

Pressekonferenz

**AOK/DSB/WIAD-Studie II:
Fitness der Kinder weiter
im Abwärtstrend
Initiative "Fit sein macht Schule"**

am 11.03.2003 in Berlin

Statement von

Dr. Hans Jürgen Ahrens

Vorstandsvorsitzender

des AOK-Bundesverbandes

Pressekonferenz

**AOK/DSB/WIAD-Studie II:
Fitness der Kinder weiter
im Abwärtstrend
Initiative "Fit sein macht Schule"**

am 11.03.2003 in Berlin

Ein Blick zurück

Meine sehr geehrten Damen und Herren, vor gut zwei Jahren saßen wir hier in Berlin zusammen und haben Ihnen von unseren ersten Untersuchungsergebnissen zum Fitnesszustand von Kindern und Jugendlichen berichtet. Gemeinsam mit unserem langjährigen Partner Deutscher Sportbund und dem WIAD haben wir damit einen ersten Meilenstein in der Aufarbeitung dieses wichtigen Themas gesetzt.

Damals schon konnten wir einen negativen Trend bei der Fitness unserer Kinder ausmachen. Obwohl wir darauf hingewiesen haben, dass es notwendig ist, weitere Untersuchungen mit noch größeren Fallzahlen durchzuführen, um wirklich sicher zu sein, dass wir richtig liegen, haben unsere Ergebnisse größtes Interesse in Politik, Medien und Fachöffentlichkeit erfahren. Wir stellten fest,

Pressekonferenz

**AOK/DSB/WIAD-Studie II:
Fitness der Kinder weiter
im Abwärtstrend
Initiative "Fit sein macht Schule"**

am 11.03.2003 in Berlin

dass es ein enormes gesellschaftliches Bedürfnis nach Information und Diskussion zu diesem Thema gibt.

Und weil wir das ahnten, haben wir auf unserer Pressekonferenz damals zwei Dinge angekündigt:

Erstens: Wir wollen uns auch weiterhin dem Thema widmen und gemeinsam mit dem DSB und dem WIAD den Entwicklungen und ihren Ursachen auf den Grund gehen.

Und zweitens: Wir sind nicht diejenigen, die nur den Zeigefinger heben und sagen: Passt auf, wir haben ein Problem! Die AOK wäre nicht die Gesundheitskasse wenn sie nicht auch Lösungsansätze parat hätte, die dazu beitragen können, gesundheitlichen Fehlentwicklungen entgegenzusteuern. Dazu später mehr.

Initiative „Fit sein macht Schule“

Pressekonferenz

**AOK/DSB/WIAD-Studie II:
Fitness der Kinder weiter
im Abwärtstrend
Initiative "Fit sein macht Schule"**

am 11.03.2003 in Berlin

Zunächst zum ersten Punkt: Was haben wir gemeinsam mit unseren Landes-AOKs in den vergangenen zwei Jahren getan? Gemeinsam mit dem DSB und dem WIAD haben wir Ende 2000 die Initiative „Fit sein macht Schule“ ins Leben gerufen und dabei alle Schulen zur Mitarbeit eingeladen. Alle interessierten SportlehrerInnen bekommen von ihrer AOK vor Ort ein kostenloses Informations- und Arbeitspaket. Mit einem einfach durchzuführenden Fitnessstest können sich ihre Klassen testen und miteinander vergleichen. Die Lehrer bekommen wertvolle Hinweise zu den Bewegungsstärken und -schwächen ihrer Schüler und damit Ansatzpunkte, wo sie gezielt fördern können.

Die Nachfrage auf unsere Initiative hat alle Erwartungen übertroffen. Mittlerweile haben **über 20.000 Schülerinnen und Schüler** an der Initiative teilgenommen. Darauf sind wir schon etwas stolz, ist es doch die größte bun-

Pressekonferenz

**AOK/DSB/WIAD-Studie II:
Fitness der Kinder weiter
im Abwärtstrend
Initiative "Fit sein macht Schule"**

am 11.03.2003 in Berlin

desweite Untersuchung, die es in diesem Bereich in Deutschland bislang gibt. Und das beste ist: Wir machen weiter. Unser Ziel ist, gemeinsam mit dem DSB und dem WIAD weitere Daten zu sammeln und eine Art Kompetenzzentrum für dieses Thema zu bilden.

Konsequenzen der Entwicklung

Die Ergebnisse, die Ihnen das WIAD vorgestellt hat, können nicht ohne Konsequenzen bleiben. Wenn ich höre, dass allein in den letzten 10 Jahren bei den 10- bis 14-Jährigen **ein Rückgang der Fitness um mehr als 20%** zu beobachten ist, dann schrillen bei uns alle Alarmglocken. Wenn ich das mal moderat fortschreibe, dann dürften im Jahr 2050 unsere Kinder zur Einschulung immer noch im Kinderwagen sitzen. Kommen sie da raus, brechen sie auf dem Weg vom Computer zum Fernseher vor Erschöpfung zusammen. Wer auf einen Baum klettern kann, kommt sofort ins Leistungszentrum.

Pressekonferenz

**AOK/DSB/WIAD-Studie II:
Fitness der Kinder weiter
im Abwärtstrend
Initiative "Fit sein macht Schule"**

am 11.03.2003 in Berlin

Im Jahr 2100 hat unsere Fußball-Nationalmannschaft ein Durchschnittsalter von 50, denn qualifizierter Nachwuchs ist Mangelware. Aber das ist auch nicht so schlimm. Sport Nr.1 in Deutschland ist dann Schach oder Skat. Geschwitzt wird jedenfalls nur noch in der Sauna...

Ein großes deutsches Nachrichtenmagazin berichtete kürzlich, Unfallforscher stellen heute schon fest, **dass die Bewegungsdefizite der Kinder das Verletzungsrisiko erhöhen**. Kinder verlernen, sich bei Stürzen mit den Händen abzufangen. Stattdessen „plumpsen sie wie Mehlsäcke um und prallen mit dem Kopf auf“. Auch die Psyche der Kinder bleibt davon nicht unbeschadet. Geringes Selbstwertgefühl bis hin zu Depressionen und Suchtanfälligkeit sind die Folge.

Das fatale ist, dass die Grundlagen für Gesundheit und Bewegung schon früh im Kindes- und Jugendalter gelegt

Pressekonferenz

**AOK/DSB/WIAD-Studie II:
Fitness der Kinder weiter
im Abwärtstrend
Initiative "Fit sein macht Schule"**

am 11.03.2003 in Berlin

werden. **“Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr“** gilt für das Gesundheitsverhalten in besonderem Maße. Natürlich gehören Fernseher und Computer heute zur Welt der Jugendlichen, das wollen wir gar nicht verteufeln. Aber das Gleichgewicht gerät aus den Fugen.

Experten sehen **Generationen von Frührentnern** auf uns zukommen. Für die Sozialsysteme und besonders das Gesundheitssystem bedeutet das eine unvorstellbare Kostenlawine. Krankheiten in Folge von Bewegungsmangel verursachen heute schon jährliche Kosten von über 60 Milliarden Mark, etwa die Hälfte entfallen auf Rückenerkrankungen. Auch Übergewicht und Herz-Kreislauf-Erkrankungen stehen im direkten Zusammenhang mit der Bewegungsarmut. Umgekehrt profitieren auch die Unternehmen von der Gesundheit ihrer Mitarbeiter: Aus unserer **betrieblichen**

Gesundheitsförderung wissen wir, dass gesündere

Pressekonferenz

**AOK/DSB/WIAD-Studie II:
Fitness der Kinder weiter
im Abwärtstrend
Initiative "Fit sein macht Schule"**

am 11.03.2003 in Berlin

rung wissen wir, dass gesündere Betriebe eine höhere Produktivität besitzen.

Aber wollen die Jugendlichen überhaupt mehr Sport machen? Die Antwort ist eindeutig ja! **Die Hälfte unserer getesteten Kinder möchte mehr Sport treiben, und besonders diejenigen, die es nötig haben.** Die Schwierigkeit besteht darin, vor allem die weniger aktiven Kinder und Jugendlichen an den Sport ranzuführen, und zwar dauerhaft. Dafür muss der Sport zeitgemäß sein, und er muss die Wünsche der Kinder berücksichtigen.

Damit komme ich zum zweiten Punkt unseres Themas:

Was können wir tun, um den negativen Entwicklungen entgegenzuwirken?

Diese Aufgabe wird niemand allein schultern - dafür ist sie zu groß. Immerhin handelt es sich hier um ein ge-

Pressekonferenz

**AOK/DSB/WIAD-Studie II:
Fitness der Kinder weiter
im Abwärtstrend
Initiative "Fit sein macht Schule"**

am 11.03.2003 in Berlin

samtgesellschaftliches Problem. Aufgerufen sind alle, die in irgendeiner Weise einen Beitrag leisten und Verantwortung übernehmen können: Die Politik in Bund, Ländern und Kommunen, die Schulen, die Sportverbände und -vereine und natürlich auch die Krankenkassen.

Das von der Regierung geplante Präventionsgesetz muss deshalb auch dem Anspruch der Prävention als gesamtgesellschaftliche Aufgabe genügen. Das Gesetz darf nicht nur die Aufgaben des GKV-Systems festschreiben. Es muss vielmehr die Verantwortlichkeiten und Kooperationsmöglichkeiten aller relevanten Akteure innerhalb und außerhalb des Gesundheitswesens miteinander verzahnen.

Ich möchte Sie in diesem Zusammenhang auch auf den gerade erschienenen Endbericht des Forums „gesundheitsziele.de“ hinweisen. Dort ist quasi als nationales

Pressekonferenz

**AOK/DSB/WIAD-Studie II:
Fitness der Kinder weiter
im Abwärtstrend
Initiative "Fit sein macht Schule"**

am 11.03.2003 in Berlin

Gesundheitsziel formuliert worden, dass die motorischen Fähigkeiten der Kinder und Jugendlichen gestärkt und der Bewegungsmangel reduziert werden muss.

Mit der Initiative "Fit sein macht Schule" beweist die AOK einmal mehr ihre Vorreiterrolle in der Gesundheitsförderung. Seit etwa 15 Jahren ist die AOK die Gesundheitskasse und dieser Name ist Programm. Keine andere Kasse tut mehr für die Gesunderhaltung ihrer Versicherten. Seit der Novellierung des § 20 des SGB V haben wir dafür auch wieder eine solide Rechtsgrundlage.

Die AOK fördert als einzige Kasse in größerem Umfang die so genannten Setting-Ansätze an Schulen. Seit **PISA** ist die Leistungsfähigkeit unserer Schulen oder besser deren Mängel in aller Munde. Offenbar gibt es hier dringenden Reformbedarf. **Dabei dürfen wir aber nicht in**

Pressekonferenz

**AOK/DSB/WIAD-Studie II:
Fitness der Kinder weiter
im Abwärtstrend
Initiative "Fit sein macht Schule"**

am 11.03.2003 in Berlin

den Fehler verfallen, wie es wohl schon erwogen wird, bei diesen Reformen den Sportunterricht zugunsten von mehr Deutsch oder Mathematik zu opfern, damit unsere Kinder besser lesen und rechnen können. Vielmehr ist es so, wie Studien belegen, dass Bewegung auch die Lernfähigkeit massgeblich steigert und damit den Schul-erfolg. Mannschaftssportarten leisten zudem einen wichtigen Beitrag für die Entwicklung eines gesunden Sozialverhaltens bei den Kindern.

Deshalb: Mehr Sport in unseren Schulen bedeutet auch mehr Leistungsfähigkeit. Zwei Sportstunden sind einfach zu wenig, um den körperlichen Ausgleich der Kinder zu sichern. **Unser Plädoyer lautet deshalb: Stärkt den Schulsport und die Bewegungsmöglichkeiten unserer Kinder!** Im Sinne besseren Lernens, höherer

Pressekonferenz

**AOK/DSB/WIAD-Studie II:
Fitness der Kinder weiter
im Abwärtstrend
Initiative "Fit sein macht Schule"**

am 11.03.2003 in Berlin

Lernerfolge und höherer Qualifikationen der jungen Menschen überhaupt.

Mit gutem Beispiel voran geht etwa die **AOK Schleswig-Holstein**. Sie hat in ihrem **Modellprojekt „Gesundheitsfördernder Sportunterricht“** zusammen mit regionalen Sportverbänden an mehreren Kieler Grundschulen dafür gesorgt, dass eine dritte Sportstunde angeboten wird.

Mit dem **DSB verbindet uns eine langjährige Partnerschaft**, die getragen ist von dem gemeinsamen Ziel, die Menschen durch Sport und Bewegung zu einem bewussteren Gesundheitsverhalten zu motivieren. Das hat schon begonnen in den 70ern mit der Initiative „Trimming 130“, aus der die Trimm-Trab-Welle hervorging und an der sich die AOK mit großem Engagement beteiligte.

Um noch mehr Menschen und vor allem die Jugendlichen

Pressekonferenz

**AOK/DSB/WIAD-Studie II:
Fitness der Kinder weiter
im Abwärtstrend
Initiative "Fit sein macht Schule"**

am 11.03.2003 in Berlin

zu erreichen, haben wir mit dem DSB eine Internet-Plattform rund um das gesunde Sporttreiben realisiert: www.richtigfit.de. In diesem Jahr werden wir das Angebot um eine Reihe individueller gesundheitsfördernder Trainingsprogramme erweitern.

Ganz besonders bemühen wir uns um die Gesundheit der jungen Familien mit ihren Kindern. Auf Bundes- und Landesebene fließt die Kompetenz der Gesundheitskasse in gesundheitsfördernde Aktionen und Kooperationen. Ich möchte an dieser Stelle nur einige Beispiele nennen und Sie bitten, sich für weitere Informationen an unsere Experten in den AOKs vor Ort zu wenden.

Die **AOK Rheinland** fördert in Kooperation mit der Ärztekammer Nordrhein mittlerweile in über 200 Grundschulen das **Projekt „Gesundheitsförderung und Ge-**

Pressekonferenz

**AOK/DSB/WIAD-Studie II:
Fitness der Kinder weiter
im Abwärtstrend
Initiative "Fit sein macht Schule"**

am 11.03.2003 in Berlin

sundheitserziehung in der Schule“. Speziell fortgebildete Ärzte gehen in die Schulen und vermitteln in Zusammenarbeit mit Lehrern und Eltern Möglichkeiten für mehr Bewegung und gesunde Ernährung im Schulalltag. Dafür sind auch spezielle Medien entwickelt worden.

Die **AOK Baden-Württemberg** hat in Zusammenarbeit mit den regionalen Turnerbünden das **Projekt „fit und gesund-Kids“** ins Leben gerufen. Unter dem Motto „Mitmachen und Spaß haben“ unterstützt sie die Sportvereine bei der Umsetzung von Angeboten für spielerisches Kinderturnen. Mittlerweile haben dadurch 120 Vereine in Baden-Württemberg Angebote zum Kinderturnen aufgenommen.

In **Bayern** unterstützt die AOK das **Projekt „Bewegte Schule“**, das neue Konzepte für mehr Bewegung im Unterricht und vor allem in den Pausen entwickelt und um-

Pressekonferenz

**AOK/DSB/WIAD-Studie II:
Fitness der Kinder weiter
im Abwärtstrend
Initiative "Fit sein macht Schule"**

am 11.03.2003 in Berlin

setzt. Außerdem fördert die AOK Bayern im Rahmen von **Sportarbeitsgemeinschaften** außerhalb des regulären Sportunterrichts zusätzliche attraktive Sportangebote für die Schüler, z.B. Inline Skating oder Rope Skipping.

Die **AOK Westfalen-Lippe** plant auf der Basis der Fitnessstestergebnisse in den Schulen zusätzliche **Fördergemeinschaften** und **Sport-AGs** einzurichten. Für 2003 sind außerdem in Kooperation mit der Schulaufsicht spezielle **Lehrerfortbildungen** vorgesehen, zum Beispiel zum Thema „jugendgemäßes Rücken- und Ausdauertraining“.

Abschließend möchte ich mich bei unseren Partnern DSB und WIAD für die gute Zusammenarbeit bedanken. Wir freuen uns auf die Fortsetzung dieser spannenden Kooperation und hoffen sehr, dass es uns damit gelingt, mehr Bewegung in das Feld der Kinder- und Jugendge-

Pressekonferenz

**AOK/DSB/WIAD-Studie II:
Fitness der Kinder weiter
im Abwärtstrend
Initiative "Fit sein macht Schule"**

am 11.03.2003 in Berlin

sundheit zu bringen und einen Beitrag zur Behebung von
Fehlentwicklungen zu leisten.