

Warum der Schulsport mehr gefördert werden muss

Auch Volksschulkinder haben zu Hause deutlich zugenommen. Die Sportunion lädt Kinder nun zum Mitsporteln ein

Studie. 4,53 Kilo: So viel haben 115 Kinder aus dritten und vierten Klassen einer Wiener Volksschule zwischen Jänner und Juni 2020 durchschnittlich zugenommen. Im Vergleichszeitraum des Jahres 2019 waren es bei einer vergleichbaren Gruppe von Kindern nur 2,85 Kilo.

„Im ersten Halbjahr 2020 mit dem bundesweiten Lockdown ab Mitte März gab es also eine zusätzliche Gewichtszunahme von rund 1,7 Kilo“, sagt der Studien- und Projektleiter Kurt Widhalm, Leiter des Österreichischen Akademischen Instituts für Ernährungsmedizin – was eindeutig nichts mit



Die Hände zum Himmel! Bewegungseinheit der Sportunion

dem Wachstum zu tun hat. Im Rahmen des „Eddy-Projekts“ untersuchen sein Team und er seit Langem das Thema Übergewicht bei

Kindern. Dadurch hat er auch Vergleichsdaten aus früheren Jahren. Bei den jungen Studienteilnehmerinnen und -teilnehmern handelte es

sich um sogenannte Interventionsgruppen, die im Rahmen des Eddy-Projekts Informationen über gesunde Ernährung mit praktischen Übungen und zwei zusätzliche Bewegungsstunden pro Woche erhielten bzw. erhalten sollten. 2020 gab es das komplette Programm jedoch nur im Jänner und Februar – danach konnte lediglich Material für Homeschooling angeboten werden.

„Aus meiner Sicht gibt es für die verstärkte Gewichtszunahme eine Kombination an Ursachen“, sagt Widhalm: „Einerseits der in den Lockdowns fehlende Turnunterricht und generell fehlende

Sportmöglichkeiten. Aus einer anderen Untersuchung wissen wir aber auch, dass die Kinder in den Lockdowns länger zu Hause vor dem Computer sitzen.“ Eine Vermutung sei zudem, dass zu Hause ein leichter Zugang zu Lebensmitteln, die in der Schule nicht so leicht erhältlich sind, eine Rolle spielt: „Es wäre hochinteressant zu wissen, ob sie sich im Lockdown zu Hause tatsächlich anders ernährt haben. Aber dazu gibt es keine Daten.“

Für **Widhalm** ist eine Konsequenz aus seinen Untersuchungen: „Wir müssen dem Schulsport jetzt eine größere Bedeutung zu-

messen – und den Kindern auch außerhalb des Schulbereichs mehr sportliche Möglichkeiten bieten.“

Für fast 50.000 Kinder

Gemeinsam mit dem ÖFB und dem Verein „Simply Strong“ setzt die Sportunion indes ihre Bewegungsinitiative fort: Bis zur Fußball-EM nehmen 48.400 Volksschulkinder in 987 Schulen teil. Die spielerischen Einheiten zu Bewegung, Ernährung und Teamgeist finden unter der Anleitung von Lehrkräften und Eltern statt und werden mit Medaillen belohnt. Alle Infos: www.ugotchi.at

ERNST MAURITZ, UWE MAUCH