

Ersatz für Vereinsport

Mehr Mobilität im Alltag

Karlsruhe (BNN). Als im Frühjahr Fußballclubs und Turnvereine wegen der Corona-Pandemie für mehrere Wochen geschlossen waren, haben Kinder und Jugendliche sich Bewegungsmöglichkeiten im Alltag gesucht. Die Motorik-Modul-Studie (MoMo) des KIT und der Pädagogischen Hochschule Karlsruhe mit mehr als 1.700 Kindern und Jugendlichen zwischen vier und 17 Jahren kommt zu dem Ergebnis: Sie haben sich rund 36 Minuten länger pro Tag in ihrem Alltag bewegt, verbrachten aber auch eine Stunde länger am Bildschirm.

„Erstaunlicherweise haben sich die Jungen und Mädchen für den Wegfall der Sportangebote Ersatz gesucht, und zwar auch diejenigen, die vorher nicht sportlich aktiv waren“, sagt die beteiligte Forscherin Claudia Niessner. „Es ist nicht so, dass mehr Medienzeit per se weniger körperliche Aktivität bedeutet. In beiden Bereichen gibt es U-förmige Zusammenhänge mit einem gesunden Lebensstil“, ergänzt Kollege Steffen Schmidt „Spielen im Freien, Fahrradfahren, Garten- oder Hausarbeit haben aber nicht dieselbe Intensität wie Training und Wettkämpfe im Verein. Außerdem fallen ohne Verein und Schule die sozialen Aspekte weg“, betont der Sportwissenschaftler Alexander Woll. „Wie sich der Wegfall von Sport in Schule und Verein langfristig auf die Motorik oder das Übergewicht auswirkt, wissen wir noch nicht“. Die Schließung der Vereine bedeutete laut Studie im Schnitt 28,5 Minuten weniger Sport pro Tag.



Ersatzbewegung: Toben statt Vereins-sport im Lockdown. Foto: M. Köhler