

Fitnessstest für 4700 Grundschüler

27 von 30 Krefelder Grundschulen nehmen an einer Erhebung der AOK und zahlreicher Kooperationspartner teil. Die Schüler werden getestet, damit sie von Schulen und Vereinen dann gezielt **sportlich gefördert** werden können.

VON ESTHER MAI

4700 Krefelder Grundschüler werden in den kommenden vier Wochen auf ihre Fitness getestet. Aus den Ergebnissen wird ersichtlich sein, wo sportliche Defizite, aber auch Stärken der Kinder liegen, die dann gezielt in Sportvereinen gefördert werden sollen. Das Projekt „Speed4-Check“ wurde von der AOK initiiert; mit im Boot sind die Stadt, das Schulamt, der Stadt-sportbund, die Universität in Wuppertal und das Berufskolleg Vera Beckers. Gestern unterzeichneten die Beteiligten eine Kooperationsvereinbarung.

„Wir wollen mit dem Projekt früh erkennen, wo Handlungsbedarf besteht“, sagte Beigeordneter Gregor Micus. Künftig sollen die Kinder der 2. bis 4. Klassen der 27 teilnehmenden Schulen einmal im Jahr auf ihre Fitness getestet werden. Nach der Auswertung durch die Uni Wuppertal bekommen die Eltern einen detaillierten Brief nach Hause, wie ihr Kind sportlich am besten gefördert werden kann.

In einer Datenbank, die gerade vom Stadtsportbund entwickelt wird, werden alle Sportvereine und Kurse zu finden sein, bei denen die Eltern ihre Kinder dann anmelden können. Auch die Lehrer bekommen einen Brief für jedes Kind, damit sie die Kinder auch in der Schule fördern können. Sollte für die Eltern das Sportangebot für das Kind nicht bezahlbar sein, hilft das Servicebüro der Stadt beim Ausfüllen der Anträge für Fördermittel aus dem Bildungs- und Teilhabepaket.

Mit dem Test und der gezielten Förderung wollen alle Beteiligten dem Trend entgegenwirken, dass Kinder immer un sportlicher werden oder gar an Altersdiabetes leiden. Kinder sollen in Bewegung gebracht, aber auch Talente sollen



Diesen **Laufparcours** müssen die Kinder in möglichst kurzer Zeit zurücklegen. **Lichtschranken** messen ihre Geschwindigkeit, ihre Reaktion und die Beweglichkeit. Foto: AOK

entdeckt werden. Erste Ergebnisse, ob die Bemühungen von Erfolg gekrönt sind und die Kinder sportlicher werden, erwarten die Kooperationspartner schon im nächsten Jahr.

Den Fitnessstest werden 180 Schüler des Berufskollegs Vera Beckers an den Schulen aufbauen, anleiten und die Daten aufnehmen. Derzeit werden sie in Wuppertal geschult, um ab Montag in Krefeld tätig werden zu können. „Nur aufgrund der Bereitschaft der Schüler ist es möglich, dass sich so viele Grundschulen an dem Test beteiligen können“, sagt AOK-Marketingleiter Andreas Franke. Ohne diesen Einsatz wäre das Projekt ansonsten nicht zu finanzieren gewesen. Was der Fitnessstest trotz der ehrenamtlichen Unterstützung genau kosten wird, konnte keiner der Beteiligten genau sagen.

So werden die Grundschüler getestet

Zuerst geht es um die **Schnelligkeit, Reaktionszeit und die Beweglichkeit** der Schüler. In einem Laufparcours, den sie so schnell wie möglich absolvieren sollen, müssen sie mehrere Aufgaben lösen – rückwärts und vorwärts um Hütchen herumlaufen. Gemessen werden hier Antrittsgeschwindigkeit, Schnelligkeit und Reaktionszeit mit Lichtschranken. Dieser Test soll den Kindern Spaß machen, sie dürfen ihn so oft sie wollen durchlaufen. Ihre Zeit bekommen sie sofort auf einem ausgedruckten Bon in die Hand.

Beim Standweitsprung und den folgenden Sit-Ups soll die **Kraft** der

Kinder ermittelt werden. Die **Ausdauer** wird bei einem Sechs-Minuten-Lauf getestet. „Die Kinder müssen keine Angst vor dem Test haben; es wird nichts abgefragt, was sie nicht können“, sagt Andreas Franke, Marketingleiter bei der AOK in Krefeld.

Wichtig für die Erhebung und Auswertung der Daten an der Universität Wuppertal sind auch der **BMI (Body-Mass-Index; Verhältnis des Gewichts zur Körpergröße)** und die **Schwimmfähigkeit**. Beides wird abgefragt, nicht getestet. Außerdem werden die Kinder gefragt, ob sie in einem **Sportverein** sind oder regelmäßig einer **Sportart** nachgehen.

→ **LOKALES**

Krefelds Grundschüler müssen zum Fitnessstest



KREFELD 27 von 30 Krefelder Grundschulen nehmen an einer Erhebung der AOK und zahlreicher Kooperationspartner teil. 4700 Grundschüler werden auf einem Parcours (Foto) getestet, damit sie von Schulen und Vereinen gezielt sportlich gefördert werden können. Eltern sollen auch Hinweise bekommen, welcher Sport der richtige für ihr Kind ist. Im Test geht es um Kraft, Ausdauer und Geschicklichkeit.

LOKALES SEITE C 1

Bewegung, Kinder!

Speed4-Check für Krefelder Grundschüler / Kooperationspartner unterzeichnen Vereinbarung

Krefeld. Sind Krefelder Kinder zu dick? Experten meinen ja. Nach Aussage von Pädagogen, Kinderärzten, Schulamt und der AOK Rheinland/Hamburg sind viele Grundschüler in der Seidenstadt von Übergewicht und Bewegungsmangel betroffen. Schon in den vergangenen Jahren gab es verschiedene Projekte, die dieser Misere entgegen wirken sollten - mit Sport und gesunder Ernährung.

In Fachgesprächen wurde allerdings auch deutlich, dass eine gezielte Förderung eine aussagekräftige Bestandsaufnahme voraussetzt. Schließlich sollen Förderung und Prävention dort geleistet werden, wo sie am nötigsten gebraucht werden. Deshalb haben die Stadt Krefeld, das Schulamt, der Stadtsportbund, das Berufskolleg Vera Beckers und die AOK Rheinland/Hamburg die Vereinbarung getroffen, gemeinsam die Sachstandserhebung durchzuführen. Ziel der Gesundheitspartnerschaft ist es, einen Fitnessstatus von Krefelder Kindern zu erhalten, um Förderungsmöglichkeiten gezielt einzusetzen. Talente zu erkennen und

zunächst drei Jahre fast alle Grundschulkindern der Stadt getestet. Zu absolvieren sind die sechsmündige Laufeinheit speed4, Situps und ein Standweitsprung. Weiterhin werden die Schwimmfähigkeit des Kindes, die Mitgliedschaft in einem Sportverein sowie Körpergröße

und Gewicht erhoben.

Die wissenschaftliche Begleitung und Auswertung übernimmt Professor Stemper von der Uni Wuppertal. Die gewonnenen Daten dienen auch zur Ermittlung von Normwerten für diese Altersgruppe. Der Test wird von rund 180 Schülern des Be-

rufskollegs Vera Beckers durchgeführt, die alle mit einer entsprechenden Schulung ihrer Aufgabe gerecht zu werden. Nach der Auswertung erhalten alle Eltern und die Schulen die Ergebnisse.

INFO www.aok.de/th