

Erfolgsbilanz der ersten drei Jahre „Fit am Ball“:

Mädchen und Kinder aus sozial benachteiligten Familien profitieren am meisten von Sport-AGs

FABCON 2006: Deutsche Sporthochschule Köln (DSHS) und Intersnack starten „Fit am Ball forever“ +++ Ulrich Oevermann leitet objektiv-hermeneutische Forschung zur Übergewichtsproblematik +++ Michael Kolb testet „Fit am Ball“ in Österreich +++ Internationale Experten diskutieren politische und kulturelle Folgen

Köln, 11. November 2006. - Bei der „1. Internationalen Nachhaltigkeitskonferenz Fit am Ball – FABCON 06“ diskutierten Experten aus Europa und den USA besonders den Aspekt Bewegungsmangel des akuten gesellschaftlichen Themas Übergewicht von Kindern und Jugendlichen. Anlass des Fachtreffens in der Deutschen Sporthochschule Köln (DSHS) war die Präsentation der Evaluationsergebnisse des seit 2003 durchgeführten Schulsport-Förderprojektes „Fit am Ball – Der Schul-Cup von funny-frisch“ der DSHS. Mit der überwiegend vom Kartoffelchips-Hersteller Intersnack finanzierten Präventionsmaßnahme gegen Übergewicht wurden bisher rund 35.000 Schülerinnen und Schüler durch über 11.000 zusätzliche Sportstunden (freiwillige AGs) direkt unterstützt. Über schulinterne, freiwillige Sportwettkämpfe wurden sogar mehr als 150.000 Kinder, sowie deren Eltern und Lehrer erreicht.

Das primäre pädagogische Ziel von „Fit am Ball“ war nicht, bei übergewichtigen Kindern kurzfristig eine Gewichtsreduktion zu erreichen, erklärte Projektleiter und DSHS-Dozent Prof. h.c. Dr. Jürgen Buschmann. Stattdessen sollte übergewichtgefährdeten Kindern eine positive, freudvolle Einstellung zu Sport und Bewegung vermittelt werden - in freiwilligen Sporteinheiten, vor der Pubertät, so nachhaltig wie möglich. Hintergrund des von Buschmann entwickelten Programms sind Befunde wie die der Kiel Obesity Prevention Study (KOPS), dass Bewegungsmangel zu den Hauptrisiken für die Entstehung von anhaltendem Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen gehört. Auch der US-Trainingsexperte Mark Verstegen, in Deutschland vor allem als Fitness-Coach der Fußball-Nationalmannschaft bekannt, wies bei der FABCON 06 auf diesen Zusammenhang hin.

Bei der Evaluation einer repräsentativen Stichprobe (Fragebogen-Interviews mit 1.161 Kindern in 32 von rund 600 Schulen) der Projektschulen, erhoben vor und nach der dreimonatigen Projektphase im Frühjahr 2006, wurden die höchsten positiven Einstellungswerte in sozial benachteiligten Milieus gemessen – in Schulen mit hohem Migrantenanteil und mit eher niedrigem Einkommen der Familien (Bewertung des Milieus der Schule durch die Lehrer). Kinder aus solchen Projekt-Schulen bewerteten „Fit am Ball“ abschließend deutlich besser als Kinder aus Milieus mit weniger Ausländern und höheren Einkommen. Ebenso verbesserte sich ihr Selbstwertgefühl (Antworten auf Fragen wie „Ich bin mit mir selbst zufrieden“ oder „Ich mag mich so, wie ich bin“) signifikant stärker als bei Kindern in der Vergleichsgruppe. Kinder aus sozioökonomisch schwächeren Milieus gaben nach „Fit am Ball“ außerdem signifikant häufiger an, jetzt lieber Sport zu treiben als zuvor. Hingegen hatten Stadt/Land-Unterschiede oder regionale Zuordnungen (Nord/Süd, West/Ost) keine statistisch feststellbare Bedeutung.

Den größten Effekt erzielte das Programm, in dem fußballaffine Bewegungseinheiten im Vordergrund stehen, jedoch bei Mädchen. Fast dreimal soviel Mädchen wie Jungen gaben an, durch ‚Fit am Ball‘ Freude am Fußballspielen entdeckt zu haben. Auch in der Selbsteinschätzung – vor allem bei den positiven Antworten auf die Frage „Wenn ich Sport treibe, merke ich gar nicht, wie schnell die Zeit vergeht“ - setzten sich die Mädchen signifikant von den Jungen ab. Das bestätigt insbesondere die These von Fußball-Weltmeisterin Silke Rottenberg, die „Fit am Ball“ seit der ersten Stunde unterstützt: „Wenn man Mädchen frühzeitig zum Fußballsport hinführt, kann man bei ihnen auch eine nachhaltige Begeisterung dafür erreichen. Das Problem besteht darin, dass Fußball in den meisten Schulen nicht für Mädchen angeboten wird. Mich freut es sehr, dass ‚Fit am Ball‘ daran etwas ändern kann.“

Im Ernährungsteil von Fit am Ball, der rund zehn Prozent des Projektes ausmachte (Sponsor: die Bonner CMA), kamen vor allem die Ratschläge zu gesunden Getränken gut an. Apfelschorle wurde nach drei Monaten von vielen Projektkindern als Alltagsgetränk akzeptiert – in signifikant höherem Maß als in den Kontrollgruppen, die am Projekt nicht teilgenommen hatten.

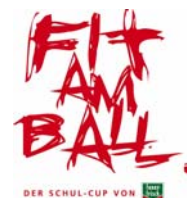
Folgt man der Einschätzung der Kinder, so war „Fit am Ball – Der Schul-Cup von funny-frisch“ bisher ein großer Erfolg. 85,12 Prozent der Stichprobe bewerteten „Fit am Ball“ abschließend mit den Schulnoten „sehr gut“ oder „gut“. Drei von vier Kindern möchten weitermachen mit „Fit am Ball“ oder hätten jetzt gern generell mehr Sportunterricht als zuvor. Rund die Hälfte der Befragten gab an, durch „Fit am Ball“ neue Freunde gefunden oder die Mitschüler besser kennen gelernt zu haben. Mehr als zwei Drittel der Kinder meinten, sich im Sport verbessert zu haben, zukünftig mehr Sport treiben zu wollen und sich gesünder zu ernähren.

Die Voraussetzungen dazu wollen viele Schulen selbst schaffen. 70 Prozent der teilnehmenden Lehrerinnen und Lehrer führen „Fit am Ball“ an ihrer Schule fort. Projektleiter Buschmann: „Das ist für mich einer der größten Erfolge von „Fit am Ball“, dass wir nicht nur die Kinder, sondern auch die Kolleginnen und Kollegen vor Ort begeistern konnten, die Bewegungsförderung mit unserem Konzept gezielt umzusetzen – und dass sie dies auch weiter tun wollen.“

Für den Hauptsponsor des Projektes, der Kölner Knabberartikel-Hersteller Intersnack, zeigte sich Geschäftsführer Dr. Werner Wolf mit den Ergebnissen zufrieden. „Wir wollten einen Beitrag zur Lösung des drängenden gesellschaftlichen Problems Übergewicht bei Kindern leisten, und das ist offensichtlich gelungen. Unser Dank gilt vor allem den Wissenschaftlern der Deutschen Sporthochschule Köln für diese herausragende Leistung. Nun werden wir ‚Fit am Ball‘ als zukunftsfähiges Präventionsmodell gemeinsam weiterentwickeln.“

Unter dem Motto „Fit am Ball forever“ werden in Zukunft Projektschulen weiter unterstützt und zusätzliche Schulen aus besonders betroffenen Milieus hinzugewonnen. Einen neuen Schwerpunkt bildet der Bereich qualitativer sozialwissenschaftlicher Forschung: Ein Team von Soziologen unter Leitung des Frankfurter Universitätsprofessors Ulrich Oevermann (Methode der Objektiven Hermeneutik) wird zwei Jahre lang familiäre und sozioökonomische Ursachen der Übergewichtsproblematik beleuchten. Die Tauglichkeit des Programms für Europa wird in Österreich erprobt: Dort testet der Wiener Sportwissenschaftler Professor Dr. Michael Kolb an ausgewählten Schulen „Fit am Ball“.

FABCON 06



Weitere Infos zu „Fit am Ball – Der Schul-Cup von funny-frisch“ und zur FABCON 06: www.fitamball.de

Projektbüro „Fit am Ball“
Deutsche Sporthochschule Köln
Mathias Bellinghausen
Tel.: 0221 – 4982-6161
Mobil: 0170 – 202 17 52
bellinghausen@dshs-koeln.de