

# Negativtrend trotz Sportverein-Booms

## Studie zeigt: Bewegung im Alltag sinkt drastisch

Von unserer Mitarbeiterin  
Anika von Greve-Dierfeld

**Karlsruhe.** Im Alltag bewegen sich Kinder und Jugendliche immer weniger – das gehört zu den neuesten Erkenntnissen der Langzeitstudie „Motorik-Modul“ (MoMo). Obwohl so viele Kinder wie nie zuvor in Sportvereinen engagiert seien, könne dies den Bewegungsmangel im Alltag nicht ausgleichen, sagte der Karlsruher Sportwissenschaftler Alexander Woll, der die Studie betreut. „Unter dem Strich ha-

ben wir ein Minus an Bewegung.“ Seinen Angaben zufolge sank die körperliche Alltagsaktivität in der Altersgruppe der Vier- bis 17-Jährigen in den vergangenen zwölf Jahren um 37 Prozent und damit um 31 Minuten pro Woche.

Das sei aber nicht unbedingt dem drastisch steigenden Medienkonsum geschuldet: Erstaunlicherweise habe sich gezeigt, dass körperliche Aktivität und Mediennutzung nicht direkt miteinander zusammenhängen. Sprich: Kinder, die weniger daddeln, surfen oder auf sozialen Medien unterwegs sind, bewegten sich nicht zwangsläufig mehr, so Woll mit Blick auf den Kongress „Kinder bewegen“, der an diesem Donnerstag in Karlsruhe beginnt (siehe Hintergrund).

Medienkonsum sei deswegen aber noch lange nicht harmlos, betonte Woll. „Spannend wäre zum Beispiel zu sehen, wie hoch die Sitzzeit ist bei den Kindern mit hohen Bildschirmzeiten. Da könnte ich mir dann sehr wohl vorstellen, dass Medienkonsum ein unabhängiger Risikofaktor ist für viele Zivilisationskrankheiten.“ Kinder spielten heute sehr viel weniger im Freien als früher, nennt Woll einen Grund für die mangelnde Bewegung im Alltag. Sie trafen sich kaum noch auf dem Sportplatz zum Raufen, Toben oder Ballspielen. Zudem würden Kinder und Jugendliche häufig mit dem Auto zur Schule oder zu Freizeitaktivitäten gefahren. Auffällig sei vor allem, dass der Unterschied zwischen den Geschlechtern in den vergangenen sechs Jahren größer geworden sei. Mädchen, und insbesondere Mädchen mit Migrationshintergrund, schnitten in Sachen Bewegung deutlich schlechter ab als Jungen.

Die repräsentative Studie ist ein Verbundprojekt des Karlsruher Instituts für Technologie (KIT) und der Pädagogischen Hochschule Karlsruhe in Zusammenarbeit mit dem Robert Koch-Institut. Sie wird durch das Bundesministerium für Bildung und Forschung gefördert. Alle drei Jahre werden Motorik-

### Ergebnisse Thema bei Kongress in Karlsruhe

### Hintergrund

Wie man bei Kindern und Jugendlichen die Freude an Sport und Bewegung wecken und in deren Alltag verankern kann – darum geht es beim Kongress „Kinder bewegen“, den das Institut für Sport und Sportwissenschaft am KIT alle zwei Jahre organisiert. Angesprochen ist ein Fachpublikum aus Menschen, die beruflich oder ehrenamtlich mit Kindern und dem Thema Bewegung zu tun haben. Dazu gehören Übungsleiter in Vereinen, Erzieher, Lehrer, Ärzte sowie die Vertreter anderer Gesundheitsberufe.

In diesem Jahr findet der Kongress vom 21. bis 23. März in Karlsruhe statt und die Veranstalter freuen sich, dass sich mit 1000 Teilnehmern mehr Interessenten als je zuvor angemeldet haben. Der Fachkongress ist damit einer der größten im deutschsprachigen Raum. Drei Tage lang wird es am KIT Workshops, Diskussionsrunden und Vorträge geben. Prominente Gäste, wie der Hirnforscher Manfred Spitzer oder die als „Dr. Stress“ bekannt gewordene Ärztin Sabine Schonert-Hirz halten Vorträge. swe



IN DER FREIZEIT bewegen sich Kinder und Jugendliche immer seltener. Das habe jedoch nicht direkt mit dem steigenden Medienkonsum zu tun, sagen Experten. Foto: dpa

daten von 4500 bis 6200 Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen ausgewertet. Dabei werden die Daten den Angaben zufolge im Längsschnitt verglichen – also dieselben Personen über einen langen Zeitraum hinweg beobachtet. Zudem werden die Daten im

Querschnitt betrachtet, indem Personengruppen immer desselben Alters verglichen werden.

 Internet

[www.sport.kit.edu/MoMo/index.php](http://www.sport.kit.edu/MoMo/index.php)  
und [www.motorik-modul.de](http://www.motorik-modul.de)