

**Prof. Dr. Klaus Bös**

**Jennifer Oberger, Elke Opper, Natalie Romahn,  
Matthias Wagner, Annette Worth**

## **Motorik-Modul (MoMo)**

**Korrespondenzadresse:**

**Universität Karlsruhe  
Institut für Sport und Sportwissenschaft  
Kaiserstr. 12  
76131 Karlsruhe  
boes@sport.uka.de**



Studie zur Gesundheit von Kindern und  
Jugendlichen in Deutschland



Motorik-Modul: Eine Studie zur Fitness und körperlich-sportlichen  
Aktivität von Kindern und Jugendlichen in Deutschland

**KiGGS-Geschäftsstelle:**

**Seestr. 10  
13353 Berlin**

**03018 / 754-3499**

**kiggsinfo@kiggs.de**

**www.kiggs.de**

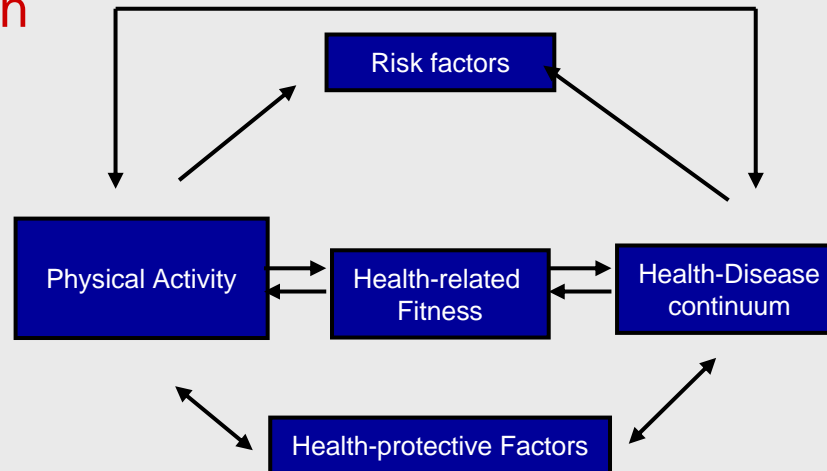
# Gliederung des Vortrags



1. Warum MoMo in KiGGS ?
2. Ziele von MoMo
3. Methodik
4. Ergebnisse
5. Perspektiven

# Warum MoMo in KiGGS ?

1. Aktivität, Leistungsfähigkeit und Gesundheit gehören zusammen

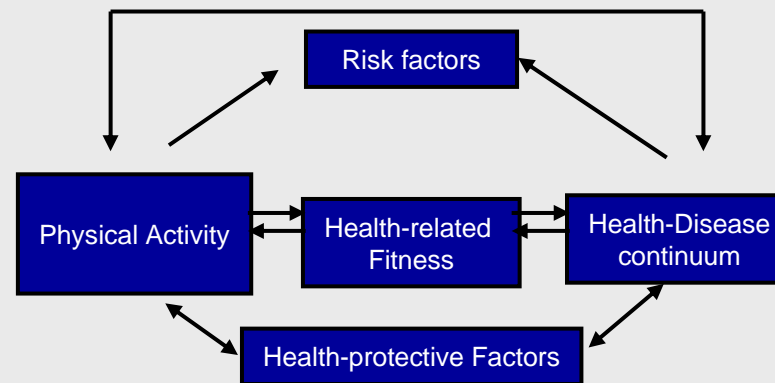


Bouchard  
u.a. 1990

# Warum MoMo in KiGGS ?

1. Aktivität, Leistungsfähigkeit und Gesundheit gehören zusammen

Bouchard  
u.a. 1990



2. Motorik und Aktivität sind unverzichtbar in der Lebensspanne



Fitness



Gesundheit



Lebensqualität

# Ziele von MoMo

## 1. Grundauswertung (bis Ende 2006)

- Baseline zur körperlich-sportlichen Aktivität und motorischen Leistungsfähigkeit von Kindern und Jugendlichen

## 2. Multivariate Analysen (2007-2008)

- Entwicklungsunterschiede nach Geschlecht, Alter, Nationalität, soziale Schicht, Stadt/Land
- Zusammenhänge zwischen motorischer Leistungsfähigkeit, körperlich-sportlicher Aktivität und Gesundheit
- Kohortenvergleich: motorische Leistungsfähigkeit früher und heute

## 3. Entwicklung von Fördermaßnahmen (parallel)

- Setting: Kindergarten, Schule und Sportverein

# Methodik

## 1. Stichprobe





# Methodik

## 1. Stichprobe



## 2. Messinstrumente

- Fragebogen zur Erfassung der körperlich-sportlichen Aktivität
- Tests zur Erfassung der motorischen Leistungsfähigkeit





## Fragebogen zur Erfassung der körperlich-sportlichen Aktivität

### Sport

- Schulsport
- Freizeitsport
- Vereinssport

### Bewegung

- Wege
- Alltagsbewegungen

### Differenzierung nach

- Häufigkeit, Dauer, Intensität
- Art der Bewegung/Sportarten

### Indizes

- Berechnung von Energieverbrauch
- Erfüllung von Guidelines



## Testaufgaben zur motorischen Leistungsfähigkeit



Einbeinstand



Seitliches  
Hin und Her



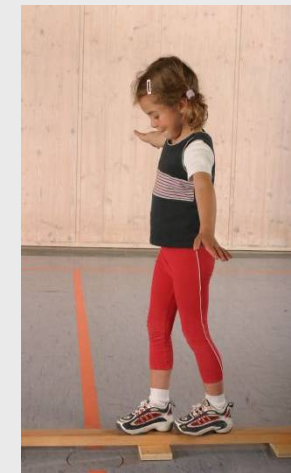
Kraftmessplatte



Ergometer

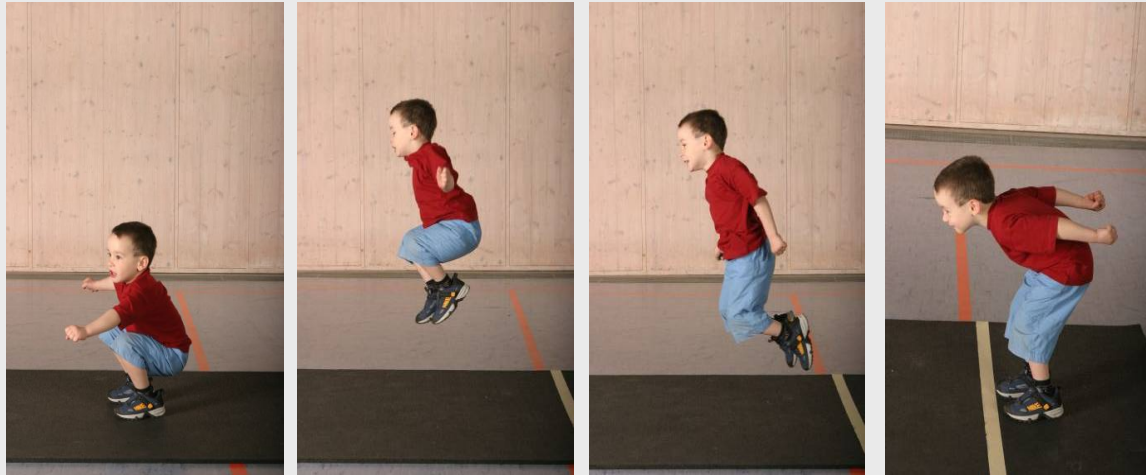


Rumpfbeugen



Balancieren  
rückwärts

## Testaufgaben zur motorischen Leistungsfähigkeit



Standweitsprung



Liegestütz



Reaktionstest



MLS- Stifte



MLS- Linien

# Ergebnisse

## Körperlich-sportliche Aktivität

- Prävalenz
- Intensität

## Motorische Leistungsfähigkeit

- Balancieren rückwärts
- Einbeinstand
- Rumpfbeugen

## Kohortenvergleich

- Hat sich die motorische Leistungsfähigkeit verschlechtert?

## Prävalenz der körperlich-sportlichen Aktivität



95% der Kinder und Jugendlichen geben an, Sport zu treiben, täglich jedoch nur 22%.



Durchschnittlich sind die Kinder und Jugendlichen 50 Minuten pro Tag sportlich aktiv. Guidelines fordern > 60 Min. Dies erfüllen < 1/3.



58% der Kinder und Jugendlichen sind in einem Sportverein Mitglied.

- Jungen (63%) > Mädchen (52%)
- Sportarten m: Fuba (40% ), w: Turnen (18%)
- bis 10 Jahre nehmen Mitglieder zu, danach ab
- 34% machen Wettkämpfe (58% der SV-Mitgl.)

## Intensität der körperlich-sportlichen Aktivität

Prozentanteil der Kinder und Jugendlichen, die sich bei der jeweiligen Aktivität **stark** anstrengen.

		Schulsport	Freizeitsport	Vereinsport
<b>Overall</b>		19%	21%	42%
Gesamt	m	25%	27%	52%
	w	15%	18%	35%
6-10 Jahre	m	21%	14%	41%
	w	11%	9%	19%
11-17 Jahre	m	27%	35%	60%
	w	17%	23%	47%

# Ergebnisse

## Körperlich-sportliche Aktivität

- Prävalenz
- Intensität

## Motorische Leistungsfähigkeit

- Balancieren rückwärts
- Einbeinstand
- Rumpfbeugen

## Kohortenvergleich

- Hat sich die motorische
- Leistungsfähigkeit verschlechtert?

## Können Kinder und Jugendliche rückwärts balancieren ?

Prozentanteil der Kinder und Jugendlichen, die **nicht** zwei oder mehr Schritte auf einem 3cm breiten Balken balancieren können.



	4-5	6-10	11-17	Gesamt
Jungen	86%	45%	22%	38%
Mädchen	79%	38%	16%	32%

Balken 3m lang und 3cm breit

ca. 2 Schritte

35% der Kinder und Jugendlichen können **nicht** 2 oder mehr Schritte rückwärts balancieren.



## Können Kinder und Jugendliche auf einem Bein stehen ?

Prozentanteil der Kinder und Jugendlichen, die **nicht** eine 1 Minute einbeinig auf einer T-Schiene (3cm breit) balancieren können.



	4-5	6-10	11-17	Gesamt
Jungen	100%	96%	80%	88%
Mädchen	100%	91%	75%	83%

86 % der Kinder und Jugendlichen können **nicht** 1 Minute einbeinig auf einer T-Schiene balancieren (ohne den Boden zu berühren)

## Wie beweglich sind Kinder und Jugendliche ?

Prozentanteil der Kinder und Jugendlichen, die beim Rumpfbeugen **nicht** das Fußsohlenniveau erreichen



	4-5	6-10	11-17	Gesamt
Jungen	40%	53%	57%	53%
Mädchen	22%	34%	35%	33%

43% der Kinder und Jugendlichen erreichen **nicht** das Fußsohlenniveau beim Rumpfbeugen

# Ergebnisse

## Körperlich-sportliche Aktivität

- Prävalenz
- Intensität

## Motorische Leistungsfähigkeit

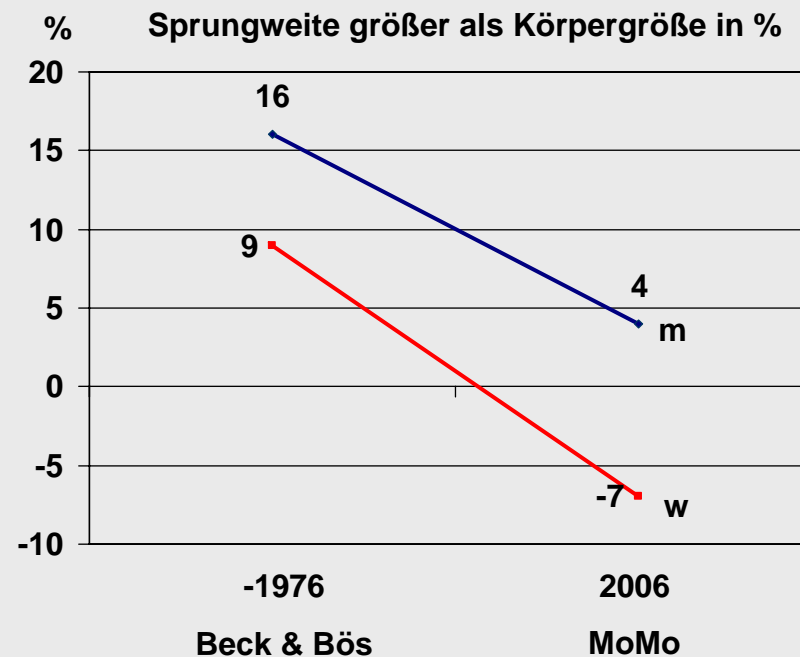
- Balancieren rückwärts
- Einbeinstand
- Rumpfbeugen

## Kohortenvergleich

- Hat sich die motorische
- Leistungsfähigkeit verschlechtert?

## Hat sich die motorische Leistungsfähigkeit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland verändert?

Kriterium ist der Quotient von Sprungweite : Körpergröße



Kinder und Jugendliche haben sich von 1976 bis 2006 hinsichtlich ihrer Leistungen im Standweitsprung um ca. **14%** verschlechtert.

# Perspektiven



## 1. Grundauswertung und Abschlussbericht (2006)

Baseline zur motorischen Leistungsfähigkeit und zur körperlich-sportlichen Aktivität

## 2. Multivariate Analysen (2007 – 2008)

Zusammenhänge zwischen motorischer Leistungsfähigkeit, körperlich-sportlicher Aktivität und Gesundheit

# Perspektiven

## 3. Praktischer Nutzen von MoMo

- Grundlage für Maßnahmen zur Bewegungsförderung in Kindergarten, Schule und Sportverein
- Grundlage zur künftigen Standardisierung von Motoriktests (Beispiele: Kinderturntest, MoMo Kurztest für BfEL)
- MoMo ermöglicht internationale Kooperationen
  - Erziehungsministerium Luxemburg
  - Aufbau einer EU-weiten Fitness-Datenbank

- Präsentation von MoMo



Karlsruhe, 1.-3. März 2007

Schirmherrin: Dr. Ursula van der Leyen