

Auswertung „Turnbeutelbande“ Schuljahr 2024/2025 – Ergebnisse der Heilbronner Schulen

Im Schuljahr 2024/25 nahmen insgesamt 930 Kinder aus Heilbronner Grundschulen (ca. 20%) an der Testreihe der Motoriktestung für Kinder der Kinterturnstiftung Baden-württemberg teil.

1. Motorische Ergebnisse

Die motorischen Tests (Koordination, Beweglichkeit und Ausdauer) zeigen ein insgesamt positives Bild.

Im Vergleich zu den bundesweiten Werten der KiGGS 2-Studie werden durchschnittliche bis überdurchschnittliche Ergebnisse der getesteten Schulen erreicht. Besonders die Werte bei **Koordination und Kraft** sind weit überdurchschnittlich.

Unterschiede in den Testergebnissen lassen sich sowohl auf **individuelle** als auch auf **umweltbedingte Faktoren** zurückführen. So können beispielsweise **Bewegungserfahrungen im Alltag, soziale und räumliche Rahmenbedingungen** sowie **individuelle motorische Voraussetzungen** eine wichtige Rolle spielen. Defizite in **Beweglichkeit und vor allem der Ausdauer** lassen sich in der Regel durch **gezielte Bewegungsförderung** wirksam verbessern.

2. Gewichtsentwicklung

Die Gewichtsdaten der getesteten Heilbronner Kinder (TBB SJ 2024/2025) zeigen folgendes Bild:

Kategorie	Heilbronn gesamt	Vergleich KiGGS 2 2017 (bundesweit)
Untergewichtig	10 %	9 %
Normalgewicht	68 %	75 %
Übergewichtig	12 %	10 %
Adipös	10 %	6%

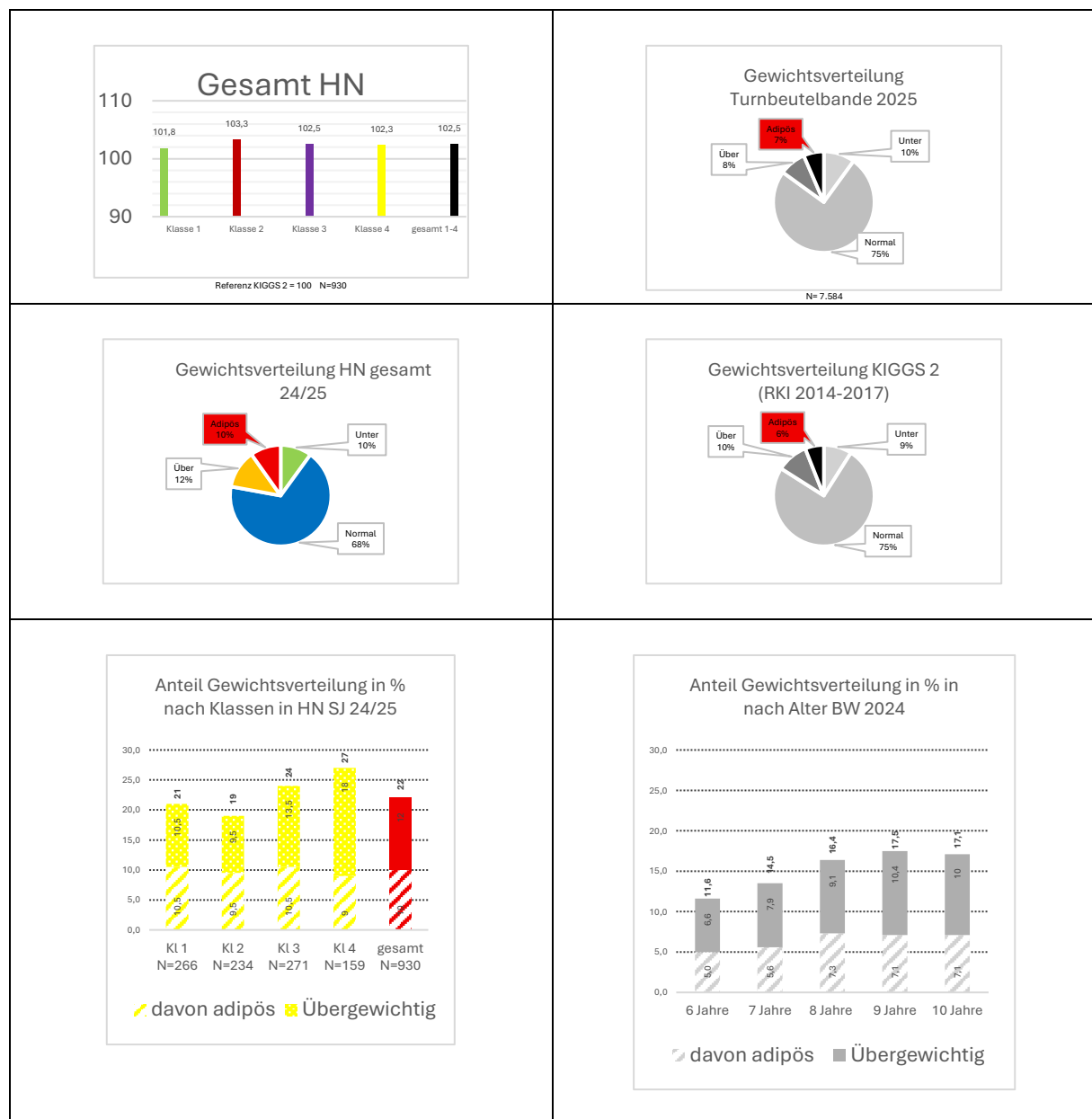
Der Anteil übergewichtiger und adipöser Kinder liegt an einigen getesteten Schulen teilweise deutlich über und an anderen unter dem **Baden-Württemberg- und dem Bundesdurchschnitt**. Gesamt liegt das Ergebnis übergewichtiger Kinder 6% und an manchen Schulen gar 14% über dem Bundesdurchschnitt.

3. Fazit und Ausblick

Die Ergebnisse der Turnbeutelbande 2025 belegen die Wirksamkeit des move!-Konzepts (Training aller Kinder mit zusätzlichen Materialien und Aufbauten, wie Airtrack, Einrädern, Laufkugeln..., am besten mit einem zusätzlichen Trainer und unterstützt von AGs nach Neigung der Kinder): Regelmäßige Bewegung im Schulalltag verbessert **motorische**

Fähigkeiten, Körperhaltung und Sozialverhalten und leistet gleichzeitig einen Beitrag zur Prävention von Übergewicht.

Angeichts der positiven Entwicklungen der neu teilnehmenden Schulen, sowie der stabil hohen Werte an den langjährig teilnehmenden Schulen Grünwaldschule und Alt-Böckingen halten wir es für sinnvoll, das move!-Programm **auf weitere städtische Schulen auszuweiten** und **dauerhaft in den Schulalltag zu integrieren** – als Beitrag zu Gesundheitsförderung, Prävention und Chancengleichheit.



Die Fitness von Grundschulern wird von einer Vielzahl von Faktoren beeinflusst. Diese Faktoren können sowohl individuell als auch umweltbedingt sein. Hier sind einige der wichtigsten:

1. Bewegung und Sportangebote

- **Schulsport:** Die Häufigkeit und Qualität des Sportunterrichts in der Schule spielen eine zentrale Rolle. Schulen, die regelmäßige Sporteinheiten, Spielstunden und ein abwechslungsreiches Sportangebot haben, fördern die körperliche Fitness der Schüler.
- **Außerschulische Aktivitäten:** Sportvereine oder Freizeitmöglichkeiten, die den Kindern zur Verfügung stehen, beeinflussen ebenfalls ihre körperliche Aktivität. Kinder, die an Sportarten wie Fußball, Tanz oder Schwimmen teilnehmen, sind oft fitter.

2. Ernährung

- Eine ausgewogene Ernährung ist entscheidend für die Gesundheit und Fitness von Kindern. Schulen, die gesunde Mahlzeiten anbieten oder Ernährungsbildung fördern, können dazu beitragen, dass Kinder ein gesundes Körpergewicht behalten und genug Energie für sportliche Aktivitäten haben.
- Kinder, die zu Hause regelmäßig ungesunde Lebensmittel konsumieren (z. B. viel Zucker, Fast Food), haben tendenziell eine schlechtere körperliche Fitness.

3. Psychosoziale Faktoren

- **Motivation und Einstellung zur Bewegung:** Kinder, die eine positive Einstellung zur körperlichen Aktivität entwickeln, sind eher bereit, regelmäßig Sport zu treiben. Eine unterstützende und motivierende Umgebung in der Schule, durch Lehrkräfte oder Eltern, fördert diese Einstellung.
- **Soziale Unterstützung:** Kinder, die durch Freunde oder Familie ermutigt werden, körperlich aktiv zu sein, bleiben eher in Bewegung. Ein starkes soziales Netzwerk trägt zur Entwicklung eines aktiven Lebensstils bei.

4. Schulische Ressourcen und Infrastruktur

- Die Verfügbarkeit von Sporteinrichtungen, wie Turnhallen, Sportplätzen oder Geräten, beeinflusst, wie gut Schüler in der Schule körperlich gefördert werden können.
- Die Größe und Qualität des Schulgeländes oder der Umgebung (z. B. Parkanlagen, Spielplätze) haben ebenfalls einen Einfluss darauf, wie oft Kinder draußen spielen und sich bewegen können.

5. Fakultative Bewegungseinheiten

- Schulen, die ein zusätzliches Bewegungsangebot außerhalb des regulären Sportunterrichts bieten (z. B. Bewegungspausen, Tanz- oder Zirkusprojekte), können die Fitness der Kinder fördern.
- Dies ist besonders wichtig in Klassen, in denen der Sportunterricht aufgrund von Lehrermangel oder anderen organisatorischen Problemen eingeschränkt ist.

6. Technologische Einflüsse

- Der zunehmende Konsum von Bildschirmmedien (Handy, Tablet, TV) führt dazu, dass Kinder weniger aktiv sind. Kinder, die viel Zeit mit digitalen Geräten verbringen, neigen dazu, weniger körperlich aktiv zu sein, was ihre Fitness negativ beeinflussen kann.
- Programme, die den Einsatz von Technologie zur Förderung von Bewegung und Fitness kombinieren (z. B. interaktive Fitnessspiele), können hier eine positive Auswirkung haben.

7. Genetische Faktoren

- Individuelle genetische Unterschiede können die körperliche Fitness beeinflussen. Manche Kinder sind von Natur aus bewegungsfreudiger oder haben eine bessere Ausdauer als andere.
- Allerdings können auch Kinder, die genetisch bedingt weniger sportlich sind, durch gezielte Förderung ihre Fitness verbessern.

8. Schulische Integration von Gesundheitsbildung

- Schulen, die auch Themen wie gesunde Lebensführung, körperliche Fitness und Stressbewältigung in den Unterricht integrieren, helfen den Kindern, ein besseres Bewusstsein für ihre Gesundheit zu entwickeln und regelmäßig sportlich aktiv zu sein.

9. Familienumfeld

- Die Einstellung der Eltern und das Beispiel, das sie geben, sind entscheidend. Eltern, die selbst sportlich aktiv sind und ihren Kindern regelmäßige Bewegung ermöglichen, fördern auch deren Fitness.
- Ein Zuhause, das Bewegung und gesunde Ernährung fördert, kann einen positiven Einfluss auf die körperliche Gesundheit von Grundschulern haben.

10. Psychische Gesundheit

- Kinder, die psychisch gesund sind, sind oft auch körperlich aktiver. Umgekehrt können Probleme wie Stress, Angst oder Depressionen die Motivation für körperliche Aktivitäten verringern und sich negativ auf die Fitness auswirken.

Fazit:

Es gibt viele Faktoren, die die Fitness von Grundschulern beeinflussen – von der Schulpolitik über die Ernährungsgewohnheiten bis hin zu sozialen und psychischen Aspekten. Ein ausgewogenes Zusammenspiel dieser Elemente ist entscheidend für die Förderung der körperlichen Gesundheit und Fitness von Kindern.