

## „...mehr Bewegung und Sport in den Lebensalltag von Kindern bringen!“

### Interview mit Klaus Böger, Präsident des Landessportbundes Berlin

**Fachstelle:** Die Landesgesundheitskonferenz hat 2007 Gesundheitsziele für Kinder verabschiedet. Bewegung ist eines der zentralen Handlungsfelder. Wo sehen Sie dabei den größten Handlungsbedarf?

**Klaus Böger:** Großstadtkinder haben in der heutigen Zeit und aus vielen Gründen nicht mehr hinreichende Gelegenheit, sich im Alltag körperlich und sportlich auszutoben sowie vielfältige Bewegungserfahrungen zu gewinnen. Bei einer wachsenden Zahl von Kindern führt der Bewegungsmangel zu ernsthaften Entwicklungsstörungen. Koordinationsprobleme, Haltungsschäden, Herz-Kreislaufschwächen, Konzentrationsschwierigkeiten und Übergewicht sind die Folgen. Es kommt deshalb entscheidend darauf an, mehr Bewegung und Sport in den Lebensalltag von Kindern zu bringen und als integrale Bestandteile eines aktiven und gesunden Lebensstils bereits bei den Jüngsten zu verankern. Der zunehmende Verlust von natürlicher Alltagsmotorik – also von Laufen, Springen, Klettern oder Toben – muss durch unsere Bildungsinstitutionen kompensiert werden. Das fängt mit einer gezielten Bewegungsförderung und sportlichem Engagement in den Kindertagesstätten an und muss sich über die Schulen, insbesondere in der Ganztagsbetreuung von Schülerinnen und Schülern fortsetzen. Darüber hinaus müssen aber auch genügend Spiel- und Bolzplätze zur Verfügung stehen, auf denen Kinder ihren natürlichen Bewegungsdrang ausleben können.

**Fachstelle:** Was tut der Landessportbund, um die Gesundheitsziele für Kinder zu unterstützen?

**Klaus Böger:** Wir engagieren uns auf vielfältige Weise für die Gesundheit von Kindern. Besonders unsere Jugendorganisation, die Sportjugend Berlin, unternimmt große Anstrengungen, um die Bedingungen für das gesunde Aufwachsen von Kindern in unserer Stadt zu verbessern. Dazu gehört das Förderprogramm „Kleine kommen ganz groß raus – Bewegungs- und Gesundheitsförderung für Kinder“, das von der AOK Berlin-Brandenburg finanziell unterstützt wird. Hier regen wir die Zusammenarbeit von Sportvereinen mit Kindertagesstätten an und organisieren spielerische Bewegungsangebote, die von Sportvereinen regelmäßig und nachhaltig in Kitas durchgeführt werden. Das Programm ist bereits 1999 ins Leben gerufen worden. Seither haben sich Kooperationen zwischen 125 Sportvereinen mit 171 Kindertagesstätten entwickelt. Gleichzeitig haben sich die Mitgliedszahlen von Vorschulkindern in Sportvereinen von anfangs rund 13.000 auf aktuell über 29.000 mehr als verdoppelt. Begleitend sind in diesem Zeitraum fast 200 Fortbildungsveranstaltungen für Erzieher/innen und Übungsleiter/innen zur Bewegungs- und Gesundheitsförderung realisiert worden, an denen über 3.000 Akteure aus Sportvereinen und Kitas teilgenommen haben. Mit unserer gemeinnützigen Kindergarten-Trägergesellschaft „Kinder in Bewegung“ betreiben wir 21 Kindertagesstätten in Berlin, die sich durch ein besonderes Profil im Bildungsbereich „Körper, Gesundheit und Bewegung“ ausweisen. Unser Engagement setzt sich in der Zusammenarbeit mit Schulen fort. Zur Kooperation von Sportvereinen mit Schulen existiert ein

spezifisches Förderprogramm, das von der Senatsverwaltung für Bildung, Wissenschaft und Forschung unterstützt wird. Auf dieser Grundlage sind bisher Kooperationsvereinbarungen zwischen 330 Schulen und 210 Sportvereinen entstanden, die zum Ziel haben, regelmäßige, außerunterrichtliche Sport- und Bewegungsangebote am Standort der jeweiligen Schule zu etablieren. Gegenwärtig werden 730 Gruppen pro Schuljahr gefördert und von rund 450 qualifizierten Übungsleitern pädagogisch und sportfachlich angeleitet. Der Schwerpunkt lag bisher auf den Grundschulen, eine Ausdehnung auf die neu entstandenen Integrierten Sekundarschulen soll in den nächsten Jahren schrittweise realisiert werden. Die ausgewählten Beispiele zeigen, dass der Landessportbund Berlin im Handlungsfeld der Gesundheits- und Bewegungsförderung einiges anzubieten hat. Wir werden auch zukünftig unseren Beitrag zu den Gesundheitszielen für Kinder leisten.

**Fachstelle:** Seit letztem Jahr werden ebenfalls Gesundheitsziele entwickelt, um die Gesundheit älterer Menschen zu fördern und zu verbessern. Auch hier ist die Bewegungsförderung ein wichtiges Thema. Welche Erfahrungen kann der LSB in diesem Bereich einbringen?

**Klaus Böger:** Ältere Menschen wollen genau wie Angehörige anderer Altersgruppen auch aktiv Sport treiben. Anhand der Altersstruktur in den Vereinen des LSB konnte sogar festgestellt werden, dass zwischen dem Jahr 2000 und dem Jahr 2010 der Anteil an älteren Mitgliedern in den Berliner Sportvereinen von gut 10 Prozent auf mehr als 12 Prozent gestiegen ist. Ältere Menschen treiben Sport jedoch mitunter aus anderen Motiven als jüngere Menschen oder Kinder. Die Förderung der Gesundheit spielt hier eine wichtige Rolle, was daran deutlich wird, dass in den Vereinssportangeboten mit vorrangig gesundheitlichen Zielstellungen meistens ältere Teilnehmerinnen und Teilnehmer beobachtet werden können. Beim Sport mit älteren Menschen müssen also für diese Altersgruppe spezifische Aspekte berücksichtigt werden. Der LSB trägt dem nicht zuletzt auch dadurch Rechnung, indem er durch seine Sportschule spezielle Fort- und Weiterbildungen für den Sport mit Senior/innen anbietet.

**Fachstelle:** Ältere Menschen mit Migrationshintergrund und ältere Männer sind für Gesundheits- und Bewegungsangebote besonders schwer zu erreichen. Diese Erfahrungen haben Akteure in die Diskussionen um die Gesundheitsziele eingebracht. Welche Erfahrungen haben Sie mit diesen Gruppen und wie sprechen Sie ältere Migrant/innen oder Männer an?

**Klaus Böger:** Unsere Erfahrungen sind, dass typische Gesundheitssportangebote gerade im Bereich der Prävention vor allem eher von älteren Frauen als von gleichaltrigen Männern besucht werden. Männer gehen hier tatsächlich weniger verantwortungsvoll mit der eigenen Gesundheit um. Und viele Angehörige des sogenannten „starken Geschlechts“ benötigen scheinbar erst einen eindeutigen „Schuss vor den Bug“, wie zum Beispiel einen Herzinfarkt, damit sie die Bedeutung gezielter Sportausübung für die Gesundheit für sich akzeptieren. Deutlich wird dies beispielsweise durch die große Zahl männlicher Teilnehmer in den ambulanten Herzsportgruppen, die als Rehasport in zahlreichen Vereinen durchgeführt werden. Um möglichst viele Berliner Bürgerinnen und Bürger zur Teilnahme an insbesondere auch präventiv ausgerichteten Sportangeboten zu motivieren, hat der Landessportbund, übrigens zusammen mit den Partnern Ärztekammer Berlin, Kassenärztliche Vereinigung Berlin und Berliner Sportärztebund bereits vor einigen Jahren die Kampagne „Berlin komm(t) auf die Beine“ ins Leben gerufen. Im Rahmen dessen empfehlen mittlerweile etwa 1.200 Ärztinnen und Ärzte ihren Patientinnen und Patienten gezielt Präventionssportangebote und können ihrer Empfehlung Nachdruck verleihen, indem sie das „Rezept für Bewegung“ ausstellen. Was ältere Menschen mit Migrationshintergrund betrifft, so gilt auch für den organisierten Sport, dass es sich hierbei um eine schwierig zu erreichende Zielgruppe handelt – gerade auch in Bezug auf Sportangebote mit gesundheitlicher Zielstellung. Dies liegt sicherlich auch daran, dass der Zugang zu älteren Migrantinnen und Migranten nicht zuletzt

aufgrund von sprachlichen Barrieren und Informationsdefiziten eingeschränkt ist. Ein Ansatz, diese Hindernisse zu reduzieren, wurde von Seiten des LSB unternommen durch Übersetzung einer Informationsbroschüre in türkische Sprache in Zusammenarbeit mit dem Bezirksamt Neukölln. Darüber hinaus plant der LSB in einem entsprechenden Projekt, Menschen mit Migrationshintergrund als Multiplikator/innen für Gesundheitssport zu gewinnen und entsprechend fortzubilden mit dem Ziel, die Zugänge dieser Zielgruppe zum Gesundheitssport zu verbessern.

**Fachstelle:** Welches sind aus ihrer Sicht die größten Herausforderungen Ihrer zukünftigen Arbeit?

**Klaus Böger:** Aufgrund der allseits bekannten gesundheitlichen Folgen, die chronischer Bewegungsmangel verursachen kann, wird deutlich, wie wichtig ausreichende und regelmäßige Bewegung für die Gesundheit ist. Gerade bei Kindern ist dies natürlich von großer Bedeutung, um der Entstehung von Bewegungsmangel mit verursachten Erkrankungen, die dann im Erwachsenenalter auftreten und nicht selten hohe Behandlungskosten verursachen, entgegenzuwirken. Der organisierte Sport bietet aufgrund seiner Vielfalt hier natürlich ideale Voraussetzungen, zahlreiche Bürgerinnen und Bürger zur Ausübung von körperlicher Aktivität zu motivieren und somit das Gesundheitsverhalten positiv zu beeinflussen – und das dazu noch zu sozialverträglichen Konditionen. Andererseits führen gesellschaftliche Veränderungen wie beispielsweise die Einführung von Ganztagschulen, die demografische Entwicklung oder auch eine zunehmend von den Menschen verlangte Mobilität dazu, dass sich der organisierte Sport anpassen muss, um weiterhin für einen Großteil der Menschen attraktiv zu bleiben. Hierin besteht eine der wichtigsten Herausforderungen für die zukünftige Arbeit.

**Fachstelle:** Vielen Dank! Die Fragen stellte Stefan Pospiech.