



# Gesund und bewegt aufwachsen – Gesundheitsförderung mit dem organisierten Sport

11. Landesgesundheitskonferenz „Gesund aufwachsen“ // 27.11.2024

Gesundheitsimpuls für Baden-Württemberg – Impuls II  
Stefan Anderer (Württembergischer Landessportbund e.V.)

# Gesund und bewegt aufwachsen

- 11.300 Sportvereine in Baden-Württemberg - ca. 4,18 Mio. Mitgliedschaften, → 37% der Menschen in Baden-Württemberg im Sportverein
- Nach Corona wieder Zuwachs, v.a. im Kinderbereich:
  - +10,1% bei 3-6 Jahre im Vgl. 2023/2024
  - + 8,7% bei 7-10 Jahre im Vgl. 2023/2024
- Enorme Bandbreite und Vielfalt von Sport- und Bewegungsangeboten in den Sportvereinen im Kinder- und Jugendbereich
- Förderprogramme Kooperation Kindergarten und Schule mit dem Sportverein → Sportbünde in Baden-Württemberg
- Gesund aufwachsen – Maßnahmen und Programme der Sportbünde und Sportfachverbände u.a. Aus- und Fortbildung, Mini-Sportabzeichen, Pfiff, Kinderturnstiftung, Grundschulliga

# Gesund und bewegt aufwachsen



# Gesund und bewegt aufwachsen

- Der organisierte Sport nimmt im Rahmen des außerunterrichtlichen Sports eine überragende Position ein.\*
- Kooperationen und Netzwerke zwischen organisiertem Sport und Schulen, Kita, Kommune, Landkreis ... als Chance → sportferne Kinder und Jugendliche für Sport und Bewegung gewinnen.\*
- Mitgliedschaft in einem Sportverein hat positive Auswirkungen auf Wohlbefinden und psychische Gesundheit. Diese sind stärker als beim selbstorganisierten Sporttreiben. Sportvereinsmitglieder sind mit ihrem Leben zufrieden(er).\*\*
- Kinder, die an organisierten Sportaktivitäten teilnahmen, behielten ihr Bewegungsverhalten mit zunehmendem Alter eher bei als Kinder, die bei keinen J+S-Sportaktivitäten mitmachten.\*\*\*

\*Dreiskämper, D., Burrmann, U., Kehne, M., Neuber, N., Rulofs, B., Süßenbach, J., Voigts, G., & Henning, L. (2023).

Sport und mentale Gesundheit von Kindern und Jugendlichen – Ausgewählte Ergebnisse aus dem Move For Health Projekt.

\*\*BSO, AGU : Positive Effekte der Mitgliedschaft im Sportverein auf die Gesundheit, Österreich, 2016

\*\*\* Swiss Children's Objectively Measured Physical Activity <https://www.admin.ch/gov/de/start/dokumentation/medienmitteilungen.msg-id-102790.html>; BASPO

# Gesund und bewegt aufwachsen

- Bewegungsmangel und motorische Defizite
- Erfahrung und Nachwirkung Corona-Pandemie
- Institutionalisierung der Kindheit
- Weiter zunehmende Individualisierung
- Digitale Medien und Mediennutzung
- Schulalltag, Ganzttag, G8
- Verkehr, Umwelt, Bewegungsräume und -gelegenheiten



# Gesund und bewegt aufwachsen

- **Bewegung und Bewegungserfahrungen sind besonders wichtig** für die sprachliche, kognitive, emotionale und sozial-emotionale Entwicklung des Kindes, demnach sollten der natürliche Bewegungsdrang und die Bewegungsfreude der Kinder von Beginn an unterstützt und gefördert werden.\*
- Die Tatsache, dass Bewegung in vielfacher Hinsicht und nachhaltig förderlich ist für eine gesunde Entwicklung, ruft nach einer **Aufwertung dieses Handlungsfelds** in den pädagogischen Settings der Kindheit und Jugendphase.\*\*



\*JFMK, & KMK (2022). Gemeinsamer Rahmen der Länder für die frühe Bildung in Kindertageseinrichtungen.

(Zugriff 11.11.2024; [https://www.kmk.org/fileadmin/veroeffentlichungen\\_beschluesse/2004/2004\\_06\\_03-Fruhe-Bildung-Kindertageseinrichtungen.pdf](https://www.kmk.org/fileadmin/veroeffentlichungen_beschluesse/2004/2004_06_03-Fruhe-Bildung-Kindertageseinrichtungen.pdf))

\*\* Bewegung, Sport und Spiel bei Kindern und Jugendlichen – ein Forschungsfeld mit Potenzial; B. Kalicki in: Forum Kinder- und Jugendsport, Zeitschrift für Forschung, Transfer und Praxisdialog; November 2024; (Zugriff 11.11.2024; <https://link.springer.com/article/10.1007/s43594-024-00136-0>)

# Gesund und bewegt aufwachsen

PRESSEMITTEILUNG · 13.12.2022



## Bewegungsgipfel: Gemeinsam für mehr Bewegung und Sport

Sportministerin Nancy Faeser und Gesundheitsminister Karl Lauterbach bringen Bund, Länder, Kommunen und Sportverbände zusammen, um Bewegung und Sport zu stärken.



## Starke Impulse für Sport und Bewegung in Deutschland

Zweiter Bewegungsgipfel diskutiert Ergebnisse des Runden Tisches Bewegung und Gesundheit und den Entwicklungsplan Sport

# Gesund und bewegt aufwachsen

## Freude an Bewegung und Sport früh verankern!

- Frühkindliche Bewegung fördern.
- Mehr Bewegung in die Schule bringen.
- Kooperationen im Ganzttag stärken.
- Kommunale Bewegungslandschaften weiterentwickeln.
- Förderung Kinder- und Jugendsport



# Gesund und bewegt aufwachsen

- Frühkindliche Bewegung fördern.
  - umfassende Bewegungsförderung
  - altersangemessene motorischen Entwicklung
  - motivationale und soziale Aspekte
  - Sprache, Intelligenz und Gesundheit
  - Selbstvertrauen und Resilienz
  - Wissen und Verstehen
  - Sozial benachteiligte Kinder und Familien



Der Teufelskreis aus mangelnder Bewegung, mangelnder Bildung und mangelnder Gesundheit muss so früh wie möglich durchbrochen werden.

# Gesund und bewegt aufwachsen



## ■ Mehr Bewegung in die Schule bringen

### Schulsport

- Bedeutung für Teilhabe am Sport in der Gesellschaft, sowie für die Entwicklungsförderung junger Menschen
- Bedeutung für Lernen in der Schule  
Zusammenhänge zwischen Bewegung, exekutiven Funktionen und kognitivem Lernen empirisch gut belegt
- Sportunterricht; Schulsport AG; Sportfeste; Wettbewerbe; Bewegte Pausen; bewegungsfreundlicher Schulhof; Bewegung, Spiel und Sport im Ganztag



\*N. Neuber, M. Kehne: Freude an Bewegung und Sport früh verankern – Perspektiven für die Entwicklung des Kinder- und Jugendsports; in: Forum Kinder- und Jugendsport, 2024 ([Ergebnisse AG 4 „Freude an Bewegung und Sport früh verankern“ zum Entwicklungsplan Sport](#))

# Gesund und bewegt aufwachsen



- Kooperationen im Ganzttag stärken
  - Erreichbarkeit von Kindern unabhängig von sozialer Herkunft
  - Herausforderung Rechtsanspruch auf Ganztagsbetreuung ab 2026  
→ für Schule und den organisierten Sport
    - Angebote mit breitem Spektrum
    - Ansprechender Rahmen für Bewegung und Sport
    - Qualifiziertes Personal
  - Kooperationen als Schlüssel zum Erfolg



\*N. Neuber, M. Kehne: Freude an Bewegung und Sport früh verankern – Perspektiven für die Entwicklung des Kinder- und Jugendsports; in: Forum Kinder- und Jugendsport, 2024 ([Ergebnisse AG 4 „Freude an Bewegung und Sport früh verankern“ zum \*Entwicklungsplan Sport\*](#))

# Gesund und bewegt aufwachsen



- Kommunale Bewegungslandschaften weiterentwickeln
  - Viele Akteure im kommunalen Kontext zur Förderung eines gesunden und bewegten Aufwachsens
    - Erziehung, Bildung, Betreuung
    - Kita, Schule, Jugendhilfe, Kirche, Sport
  - Kommunale Konzepte und gemeinsames Handeln
  - Ressourcen und Rahmenbedingungen erforderlich
  - Sport- und Bewegungsräume in Kommune und Quartier entwickeln
  - Sportverein als zivilgesellschaftlichen Akteur einbinden



\*N. Neuber, M. Kehne: Freude an Bewegung und Sport früh verankern – Perspektiven für die Entwicklung des Kinder- und Jugendsports; in: Forum Kinder- und Jugendsport, 2024 ([Ergebnisse AG 4 „Freude an Bewegung und Sport früh verankern“ zum \*Entwicklungsplan Sport\*](#))

# Gesund und bewegt aufwachsen - Empfehlungen

- Vielfältige Angebote in Kita und Schule, Ganzttag und Sportverein, Jugendhilfe und Kommune, die sowohl freizeit- als auch leistungssportliche Motive ansprechen.
- Bewegung als pädagogisches Prinzip in allen vorschulischen, schulischen und außerschulischen Bildungseinrichtungen
- Ausbau Ganzttag nur mit aktiver Förderung der Quantitäten und Qualitäten von Bewegungs-, Spiel- und Sportangeboten
- Mehr Zusammenarbeit und ressortübergreifendes Verständnis zur gezielten Förderung von Bewegung, Gesundheit und gesundem Aufwachsen

# Gesund und bewegt aufwachsen – in der Praxis

## Mini-Sportabzeichen für Freude an der Bewegung

- Württembergische Sportjugend und Badische Sportjugend Freiburg
- Kinder von 3-6 Jahren erlernen Grundfertigkeiten wie Laufen, Rollen, Balancieren oder Werfen
- Hoppel & Bürste animieren die Kinder durch eine Bewegungsgeschichte mit acht unterschiedlichen Stationen
- Stationen können altersgemäß angepasst werden
- Materialmappen über die Website der Sportjugenden

WSJ [www.wsj-online.de](http://www.wsj-online.de) und BSJ [www.bsj-freiburg.de](http://www.bsj-freiburg.de)



**Hoppel und Bürste**



# Gesund und bewegt aufwachsen – in der Praxis



## Sport mit PFiFF – Förderung der Selbstregulation

- Sportkonzept zur Förderung der Selbstregulation von Kindern im Kindergarten- und Grundschulalter
- Zertifikats-Lehrgang für qualifizierte Übungsleitende und Trainer\*innen
- Konzept für Vereinsangebot und als Kooperationsprogramm mit Kindergarten und Schule
- Bewegungseinheiten zur gezielten Förderung von Selbstregulation und exekutiver Funktionen



BSB Nord [www.badischer-sportbund.de](http://www.badischer-sportbund.de)



# Gesund und bewegt aufwachsen – in der Praxis

Toben macht schlau macht schlau & fit!

- Seit 2015 Projekt der Badischen Sportjugend Freiburg
- Konzept zu Fitnessstag an Grundschulen
- Basierend auf Deutscher Motoriktest
  - Testung Beweglichkeit, Koordination und (Schnell-)Kraft
- Dokumentation motorischer Leistungsstand
  - motorische Stärken gezielt fördern und Defizite verringern
- Auswertung der Testergebnisse und Sport-Empfehlung

Badische Sportjugend Freiburg [www.bsj-freiburg.de](http://www.bsj-freiburg.de)



# Gesund und bewegt aufwachsen – in der Praxis

## Kindeswohl – Prävention sexualisierte Gewalt

- Aufklärung, Prävention, Intervention
- Beratung von Vereinsverantwortlichen
- Schutzkonzepte für Sportorganisationen
  - Verhaltens- und Ehrenkodex
  - Erweitertes Führungszeugnis
  - Arbeitshilfe, Handlungsleitfaden
  - Ansprechpersonen
- Kinderschutzgebiet Sportverein
- Schutzschild im und für den Sport
- (Aktiv) gegen sexualisierte Gewalt



# Gesund und bewegt aufwachsen – in der Praxis

Kinderturnstiftung – weil Bewegung mehr ist

## Turnbeutelbande

- Motorik-Test um Leistungsstand der Kinder in Schule, Verein und Kita kindgerecht zu erheben und zu dokumentieren



## Kinderturnen in der Kita

- Förderung der Zusammenarbeit von Kitas und örtlichen Turn- und Sportvereinen  
→ Unterstützung der Kitas auf ihrem Weg zu einer „bewegungsfreundlichen Kita“

## Bildung braucht Bewegung

- In-house-Fortbildung für Kita-Teams zu Bewegungsförderung im Kita-Alltag



Kinderturnstiftung [www.kinderturnstiftung-bw.de](http://www.kinderturnstiftung-bw.de)



# Gesund und bewegt aufwachsen



- Sportverein ist #MehrAlsSport
- Sportverein als Ort der Bewegung und Begegnung
- Sportverein als gesundheitsfördernde Lebenswelt
- Sportverein als Partner in der Quartiersentwicklung
- Sportverein als Partner für Akteure der Gesundheits- und Bewegungsförderung
- Sportverein als Partner in Kita, Kindergarten und Schule



# Gesund und bewegt aufwachsen



## Wir müssen endlich the „Bewegungs-Länd“ werden

### Ein sportwissenschaftliches Plädoyer für mehr Bewegung im Kindes- und Jugendalter von Prof. Dr. Alexander Woll

Guten Tag Herr Prof. Dr. Woll, vielen Dank, dass Sie sich die Zeit für dieses Interview nehmen. Ihr Engagement und Ihre Forschung am Institut für Sport und Sportwissenschaft am Karlsruher Institut für Technologie (KIT) insbesondere Ihre Arbeit bezüglich Sportprogrammen und Konzepten zur Bewegungsförderung im Kindes- und Jugendalter bieten wertvolle Einblicke in das Bewegungsverhalten von Kindern und Jugendlichen. In Anbetracht der bevorstehenden BSB-PLATTFORM 2024 "Ganzttag in Bewegung – Gemeinsam. Stark. Vernetzt." und des neuen Ganztagsförderungsgesetzes ab 2026 bin ich sehr gespannt darauf, Ihre Perspektive zu diesem Themenkomplex zu erfahren.

zeigt, dass sie ein echtes Interesse an körperlicher Aktivität haben. Sport kann hier eine bedeutende Rolle spielen, nicht nur für die körperliche Gesundheit, sondern auch bei der Bewältigung gesellschaftlicher Probleme, insbesondere im Bereich der psychischen Gesundheit. Dennoch reicht es nicht aus, einfach nur Sport zu treiben. Unsere aktuellen Daten bestätigen eindeutig, dass noch nie so viele Kinder in Sportvereinen aktiv waren. Mehr als 60 Prozent der Kinder und Jugendlichen sind aktuell Mitglieder in Sportvereinen. Nach der Pandemie hat der Organisationsgrad im Verein seinen Höchststand erreicht. Gemäß den Daten der MOMO-Studie waren sogar schon 80 Prozent aller Kinder und Jugendlichen im Laufe irgendwann in dieser Lebensphase einmal Mitglieder in einem Sportver-



Alexander Woll. Foto: FSS

