

## Bewegungsmangel bei Kinder und Jugendlichen. Zeit zu handeln. Gemeinsam.

Geschlossene Schwimmbäder, abgesagte Sportkurse und Distanzunterricht: Die **Corona-Pandemie hat den bereits bestehenden Bewegungsmangel bei Kindern und Jugendlichen noch einmal drastisch verschärft**. Ein erhöhter Medienkonsum ist zum Ersatz für Sport und Bewegung geworden: Laut einer Studie hat die Mediennutzung in der Freizeit um mehr als 1 Stunde täglich zugenommen – das Bewegungsverhalten im Alltag hingegen um circa 45 Minuten abgenommen.

Hinzu kommt ein deutlicher **Mitgliederschwund im Bereich der Sportvereine** in Deutschland: 2020 haben Sportvereine 15 Prozent der unter 6-jährigen Mitglieder verloren. Daraus resultieren kurz-, mittel- und langfristig mannigfaltige Folgen, wie beispielsweise Haltungsschäden oder eine **geringere körperliche und geistige Leistungsfähigkeit**. Spätfolgen im Erwachsenenalter sind der frühere Beginn von Herz-Kreislaufkrankungen, Rückenleiden und die Zunahme von bestimmten Krebskrankungen. Für unsere Gesellschaft bedeutet dies in Zukunft deutlich **höhere Kosten durch Krankheit und geringeres Leistungsvermögen**. Schon heute ist etwa jedes 5. Kind übergewichtig. Weniger sportliche Betätigung und Interaktion zwischen den Kindern führen aber auch zu einem Verlust wichtiger Quellen zum Knüpfen sozialer Bindungen und zur Entwicklung von Leistungsmotivation.

### Zeit zu handeln!

Wir wollen eine Kampagne unterstützen, die Kinder und Jugendliche wieder für Bewegung und Sport begeistert. Dabei sollte Wert auf einen ganzheitlichen und inklusiven Ansatz gelegt werden. Deshalb haben wir in einem Symposium Kriterien für möglichen Übungen entwickelt, u.a. mit dem Ziel, dass sich jedes Kind auf jedem sportlichen Level beteiligen kann. Wir wünschen uns, dass der motivatorische und spielerische Charakter dabei im Fokus steht. Gern werden wir auch zukünftig das Konzept und die Kampagne weiterentwickeln, die nun von SPORTFIVE mit hoffentlich großem Erfolg vorangetrieben und durch ihre Partner in Politik, Medien, Sport sowie Städte und Kommunen auf eine breite Basis gestellt wird.

Wir werden die Kampagne auch langfristig unterstützen und versuchen persönlich mit unserer Expertise einen nachhaltigen Beitrag für die Mobilisierung von Kindern und Jugendlichen für mehr Bewegung, Freude und Gesundheit leisten.

Hamburg, November 2022

Prof. Dr. Ulrike  
Ravens-Sieberer

Kinder- und  
Jugendpsychiatrie, -  
psychotherapie und -  
psychosomatik

Prof. Dr. Alexander  
Woll

Sportwissenschaftler,  
Sportpädagogik,  
Sozialwissenschaftler

Prof. Dr. Helge  
Hebestreit

Kinder- und  
Sportmedizin

Prof. Dr. Klaus  
Stöhr

Epidemiologe und  
Virologe

Stefan  
Felsing

CEO SPORTFIVE