SPORT IN BERLIN

02
2020

WIE GESUND IST SPORT?

Es kommt nicht nur auf Kraft, Ausdauer und Technik an. Diese Erkenntnis setzt sich immer mehr durch.

→ Seite 8 – 19

LANDES
SPORTBUND
BERLIN

„DIE KINDER SIND MIT FREUDE DABEI“

BERLIN HAT TALENT – Ergebnisse der Untersuchungen im Schuljahr 2018/19

Im Schuljahr 2018/19 wurde bei 8.825 Drittklässlern/-innen von 143 Schulen aus sieben Berliner Bezirken die physische Fitness mit dem Deutschen Motorik-Test (DMT) untersucht. Schwerpunktmäßig lassen sich folgende Ergebnisse in diesem Schuljahr zusammenfassen:

1. Die Berliner Schüler/-innen der dritten Klassen schneiden beim DMT im bundesweiten Vergleich sehr ordentlich ab. Sie haben sich in den Jahren seit Beginn der Untersuchungen 2011/12 nicht verschlechtert. Im Gegenteil, es gibt mehr „Gewinne als Verluste“. Es nahmen 143 Schulen an den Untersuchungen teil. Leider beteiligten sich Schulen in ungünstigeren sozialstrukturellen Regionen weniger an dem Programm.

2. Erfreulich ist der Zuwachs an fitten Kindern – von 16% im Jahr 2014/15 auf 20% im Jahr 2018/19. Die Zahl der (weit) unterdurchschnittlich fitten Schüler/-innen hat sich dagegen in diesen Jahren kaum verändert.

3. Bezüglich der Adipositas ist gegenüber dem Vorjahr eine leichte Verbesserung eingetreten – allerdings immer noch auf sehr besorgniserregendem Niveau (von 9,7% stark übergewichtigen Kindern auf 8,8%).

4. Der Organisationsgrad der Schüler/-innen in Sportvereinen ist von 40% im Vorjahr auf 43% gestiegen. Auch in diesem Schuljahr – wie in den Jahren vorher – zeigt sich ein stabiler, stark signifikanter Zusammenhang zwischen Vereinsmitgliedschaft und höherer Fitness, geringerer Adipositas und verminderter Mediennutzung (Handy, TV, Tablet etc.).

5. Der Migrationsanteil bei den Kindern der dritten Klassen hat sich gegenüber dem Vorjahr nur geringfügig verändert (statt 49,3% nun 48,5%). Gravierend zeigt sich die häufig bestehende Verkettung von Migration mit fehlender Fitness, hoher Adipositas, geringer Sportvereinszugehörigkeit und ausgedehnter Mediennutzung.

LEISTUNGEN IM DURCHSCHNITT

1,27
Meter Standweitsprung

14
Liegestütze

29
Seitliches Hin- und Herspringen

31
Schritte beim Rückwärtsbalancieren

4,46
Sekunden im Sprint über 20m

Die Senatsbildungsverwaltung koordiniert den DMT. Der LSB führt die Bewegungsmaßnahmen durch. Die DHGS wertet die Ergebnisse aus. Die komplette Studie ist auf www.lsb-berlin.de nachzulesen.

6. Es zeigt sich, dass die Schüler/-innen in sozial schlechter gestellten Gebieten beim Vergleich der Risikofaktoren für eine gute gesundheitliche Entwicklung (wie Fitness, Adipositas und Mediennutzung) signifikant schlechter abschneiden als Schüler/-innen in sozial günstigeren Gebieten. Daraus leitet sich ein Handlungsbedarf ab. Bei ausbleibenden Maßnahmen sind in den kommenden Jahren weitere Defizite in der gesundheitlichen Entwicklung zu erwarten.

7. Auch in sozial schwierigen Gebieten gibt es Schulen, die gute Ergebnisse bei den Untersuchungen erreichen. Ursache dafür könnte die enge Kooperation solcher Schulen mit Vereinen (z. B. im Kooperationsprogramm „Schule und Sportverein/-verband“) sein. Von 33 Vereinstrainern/-innen in Charlottenburg-Wilmersdorf wünschen sich 31 (!) eine bessere Zusammenarbeit mit der Schule.

8. Verbesserungsbedürftig ist die Fähigkeit unserer Schulkinder zur Selbstreflexion: 59% der Jungen und 47% der Mädchen schätzen sich sportlich ein – nur 23% bzw. 22% belegen das durch ihre DMT-Ergebnisse. Selbst die Hälfte der adipösen Kinder hält sich für fit, leider können diese Fähigkeit nur 5% davon in den Untersuchungen zeigen. Die Schulen, die besondere Möglichkeiten und eine gesteigerte Verantwortung für die Organisation des so wichtigen Vergleichs „Das Ich und die Anderen“ haben, sollten das unbedingt stärker thematisieren.

9. Jährlich nehmen ca. 1.000 Kinder an Talentiaden teil. Diese haben sich zu einem ausstrahlenden Event für die Heranführung von Kindern an Bewegung und Sport in Berlin etabliert.

Text: Prof. Dr. Jochen Zinner, Deutsche Hochschule für Gesundheit und Sport (DHGS)