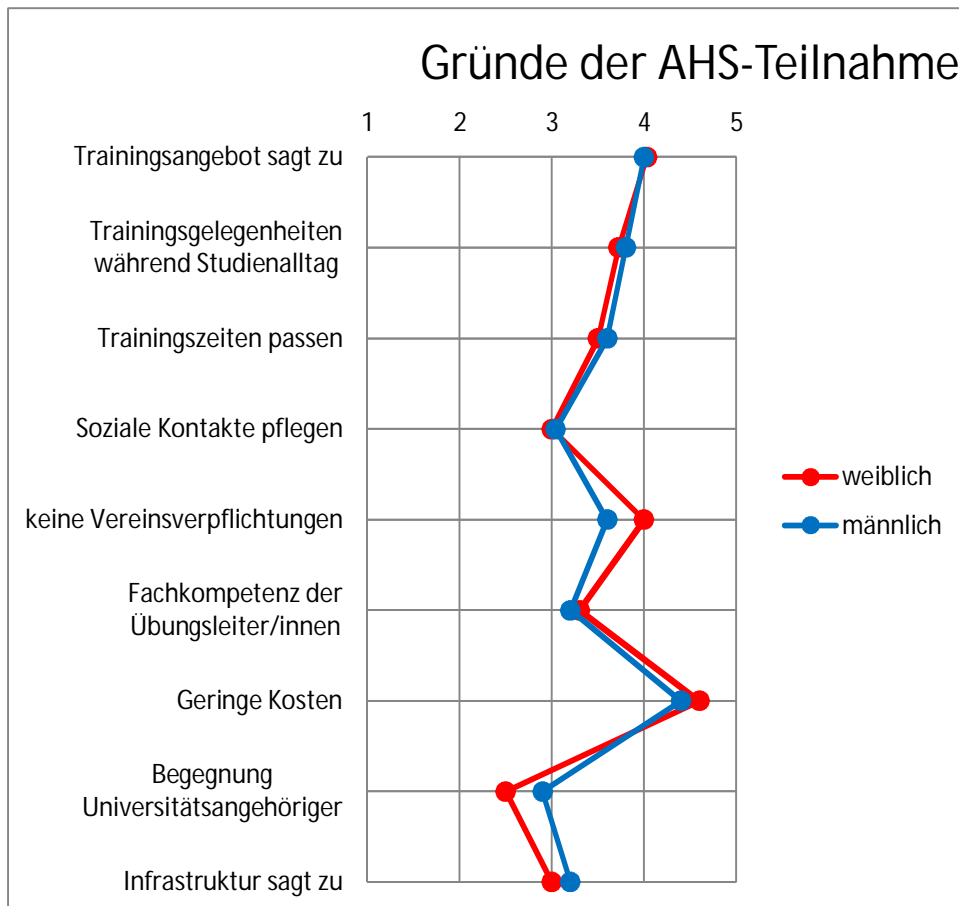


Abb. 30: Gründe für die Teilnahme am AHS auf einer Skala von 1 (trifft überhaupt nicht zu) bis 5 (trifft vollkommen zu) für weibliche und männliche Studierende der Uni-Mainz. Angabe des Mittelwerts

Geschlechtsspezifische Unterschiede finden sich bzgl. „keine Vereinsverpflichtungen“ und „Begegnung Uni-Angehöriger in anderem Rahmen“. Während für die Studentinnen der Aspekt „keine Vereinsverpflichtung“ wichtiger ist als für die Studenten, ist für diese die „Begegnung mit Uni-Angehörigen in einem anderen Rahmen“ wichtiger.

Im Vergleich zur HIS-Studie 2009 sind für die Studentinnen der Uni-Mainz „keine Vereinsverpflichtungen“ und „Infrastruktur“ wichtiger als für die Studentinnen aller Hochschulen in Deutschland (vgl. Abb. 31).

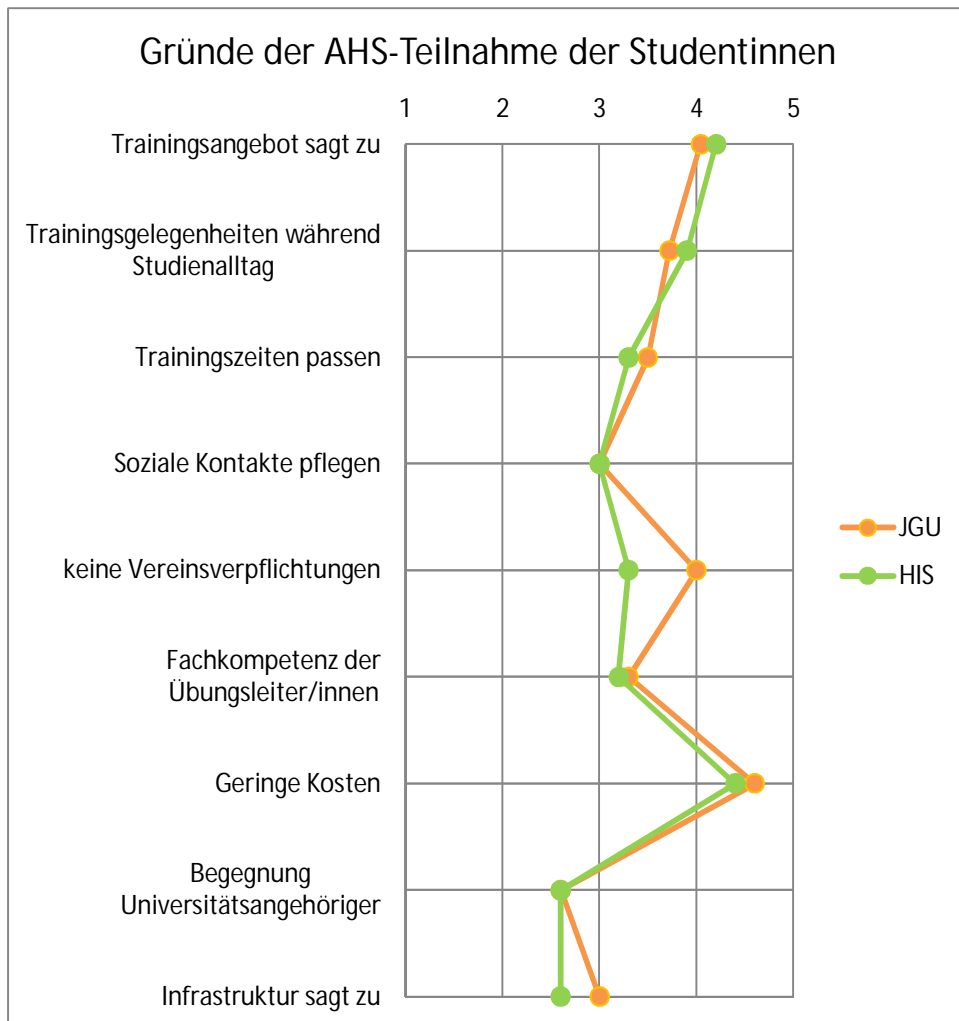


Abb. 31: Gründe für die Teilnahme am Allgemeinen Hochschulsport auf einer Skala von 1 (trifft überhaupt nicht zu) bis 5 (trifft vollkommen zu) für Studentinnen der Uni-Mainz (JGU) und Studentinnen der Hochschulen bundesweit (HIS)

Dagegen sind für die Studenten der Uni Mainz die Gründe „Geringe Kosten“, „Passende Trainingszeiten“, „keine Vereinsverpflichtungen“, „Fachkompetenz der Übungsleiter/Innen“ und „Infra-Struktur“ zutreffendere für die Teilnahme am AHS im Vergleich zu Studenten aller Hochschulen bundesweit (vgl. Abb. 32).

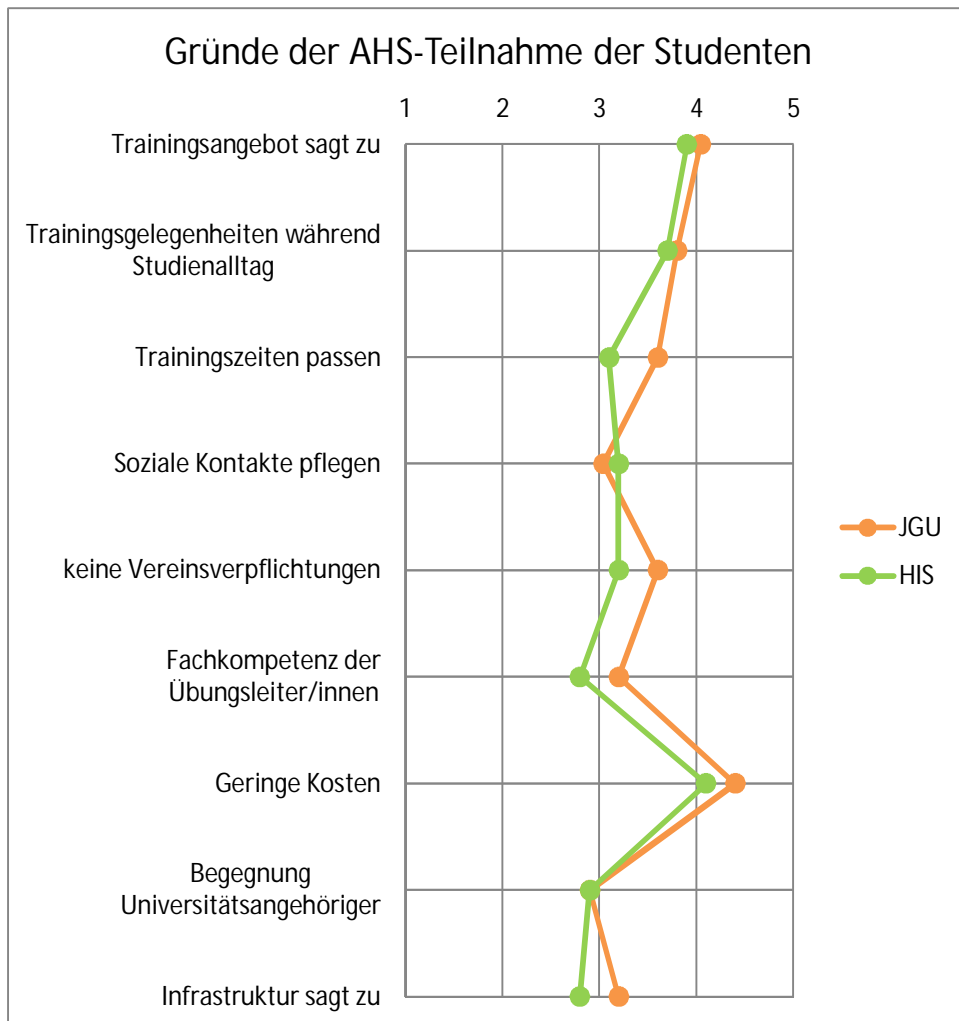


Abb. 32: Gründe für die Teilnahme am Allgemeinen Hochschulsport auf einer Skala von 1 (trifft überhaupt nicht zu) bis 5 (trifft vollkommen zu) für Studenten der Uni-Mainz (JGU) und Studenten der Hochschulen bundesweit (HIS)

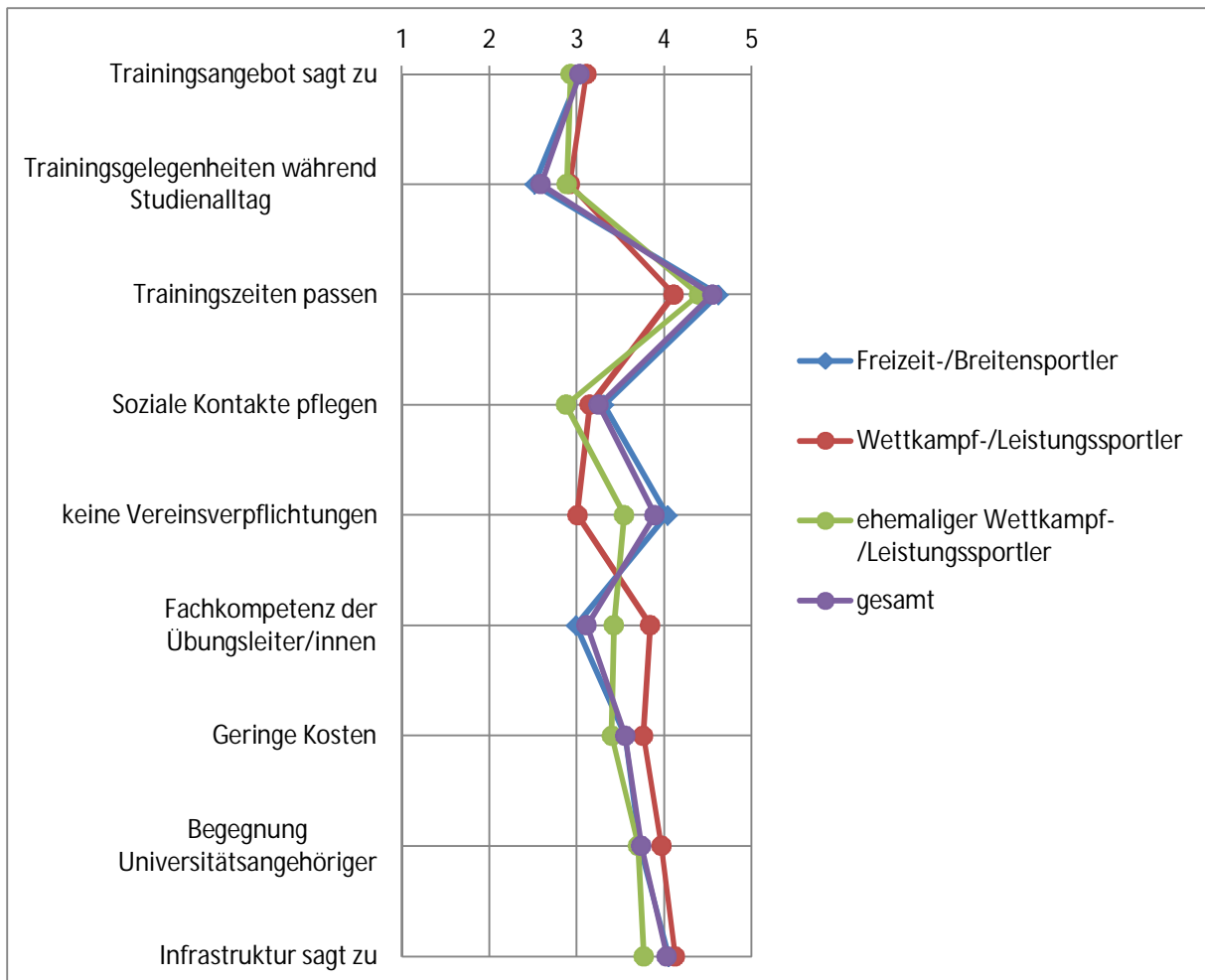


Abb. 33: Gründe für die Teilnahme am Allgemeinen Hochschulsport auf einer Skala von 1 (trifft überhaupt nicht zu) bis 5 (trifft vollkommen zu) für die Gesamtgruppe und die drei Sportgruppen der JGU.

Bis auf „keine Vereinsverpflichtungen“ sowie „Fachkompetenz der Übungsleiter/Innen“ finden sich keine großen Unterschiede zwischen „Freizeitsportlern, aktuellen und ehemaligen wettkampf- und leistungsorientierten Sportlern (vgl. Abb. 32).

3.1.12 Frage 11: „Wie viel Zeit wendest du während der Vorlesungszeit durchschnittlich pro Woche für folgende Tätigkeiten auf?“

2062 Studierende beantworteten die Frage zum durchschnittlichen Zeitaufwand für ihr Studium. Der Mittelwert liegt bei 31,3 ($\pm 15,2$) Stunden.

Studierende, die keinen Sport treiben, wenden für das Studium nicht mehr Zeit auf als sportlich aktive Studierende: Sporttreibende Studierende wenden wöchentlich im Durchschnitt 31,2 ($\pm 14,9$) Stunden für ihr Studium auf, sportlich inaktive Studierende 32,1 ($\pm 17,8$) Stunden. Die gleiche Beobachtung machten Isserstedt u. Mitarb. (1990) schon vor 25 Jahren.

Aus Sicht der sportlich aktiven Studierenden interpretiert kann daher gefolgert werden: die zeitliche Beanspruchung durch den Sport führt nicht zu einer Reduzierung des zeitlichen Aufwands für das Studium bzw. die zeitliche Inanspruchnahme durch das Studium kann nicht der Hinderungsgrund sein, auch Sport als mögliche Freizeitgestaltung in Betracht zu ziehen.

72% der Studienteilnehmer/Innen gehen neben ihrem Studium einer Erwerbstätigkeit nach mit einem wöchentlichen Umfang von 8,1 (\pm 8,2) Stunden.

In Anlehnung an die HIS-Studie wurde der jeweilige Zeitaufwand für Universität und Erwerbstätigkeit klassiert. Die geschlechtsspezifische Auswertung zeigt, dass prozentual 4% mehr Studentinnen als Studenten neben ihrem Studium einer Erwerbstätigkeit nachgehen (73% im Vergleich zu 69%) (Abb. 33). Der Anteil derjenigen, die 1-10 h wöchentlich einer Erwerbstätigkeit nachgeht liegt bei den Frauen mit 47,4% deutlich über dem der Männer mit 40%.

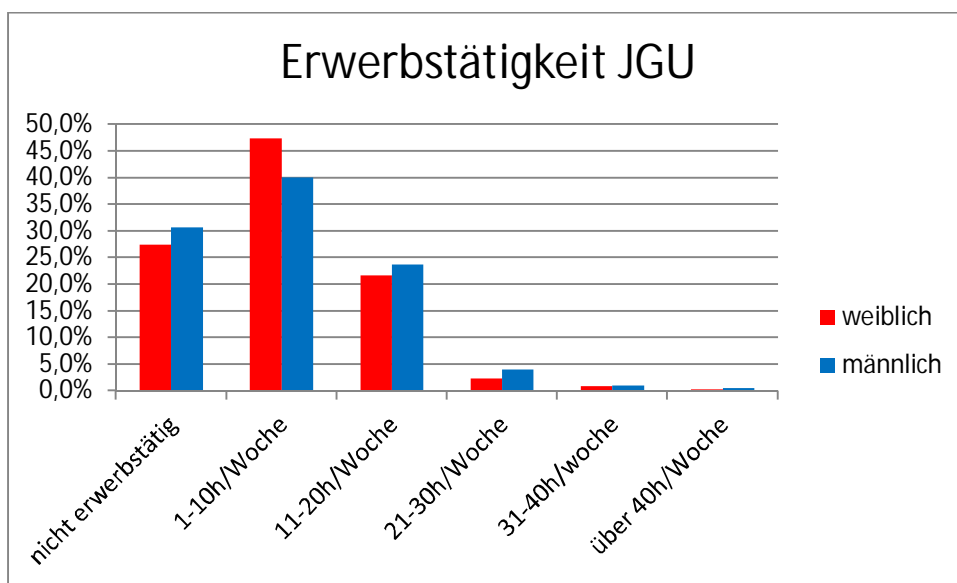


Abb. 33: Angabe der nichterwerbstätigen männlichen und weiblichen Studierenden der JGU sowie derjenigen die wöchentlich 1-10, 11-20, 21.-30, 31-40 und mehr Stunden erwerbstätig sind. Angabe in %

Die Mainzer Studentinnen der JGU, die erwerbstätig sind, wenden mit durchschnittlich 29,4 (\pm 13,6) Stunden nur 4,5 Stunden weniger Zeit für ihr Studium auf als die nicht erwerbstätigen Studentinnen. Bei den Mainzer Studenten ist das ähnlich: die erwerbstätigen Studenten wenden durchschnittlich 29,8 (\pm 15,6) Stunden für ihr Studium auf, die nicht erwerbstätigen Studenten durchschnittlich 5,9 Stunden mehr.

Vor 25 Jahren reduzierte sich die Stundenanzahl, die pro Woche studiert wurde, deutlich, wenn neben dem Studium einer Erwerbstätigkeit nachgegangen wurde: Erwerbstätige Studentinnen studierten durchschnittlich 32,5 Stunden/Woche, nicht erwerbstätige 40,8 Stunden/Woche. Nicht anders sah es bei den Männern aus. Waren sie erwerbstätig, betrug der durchschnittliche wöchentliche Zeitaufwand für das Studium 34,9 Stunden, waren sie nicht erwerbstätig 42,2 Stunden (Isserstedt u. Mitarb. 1990).

Das heißt, dass einerseits der zeitliche Aufwand für das Studium um durchschnittliche sechs Stunden zurückgegangen ist und andererseits die erwerbsbedingte Reduzierung des Aufwands für das Studium von 7,3 bzw. 8,3 auf 4,5 bzw. 5,9 Stunden zurückgegangen ist.

Im Vergleich zur HIS-Studie aus dem Jahr 2009 gehen 10,6 % mehr Studierende neben dem Studium einer Erwerbstätigkeit („Nebenjob“) nach (71,7% versus 61,1%). Am stärksten angestiegen ist mit 15% der Anteil an Studierenden, der zwischen 1-10 Stunden/wöchentlich arbeitet. Bei den Frauen ist dieser Anteil um 16% bei den Männern um 11% höher als in der HIS-Studie (vgl. Abb. 34 und 35).

Der Prozentanteil der Studierenden, der neben dem Studium mehr als 20 Stunden zusätzlich einer Erwerbstätigkeit nachgeht liegt mit 4,2% deutlich unter dem der HIS-Studienteilnehmer mit 11,5%. D.h., es gibt zunehmend mehr Studierende, die ihr Studium mitfinanzieren müssen und weniger Studierende, die ihr Studium voll finanzieren müssen

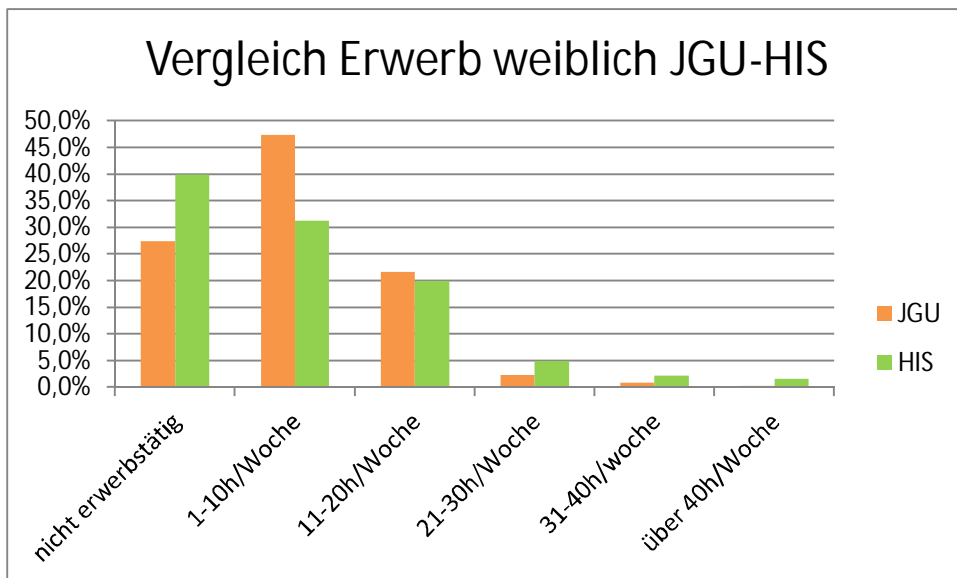


Abb. 34: Angabe der nichterwerbstätigen weiblichen Studierenden der Uni-Mainz und der HIS-Studie sowie derjenigen die wöchentlich 1-10, 11-20, 21.-30, 31-40 und mehr Stunden erwerbstätig sind. Angabe in %

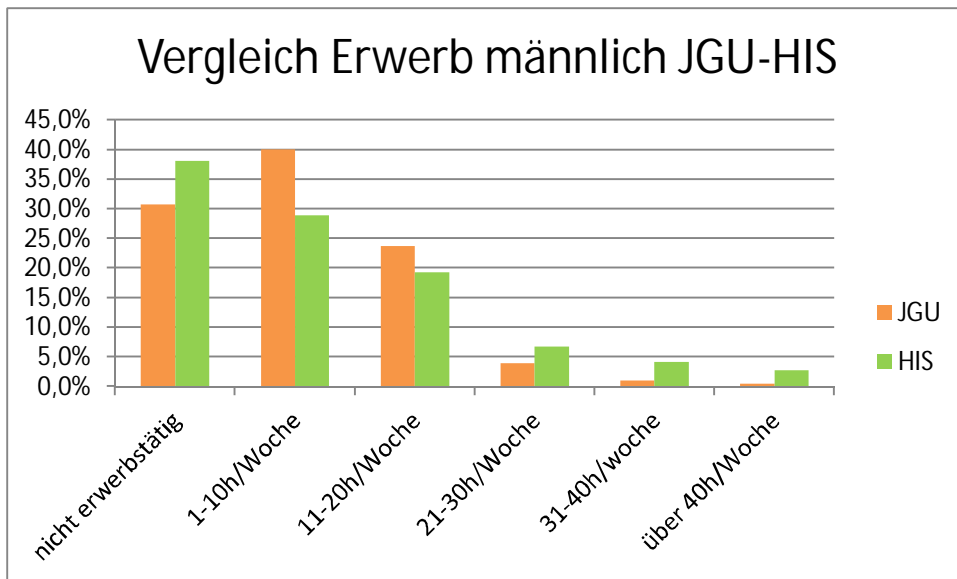


Abb. 35: Angabe der nichterwerbstätigen männlichen Studierenden der Uni-Mainz und der HIS-Studie sowie derjenigen die wöchentlich 1-10, 11-20, 21.-30, 31-40 und mehr Stunden erwerbstätig sind. Angabe in %

3.2 Zur Situation der studierenden Leistungssportler/Innen und Spitzenathleten/Innen an der JGU

Nachfolgend werden nur einige Ergebnisse kurz skizziert. Eine umfassende Auswertung erfolgt im Rahmen der Diplomarbeit von Herrn Fahrur und kann erst nach Fertigstellung der Diplomarbeit ergänzt werden.

3.2.1 Ehemalige und aktuelle Leistungssportler

349 Studierende (15,8%) bezeichnen sich als derzeit aktive wettkampf- und leistungsorientierte Sportler/Innen und 298 Studierende (13,5%) als ehemalige wettkampf- und leistungsorientierte Sportler/Innen.

Von diesen 647 Studierenden geben je drei Studierende an, dass sie vor und/oder während des Studiums einem C/D- und C-Kader, sieben einem B- und fünf einem A-Kader angehören bzw. angehört haben sowie zehn einem vergleichbaren Status d.h., der Leistungssport wurde auf internationalem Niveau betrieben¹⁹.

Verschiedene Experten aus den Reihen des DOSB, der Dt. Sporthilfe und des adh schätzten im Jahre 2005 die Anzahl studierender Kaderathleten/Innen auf 1000 bis 1200 in Deutschland; davon seien ca. 80 an ausländischen Hochschulen immatrikuliert (Tabor 2005). Ausgehend von 415 Hochschulen in Deutschland wäre rein statistisch mit ca. drei studierenden Kaderathleten pro Hochschule zu rechnen. Unter Berücksichtigung der Zahl

¹⁹ Bei Sportarten, die nicht olympisch sind, gibt es keinen olympische Kader.

aller Studierenden in Deutschland ist pro 2000 Studierenden von einer Kaderathletin/einem Kaderathleten auszugehen. Das wären für die JGU ca. achtzehn Kaderathleten/Innen. Danach wäre der Anteil an studierenden Kaderathleten/Innen an der JGU als überdurchschnittlich zu bewerten!

Vor ihrem Studium waren drei Studierende Mitglied im D/C-, zwei im C-, je vier im B- und A-Kader und sieben hatten einen vergleichbaren Status und einer gehörte dem D-Kader an. Während des Studiums sind noch zwei Studierende Mitglied in einem C-Kader, drei gehören einem B-, zwei einem A-Kader und drei einem vergleichbaren Status an, d.h., die Zahl der Kaderathleten/Innen ist im Vergleich zu vor dem Studium um 50% gesunken.

Aktuell aktive Leistungssportler, die während ihres Studiums einem Kader angehör(t)en, ordneten sich wie folgt den einzelnen Kadern zu: ein Studierender dem C-Kader, zwei einem B-, einer einem A-Kader und einem vergleichbaren Status.

Die Sportarten, die die A-Kaderathleten betreiben sind Badminton, Ringen, Rudern und Eiskunstlaufen.

Die B-Kaderathleten/Innen betreiben die Sportarten Handball, Leichtathletik, Rudern und Skilanglauf.

Die C-Kaderathleten/Innen betreiben Rudern und Leichtathletik, die D/C Kaderathleten/Innen Voltigieren, Rennrad und Badminton und ein D-Kaderathlet Segeln.

Unter sonstiges wurden Naginata²⁰ in der Deutschen Nationalmannschaft, Ultimate Frisbee in der Damennationalmannschaft, Basketball im Landeskader und Tennis im LK19, Feldhockey im Hessenkader, Karate und Segeln im Landeskader und Kendo im Landesverbandskader genannt.

3.2.2 Frage 1: „Wie stark stimmst du folgenden Aussagen zu?“

In Anlehnung an die Studie von Tabor & Schütte (2005) sollten die Leistungssportler/Innen auf einer Skala von 1 (stimme überhaupt nicht zu) bis 5 (stimme stark zu) die nachfolgenden Aussagen bewerten. Die Auswertung erfolgt getrennt für Leistungssportler/Innen, welche einem olympischen Kader und welche einem vergleichbaren Status angehören oder angehört haben sowie allen aktiven wettkampf- und leistungsorientierten Sportlern/Innen (vgl. Abb. 36).

Die Kaderathleten/Innen stimmen den Aussagen zu „Das Studium leidet sehr unter meinem Sport“ und „Ich empfinde das doppelte Engagement für Studium und Sport als sehr belastend“, aber auch „Das Studium ist mir wichtiger als meine Sportkarriere“. Der „Abstand zwischen Studienort und Trainingsstätte“ ist dagegen kein Problem, was vermutlich darauf zurückzuführen ist, dass zuerst die Trainingsstätte feststand und danach die Universität ausgewählt wurde.

²⁰ Das Wort *Naginata* bezeichnet zweierlei Dinge, eine bestimmte Waffe und einen modernen Budo-Kampfsport, bei dem mit der Waffe Naginata gekämpft wird.

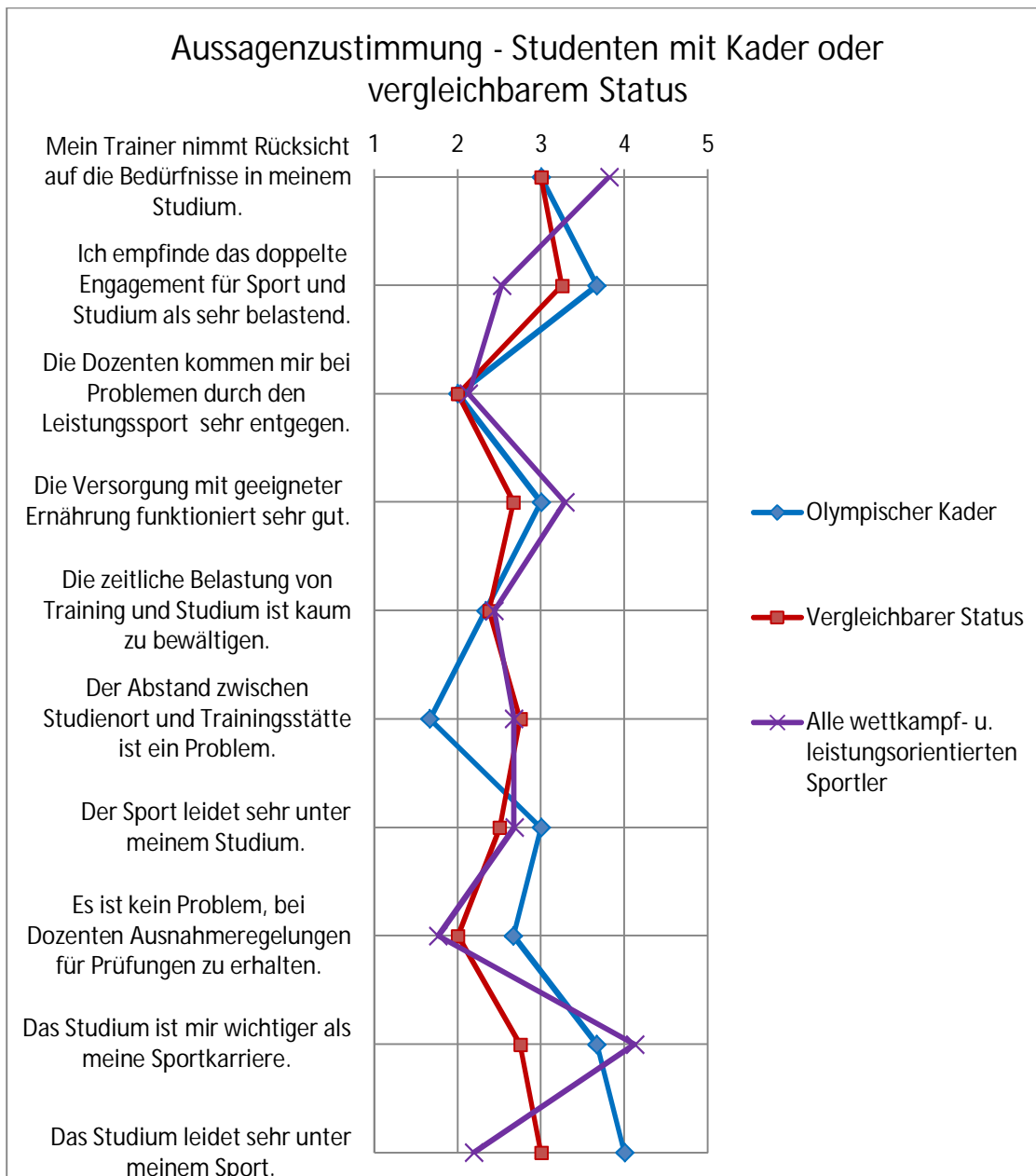


Abb. 36: Zustimmung zu den o.g. Aussagen auf einer Skala von 1 (trifft überhaupt nicht zu) bis 5 (trifft vollkommen zu) getrennt für Studierende mit olympischem und vergleichbarem Status

Für die Kaderathleten/Innen der JGU scheint es im Vergleich zu den spitzensporttreibenden Studierenden mit vergleichbarem Status etwas leichter zu sein, Ausnahmeregelungen für Prüfungen zu erhalten.

Für alle 349 aktiven wettkampf- und leistungsorientierten Sportler treffen die Aussagen „Mein Trainer nimmt Rücksicht...“ und „Das Studium ist mir wichtiger als meine Sportkarriere“ zu. Nichtzutreffend sind „Es ist kein Problem Ausnahmeregelungen bei Prüfungen zu erhalten“ sowie „Die Dozenten kommen mir bei den Problemen durch den Leistungssport sehr entgegen“.

3.2.3 Frage 2: „Welche Maßnahmen erachtest du als wichtig für eine gute Koordination von Studium und Sport?“

Ehemalige und aktuelle wettkampf- und leistungsorientierte Sportler wurden gefragt, welche Maßnahmen sie als wichtig erachten, um eine gute Koordination von Studium und Sport gewährleisten zu können. Auch hier wurde die Meinung anhand einer 5-stufigen Skala von 1 (überhaupt nicht wichtig) bis 5 (äußerst wichtig) abgefragt.

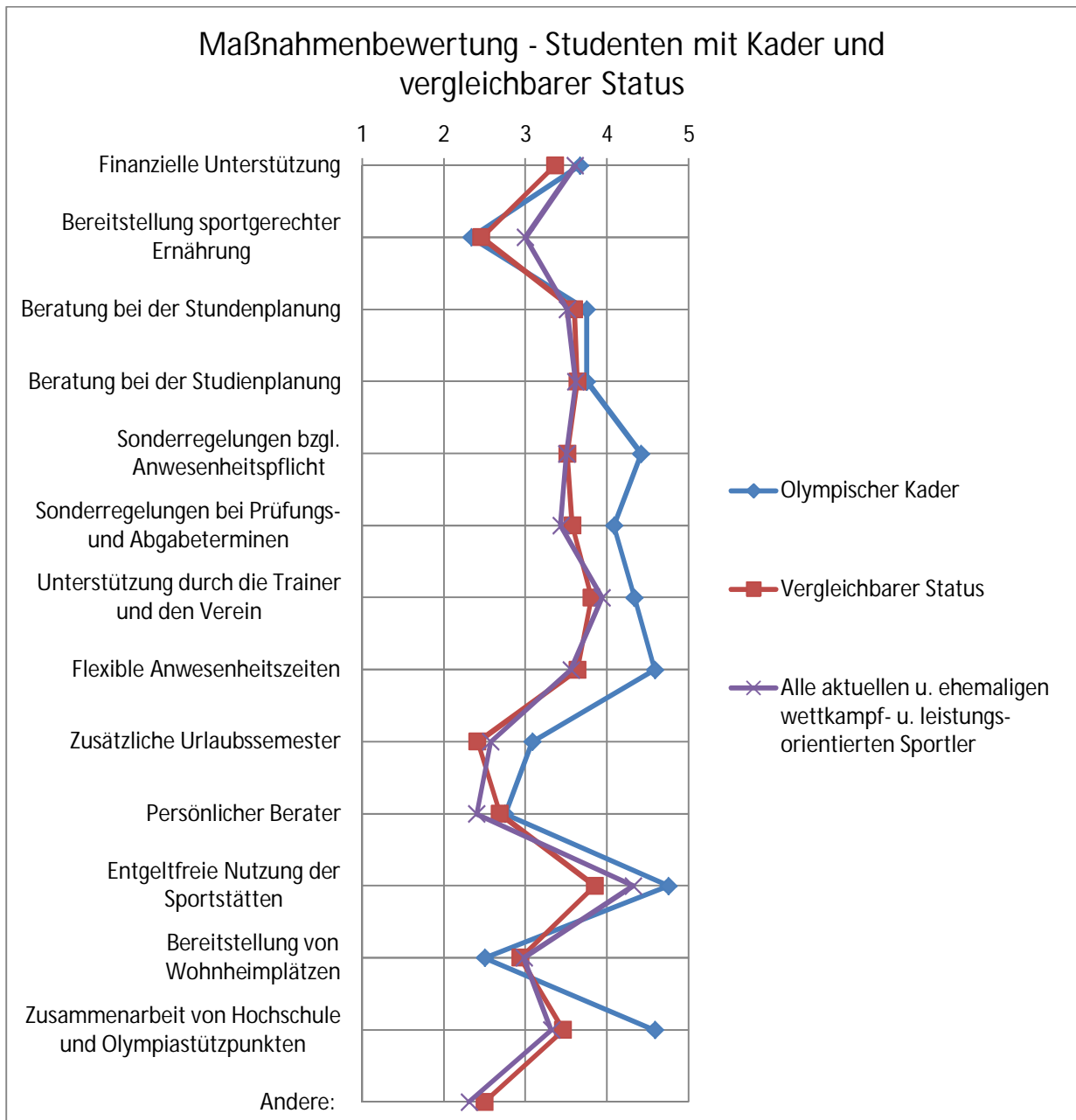


Abb. 37: Zustimmung zu den o.g. Maßnahmen auf einer Skala von 1 (trifft überhaupt nicht zu) bis 5 (trifft vollkommen zu) getrennt für Studierende mit olympischem Kader und vergleichbarem Status sowie für alle aktuellen und ehemaligen wettkampf- und leistungsorientierten Sportler

Es ist zu erkennen, dass Leistungssportler/Innen, die einem olympischen Kader angehören oder gehört haben, nahezu allen Maßnahmen generell eine höhere Bedeutung zusprechen. Eine besonders hohe Zustimmung erfolgt bei den Maßnahmen „Entgeltfreie Nutzung der Sportstätten“, „Zusammenarbeit von Hochschule und Olympiastützpunkten“ und „Flexible Anwesenheitszeiten“ bzw. „Sonderregelungen bezüglich Anwesenheitspflicht und bei Prüfungs- und Abgabeterminen“. Maßnahmen wie „Sportgerechte Ernährung“ und „Persönliche Berater“ wird im Verhältnis eine geringere, wenn auch noch durchschnittliche Bedeutung zugesprochen.

Im Vergleich zur adh-Studie in der Zeitmanagement im Hinblick auf Anwesenheitszeiten sowie die Erbringung von Studien- und Prüfungsleistungen als Hauptprobleme herausgefiltert wurden, nennen die Mainzer Spitzensportler/Innen ähnliche Problembereiche (vgl. Tabor & Schütte (2005)). Neu sind dagegen „Zusammenarbeit von Hochschule und OSP“ sowie „Entgeltfreie Nutzung der Sportstätten“.

1. Fazit

1. Der Anteil der sportlich aktiven Studierenden ist unter den Studierenden der Johannes Gutenberg-Universität rund 20% größer als bei allen Hochschulen in Deutschland. Die Studierenden der Universität Mainz sind auch deutlich aktiver als ihre Altersgenossen. Eine Betrachtung der geschlechtsspezifischen Sportaktivität zeigt, dass der Anteil an sporttreibenden Studierenden unter den Männern mit 93,2% rund 4,6% über dem der Frauen mit 88,6% liegt. Dieser geschlechtsspezifische Unterschied von 4,2% ist unter den Studierenden nur halb so groß wie in der Gesamtbevölkerung vergleichbaren Alters.
2. Nichtsporttreibende Studierende geben an, dass Sportangebote zeitlich ungünstig liegen, sie kein Interesse haben oder die Angebote zu teuer sind.
3. Als Grund für das Sporttreiben wird an erster Stelle „Spaß“ genannt. Das ist sehr erfreulich, denn Spaß ist als konstitutives Element von Sport und Bewegung von vorrangiger Bedeutung für eine mittel- und langfristige Sportbindung, das sich überdauernd ausbilden sollte, um auch in „Krisenzeiten“, wie Prüfungsstress, Berufseinstieg, Familiengründung etc. Bestand zu haben. Weitere Gründe für das Sporttreiben sind „Abschalten“, „Ausgleich zum Studium“ und „Stressabbau“. Dies unterstreicht die Bedeutung der weiteren Förderung der Sportmöglichkeiten für Studierende an der Universität Mainz.
4. Der allgemeine Hochschulsport wird neben der privaten Sportausübung von Studenten und Studentinnen am häufigsten als Ort der Sportausübung angegeben. Insbesondere die weiblichen Studierenden nutzen die Angebote des AHS (34,4 versus 25,5%). Im Vergleich zu allen bundesdeutschen Hochschulen genießt der AHS der Uni-Mainz eine um 5-7% größeren Stellenwert.

5. Besondere Attraktivität besitzt der Hochschulsport durch geringe Kosten, vielfältiges Trainingsangebot und Trainingsgelegenheiten während des Studienalltags.
6. Hinsichtlich der Sportbereiche ist ein starker Trend zum Fitness- und Gesundheitssport zu beobachten, was mit dem allgemeinen aktuellen Trend des Gesundheitsbewusstseins zu erklären ist. Die am häufigsten von den Studentinnen betriebenen Sportarten sind Fitness-/Gesundheitssport, Laufen und Leichtathletik sowie Tanzen und Rhythmus, Sportarten, die auch allein betrieben werden können. Die Studenten favorisieren neben Laufen und Leichtathletik hingegen Mannschaftssportarten wie Ball- und Rückschlagspiele gefolgt von Sporttreiben im Fitnessstudio.
7. Die Studierende wenden durchschnittlichen 31 ($\pm 15,2$) Stunden für ihr Studium auf. Studierende, die keinen Sport treiben, wenden für das Studium nur minimal mehr Zeit auf als sportlich aktive Studierende, d.h., die zeitliche Beanspruchung durch den Sport führt nicht zu einer Reduzierung des zeitlichen Aufwands für das Studium.
8. Zunehmend mehr Studierende und zunehmend weibliche Studierende jobben neben ihrem Studium: Insgesamt 72% der Mainzer Studierenden gehen einer Erwerbstätigkeit nach mit einem wöchentlichen Umfang von 8,1 ($\pm 8,2$) Stunden. Der Anteil unter den Studentinnen liegt bei 73% und unter den Studenten bei 69%. Die Mehrzahl der erwerbstätigen Studierenden arbeiten wöchentlich eins bis 10 Stunden (Frauen 47,4%, Männer 40%).
9. Bezüglich der Leistungssportler/Innen kann vermerkt werden, dass gerade Leistungssportler/Innen die einem olympischen Kader angehören einem hohen Druck ausgesetzt sind, sodass auch das Studium, obwohl diesem eine höhere Bedeutung als dem Leistungssport zugesprochen wird, unter dem Leistungssport leidet. Als besonders wichtig für eine gute Vereinbarkeit von Spitzensport und Studium werden die Aspekte flexible Anwesenheitszeiten, Prüfungstermine und eine engere Zusammenarbeit von Hochschule und Olympiastützpunkten erachtet. Die aktuellen Bestrebungen der JGU mit dem adh und den Olympiastützpunkten eine Kooperationsvereinbarung „Partnerhochschule des Spitzensports“ abzuschließen, kann vor diesem Hintergrund als eine begrüßenswerte Entwicklung bezeichnet werden.

5. Literaturverzeichnis

ADH (2013). Wettkampfranking 2012. Zugriff am 24.11.2013 unter <http://www.adh.de/wettkampf/rankings.html>

Der Präsident der Johannes Gutenberg-Universität (Hrsg.) (2012). *Zahlenspiegel 2011*. Johannes Gutenberg-Universität: Mainz. Zugriff am 16.09.2013 unter http://www.uni-mainz.de/universitaet/Dateien/JGU_zahlenspiegel_2011.pdf

- Europäische Kommission (2010). Spezial-Eurobarometer. Sport und körperliche Betätigung. Zugriff am 16.09.2013 unter http://ec.europa.eu/sport/library/documents/d/ebs_334_de.pdf
- Fahlenbock, M., Hense, T., Hübner, H. & Wulf, O. (Hrsg.) (2010). *Hochschulsportumfrage NRW 2009*. Schriften zur Körperkultur, Bd. 58. Berlin: LIT Verlag
- Fehres (1996). Gesundheitsförderung im Hochschulsport. Dvs-Informationen 3 (1996) 26-28
- Göring, A. (2010). Kurzbericht zum Kooperationsprojekt Partizipation und ehrenamtliches Engagement am informellen Bildungsort Hochschulsport. ADH. Zugriff am 16.09.2013 unter http://www.adh.de/fileadmin/user_upload/adh.de/pdf/medien/publikationen/Kurzbericht-Sport-und-Studium.pdf
- Hachmeister, C-D. (2008). *Im Blickpunkt: Hochschulsportangebote aus Sicht der Studierenden*. Gütersloh: CHE Centrum für Hochschulentwicklung GmbH
- Isserstedt, W., Leszczensly, M. & Schnitzer, K. (1990). HIS. Sportliche Betätigung der Studierenden in der Freizeit. Teilergebnisse der 12. Sozialerhebung, Sommer 1988. Hannover: HIS: *Kurzinformation A 3* | 90
- Krug, S., Jordan, S., Mensink, G.B.M., Müters, S., Finger, J.D. & T. Lampert (2013). Körperliche Aktivität. Ergebnisse der Studie zur Gesundheit Erwachsener in Deutschland (DEGS1). *Bundesgesundheitsbl* 56:765–771
- Lamprecht, M., Wiegand, D. & Stamm, H. (2010). *Sport und Studium. Befragung der Studierenden an den Schweizer Hochschulen*. Zürich: Lamprecht & Stamm Sozialforschung und Beratung AG
- Marx, A.: *Nutzerbefragung der Universitätsbibliothek Mainz Wintersemester 2011/2012*. Juni 2012.
- Middendorff, E. , Poskowsky, J. & Isserstedt, W. (2012). Formen der Stresskompensation und Leistungssteigerung bei Studierenden. HISBUS-Befragung zur Verbreitung und zu Mustern von Hirndoping und Medikamentenmissbrauch. HIS: *Forum Hochschule* 01 | 2012
- Möllenbeck, D. (2011). *Gesundheitsförderung im Setting Universität: Verbreitung und Effekte sportlicher Aktivität bei Studierenden – eine salutogenetische Untersuchung*. Reihe Junge Wissenschaft (Bd. 14). Schorndorf: Hofmann
- Robert Koch Institut (2005). *Statistisches Bundesamt. Gesundheitsberichterstattung des Bundes*. Heft 26 Körperliche Aktivität. Berlin: Oktoberdruck AG. Zugriff am 16.09.2013 unter http://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Gesundheitsberichterstattung/GBE/DownloadsT/koerperliche_aktivitaet.pdf?_blob=publicationFile
- Robert Koch Institut (2011): *Daten und Fakten: Ergebnisse der Studie „Gesundheit in Deutschland Aktuell 2009“*. Beiträge zur Gesundheitsberichterstattung des Bundes. Berlin: Oktoberdruck AG. Zugriff am 16.09.2013 unter

http://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Gesundheitsberichterstattung/GBEDownloadsB/GEDA09.pdf?_blob=publicationFile

Tabor, O. & Schütte, N. (2005). *Abschlussbericht zur Evaluation des Kooperationsprojekts Partnerhochschule des Spitzensports*. Dienburg: Eigenverlag

WHO (2010). Global Recommendations on Physical Activity for Health. Zugriff am 16.09.2013 unter http://whqlibdoc.who.int/publications/2010/9789241599979_eng.pdf