

3. Juni 2020



Fitnessbarometer 2020 der Kinderturnstiftung Baden-Württemberg vorgestellt

Anzahl der übergewichtigen Kinder in BW verdoppelt sich vom Kindergarten- zum Grundschulalter

Der Fitnessbarometer der Kinderturnstiftung Baden-Württemberg gibt in Zusammenarbeit mit Prof. Dr. Klaus Bös jährlich eine Antwort auf die Frage „Wie fit sind die Kinder in Baden-Württemberg“? Den Ergebnissen zufolge sind sie fitter als der bundesdeutsche Durchschnitt. In diesem Jahr wurde eine weitere Fokusfrage beantwortet, deren Ergebnisse erschrecken: Die Anzahl der übergewichtigen bzw. adipösen Kinder verdoppelt sich vom Kindergarten- zum Grundschulalter! Insgesamt 12,6 Prozent der getesteten Kinder liegen dabei über dem Normalgewicht.

22.930 Kinder im Kindergarten- und Grundschulalter wurden in den vergangenen sieben Jahren von pädagogischen Fachkräften, Lehrkräften und Sportfachkräften (Übungsleitern) mit dem Motorik-Test für Kinder der Kinderturnstiftung Baden-Württemberg getestet. Hinter dem Motorik-Test steht der nach wissenschaftlichen Kriterien entwickelte KITT+ 3-10, mit dem die körperliche Leistungsfähigkeit von Kindern im Kindergarten- und Grundschulalter erfasst wird. Damit wurden knapp vier Prozent aller 4- bis 10-jährigen Kinder in Baden-Württemberg im Rahmen der Initiative „Turnbeutelbande – ein Motorik-Test für Kinder“ anonymisiert getestet. Die Ergebnisse sind „dramatisch“, wie Prof. Dr. Klaus Bös, Testautor und distinguished Senior Fellow am Karlsruher Institut für Technologie, beteuert.

12,6 Prozent der getesteten Kinder liegen über dem Normalgewicht, 5,2 Prozent sind adipös

„Die erste Fokusfrage, die sich mit der Fitness unserer Kinder in Baden-Württemberg befasst, kann durchaus positiv beantwortet werden: Sieben Prozent der 4- bis 10-jährigen getesteten Kinder sind fitter als der bundesdeutsche Durchschnitt“, so Prof. Dr. Klaus Bös. Aber die weiteren Ergebnisse alarmieren: „Von den getesteten 3- bis 10-jährigen Kindern in Baden-Württemberg liegen 12,6 Prozent der Kinder über dem Normalgewicht, davon sind 5,2 Prozent adipös. Dabei verdoppelt sich die Anzahl an Kindern, die übergewichtig bzw. adipös sind, vom Kindergarten- zum Grundschulalter.“

Und das hat weitreichende Folgen: „Kindliche Adipositas hat in den letzten Jahrzehnten stark zugenommen und gravierende negative gesundheitliche Auswirkungen. Sind es bei den jüngeren Kindern eher psychosoziale Beeinträchtigungen sehen wir bei den Jugendlichen Störungen des Zuckerstoffwechsels (Diabetes), Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Erkrankungen des Bewegungsapparates“, erklärt Dr. Thomas Kauth, Kinder- und Jugendarzt mit Schwerpunkt Ernährungsmedizin. Wie kann dem entgegengewirkt werden? „Über eine Steigerung der körperlichen Aktivität und eine Verbesserung der Ernährungsgewohnheiten kann das starke Übergewicht vermindert werden. Dadurch bessern sich die Krankheitszeichen“, so der Experte weiter. Dabei ist es wichtig, möglichst frühzeitig zu intervenieren. „Kinder werden schon im Mutterleib durch eine Schwangerschaft mit viel Bewegung positiv geprägt und haben später ein geringeres Risiko an Adipositas zu erkranken.“

Erwachsene müssen Vorbildfunktion erfüllen

Kommunen können Bewegung in Familien fördern: „Ein bewegungsfreundliches Wohnumfeld fördert familiäre Aktivitäten. Deshalb ist es wichtig, dass es beispielsweise sichere, gut ausgebaute Geh- und Fahrradwege gibt sowie kindgerechte Spielplätze und Parks“, betont Alexander Kölle von der AOK Baden-Württemberg. Er nimmt auch die Erwachsenen als (Bewegungs-)vorbilder in die Pflicht: „Wir sollten aktive, bewegungsbegeisterte Vorbilder sein, als Elternteil und als Fachkraft in Schule oder Kita. Wenn wir unseren Kindern von klein auf Bewegungsfreude vorleben, dann können sie gar nicht anders, als Spaß an der Bewegung zu haben – ihr Leben lang!“, so der Sportwissenschaftler.

Netzwerk zur Bewegungsförderung nötig

Es gibt bereits zahlreiche unterschiedliche Angebote und Initiativen zur Bewegungsförderung, aber warum gibt es keine Verbesserung? „Wenn wir dem Bewegungsmangel und den damit verbundenen Auswirkungen entgegenwirken wollen, müssen wir dieser Frage nachgehen“, fordert Susanne Weimann, geschäftsführender Vorstand der Kinderturnstiftung Baden-Württemberg. Mit dem Fitnessbarometer informiert die Kinderturnstiftung Baden-Württemberg jährlich über den aktuellen Stand der Motorik der Kinder in Baden-Württemberg und möchte die Öffentlichkeit auf das Thema aufmerksam machen, aber auch motivieren, mehr für die Fitness der Kinder zu tun und damit langfristig für die Gesundheit der Bevölkerung in Baden-Württemberg. Mit ihren Projekten unterstützt die Kinderturnstiftung Baden-Württemberg Familien, Kitas, Grundschulen und Kommunen und fördert das Kinderturnen in Baden-Württemberg. Die Stiftung sieht sich aber auch als Brückenbauer, indem sie Netzwerke initiiert und sich auf landesweiter Ebene engagiert. Susanne Weimann ist sich sicher: „Nur gemeinsam können wir dafür sorgen, dass der Alltag von Kindern bewegungsfreundlicher wird. Die Corona-Krise hat und wird die Lebenswelt von Kindern weiter verändern. Möglicherweise bietet die aktuelle Situation auch Chancen. Zum Beispiel, dass sich bestehende Netzwerke vergrößern und auf Basis von Best-Practice-Beispielen neue, zukunftsfähige Konzepte entstehen.“

Kultusministerin unterstützt die Initiative

Kultus- und Sportministerin Dr. Susanne Eisenmann unterstützt die Initiative und engagiert sich auch als Botschafterin: „Die aktuelle Corona-Pandemie stellt uns alle vor Herausforderungen. Die bisherigen Einschränkungen haben es Kindern erschwert, sich zu bewegen, dabei ist eine Stunde Bewegung am Tag sehr förderlich und hilft Kindern dabei, sich besser konzentrieren und lernen zu können. Die Angebote und Projekte der Kinderturnstiftung Baden-Württemberg, aber auch unser Angebot ‚Mach mit – bleib fit!‘, können Kinder dabei unterstützen, sich trotzdem zu bewegen. Die Initiative ‚Turnbeutelbande – Motorik-Test für Kinder‘ motiviert zum Beispiel, indem sie selbst kleine Fortschritte für die Kinder sichtbar macht und sie so dazu anspricht, sich regelmäßig zu bewegen.“

Alle Ergebnisse des Fitnessbarometers 2020 und weitere Informationen zur Initiative „Turnbeutelbande - Motorik-Test für Kinder“ finden Sie unter turnbeutelbande.de

Wissenschaftlicher Hintergrund

Im Rahmen der Turnbeutelbande wird der nach wissenschaftlichen Kriterien entwickelte Motorik-Test KITT+ 3-10 verwendet. Dieser wurde von Prof. Dr. Klaus Bös im Auftrag der Kinderturnstiftung Baden-Württemberg auf Basis des Deutschen Motorik Tests 6-18 (DMT 6-18) entwickelt. Der DMT 6-18 ist ein wissenschaftliches Testverfahren, das zum einen den wissenschaftlichen Ansprüchen an einen motorischen Test im hohen Maße genügt, zum anderen auf eine hohe bundesweite Akzeptanz in Wissenschaft und Praxis trifft.

Gründer

Sparda-Bank Baden-Württemberg eG
Badischer Turner-Bund e.V.
Schwäbischer Turnerbund e.V.

Kinderturnstiftung Baden-Württemberg

Kinder erleben und erfahren von Geburt an ihre Umwelt und sich selbst über Bewegung. Doch die Lebenswelt von Kindern hat sich verändert und es wird immer wichtiger, diesen natürlichen Bewegungsdrang zu erhalten. Denn Bewegung fördert nicht nur die körperliche, sondern auch die soziale, psychische und kognitive Entwicklung eines Kindes. Deshalb setzt sich die Kinderturnstiftung Baden-Württemberg gemeinsam mit ihren Partnern für die vielseitige, tägliche Bewegung von Kindern und für bewegungsfördernde Rahmenbedingungen ein, indem sie Brücken zwischen den Akteuren baut und das Kinderturnen stärkt.

Ansprechpartnerin: Daniela Binder (Referentin Presse- und Öffentlichkeitsarbeit)

Kinderturnstiftung Baden-Württemberg
E-Mail: binder@kinderturnstiftung-bw.de

www.kinderturnstiftung-bw.de

Gründer

Sparda-Bank Baden-Württemberg eG
Badischer Turner-Bund e.V.
Schwäbischer Turnerbund e.V.