

Laufparcours und Lichtschraken für die Fitness

GESUNDHEIT Durch einen Test soll ermittelt werden, wie sportlich Krefelder Schulkinder sind.

Von Ray Hermkens

Ein Laufparcours, lachende Kinder und eine stickige Turnhalle – auf den ersten Blick unterscheidet sich nichts vom gewöhnlichen Sportunterricht an der Johansenschule in Linn. Aber einige Computer und hochmoderne Lichtschraken deuten daraufhin, dass etwas anders ist. Denn hier wird der Faulheit vor der Mattscheibe der Kampf angesagt.

Motivation und Freude am Sport stehen im Vordergrund

Auf Initiative der AOK soll der Test „Speed4-Check!“ herausfinden, wie fit die Zweit- bis Viertklässler sind. Dieser Test ist Teil des Projekts „Krefelder Kinder in Bewegung (KiB)“, das die AOK zusammen mit der Stadt Krefeld und dem Sportsportbund initiiert hat. Ziel des Tests ist es, die Gesundheit und die aktive sportliche Betätigung von Krefelder Kindern zu fördern. Aus den Ergebnissen sollen aber auch frühzeitig Förderungsmethoden für alle Kinder dieser Altersklasse abgeleitet werden. Bei der Auswertung der Daten hilft die Universität Wuppertal.

„Unser Projekt ist so erfolgreich, weil es bei uns keine Verlierer gibt“, sagt Wolfgang Paes, Erfinder von „Speed4-Check!“ Im Test enthalten sind Situps, Standweitsprung, sowie ein sechsminütiger Lauf. In jeder Disziplin wird ein Sieger ermittelt.

Beim Laufparcours messen mehrere Lichtschraken unter anderem Reaktion, Wendigkeit und Geschwindigkeit des Läufers und dokumentiert dies auf einem Schein, der einem Kassenbon äh-



Beim Sechsinuten-Lauf wird die Kondition der Kinder ermittelt.

Foto: Andreas Bischof

nelt. Diese Informationen soll das Kind zu Verbesserungen anregen. Wobei die kleine Belohnung von einem der Sponsoren sicherlich auch eine große Motivation für einen weiteren Rundgang durch den Parcours sein kann.

Außerdem füllen die Kinder Fragebögen aus, in denen sie Auskünfte zu ihren Aktivitäten in Sportvereinen geben. Diese Informationen gehen zusammen mit den Daten aus dem Fitnessstest an die Uni Wuppertal, die alles auswertet. Für die Kinder, die beim Fitnessstest schlecht abschnitten, machen die Forscher

dann Vorschläge, wie der Schulsport angepasst werden kann.

Die zehn besten Prozent werden von Sportvereinen umworben

Aber dieser Test war nur der erste Schritt: Es folgen Zwischenfinals, zu denen alle Teilnehmer eingeladen sind. Diese Veranstaltungen bereiten die Schüler auf das große Finale am 29. September vor. Dazu eingeladen sind viele regionale Sportvereine, die die besten zehn Prozent von „Speed4-Check!“-Teilnehmern sichten und die größten Talente anwerben wollen.

■ BEWEGUNG

TEILNAHME Allein in Krefeld nehmen insgesamt 4700 Grundschüler aus den zweiten bis vierten Klassen von 27 Schulen unter der Aufsicht von Wolfgang Paes und der Uni Wuppertal an „Speed4-Check!“ teil. Der Test wird in einem Zeitraum von drei Jahren wiederholt.

FINALE Am 29. September findet bei Tölke und Fischer, Gladbacherstraße 345, von 11 bis 17 Uhr das Finale statt.