

Motorische Leistungsfähigkeit als Grundlage der gesunden Entwicklung von Schulkindern

Die jüngst veröffentlichten Ergebnisse der Berliner Schuleingangsuntersuchungen 2017 sind erschreckend. Viele der angehenden Schülerinnen und Schüler wiesen erhebliche motorische Defizite auf. Die untersuchten Fünfjährigen zeigten vor allem in der Koordinationsfähigkeit große Schwächen. Der Hauptgrund dafür ist laut Experten die fehlende Förderung von Sport und Bewegung seitens der Eltern. Aber auch in den Schulen kommen Sport und Bewegung häufig zu kurz. Die Kinder und Jugendlichen verbringen viele Stunden auf ausgehenden Stühlen in geschlossenen Klassenräumen.

Körperliche Aktivität ist sowohl für die psychische als auch für die physische Entwicklung von Kindern enorm wichtig. Bewegung im Allgemeinen ist gesund und insbesondere im Wachstumsalter wesentlich für die solide Ausbildung gesundheitlicher Parameter. Eine stärkere Implementierung von Bewegungselementen in den Schulalltag stärkt neben dem motorischen Leistungsvermögen auch die Konzentrationsfähigkeit. Sport im Speziellen prägt ferner die sozialen Tugenden wie etwa Selbstbewusstsein, Empathie, Leistungsbereitschaft und Teamgeist aus.

Bedeutung von Sport und Bewegung für die Gesundheit erkennen

Die WHO empfiehlt, dass Kinder und Jugendliche mindestens eine Stunde pro Tag eine zumindest moderate körperliche Aktivität erzielen sollten. Laut einer weltweiten Untersuchung in rund 50 Staaten der „Active Healthy Kids Global Alliance“ zur Bewegung von Kindern und Jugendlichen erreichten dies in Deutschland zuletzt lediglich etwas mehr als 20 Prozent. Im Rahmen des Bewegungs-Zeugnisses 2018 kam ebenfalls heraus, dass Kinder und Jugendliche 70 Prozent ihrer Zeit sitzend verbringen. Damit bewegen sich unsere Kinder weit weniger als die vieler anderer Länder. Obwohl die Rahmenbedingungen für den organisierten Sport gerade im Freizeitbereich laut der Wissenschaftler in Deutschland gut seien, konnten keine besseren Werte erzielt werden. Jedoch ist die ausreichende Bewegung für Kinder enorm wichtig. Mangelnde Bewegung darf sich in jungen Jahren nicht verfestigen und bis ins Erwachsenenalter fortgeführt werden. Dies kann im schlimmsten Fall Zivilisationskrankheiten wie beispielsweise Adipositas oder einen Herzinfarkt hervorrufen.

Die Deutsche Gesellschaft für Orthopädie und Unfallchirurgie hat anlässlich des Tags der Rückengesundheit im März 2019 erklärt, dass insbesondere Rückenschmerzen nicht nur unter Erwachsenen, sondern zunehmend auch unter Kindern und Jugendlichen weit verbreitet sind. In diesem Zusammenhang wurde auch auf die KiGGS-Studie verwiesen. Die Analyse des Robert Koch-Instituts zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland ist eine Langzeitstudie zum gesundheitlichen Zustand von Kindern und Jugendlichen. Die Erhebungen liefern seit 2003 repräsentative Daten zur Gesundheit der unter 18-Jährigen in Deutschland. Unter anderem werden die Häufigkeit von Kopf-, Bauch- und Rückenschmerzen untersucht. Die Ergebnisse zeigen, dass viele der 3- bis 17-Jährigen in den drei Monaten vor der Erhebung der Daten häufiger an Kopf-, Bauch- und Rückenschmerzen litten. Über 75 Prozent der Elf- bis 17-Jährigen sagten, unter entsprechenden Schmerzen gelitten zu haben. Beinahe die Hälfte davon beschwerte sich über Rückenschmerzen. Zu erkennen war ebenfalls, dass die Häufigkeit insbesondere von Rücken- und Kopfschmerzen mit zunehmendem Alter der Kinder anstieg. Die Studie ergab außerdem, dass die gesundheitsbezogene Lebensqualität bei Kindern mit wiederkehrenden Rücken-, Bauch- und Kopfschmerzen reduziert wird und sie aufgrund dessen häufiger an emotionalen Problemen leiden.

Nach Einschätzung der Ärzte ist die Hauptursache für Rückenprobleme bei Kindern mangelnde Bewegung. Die gesundheitlichen Folgen: die Muskeln werden möglicherweise nicht ausreichend ausgebildet, was zu Fehlstellungen der Wirbelsäule bis hin zur Verkümmern der Muskulatur führen kann. Zu wenig Bewegung kann ferner das Entstehen von chronischen Krankheiten wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Diabetes befördern.

Die CDU-Fraktion Berlin erkennt die elementare Bedeutung von körperlicher Aktivität und setzt sich dafür ein, mehr Sport und Bewegung in den Alltag von Schulkindern zu integrieren.

Sportmanager in den Bezirken

Die Angebote der Sportvereine, Jugendeinrichtungen und sozialen Träger in den Bezirken sind enorm. Die Vielfältigkeit ist jedoch meist aufgrund mangelnder Transparenz nicht für jeden ersichtlich. Wir fordern daher den Einsatz von lokalen Sportmanagern, die eine bessere Vernetzung von Kita-, Schul- und Vereinssport sowie der weiteren wohnortnahen Sportangebote sicherstellen. Sie sollen dafür Sorge tragen, dass Bewegung vom Kindesalter

an routiniert in den Alltag integriert wird. Die Sportmanager sind u.a. dafür verantwortlich, dass an allen Schulen Sportbretter angebracht werden, die die regionalen Bewegungsangebote bewerben. Neben den Schulsportangeboten sollen dort auch Vereine und soziale Organisationen ihr Repertoire darstellen. Diese Form von Transparenz ermöglicht es Kindern und Eltern, sich unkompliziert über die Sportmöglichkeiten zu informieren.

Darüber hinaus sollen die Sportmanager die Zusammenarbeit von Vereinen und Schulen professionalisieren. Dazu gehört in erster Linie der Ausbau des Programms „Profivereine machen Schule“ und die Weiterentwicklung des Projekts „Berlin hat Talent“. Vor dem Hintergrund der weiterhin hohen Nichtschwimmerquote wirbt die CDU-Fraktion dafür, im Rahmen der Prüfung der motorischen Fähigkeiten von Kindern der 3. Klassen („Berlin hat Talent“) auch die Schwimmfähigkeit zu ermitteln. Darüber hinaus sprechen wir uns für eine Berücksichtigung von Kindern mit Behinderungen aus, damit auch diese gezielt gefordert bzw. gefördert werden.

Ausbau der Sportangebote an den Schulen

Für viele Kinder und deren Familien ist die Schule der zentrale Ort des gesellschaftlichen Lebens. Die CDU-Fraktion möchte daher das Angebot an nachmittäglichen Sport-AGs ausbauen. Es soll eine Vielzahl an Sportarten bedient werden, zu denen auch das Schwimmen gehört. Hierfür gilt es, sowohl motivierte Lehrkräfte, als auch qualifizierte Trainer aus den Vereinen zu gewinnen. Das Engagement von Sportfachkräften außerhalb der regulären Unterrichtsstunden ist identitätsstiftend und trägt maßgeblich zur Motivation von Kindern und Jugendlichen bei. Die Kooperationen mit den regionalen Vereinen sollen langfristig angelegt sein, damit die Schulen eine Planungssicherheit haben. Die Teilnahme an Sport-AGs kann das Interesse der Kinder an einer Sportart stärken, sodass möglicherweise viele junge Menschen für eine Vereinsmitgliedschaft gewonnen werden können.

Bedeutung des Schulsports herausstellen

Immer wieder gerät der Sport als sogenanntes Nebenfach ins Hintertreffen. Oftmals fällt der Unterricht ersatzlos aus. Obwohl die Bedeutung der Bewegungsförderung umfassend bekannt ist, gelingt es den Bildungseinrichtungen bisher kaum, seine elementare Wichtigkeit in den Schulalltag zu projizieren. Für die CDU-Fraktion Berlin ist der Schulsport nicht verhandelbar. Wir fordern daher eine konsequente Durchführung des Unterrichts, zu der

auch die obligatorischen Schwimmstunden gehören. Des Weiteren halten wir es für zielführend, die Befähigungen zum Schwimmen auf den Zeugnissen der Kinder in Form eines Zertifikates nachzuweisen.

Wichtig ist in diesem Zusammenhang auch die sensible Einschränkung der Unterrichtsbefreiungen vom Schulsport. Die versäumte Teilnahme am Unterricht ist nur in besonderen Fällen zu entschuldigen. Hier bedarf es eines feinfühligem Umgangs insbesondere mit religiösen Vorbehalten gegenüber dem Schulfach Sport. Es muss sichergestellt werden, dass alle Kinder und Jugendlichen, die sich in einer gesunden Verfassung befinden, verbindlich an den Sportstunden teilnehmen. Da die Motive des Fernbleibens von Schülerinnen und Schülern am Sportunterricht bisher nicht valide ergründet sind, sollen die Lehrkräfte diese stärker erfragen und gemeinsam mit den Schulleitungen ein Konzept zur Erhöhung der Teilnahmebereitschaft erarbeiten und umsetzen.

Neben dem Unterrichtsausfall ist auch die Beteiligungsquote an den Bundesjugendspielen ein Indikator für die verfehlte Schulsportpolitik. So haben bspw. im Schuljahr 2016/2017 lediglich 36,5 Prozent der Berliner Schülerinnen und Schüler an den Bundesjugendspielen, deren Durchführung laut Rahmenlehrplan der Berliner Schulen für die Jahrgangsstufen 1-10 verbindlich festgelegt ist, teilgenommen. Dies ist für die CDU-Fraktion nicht akzeptabel. Wir wollen, dass die Bundesjugendspiele an allen Berliner Schulen regelmäßig durchgeführt werden und dass die Kinder und Jugendlichen einen Teilnahmevermerk, ähnlich dem Nachweis der Schwimmbefähigung, auf ihren Zeugnissen erhalten.

Körperliche Aktivität in den schulischen Alltag integrieren

Noch immer verbringen Kinder einen Großteil ihrer Zeit sitzend in Klassenräumen. Über mehrere Stunden hinweg in der gleichen körperlichen Position zu verharren und sich dabei auf Unterrichtsinhalte zu konzentrieren, fällt jedoch insbesondere Kindern im Entwicklungsalter sehr schwer. Bewegung tut den Kindern hingegen nicht nur körperlich gut, sondern fördert gleichzeitig sowohl ihre geistige Entwicklung als auch ihre Leistungsfähigkeit. Durch häufige Positionswechsel und eine abwechslungsreiche Unterrichtsgestaltung kann daher zum einen der Bewegungsdrang der Kinder gestillt und zum anderen auch schulischen Frustrationserlebnissen vorgebeugt werden. Die CDU-Fraktion fordert folgerichtig eine Auflockerung des Frontalunterrichts durch die Integration von Bewegungselementen in den

Schulalltag. Die angebotenen regulären und auch zusätzlichen Sportangebote an Schulen werden den Bedürfnissen der Kinder nach Bewegung und körperlicher Auslastung allein nicht gerecht. Lehrkräfte sollen daher an Fortbildungen teilnehmen, in deren Rahmen ihnen vermittelt wird, wie Bewegungsübungen sinnvoll in den regulären Unterricht eingebaut werden können, beispielsweise durch wechselnde Arbeitsformen wie Gruppenarbeit, Präsentationen oder Planspielen.

Bewegungsfördernde Ausstattung der Klassenräume

Eine wesentliche Voraussetzung für die Leistungsbereitschaft und -fähigkeit von Kindern ist ihre körperliche Gesundheit. Das derzeit in Schulen vorgehaltene Mobiliar ist jedoch in den meisten Fällen weder altersgerecht noch auf die Bedürfnisse von Kindern ausgerichtet. Nur selten zeichnen sich Klassenräume durch ihre Bewegungsfreundlichkeit aus.

Viele Arbeitgeber haben bereits reagiert und Maßnahmen wie die Beschaffung ergonomischer Büromöbel für ihre Mitarbeiter veranlasst. Es ist absolut unverständlich, dass insbesondere Kinder, deren Muskulatur sich noch im Aufbau befindet und bei denen der Grundstein für eine gesunde Körperhaltung gelegt werden sollte, einen Großteil ihres Tages noch immer auf starrem Mobiliar verbringen müssen. Gerade in der Schule sitzen Kinder und Jugendliche häufig zu lange in einer immer gleichen Haltung, sodass auch hier innovatives Mobiliar verbunden mit verschiedenen Bewegungseinheiten Einkehr halten sollte. Bereits kleinere Übungen und Haltungswechsel können einen großen Unterschied machen.

Die CDU-Fraktion fordert, zukünftig alle Klassenräume mit ergonomischem und bewegungsförderndem Mobiliar auszustatten. Sowohl Tische als auch Stühle sollen individuell angepasst werden und verstellbar sein. Die Kinder sollen zudem regelmäßig dabei unterstützt werden, die für sie persönlich passenden Einstellungen vorzunehmen und das Mobiliar ihren Bedürfnissen entsprechend auszurichten. Die zur Anpassung der schulischen Ausstattung erforderlichen zusätzlichen finanziellen Mittel sollen den Bezirken entsprechend zur Verfügung gestellt und im Rahmen der Beratungen für den Doppelhaushalt 2021/22 berücksichtigt werden.

Viele Beschwerden sind vermeidbar und um die angeführten Probleme nicht zu begünstigen, müssen wir handeln. Das sollte uns die Gesundheit unserer Kinder wert sein.