

## **Forderungspapier zum Weltspieltag 2021 – Lasst uns (was) bewegen!**

### **Wir fordern mehr Bewegung in der Lebenswelt von Kindern und Jugendlichen!**

In keinem anderen Lebensabschnitt spielen Bewegung, Spiel und Sport eine derart große Rolle wie in der Kindheit. Kinder nehmen ihre Lebenswelt über Bewegung auf, erfahren, erforschen und erobern sie mit Hilfe ihres Körpers und ihrer Sinne. Zusätzlich fördern Bewegung, Spiel und Sport die motorischen, geistigen, emotionalen und sozialen Kompetenzen und haben damit Auswirkungen auf die gesamte Persönlichkeitsentwicklung von Kindern.

Kinder und Jugendliche haben grundsätzlich einen natürlichen Drang zur Bewegung und viele (emp)finden im und beim Sport Freude und Spaß durch Selbstwirksamkeits- und Erfolgserlebnisse. Bewegung, Spiel und Sport sind grundlegende Elemente des gesunden Aufwachsens und bieten Gelegenheiten für zahlreiche ganzheitliche Lern- und Bildungsprozesse.

Laut der im Jahr 1992 von der Bundesrepublik Deutschland ratifizierten UN-Kinderrechtskonvention ist das Spiel ein Kinderrecht. In Artikel 31 (1) heißt es: „Die Vertragsstaaten erkennen das Recht des Kindes auf Ruhe und Freizeit an, auf Spiel und altersgemäße aktive Erholung sowie auf freie Teilnahme am kulturellen und künstlerischen Leben.“ Dazu gibt es seit 2013 eine Allgemeine Bemerkung, die gerade die Bedeutung des eigenständigen Spiels im Freien für die Entwicklung der Kinder betont und weitreichende Veränderungen weltweit fordert<sup>i</sup>.

In Artikel 24 ist darüber hinaus das Recht auf Gesundheit festgehalten. Gesundheit ist laut Definition der Weltgesundheitsorganisation (WHO) ein Zustand vollständigen körperlichen, seelischen und sozialen Wohlbefindens. Um dies zu erreichen, ist Bewegung ein unersetzbarer Baustein. Letztlich sieht auch das deutsche Sozialgesetzbuch vor, dass die Kinder- und Jugendhilfe dazu beitragen soll, positive Lebensbedingungen für junge Menschen und ihre Familien sowie eine kinder- und familienfreundliche Umwelt zu erhalten oder zu schaffen.<sup>ii</sup>“

### **Aktuelle Situation**

Aktuelle Studien wie zum Beispiel der Kinder Gesundheitssurvey (KiGGS) bestätigen wiederholt, dass die Alltagsaktivität der Kinder und Jugendlichen bereits im Vorfeld der Corona-Pandemie abgenommen hat. Die von der WHO empfohlenen täglichen Bewegungsziele werden von Kindern und Jugendlichen kaum noch erreicht. Vor der Pandemie waren es nicht einmal 50 Prozent aller Kinder und Jugendlichen, die auf die Mindestempfehlung von gerade einmal einer Stunde Bewegungszeit am Tag kamen, mittlerweile sind es nur noch 16 Prozent<sup>iii</sup>.

Die KiGGS-Ergebnisse bestätigen erneut den Zusammenhang von Adipositas und Übergewicht mit niedrigem sozioökonomischem Status. Die DAK-Studie, die im August 2018 veröffentlicht wurde, zeigt darüber hinaus, dass insbesondere auch der Bildungsstatus der Eltern einen großen Einfluss auf den Gesundheitszustand von Kindern hat.<sup>iv</sup> Kinder aus finanziell schwachen Familien sind seltener in Sportvereinen als Kinder aus besser gestellten Familien – Mädchen sind hier besonders betroffen. Die jüngsten Studien weisen darauf hin, dass sich die Situation dieser Kinder und Jugendlichen noch einmal verschärft hat, unter anderem weil sie schlechteren Zugang zu Spiel- und Freiflächen haben und in der Regel in kleineren Wohnungen ohne Garten leben.<sup>v</sup> Schon die Aktionsraumstudie “Raum für Kinderspiel”<sup>vi</sup> von 2014 zeigte deutlich, wie sehr das Spielverhalten von der Wohnumgebung abhängt und dass Kindern in mehrfach belasteten Wohnquartieren wesentlich weniger Zeit zum freien, unbeaufsichtigten und bewegten Draußenspiel zur Verfügung steht.

Die jüngsten Ergebnisse der MoMo-Studie zeigen, dass sich Kinder und Jugendliche, die dauerhaft im Sportverein aktiv sind, motorisch deutlich besser entwickeln als Kinder und Jugendliche, die nicht im Sportverein aktiv sind. Die Förderung von Sportvereinsaktivitäten und von Mitgliedschaften von Kindern und Jugendlichen trägt damit nachweislich zu einer besseren motorischen Entwicklung von Kindern und Jugendlichen in Deutschland bei. Aktuell sind diese Möglichkeiten jedoch stark durch die restriktiven Corona-Auflagen eingeschränkt. Die Mitgliederstatistik des Deutschen Olympischen Sportbundes 2020<sup>vii</sup> zeigt einen Rückgang der 0- bis 6-jährigen Jungen von 16,89 % und bei 0- bis 6-jährigen Mädchen Einbußen von 17,51 %. Bei den 7- bis 14- jährigen gibt es folgende Rückgänge: Jungen - 4,59 %, Mädchen: - 5,55 %.

Neben den physischen Einschränkungen und den damit verbundenen Problemen sind derzeit viele Kinder und Jugendliche auch mental starken Belastungen ausgesetzt. Aktuell fühlen sich 71% der Kinder und Jugendlichen durch die bestehenden Beschränkungen der Pandemie psychisch belastet.<sup>viii</sup> Bewegung, Spiel und Sport können helfen, Spannungen abzubauen und Niedergeschlagenheit und Gereiztheit entgegenzuwirken. Die Teilhabe an Sportangeboten und Zugehörigkeit zum Verein können darüber hinaus Einsamkeit und fehlenden Sozialkontakten – die gerade im Kindes- und Jugendalter besonders relevant und prägend sind – entgegenwirken.

### **Es besteht Handlungsbedarf!**

**Mehr denn je sind Bewegung in die Lebenswelt von Kindern und Jugendlichen zu bringen und ihre Bewegungsmöglichkeiten auszubauen.**

Ausreichend Bewegung wird von KiGGS und speziell von MoMo als nachweislicher Baustein einer gesunden Entwicklung von Kindern und Jugendlichen benannt. Die Bewegungsförderung im Kindes- und Jugendalter sollte einem lebensweltbezogenen Ansatz folgen und Maßnahmen umfassen, die Kindertagesstätten und Schulen sowie das häusliche und soziale Umfeld der Kinder und Jugendlichen bewegungsfreundlicher machen. Die Ergebnisse weisen auf ein sehr hohes Potenzial für Bewegungsförderung hin.

Gesundheitsförderungs- und Präventionsmaßnahmen, die zu einer Reduktion der Übergewichts- und Adipositasprävalenz beitragen, sollten nicht nachlassen. Laut WHO führen Maßnahmen zu individuellen Verhaltensänderungen nur begrenzt zur Problemlösung. Vielmehr sollten verhältnispräventive Ansätze, die im Lebensumfeld ansetzen, gewählt und als gesamtgesellschaftliche Aufgabe verstanden werden.

Maßnahmen, die Kinder und Jugendliche allgemein zu mehr Bewegung motivieren, Bewegung positiv erlebbar machen sowie Bewegung und sportliches Engagement als erstrebenswerte Lebenseinstellung positionieren, müssen vorangebracht werden, da sie beides tun: gesundes Aufwachsen und Teilhabechancen fördern. Das bedeutet für ein Verständnis von Gesundheitsförderung in der Kinder- und Jugendhilfe auch, dass Bewegungsförderung mehr als bisher mitgedacht werden muss, da sie nämlich relevant für die Bildung, Chancengleichheit und gesellschaftliche Teilhabe ist.

Es müssen geeignete Maßnahmen zur Umsetzung der Nationalen Empfehlungen zur Bewegungsförderung ergriffen werden und die Akteur\*innen mit lebensweltspezifischen Programmen bei der Umsetzung von Bewegungsförderung für Kinder und Jugendliche unterstützt werden. Hierzu finden sich in den Nationalen Empfehlungen für Bewegungsförderung zahlreiche Ansatzpunkte, die das Deutsche Kinderhilfswerk und die Deutsche Sportjugend gemeinsam mit ihren Mitgliedsorganisationen schon seit Jahren verfolgen und immer wieder auf den dringenden Handlungsbedarf aufmerksam machen. Im Einzelnen sind diese in verschiedenen Settings der Lebenswelt von Kindern und Jugendlichen aufzugreifen.

|   |
|---|
| <b>Wir fordern mehr Bewegung in der Lebenswelt von Kindern und Jugendlichen!<br/>Lasst uns was bewegen!</b>   |
| <b>Setting Kommune und Wohnumfeld</b>   |
| Wir fordern die Kommunen sowie die verantwortlichen Ministerien auf Bundes- und Landesebene (z. B. Bau-, Verkehrs- und Umweltministerien) auf,  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• der Alltagsbewegung Raum zu geben, unter anderem durch ein kinder- und bewegungsfreundliches sowie verkehrssicheres Umfeld (wohnnortnahe Bildungsinstitutionen, bewegungsfreundliche Kita- und Schulwege, sicher erreichbare Spiel- und Bewegungsräume, interessante Freiräume wie Wiesen, Naturerfahrungsräume oder Brachflächen für freies Spiel).</li> <li>• eine verbindliche Rahmenplanung für Bewegung und Spiel in der Kommune vorzunehmen, in der alle verfügbaren Flächen einbezogen werden, über die gleichermaßen aber auch Ziele formuliert und eine Flächenbevorratung vorgenommen werden.</li> </ul> |

- das gemeinsame Bewegen von Familien zu fördern (z.B. durch Vernetzung der lokalen Akteur\*innen vor Ort, entsprechender wohnortnaher Infrastruktur – Spielplätze, Freiflächen, Sportplätze, Radwege etc. – insbesondere in Stadtteilen mit vielen sozial benachteiligten Familien, Veranstaltungen und Kursprogramme, Förderung bewegungsfreundlicher Fortbewegungsarten, Prämien für bewegt zurückgelegte Wege z. B. durch die Beteiligung von Krankenkassen).
- bei allen bewegungsfördernden Projekten der Kommunen sind die Akteur\*innen des gemeinnützigen, organisierten Kinder- und Jugendsports, der offenen Kinder- und Jugendarbeit und die Kinder und Jugendlichen selbst zu beteiligen und mitzudenken. Dies kann beispielsweise über die Einrichtung von Kinder- und Jugendgremien erfolgen, erforderlich ist zudem eine beteiligungsorientierte Freiraumplanung.

### Setting Kita

Wir fordern von den Ländern und Kommunen ...

Bewegungsfreundlichkeit in allen Kitas in Deutschland ernst zu nehmen und entsprechende Qualitätsstandards festzulegen und zu fördern:

- Kitas mit ausreichend angeleiteter und nichtangeleiteter Bewegungszeit zu führen,
- Kitas mit entsprechenden selbst gestaltbaren bewegungsfreundlichen Räumen (innen und außen!) einzurichten,
- Kitas mit bewegungskompetenten pädagogischen Fachkräften vorzuhalten (hierfür muss die Bewegungsförderung als Lerninhalt in der Ausbildung von pädagogischem Personal systematischer verankert sowie entsprechende Fortbildungen flächendeckender angeboten werden),
- Bewegung als Grundprinzip im pädagogischen Konzept von Kitas zu verankern,
- Eltern einzubinden (z.B. bei Elternabenden Infos zur Alltagsbewegung und bewegungsorientiertem Kitaweg zu verbreiten),
- die Kooperationen von Kitas mit Sportvereinen zu unterstützen und auszubauen.

Wir fordern von der Jugend- und Familienministerkonferenz der Länder (JFMK) und vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ),

- sich in den Verhandlungen mit den Ländern im Rahmen der Vertragsabschlüsse zum „Gute-KiTa-Gesetz“ auch für das Handlungsfeld und die Priorität „Gesundes Aufwachsen“ mit Bewegungsförderung und Gesundheitsbildung einzusetzen.
- Bewegungsförderung als relevanten Qualitätsbaustein in Kindertagesstätten weiter zu forcieren und mehr zu betonen.

### Setting Schule

Wir **fordern** Kommunen und Länder auf,

- eine tägliche Bewegungszeit in der Lebenswelt (Ganztags-)Schule umzusetzen,

- den Sportunterricht sowohl nur durch ausgebildete Sportlehrkräfte (Qualität) als auch mit mindestens drei Wochenstunden (Quantität) sicherzustellen und außerunterrichtliche Bewegungsangebote weiter auszubauen,
- verstärkt das Prinzip der Bewegten Schule (vor allem im Primarbereich) sowie eine fächerübergreifende Bewegungsförderung im Lehrplan zu verankern,
- eine bewegungsfreundliche Schulumwelt zu schaffen und das Prinzip der Bewegten Pause zu etablieren,
- einen bewegungsorientierten Schulweg zu fördern,
- den Schulraum für Bewegung auch außerhalb der Schulzeiten zu öffnen,
- den weiteren Ausbau von Kooperationsformen zwischen Schulen und Sportvereinen sowie außerschulischen Lernorten wie Abenteuerspielplätzen voranzutreiben.

### Setting Familie

Wir **fordern** die Kommunen, aber auch die Zivilgesellschaft auf,

- Eltern bei ihrem Bewegungsauftrag für ihre Kinder zu unterstützen und sie ausreichend über die Relevanz von Bewegung, Spiel und Sport für das gesunde Aufwachsen zu informieren, fortzubilden und aktiv zu begleiten (z. B. über Kinderärzte, Kitas und Schulen, Familienzentren)
- Anreize für einen bewegten Alltag schaffen (z. B. Prämiensystem von Krankenkassen, wohnortnahe Bewegungsflächen und Kursangebote über das Präventionsgesetz schaffen)
- Eltern dabei zu unterstützen, sich zu solidarisieren und Bewegung leichter in den Familienalltag und das Wohnumfeld zu integrieren (z.B. über die Einrichtung von Laufbussen, damit sich Eltern bei der Schulwegbegleitung abwechseln können oder die Einrichtung von temporären Spielstraßen in der Nachbarschaft, die abwechselnd betreut werden).

### Setting gemeinnütziger, organisierter Kinder- und Jugendsport

Wir fordern das Bundesministerium für Gesundheit, das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen **und** Jugend und Kommunen dazu auf,

- den gemeinnützigen, organisierten Kinder- und Jugendsport regelmäßig zu Fragen des gesunden Aufwachsens von Kindern und Jugendlichen zu konsultieren.
- Zugänge für alle Kinder und Jugendlichen zu Sportvereinen unabhängig von ihrer sozio-ökonomischen Situation, ihrem Geschlecht, ihrer Herkunft etc. schaffen und erleichtern.
- ehrenamtliche Übungsleiter\*innen und Trainer\*innen in ihrem Engagement für das gesunde Aufwachsen von Kindern und Jugendlichen wahrzunehmen, sichtbar zu machen, in ihre Ausbildungen zu investieren sowie bei ihrem Engagement zu unterstützen (z. B. Bürokratieabbau).

- Sportvereine in ihrer Rolle als (Bildungs-)Akteur im Sozialraum zu unterstützen und sie in die kommunalen Prozesse mit einzubinden und sie bei ihrer Arbeit im Sozialraum zu unterstützen.
- die Forschungslücke im Bereich des gemeinnützigen, organisierten Kinder- und Jugendsports und zur Frage nach seinen Beiträgen zu einer gesundheitsfördernden körperlichen Aktivität zu schließen. Ideen und Konzepte zu entsprechenden Forschungsprojekten liegen bei der dsj und verschiedenen wissenschaftlichen Instituten vor.

### **Setting außerschulische Lernorte (neben Sportvereinen)**

Wir fordern das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, die Länder sowie die Kommunen auf,

- Die Existenz außerschulischer Lernorte wie Kinder- und Jugendfarmen oder von Kinderhäusern dauerhaft finanziell und personell abzusichern und damit als unverzichtbaren Bestandteil einer kommunalen Bildungs- und Bewegungslandschaft anzuerkennen und strukturell zu verankern.
- Die Kooperationen außerschulischer Lernorte mit dem Ganzttag in Kita und Schule zu erleichtern und zu ermöglichen, dass entsprechende Angebote am Lernort Schule stattfinden können.
- Den Ganztagsbetrieb bewusst zu öffnen und Angebote der offenen Kinder- und Jugendarbeit auch außerhalb des Schulgeländes aufzusuchen und aktiv in den Alltag zu integrieren.

Sportorganisationen und Einrichtungen der offenen Kinder- und Jugendarbeit haben ein originäres Interesse daran, Maßnahmen zu unterstützen, die allen Kindern und Jugendlichen den Zugang zu Sport(vereins)angeboten erleichtern und diese dauerhaft an Sportvereine sowie außerschulische Bildungseinrichtungen wie Jugendfarmen, Mehrgenerationenhäuser oder Aktivspielplätze zu binden. Denn die Mitgliedschaft von Kindern und Jugendlichen in einem Sportverein sowie der regelmäßige Besuch der Einrichtungen führt in der Regel zu einer positiven Entwicklung, gesundem Aufwachsen und gesellschaftlicher Teilhabe. Dafür gilt es, systematisch Maßnahmen und regelmäßige Angebote des gemeinnützigen, organisierten Sports und der offenen Kinder- und Jugendarbeit, welche die Bewegung in der gesamten Lebenswelt von Kindern und Jugendlichen fördern, zu unterstützen. Wichtig dabei ist der Fokus auf offene und niedrigschwellige, freud- und erlebnisbetonte Angebote, die an der Lebenswelt der Kinder und Jugendlichen anknüpfen, konkurrenzfähig zu anderen Konsum- und Freizeitangeboten sind und an denen Kinder und Jugendliche intrinsisch motiviert, partizipativ und freiwillig teilnehmen.

Um die langjährigen Folgen der einjährigen Sportpause aufzufangen, müssen die aktuellen Einschränkungen von Bewegung, Spiel und Sport unter Berücksichtigung notwendiger Hygieneregeln schnellstmöglich aufgehoben und der Zugang mit Unterstützung aller

Entscheidungsträger\*innen umgehend und bedingungslos ermöglicht werden. Bewegung, Spiel und Sport sind Teil der Lösung im Kampf gegen Corona und unersetzbar für die mentale und körperliche Gesundheit von Kindern und Jugendlichen. Es bedarf jetzt auch unkonventioneller Maßnahmen, um möglichst viele junge Menschen auch mit erschwerten Zugangsbedingungen zu erreichen. Dabei gilt es, auch die Interessen von Kindern und Jugendlichen mit zu berücksichtigen und sie an Entscheidungsprozessen zu beteiligen.

Das Deutsche Kinderhilfswerk und die Deutsche Sportjugend rufen Vertreter\*innen aus Politik, Wissenschaft, Wirtschaft, Sport, Gesundheits- und Bildungswesen, Kinder- und Jugendhilfe, Zivilgesellschaft u.a. dazu auf, aktiv zu werden, die Forderungen zu unterstützen und die Umsetzung voranzutreiben. Nur gesamtgesellschaftlich und fachübergreifend, mit Unterstützung aller Lebensweltverantwortlichen, kann dem Bewegungsmangel der Kinder und Jugendlichen entgegengewirkt und ein bewegungsfreundliches Land mit vielen Angeboten rund um Bewegung, Spiel und Sport Selbstverständlichkeit werden.

Freitag, den 28. Mai 2021

---

<sup>i</sup> vgl. UN-Ausschuss für die Rechte des Kindes, 2013

<sup>ii</sup> Vgl. 1. Kapitel § 1 Abs. 3 (4) SGBVIII

<sup>iii</sup> Artikel „Tickende Zeitbombe“ zur aktuellen Studie des Karlsruher Instituts für Technologie (KIT), erschienen in „Der Spiegel“, Nr. 16/17.04.2021

<sup>iv</sup> Pressemeldung der Pressestelle DAK-Gesundheit vom 28.08.2018: „Kinder von Eltern ohne einen Ausbildungsabschluss sind im Alter zwischen fünf und neun Jahren bis zu 2,5mal häufiger von Fettleibigkeit betroffen als Kinder von Akademikereltern“

<sup>v</sup> Artikel „Tickende Zeitbombe“ zur aktuellen Studie des Karlsruher Instituts für Technologie (KIT), erschienen in „Der Spiegel“, Nr. 16/17.04.2021

<sup>vi</sup> Raum für Kinderspiel; Eine Studie im Auftrag des Deutschen Kinderhilfswerkes über Aktionsräume von Kindern in Ludwigsburg, Offenburg, Pforzheim, Schwäbisch Hall und Sindelfingen, siehe <https://www.dkhw.de/schwerpunkte/spiel-und-bewegung/studie-raum-fuer-kinderspiel/>

<sup>vii</sup> <https://www.dosb.de/medienservice/statistiken>

<sup>viii</sup> COPSy Studie der Child Public Health am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (2020)