

02.11.2016 12:14 Uhr / von Stefan Hermanns

## Bewegung an Berliner Schulen Drittklässler schneiden bei Sportstudie gut ab

Die Jüngsten sitzen nur herum und können ihre Körper nicht benutzen? Von wegen, hat nun eine Studie für den Landessportbund ergeben.



Fit fürs Leben. Sport ist das beliebteste Hobby der Berliner Kinder, die jetzt für eine Studie befragt wurde (Foto: Thilo Rückeis).

Die Kinder von heute sind zu dick, sie bewegen sich zu wenig, hängen vor ihren Computern, anstatt auf Bäume zu klettern, und daddeln sowieso am liebsten auf ihren Smartphones herum. So weit das Vorurteil. Wissenschaftlich belegen lässt sich das nicht. Im Gegenteil. „Wir können mit der Fitness unserer Schülerinnen und Schüler sehr zufrieden sein“, sagt Jochen Zinner, Professor an der privaten Berliner Hochschule für Gesundheit und Sport.

Im Rahmen des Projekts „Berlin hat Talent“ hat Zinner mit dem Landessportbund Berlin (LSB) im vergangenen Schuljahr 7100 Drittklässler aus fünf ausgewählten Bezirken getestet – und das bereits zum fünften Mal seit 2011. Das Ergebnis: „Die Sportaffinität ist nicht so schlecht, wie uns manche Unken weismachen wollen.“

### Nur sieben Prozent unterdurchschnittlich

Unter fachkundiger Anleitung haben die Drittklässler den standardisierten Deutschen Motorik-Test mit acht verschiedenen Übungen (unter anderem Sit-ups, Liegestützen und Standweitsprung) absolviert. 16 Prozent der Kinder waren überdurchschnittlich fit, nur sieben Prozent schnitten unterdurchschnittlich ab.

Auch die Ergebnisse zum Körpergewicht fielen positiv aus. 76 Prozent der Kinder waren normalgewichtig, nur 8 Prozent adipös, also stark übergewichtig. Das sind laut Zinner zwar zu viele,

aber auch deutlich [weniger als in anderen Altersgruppen](#). „Es ist nicht so, wie man in der Zeitung liest, dass die alle aufplatzen wie Popcorn“, sagt der Sportwissenschaftler.

### **Förderung nicht nur für Sportskanonen**

Sport ist das beliebteste Hobby der Kinder, 71 Prozent der Kinder wollen mehr Sport treiben und neun von zehn freuen sich auf den [Sportunterricht in der Schule](#). Trotzdem treibt Zinner die Sorge um, dass die Kinder, die schon jetzt motorisch abgehängt sind, dauerhaft den Anschluss verlieren – zumal diese Kinder seltener in Sportvereinen sind und häufiger elektronische Medien nutzen. „Ohne Eingreifen könnte die Situation kippen“, befürchtet Zinner.

Quelle: <http://www.tagesspiegel.de/berlin/bewegung-an-berliner-schulen-drittklaessler-schneiden-bei-sportstudie-gut-ab/14768832.html>