

# Bewegtes Aufwachsen von Kindern in Corona-Zeiten

**Der Sportverein antwortet mit Bewegungsaktivitäten auf die Corona-Zeit** ■ Die Ständige Impfkommission hat während der Corona-Pandemie auf den Bewegungsmangel mit unzureichenden Antworten für die kindliche Entwicklung reagiert. Ein Fußballverein bietet einen Beitrag zur Lösung an.



**Dr. Harald Seehausen**

Frankfurter Agentur für Innovation und Forschung, Herausgeber der KiTa aktuell HRS

Der Sprung in die Vergangenheit meines pädagogischen Studiums an der Frankfurter Johann Wolfgang Goethe-Universität Ende der 1960er-Jahre: Wir diskutierten kontrovers die neuen Ergebnisse der Kindheitsforschung und Individualpsychologie. Im Mittelpunkt der Seminare standen die Thesen des Schweizer Psychologen Jean Piaget. Die Folgewirkungen der Corona-Pandemie haben meine Aufmerksamkeit wieder auf seine frühere Aussage gelenkt:

- »Wer nicht rückwärtsgehen kann, dem fällt auch das Rückwärts-Zählen schwer. Wer leicht das Gleichgewicht verliert, findet auch nie seine seelische Balance. Wer eine Kreisbewegung nicht begreift, kann sich auch den anderen im Kreis nicht anschließen.«

Diese Erkenntnis von Jean Piaget gewinnt heute an bestechender Aktualität. So greift die Kinderärztin und Vorstandsvorsitzende der Deutschen Kinderturn-Stiftung Kerstin Holze in einem FAZ-Interview seine Aussage auf und übersetzt diese auf die heutige Corona-Zeit:

- »Wer rückwärtslaufen und eine Rolle kann, tut sich oft leichter beim Rechnen. Umgekehrt: Wer das nicht kann, geht ein höheres Risiko ein, später bei komplexen Leistungen überfordert zu sein. Wenn Kinder nicht komplexe Bewegungsabläufe lernen – und sie lernen diese durch qualifizierte Sportangebote, wie zum Beispiel das Kinderturnen – werden sie sich später

schwerer tun mit komplexen Denkvorgängen, mit schwierigen Zusammenhängen«

Nicht zu vergessen in diesem Zusammenhang: Der philanthropische Pädagoge Friedrich Fröbel stellte vor über 200 Jahren mit der Gründung der Kindergärten bereits fest, dass Bewegung Lernen begünstigt: Seine Orientierung lautete: »Ein gesunder Geist wohnt in einem gesunden Körper ...«

Das Thema »Bewegungsmangel« ist zu einem aktuellen Thema in der Corona-Epidemie geworden. Mein Beitrag orientiert sich an dem KiTa aktuell-Artikel »Die Pandemie bewegt die Menschen – doch die Kinder bleiben sitzen« von Renate Zimmer. Interviewergebnisse von betroffenen Eltern und Kindern sowie Beobachtungen während des Ferienprojekts »Fußball- und Freizeitcamps« des Frankfurter Sportvereins SG Bornheim Grün-Weiß e.V. ergänzen die Überle-

gungen und Perspektiven für die Bewältigung der Corona-Zeit.

**Das »Aufholen von Lernrückständen« gewinnt an Aktualität**

**Aber: Der Sportverein als ideales Lern- und Übungsfeld und als kommunaler Bildungspartner wird nur am Rande erwähnt.**

Es ist unverständlich, dass die Ständige Impfkommission (STIKO) keine Wechselwirkungen und Wechselbeziehungen zwischen sportlichen und schulischen Maßnahmen herstellt. Die in der Öffentlichkeit ständig wiederholte Forderung und Förderung nach »Aufholen von Lernrückständen in der Schule« vergisst die wichtigen Chancen des informellen Lernens und der informellen Bildung. Und damit auch die Entwicklungschancen der Bildung von kindlichen Widerstandsfähigkeiten sowie die Stärkung der psychosozialen und motorischen Kompetenzen.



**Abb. 1:** Beim Fußballspiel zeigen sich Körpergefühl und Körperbewusstsein bei gezielten Torschüssen.

Der Sportverein ist auch ein ideales Lern- und Übungsfeld für die Beteiligung von Kindern an der alltagsorientierten Sprachförderung am Freizeitort »Sportplatz«. In den Empfehlungen und Maßnahmen der STIKO fehlt die Wertschätzung und Anerkennung der Sportvereine als kommunaler Bildungspartner. Die Kooperation zwischen Sportvereinen, Kindertageseinrichtungen, Grundschulen und weiteren Bildungseinrichtungen im Gemeinwesen führt nicht nur zu einem veränderten Verständnis von Sprachförderung im Freizeitbereich. Darüber hinaus steht die ortsbezogene Kooperation und Vernetzung in einem engen Zusammenhang zur Vereinbarkeit von Familie, Beruf, Aus- und Weiterbildung von Müttern und Vätern.

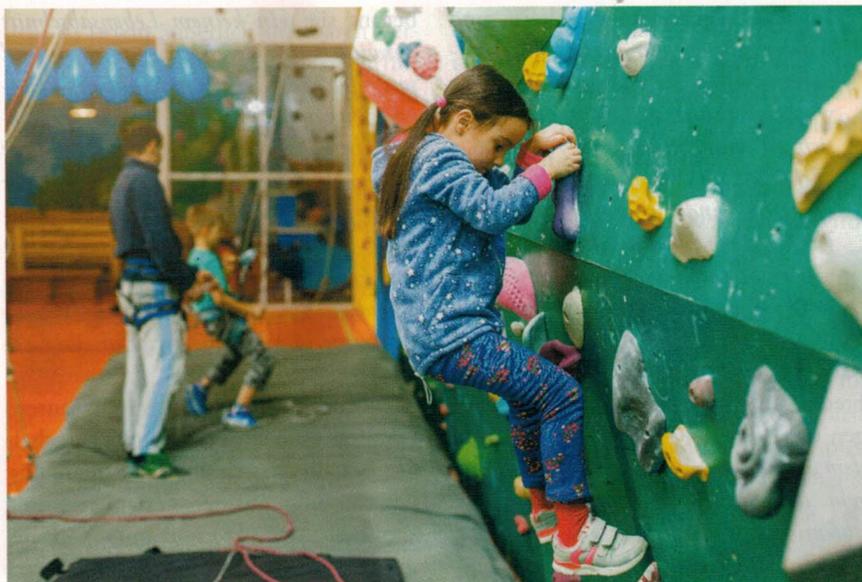
Die sozialräumliche Vernetzung unterschiedlicher Träger stellt mehr Zeitressourcen und damit Zeitsouveränität für die Bewältigung des Familienalltags zur Verfügung. So führt zum Beispiel unsere Kooperation mit dem Jobcenter Frankfurt am Main zur Einstellung von arbeitslosen Eltern auf dem sozialen Arbeitsmarkt. Dieser lokale Erziehungs- und Bildungsprozess wirkt sich während der Corona-Pandemie positiv auf die Eltern-Kind-Beziehungen aus, insbesondere bei sozial benachteiligten Familien bei drohendem Verlust von Arbeitsplätzen.

**» Das Thema »Bewegungsmangel ist zu einem aktuellen Thema in der Corona- Epidemie geworden.«**

**»Bewegtes Aufwachsen« in der Praxis des Sportvereins**

**Sprung in das Feriencamp »Fußball- und Freizeitaktivitäten« in den Sommerferien 2021**

Unser Sportverein mit einem Kinder- und Familienzentrum auf dem Sportplatz beobachtet und analysiert die Rahmenbedingungen für »Bewegtes Aufwachsen«. Und dies in Kooperation mit benachbarten Kindertagesstätten und Grundschulen, in Vernetzung mit der Kinderbibliothek und der Familienbildungseinrichtung MUKIVA. Ortsansässige Unternehmen, regionale und bundesweite Stiftungen unterstützen finanziell soziale Projekte des Fußballvereins.



**Abb. 2: In der Kletterwand entwickeln Kinder Fähigkeiten wie Ausdauer, Kraft und Schnelligkeit.**

Die Kooperation zwischen Sportverein, schulischen und außerschulischen Bildungsinstitutionen sowie Betreuungseinrichtungen räumt »Bewegtes Aufwachsen« eine größere Priorität ein. Die Entwicklung gemeinsamer Konzepte für Bewegungsangebote wird von den Frankfurter Dezernaten Sport, Gesundheit, Soziales, Integration und Bildung unterstützt und eröffnet neue Möglichkeiten eines zukunftsorientierten Bildungsverständnisses.

Wir springen in die Praxis des »Fußball- und Freizeitcamps«:

- Mädchen und Jungen im Alter von 5–12 Jahren aus benachbarten Flüchtlingsheimen, den Kindermannschaften des Vereins, Hortkindern des Kinder- und Familienzentrums sowie aus dem Stadtteil ohne Vereinsmitgliedschaft beteiligen sich aktiv an zahlreichen Bewegungsangeboten. Wir beobachten eine Kindergruppe beim Fußballspiel und staunen nicht nur über ihre Lebendigkeit und Lebensfreude, sondern auch über Körpergefühl und Körperbewusstsein bei gezielten Torschüssen. Ihr Bewegungsdrang ist nicht zu stoppen. Vier Kinder entwickeln im Spielraum des Kinder- und Familienzentrums Rollenspiele, um belastende Lebenssituationen der Corona-Zeit zu bewältigen. Eine andere Gruppe besucht die Kletterwand der benachbarten TG Bornheim und entwickelt erstaun-

liche konditionelle Fähigkeiten wie Ausdauer, Kraft und Schnelligkeit. Einige »lautstarke« Kinder jedoch erkennen ihre körperlichen Grenzen. Der Weg zum benachbarten Spielplatz und dem Spielplatz weckt Neugierde auf neue Bewegungsabläufe. Eine Mädchengruppe »besetzt« die beiden Tischtennisplatten auf dem Sportplatz und erfindet ein neues Spiel »Wir bauen einen Zirkus«. Drei Kinder aus dem benachbarten Flüchtlingsheim erproben das Bocciaspiel, rollen und werfen die Kugeln und lernen dabei unbekannte Regeln. Ein Großvater zeigt den Kindern (und Betreuern) seine Treffsicherheit mit Fußbällen auf kleine Tore. Sein Enkelkind staunt über das Zielvermögen vom Opa und ahmt ihn sofort nach. Mit vollem Schwung springen Jungen auf das Trampolin und werfen sich dabei Softbälle zu. Eine Gruppe von Mädchen und Jungen zielt mit Tennisbällen auf Fußbälle und entwickelt neue motorische Fähigkeiten; sie schreien voller Begeisterung, wenn sie getroffen haben. Kinder haben beim Einkaufen von Spielmaterialien Murmeln (Klicker) und Flummies entdeckt und experimentieren mit den Spielangeboten. Mit viel Phantasie und Selbstständigkeit werden die Angebote verändert. Zwei und zwei Kinder messen sich im Basketballspiel und üben dabei Rücksichtnahme und

Fairness untereinander. Eltern und Kinder spielen gemeinsam mit Luftballons. Über Seile und Gummitwist wird gesprungen. Kinder bewegen sich zu einer Schatzsuche: Wir haben »Schätze« im benachbarten Spielpark versteckt. Kinder bejubeln ihr Finderglück. Aber schnell werden die Spielgeräte erobert und auf dem Kleinspielfeld wird mit Fußbällen gekickt.

Kindern macht Bewegung Spaß und Freude. Interviews mit Kindern bestätigen dies. Peter sagt dazu: »Wenn ich mit dem Ball das Tor treffe und der Ball geht rein, dann schreie ich laut und bin stolz auf mich«. Maria meint: »Wenn ich auf dem Trampolin einen Meter hoch springe, ja, dann bin ich glücklich und sage dies auch abends meinen Eltern und meinem Opa«. Ben betont: »Dass ich drei Schüsse im Tor gehalten habe, hätte ich nicht von mir geglaubt. Das werde ich meinen Freunden in der Klasse berichten. Endlich können wir uns auch wieder in der Schule austauschen«.

» Seit langem wissen wir, dass zahlreiche Zivilisationserkrankungen, unter denen Erwachsene leiden [...] ihren Ursprung in der Kindheit haben [...]«

**Körperliche und seelische Gesundheit mit sozialer Begegnung gehören zusammen**

**Draußen spielen und Aufenthalt an der frischen Luft stärkt das Immunsystem und die Widerstandsfähigkeit von Kindern**

Die vielfältigen und gemeinsamen Bewegungsmöglichkeiten zeigen die elementaren Bedürfnisse nach körperlicher Aktivität und sozialen Kontakten. Ein Ergebnis unserer Elterninterviews: Die pandemiebedingten Einschränkungen in den Kindertagesstätten, Grundschulen, Spielplätzen und Schwimmbädern führen oft zu Einsamkeit, Alleinsein und hohem Medienkonsum von Kindern.

Renate Zimmer betont aus der Sicht der Sportwissenschaften die Bewegung als Voraussetzung für Gesundheit und Wohlbefinden. In ihrem o.g. Beitrag

betont sie: »In keinem Lebensabschnitt entwickelt sich der Mensch so rasch und so umfassend wie in der Kindheit. Bewegung fungiert dabei im Bereich der körperlichen Entwicklung als notwendiger biologischer Entwicklungsanreiz: Über Bewegungsaktivitäten wird der Haltungs- und Bewegungsapparat gestärkt, das Herz-Kreislauf-System wird herausgefordert, die Muskulatur erhält Wachstumsreize, die Knochenstruktur wird gefestigt«. (S. 150).

Zahlreiche Kinder aus Migrantenfamilien und bildungsfernen Haushalten beteiligen sich mit viel Spaß und Begeisterung an der Ferienbetreuung »Fußball- und Freizeitcamp«. In besonderer Weise gilt dies für Kinder mit Fluchthintergrund, die mit ihren Eltern in beengten räumlichen Verhältnissen in einer Gemeinschaftsunterkunft leben. Wir können mit unserem Ferienprojekt und dem »Pädagogischen Mittagstisch« des Kinder- und Familienzentrums, u.a. gefördert von dem Frankfurter Integrations- und Sozialdezernat, dem Sportamt und der Münchener Stiftung »Children for the better world«, auf diese soziale Benachteiligung einwirken. Die Sportangebote unseres Vereins bieten einen Lernort von Bewegungsaktivitäten mit verbundener Freude und besonderen Emotionen, die den Bewegungsmangel erheblich verringern und Entwicklungsmöglichkeiten der Kinder fördern.

» Persönlichkeitsentwicklung und Gesundheit gehören zusammen, insbesondere bei der Bewältigung der Corona-Krise.«

Seit langem wissen wir, dass zahlreiche Zivilisationserkrankungen, unter denen Erwachsene leiden (wie u.a. Bluthochdruck, Diabetes, Osteoporose, Übergewicht) ihren Ursprung in der Kindheit haben; diese sind auf einen Mangel an Bewegung zurückzuführen. Renate Zimmer bringt dies in ihrem Beitrag auf den Punkt: »Bewegungsmangel in der Kindheit führt häufig zu einem inaktiven Lebensstil im Jugend- und Erwachsenenalter, dieser gehört zu den größten gesundheitlichen Risikofaktoren«. (S. 151)

Die Ergebnisse der Aerosolforschung zeigen eindeutig, dass die Infektionsgefahr im Freien deutlich geringer als in Innenräumen ist. Und ergänzend: Je mehr Bewegung mit »draußen spielen« erfolgt, umso besser. Der Sportplatz als Ort im Freien, in Verbindung mit Wandern zu Parks, Spielplätzen und Wiesen reduziert die Infektionsgefahr. Und dies nicht nur im Sommer, sondern zu jeder Jahreszeit.

### Fazit

Kindheit findet jetzt statt. Und nicht nach der Pandemie. Die zukunftsorientierte Frage und Antwort lauten: Welche Rahmenbedingungen brauchen wir für ein Bewegtes Aufwachsen? Und alle Akteure im Sozialraum gehören an einen Tisch! Die kommunalpolitische Vernachlässigung der Vernetzung und Kooperation von unterschiedlichen Akteuren verschenkt eine große Chance, um Kinder und Jugendliche mit ihren Familien auf dem Weg zurück in ein unbeschwertes und bewegtes Aufwachsen in Corona-Zeiten zu begleiten. Sportvereine leisten vielfältige Bewegungsaktivitäten. Diese müssen mit ihren Bildungswirkungen in Verbindung mit schulischen Orten neu bewertet werden. Bewegtes Aufwachsen im Sportverein fördert einen erheblichen Beitrag zur gesundheitlichen und sozialen Entwicklung von Kindern. Vielfältige Bewegungserlebnisse stärken ihr Selbstvertrauen und damit ihre Persönlichkeit. Persönlichkeitsentwicklung und Gesundheit gehören zusammen, insbesondere bei der Bewältigung der Corona-Krise.

### Literatur

- Mankau, G., Seehausen, H. & Wüstenberg, W. (2010): *Kinder- und Familienzentren als neue Orte frühkindlicher Bildung*. Kronach, Carl Link.
- Seehausen, H. (2020): *Sprachliche Bildungsförderung im Sportverein und Sozialraum. Am Beispiel der SG Bornheim Grün-Weiß e.V. (Pilotprojekt) Frankfurt am Main*.
- Wustmann, C. (2004): *Resilienz. Widerstandsfähigkeit von Kindern in Tageseinrichtungen fördern*. Weinheim und Basel Beltz Verlag.
- Zaiss, K. (2002): *Bewegungs-Kita. Trends-Projekt-Perspektiven*. KiTa aktuell Spezial. Sonderausgabe Nr. 1/2002.
- Zimmer, R. (2021): *Die Pandemie bewegt die Menschen – doch die Kinder bleiben sitzen*. KiTa aktuell MO, Heft 6, S. 150–152.