Fürth, 12. April 2016
Dr. Mathias Bellinghausen

Kompaktinformationen

Träger:
Klasse in Sport – Initiative für täglichen Schulsport e. V.

Vorstand:
Wilfried Pastors, Prof. Dr. Jürgen Buschmann, Dr. Stephan Nopp

Geschäftsführung:
Dr. Mathias Bellinghausen

Sponsoren/ Förderer/ Partner:
REWE Group, Bundesliga Stiftung, nrw.bank

Partnerschaften

Aktueller Stand:

REWE GROUP

BUNDESLIGA STIFTUNG

SC PADERBORN 07 e.V.

1. FC KÖLN

F95

VfL Bochum 1848

VfB 1893

BAYER 04 Leverkusen

FC ST. PAULI 1910

1. FC UNION

RB LEIPZIG

Partnerschaften (Beispiele)

SC Paderborn/
LWL Förderschule
Paderborn

Partnerschaften (Beispiele)

Partnerschaften (Beispiele)

Presseresonanz (Auszug):

Pastoren-Frau liebt Jungen (12)

Verein „Klasse in Sport" unterstützt schon 13 Grundschulen

Super, der Bolzplatz von KiS!

Nachrichten

Wie FIT ist Ihr Kind?

Hier sagt BILD, wie Sie es testen können

Kompaktinformationen

Besuch des Bundespräsidenten

Besuch des ehemaligen Bundespräsidenten
Dr. Horst Köhler am 19. Juni 2009 in Berlin

Kompaktinformationen

Pressekonferenz mit Felix Magath

Veröffentlichung der Ergebnisse der Begleit- und Grundlagen-forschung 2009/ 2016

Kompaktinformationen

Deutscher Gesundheitspreis

Dem Verein „Klasse in Sport e. V.“ wurde am 17. Juli 2010 in Baierbrunn durch die *Stiftung Rufzeichen Gesundheit* der **Gesundheitspreis 2010** verliehen.

Kompaktinformationen

Finalturniere

Insgesamt nehmen jährlich rund 1.800 Kinder an den zentralen Abschlussturnieren in Köln, Hamburg und Berlin teil.

„Klasse in Sport“

- Ziele -

Schülerinnen und Schüler sollen…

- ein Inklusionsverständnis im und durch den Sport entwickeln
- sich mehr bewegen
- ihren Körper und seine Reaktionen kennen lernen
- Geschicklichkeit und Fitness erwerben
- Eigenkreativität und Spaß am Sport entwickeln
- erfahren und lernen, sich richtig zu ernähren
- bezogen auf den Sport in der Gesellschaft handlungsfähig werden
- durch Vermittlungen von sozialen Kompetenzen durch den Sport und dessen Gemeinschaft soziale Integration erfahren

„Klasse in Sport“

- Ziele -

Weiterhin sollen…

- Lehrerinnen und Lehrern das Konzept einer „bewegungs-freudigen, inklusiven Schule“ näher gebracht und erfahrbar gemacht werden.
- Lehrerinnen und Lehrern sowie Eltern und Kindern der Zusammenhang zwischen Bewegung, Ernährung, Entspannung und kognitiver Leistungsfähigkeit näher gebracht werden.

Ziel des gemeinnützigen Vereins „Klasse in Sport“ ist die Unterstützung von Schulen bei der ganzheitlichen Förderung ihrer SuS

Durchdringung des Schulalltags mit Bewegung

Module
„Klasse in Sport“
für eine
„Bewegungsfreudige und inklusive Schule“

bewegungsorientierte **Abschlussevents** (zentral/ dezentral)

Bewegungsaktivitäten zum Lernen in anderen Fächern

Pausensport

Schulsport-Arbeitsgemeinschaften (freiwillig) „Tägliche Bewegungszeit“

Inklusion im und durch den Sport

Aktive Pause im Unterricht kognitiver Fächer

Bewegung und Ernährung

„Einfach draußen“ Bewegung im Freien/ in der Natur

Spiel - Bewegung - Sport

Ansatz und Wirkung

- Nachhaltig Spaß und Freude an Sport und Spielen
- Explorativer Ansatz
- Kein Leistungsdruck

- Infrastruktur
- Organisation
- Lehrkräfte als Multiplikator
- Erreichbarkeit

Open School-Ansatz, Design-Thinking

- Gesundheitsbewusstsein
- Aktives Gesellschaftsmitglied mit Inklusionsverständnis
- Gleichheit von Bildungs- und Berufschancen und Gesundheit

Spiel und Sport → Bewegung → Schule → Freizeit → Aktiver Lebensstil

- Positive Körpererfahrung
- Leib- und Seele-Konzeption
- Selbstwertgefühl

- Überführung der positiven Bewegungserfahrung in den Alltag
- Positiver „Sportsgeist“ durch inklusives Verständnis

„Klasse in Sport“ – seit zehn Jahren aktiv!

Jahr	Phase	Schulen	Fortbildung (4/Schule)	Kinder (AG: 75/AG)	Kinder (Schule: 125 im Schnitt)	AG-Stunden p.a.	Materialien im Wert	Turniere (30 Kinder)
2006/2007	1	10	40	750	1.250	2.000	10.000	300
2007/2008	2	10	40	750	1.250	2.000	10.000	300
2008/2009	3	40	160	3.000	5.000	8.000	40.000	1.200
2009/2010	4	48	192	3.600	6.000	9.600	48.000	1.440
2010/2011	5	91	364	6.825	11.375	18.200	91.000	2.730
2011/2012	6	115	460	8.625	14.375	23.000	115.000	3.450
2012/2013	7	74	296	5.550	9.250	14.800	74.000	2.220
2013/2014	8	74	296	5.550	9.250	14.800	74.000	2.220
2014/2015	9	84	336	6.300	10.500	16.800	84.000	2.520
2015/2016	10	92	368	6.900	11.500	18.400	92.000	2.760
		638	2.552	47.850	79.750	127.600	638.000	19.140
Lesart:		Teilnehmerplätze	Lehrerinnen und Lehrer	Kinder in KiS-Ags organisiert	Schulkinder an KiS-Grundschulen	AG-Stunden insgesamt	Euro an Materialien und T-Shirts	Teilnahmekinder an Turnieren

„Klasse in Sport“

- Infos im Überblick -

Die Schule erhält…

- ✓ Kostenlose Teilnahme an einer Fortbildungsveranstaltung für das gesamte Kollegium
- ✓ Bezahlung für die Durchführung der Sport AGs (3000 Euro, je 1.500 Euro pro SJ-Hälfte)
- ✓ Bereitstellung von Incentives für Kinder (T-Shirts, etc.)
- ✓ Bereitstellung von Sportmaterialien für die „Aktive Pause“ (Spielkiste)
- ✓ Bereitstellung von Sportmaterialien für die AG-Stunden (gemäß Handreichung; Koordinationsmaterialien)
- ✓ Bereitstellung von Handreichungen (Päd./Did. Konzept, Inhalte AGs, „Ernährungsberatung“, „Ballschule“, etc.)
- ✓ Durchführung eines „Sportelternabends“ auf Anfrage
- ✓ Einladung zu einem zentralen Abschluss-turnier (Köln/Hamburg/Ruhrgebiet/Berlin)

Die Schule verpflichtet sich…

- ✓ zu einer Umsetzung des Konzeptes (Schulindividuelle Restriktionen können berücksichtigt werden)
- ✓ zu einer Teilnahme an einer Fortbildungs-veranstaltung
- ✓ zur Einrichtung von 5 freiwilligen Sport-AGs (durch interne oder externe Übungsleiter)
- ✓ zur Teilnahme an der Evaluation des Projektes (bspw. Fragebögen)
- ✓ ggf. Teilnahme an Events und Presseaktionen

Materialien und T-Shirts

Sport

Dr. Mathias Bellinghausen
Prof. Dr. Jürgen Buschmann

Let's Play Together

Gesundheitsförderung und Aufbau eines inklusiven Miteinanders bei Kindern durch Bewegung - Spiel - Sport

Band I

Praxishandbuch

GRIN

Sport

Dr. Mathias Bellinghausen
Prof. Dr. Jürgen Buschmann

Let's Play Together

Gesundheitsförderung und Aufbau eines inklusiven Miteinanders bei Kindern durch Bewegung - Spiel - Sport

Band II

Praxishandbuch

GRIN

Kompaktinformationen

Organisatorisches (Schuljahr 2016/2017)

- Planungen für Fortbildungen (Termine):
  - Berlin: Samstag, 14. Januar 2017
  - Köln: Samstag, 3. Dezember 2016
  - Hamburg: Samstag, 21. Januar 2017
  - Fürth: Mittwoch, 30. November 2016

- Planungen für Abschlussturniere (Termine):
  - Berlin: Samstag, 17. Juni 2017
  - Köln: Samstag, 24. Juni 2017
  - Hamburg: Freitag, 14. Juli 2017
  - Fürth: Mi./Do. 21./22. Juni 2017

Evaluation 2015/2016

<Dr. Mathias Bellinghausen und Daniel Gnädig

Evaluation und Organisations-entwicklung der Schulen des Projektes „Klasse in Sport“ (KiS)

Schuljahr 2015/ 2016

Inhalt

Einleitung 2

Theoretische Hintergründe und Begriffe zur Organisationsentwicklung 3

Querschnittanalyse der qualitativen Befragungen 10

Auswertung der quantitativ-statistischen Gesamtbefragung der Lehrer 15

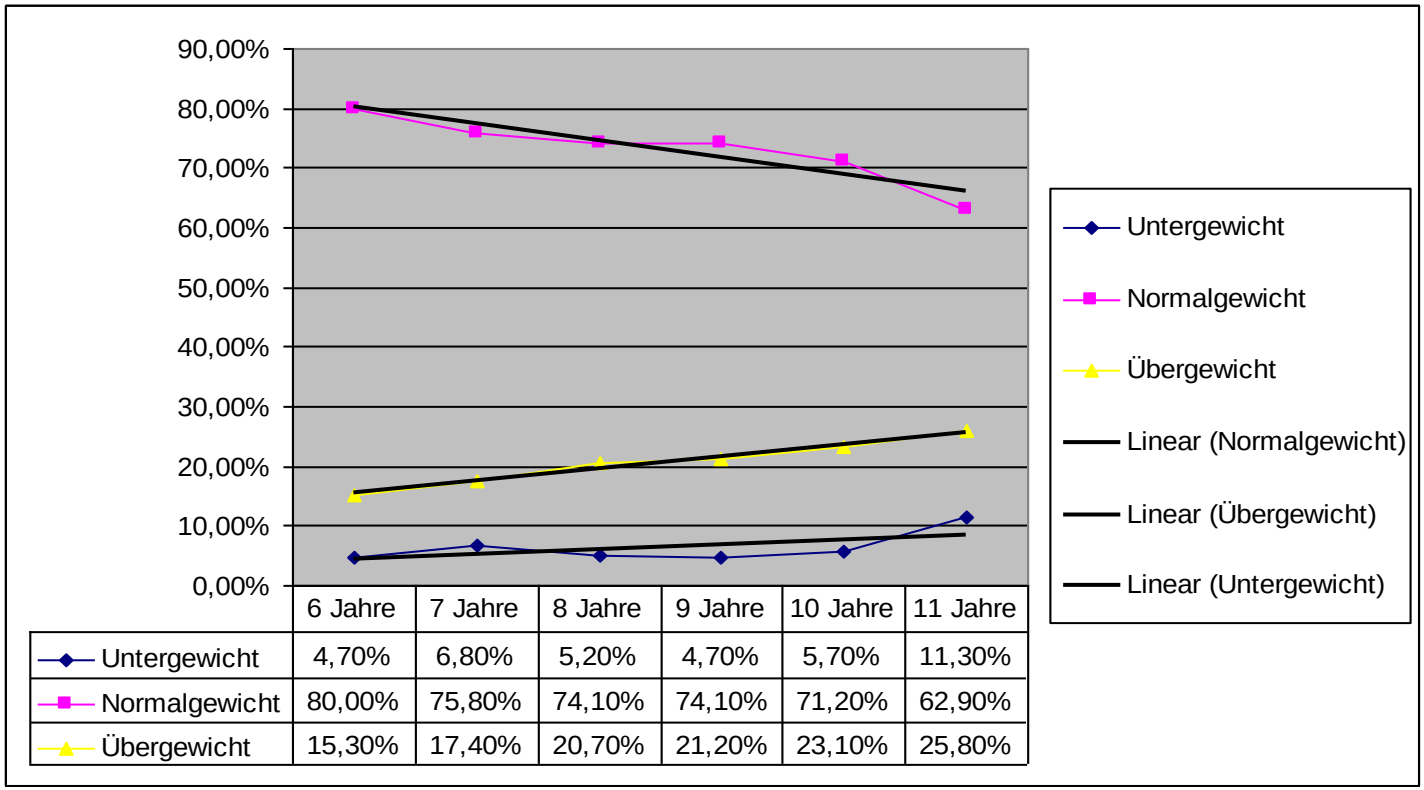
Zusammenfassung: 23

Zusammenfassung

- Die Schulen bewerten KiS mit einer Durchschnittsnote von 1,18 (sehr gut).
- Alle Befragten würden gerne weiterhin an KiS teilnehmen.
- KiS bewirkt in allen Bereichen Verbesserungen, insbesondere im Bewegungs-, Ernährungs- und Sozialverhalten.
- KIS wirkt als besonders positiver Impuls auf die Organisationsentwicklung von Schule hinsichtlich neuer gesundheitlicher Herausforderungen.
- KiS unterstützt den Veränderungsprozess hinsichtlich neuer Inklusionsvorgaben positiv bis sehr positiv.

Ergebnisse im Überblick

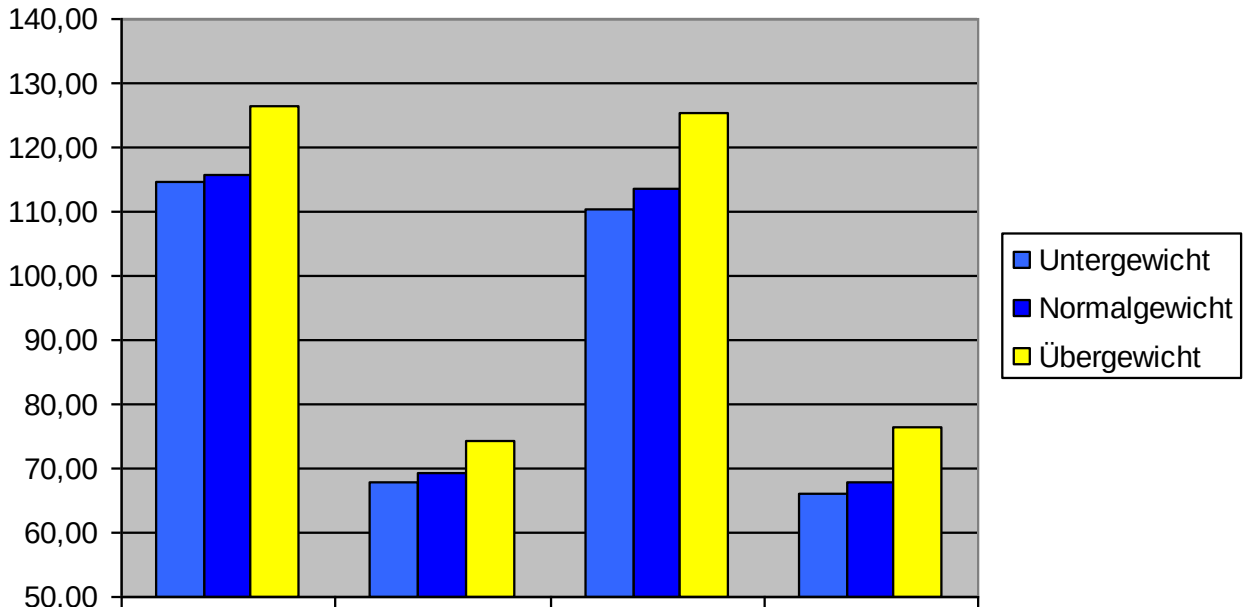
Gewichtsentwicklung



	6 Jahre	7 Jahre	8 Jahre	9 Jahre	10 Jahre	11 Jahre
Untergewicht	4,70%	6,80%	5,20%	4,70%	5,70%	11,30%
Normalgewicht	80,00%	75,80%	74,10%	74,10%	71,20%	62,90%
Übergewicht	15,30%	17,40%	20,70%	21,20%	23,10%	25,80%

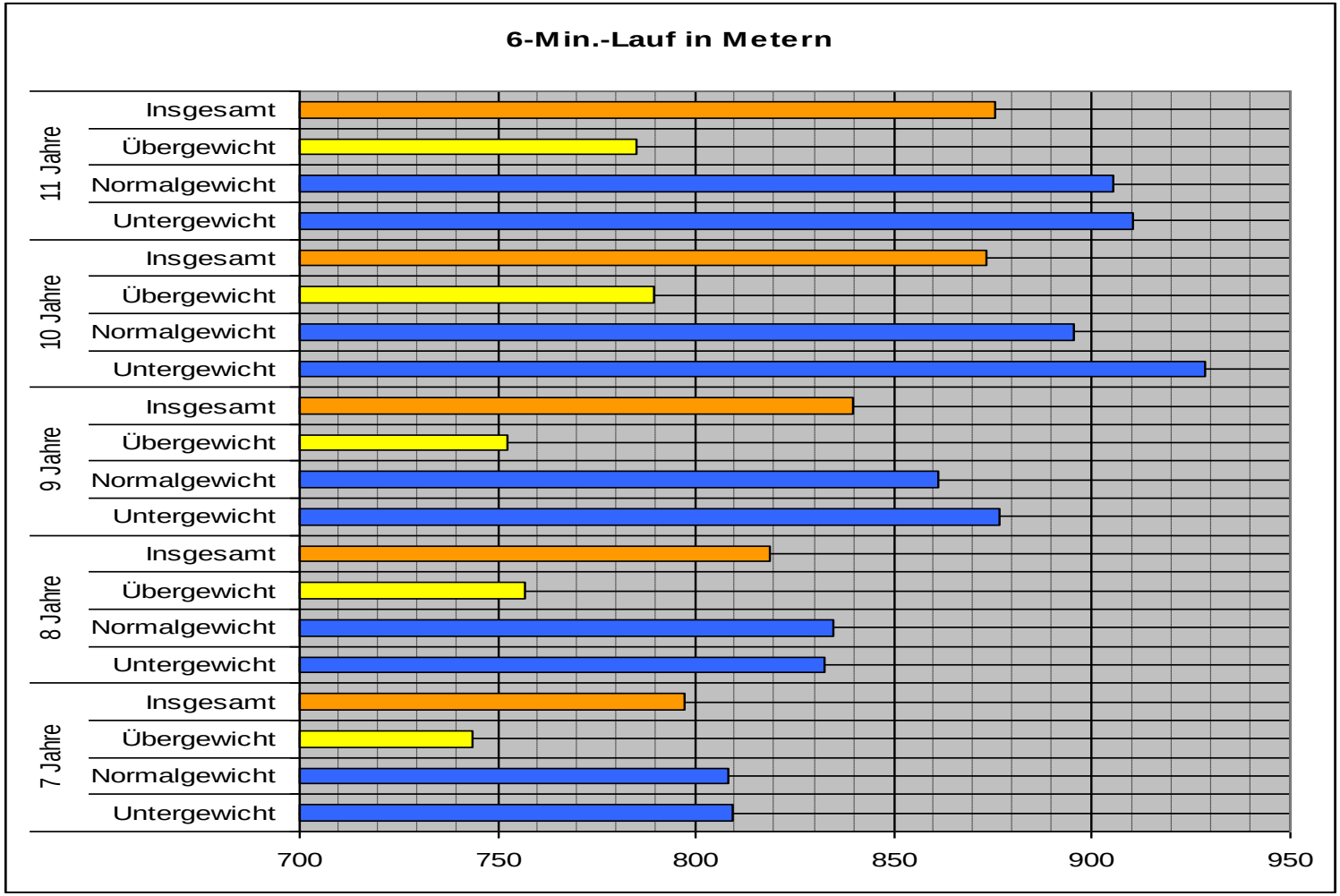
Ergebnisse im Überblick

Blutdruck



	RR sys rechts	RR dia rechts	RR sys links	RR dia links
Untergewicht	114,62	67,92	110,23	65,92
Normalgewicht	115,85	69,44	113,71	68,03
Übergewicht	126,40	74,28	125,33	76,41

Ergebnisse im Überblick



Ergebnisse im Überblick

Kognitive Leistungsfähigkeit

Alter	BMI-Gruppe	CFT 20 R, 3. und 4. Klasse
8 Jahre	Untergewicht	32
	Normalgewicht	25,18
	Übergewicht	**20,3**
	Insgesamt	24,15
9 Jahre	Untergewicht	36
	Normalgewicht	28,06
	Übergewicht	**22,53**
	Insgesamt	26,37
10 Jahre	Untergewicht	26,33
	Normalgewicht	26,64
	Übergewicht	**23,85**
	Insgesamt	33,47
11 Jahre	Untergewicht	-
	Normalgewicht	29
	Übergewicht	**23**
	Insgesamt	25

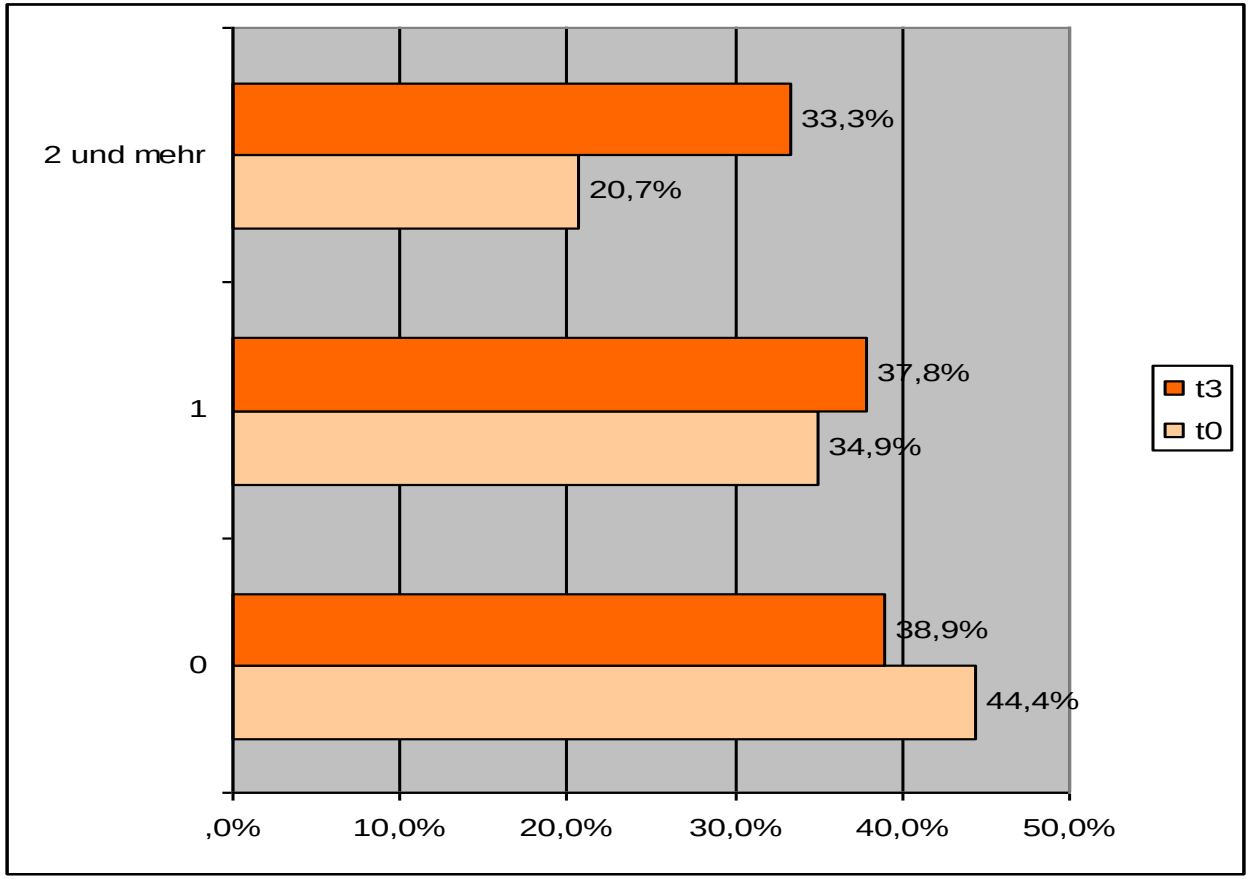
Ergebnisse im Überblick

Motorische Leistungsfähigkeit

Alter	Geschlecht	Hin und Her		SitUp´s		Standweitsprung		Einbeinstand rechts		Einbeinstand links	
		t0	**t3**	**t0**	**t3**	**t0**	**t3**	**t0**	**t3**	**t0**	**t3**
9 Jahre	männlich	41,96	54,06	13,58	16,57	121,42	137,03	1,68	,57	1,55	1,08
	weiblich	45,06	53,55	13,33	15,86	109,98	126,25	1,40	,79	1,52	,72
10 Jahre	männlich	46,21	59,60	17,23	19,44	125,07	138,26	1,15	,79	1,35	,78
	weiblich	44,87	60,81	14,34	19,46	112,52	135,55	1,33	,55	1,30	,40

Ergebnisse im Überblick

Bist du in einem Sportverein?



Ergebnisse im Überblick

Motorische Leistungsfähigkeit

Alter	BMI	Hin und Her			SitUp´s			Standweitsprung		
		t0	t3	Δ	t0	t3	Δ	t0	t3	Δ
9 Jahre	Untergewicht	49,40	53,75	**108,81**	15,00	16,13	**107,50**	132,40	134,50	**101,59**
	Normalgewicht	45,31	55,40	**122,26**	14,58	16,65	**114,21**	117,40	133,36	**113,60**
	Übergewicht	**38,41**	**47,28**	**123,09**	**9,65**	**14,72**	**152,58 ***	**104,50**	**122,75**	**117,46**
10 Jahre	Untergewicht	51,71	64,40	**124,53**	14,57	20,40	**140,00**	126,29	144,80	**114,66**
	Normalgewicht	47,51	60,83	**128,05**	17,70	19,95	**112,69**	124,85	141,32	**113,19**
	Übergewicht	**39,83**	**53,90**	**135,34***	**12,00**	**16,55**	**137,92***	**102,91**	**116,61**	**113,31**

Ergebnisse im Überblick

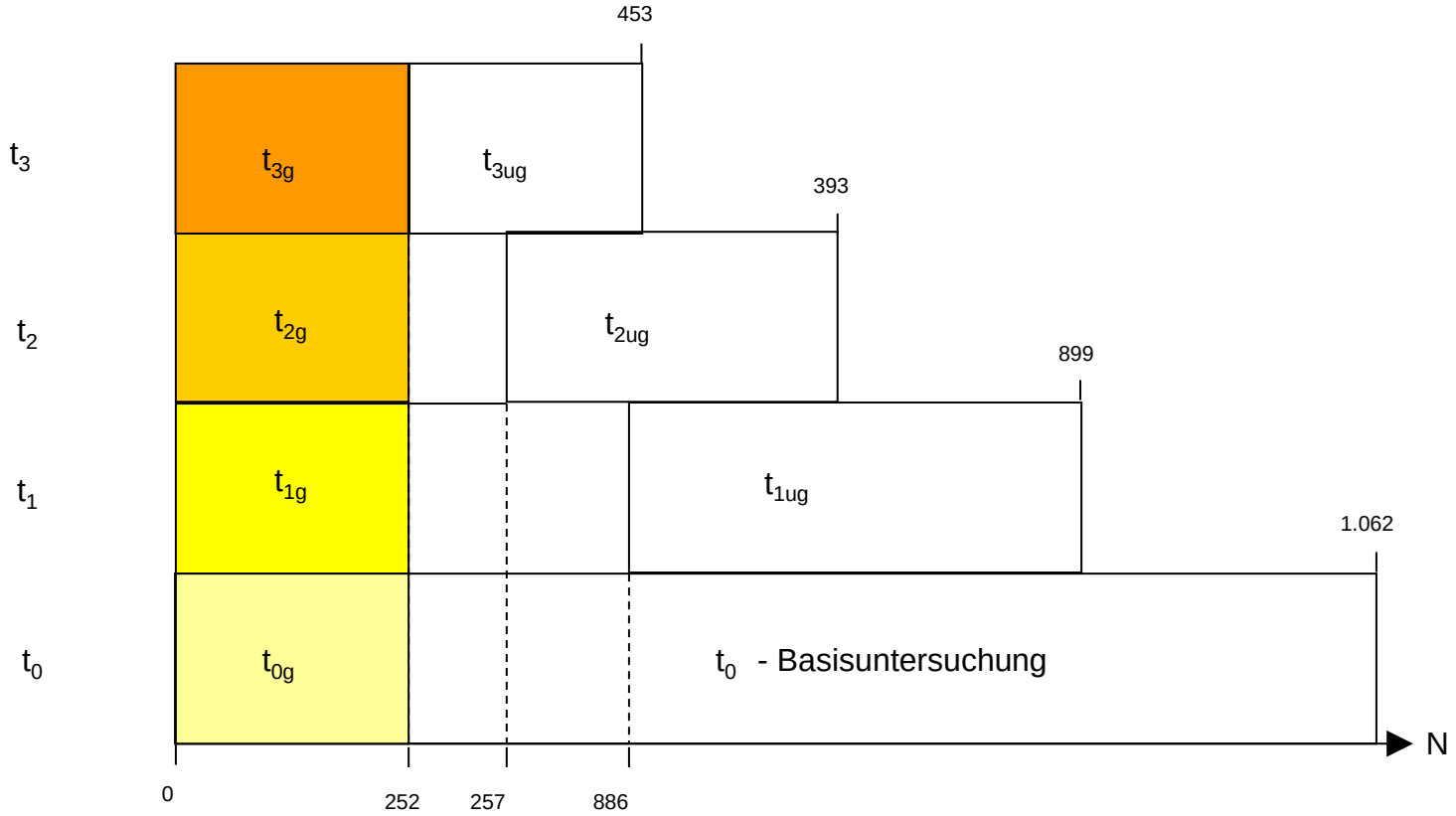
Intervention durch „Bewegungsfreudige Schule“ und zusätzliche Schulsport-AGs

BMI-Gruppe	6-Min-Strecke		Start Herzfrequenz		Max Herzfrequenz		Erholung nach 1 Minute		Erholung nach 3 Minuten	
	t0	t3	t0	t3	t0	t3	t0	t3	t0	t3
Normal-gewicht	943,56	936,65	112,00	112,43	186,22	192,25	151,44	148,93	137,22	133,67
Über-gewicht	715,50	804,60	116,00	116,60	200,75	186,80	174,25	153,70	145,75	129,60

Ergebnisse im Überblick

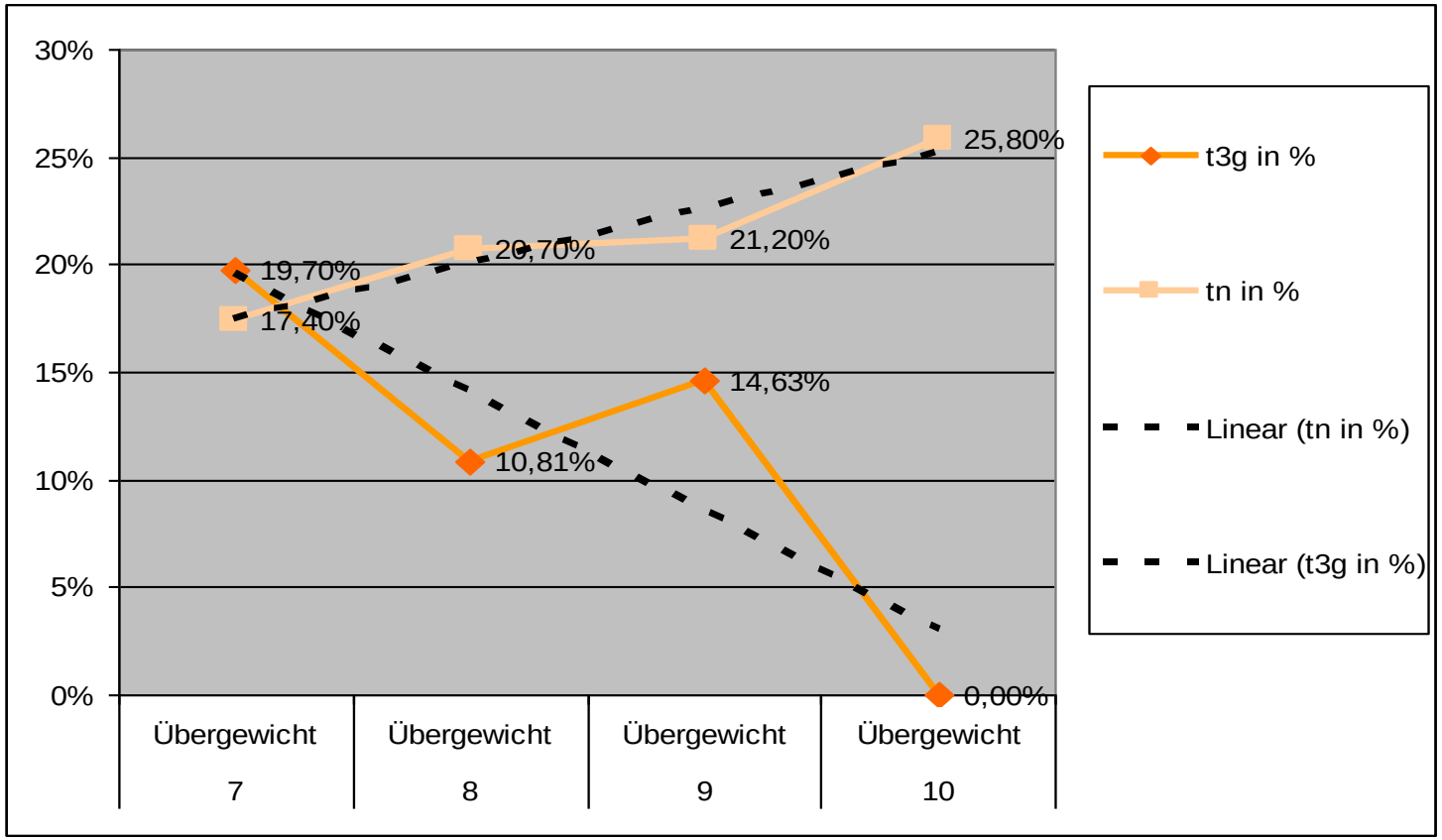
D. Längsschnittanalyse (N=252)

Intervention durch „Bewegungsfreudige Schule“ und zusätzliche Schulsport-AGs



Ergebnisse im Überblick

Intervention durch „Bewegungsfreudige Schule“ und zusätzliche Schulsport-AGs



Feedback Schuljahr 2009/2010

Zusammenfassung

Fasst man diese Einschätzung, die von nahezu allen Lehrern so geteilt wird, soweit zusammen, scheint das umfangreiche und konsequent ein- und durchgeführte Konzept zur „Bewegungsfreudigen Schule“ und die Sicherstellung einer „Täglichen Sportstunde“ dazu führen, **dass dem Sportunterricht und der Bewegung allgemein wieder einen größeren Stellenwert beigemessen wird.**

Die Schule kann somit wieder zu einer pädagogischen Einrichtung werden, wo Kinder **einen Ausgleich von bewegungsfremden Konzentrationsphasen finden, Spaß an Sport und Bewegung in Freundschafgruppen erleben und sich somit freudvoll für ihre motorische Entwicklung und Gesundheit engagieren** – dies ergeben sowohl die quantitativen als auch die qualitativen Untersuchungen.

Ergebnisse im Überblick:
Zusammenhang von schulischer Leistungsfähigkeit und Bewegung im Schulalltag

→ **„Lernen und Leisten“** stellt in der Schule ein zentrales Thema dar und hat entscheidenden Einfluss auf das individuelle, soziale und berufliche Leben.

→ In der Schule soll die Leistungsfähigkeit der Kinder möglichst optimiert werden, da das Leistungsprinzip in unserer heutigen Gesellschaft allgegenwärtig ist.

→ Durch Bewegungsmangel und durch dadurch bedingte motorische und kognitive Defizite, wie Lern- und Konzentrationsschwächen, sowie durch schulische Unlust und Motivationslosigkeit werden die schulischen Leistungen der Kinder jedoch zunehmend negativ beeinflusst.

HOLLMANN, W./ HETTINGER, T. H.: *Sportmedizin. Grundlagen für Arbeit, Training und Präventivmedizin*, Stuttgart/ New York 2000.

→ Es liegt dann ein **manifester Bewegungsmangel** vor, wenn „die Muskulatur chronisch (d.h. über einen längeren Zeitraum) mit weniger als 30% ihrer Maximalkraft und das Herz- Kreislaufsystem mit weniger als 50% seiner maximalen Leistungsfähigkeit beansprucht wird“[1].

→ Aufgrund der heutigen, modernen Arbeits- und Lebensumstände treffen diese Kriterien auf einen Großteil der Bevölkerung der westlichen Industrieländer zu. Viele Menschen, darunter auch viele Kinder und Jugendliche, verbringen die meiste Zeit des Tages nur noch „im Sitzen, Stehen oder Liegen“[2] (Bsp: 11jähriger mit 242 Min im Durchschnitt).

[1] WOLL, A./ BÖS, K.: *„Wirkungen von Gesundheitssport“, in: Bewegungstherapie und Gesundheitssport 20(2004).*
[2] HOLLMANN, W./ HETTINGER, T. H.: *Sportmedizin. Grundlagen für Arbeit, Training und Präventivmedizin*, Stuttgart/ New York 2000.

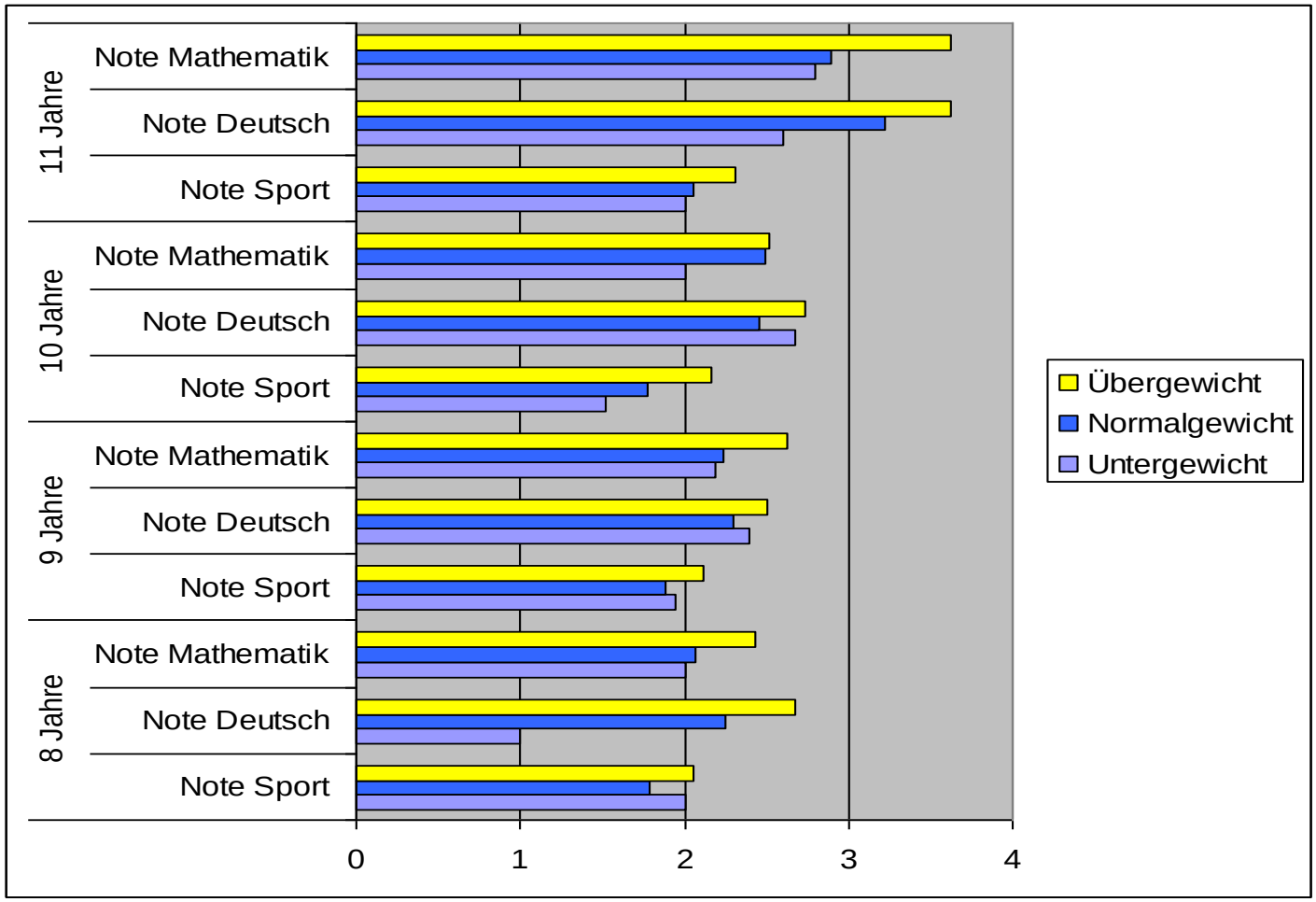
- Mehrtägiger, absoluter **Bewegungsmangel:** Die Ergebnisse zeigten eine Reduktion der maximalen Sauerstoffaufnahmekapazität um durchschnittlich 21 Prozent.

- Nach sechswöchigem, akutem Bewegungsmangel verringerte sich die maximale Sauerstoffaufnahmekapazität der Probanden sogar um bis zu 50 Prozent.

- Die Muskeln begannen zu atrophieren und die Koordination von Bewegungen verschlechterte sich deutlich[3].

- So kann eine längerfristige Immobilisierung von Kindern einen Stillstand oder gar eine „Retardierung der körperlichen und (psycho)motorischen Entwicklung“ zur Folge haben[4].

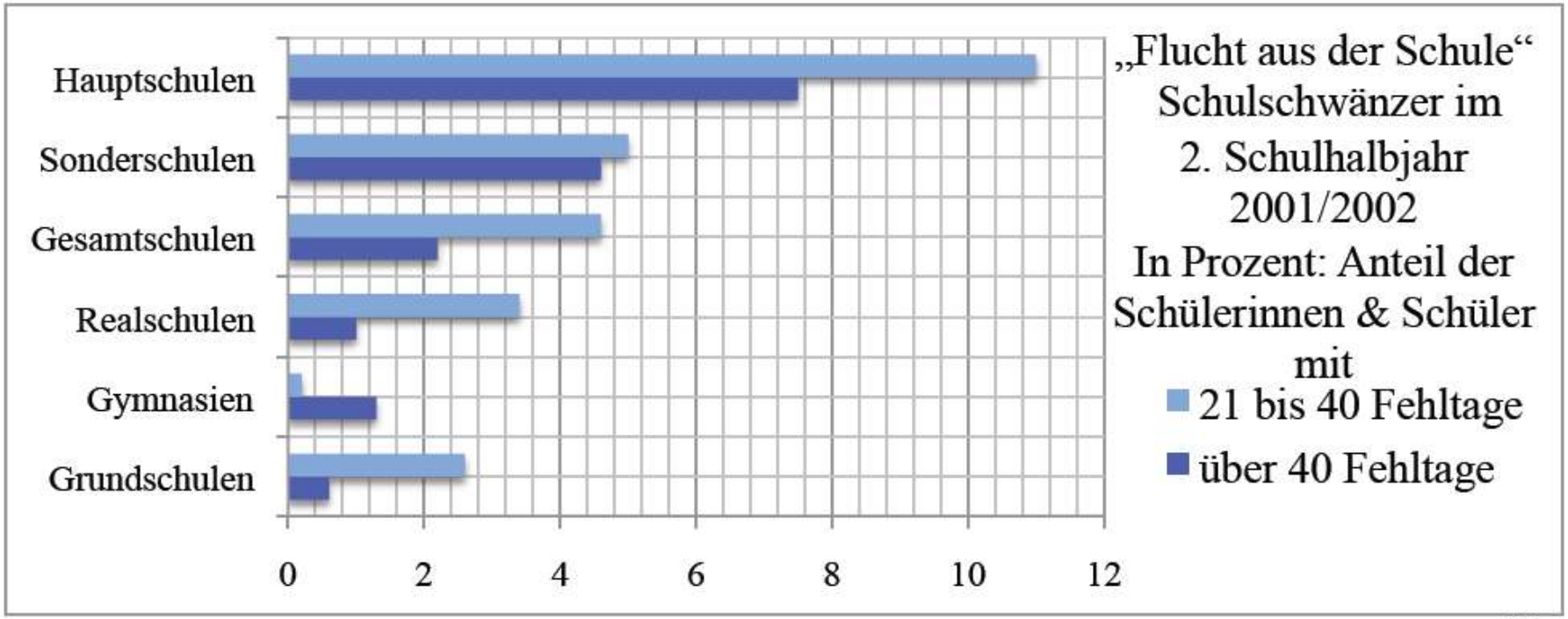
[3] HOLLMANN, W./ STRÜDER, H. K./ DIEHL, J.: „Körperliche Aktivität und Gesundheit“, in: *Blickpunkt Der Mann* 4(2006)3, S. 11 – 15.
[4] GRAF, C./ DORDEL, S./ KOCH, B./ PREDEL, H. G.: *Bewegungsmangel*, S. 222.

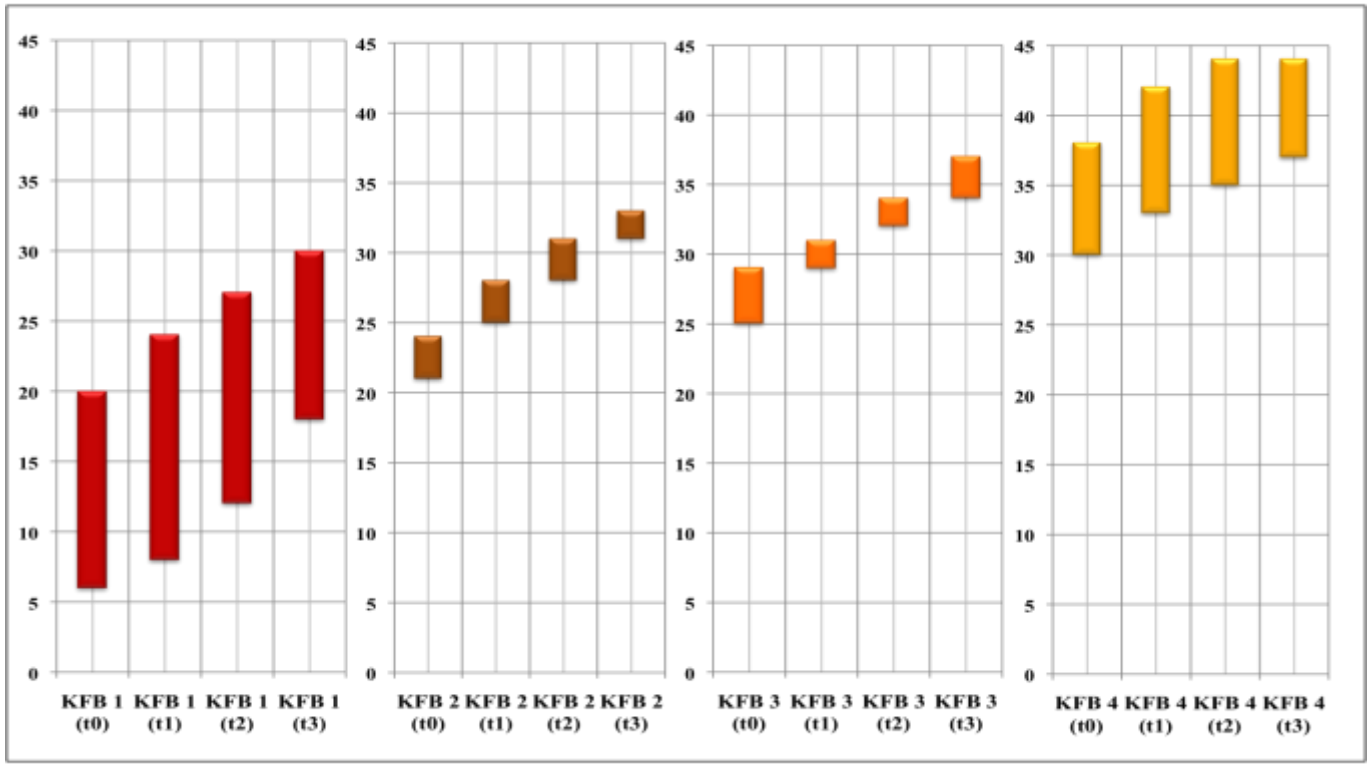

11 Jahre
Note Mathematik
Note Deutsch
Note Sport
10 Jahre
Note Mathematik
Note Deutsch
Note Sport
9 Jahre
Note Mathematik
Note Deutsch
Note Sport
8 Jahre
Note Mathematik
Note Deutsch
Note Sport
0
1
2
3
4
Übergewicht
Normalgewicht
Untergewicht

- Der **soziale Kontakt** im Schulalltag hat nicht nur einen direkten Einfluss auf das kognitive Lernen der Schüler, sondern scheint an sich für die Heranwachsenden von heute von besonderer Bedeutung zu sein.

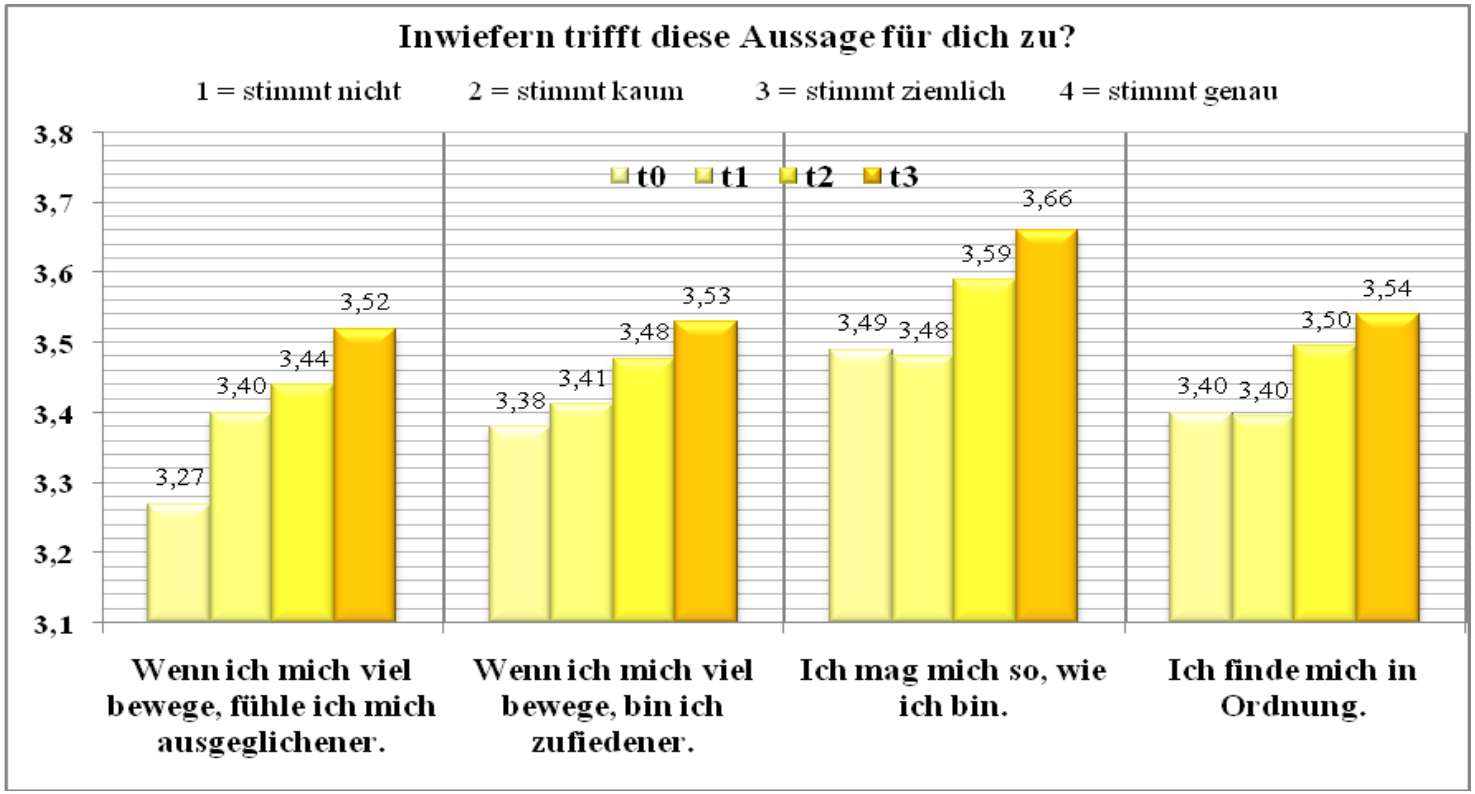
- Aspekte wie Freunde treffen, eine gute Klassengemeinschaft zu haben sowie das Pausenleben auf dem Schulhof werden von den meisten Kindern als wichtigster Vorteil des Schulalltags bewertet.[5]

[5] STECHER, L.: „Jugend als Bildungsmoratorium. Die Sicht der Jugendlichen“, in: REINERS, H./ WILD, E. (Hg.): *Jugendzeit – Time out? Zur Ausgestaltung des Jugendalters als Moratorium*, Opladen 2003, S. 201 – 218.


„Flucht aus der Schule“
Schulschwänzer im
2. Schulhalbjahr
2001/2002
In Prozent: Anteil der
Schülerinnen & Schüler
mit
21 bis 40 Fehltage
über 40 Fehltage
Hauptschulen
Sonderschulen
Gesamtschulen
Realschulen
Gymnasien
Grundschulen
0
2
4
6
8
10
12

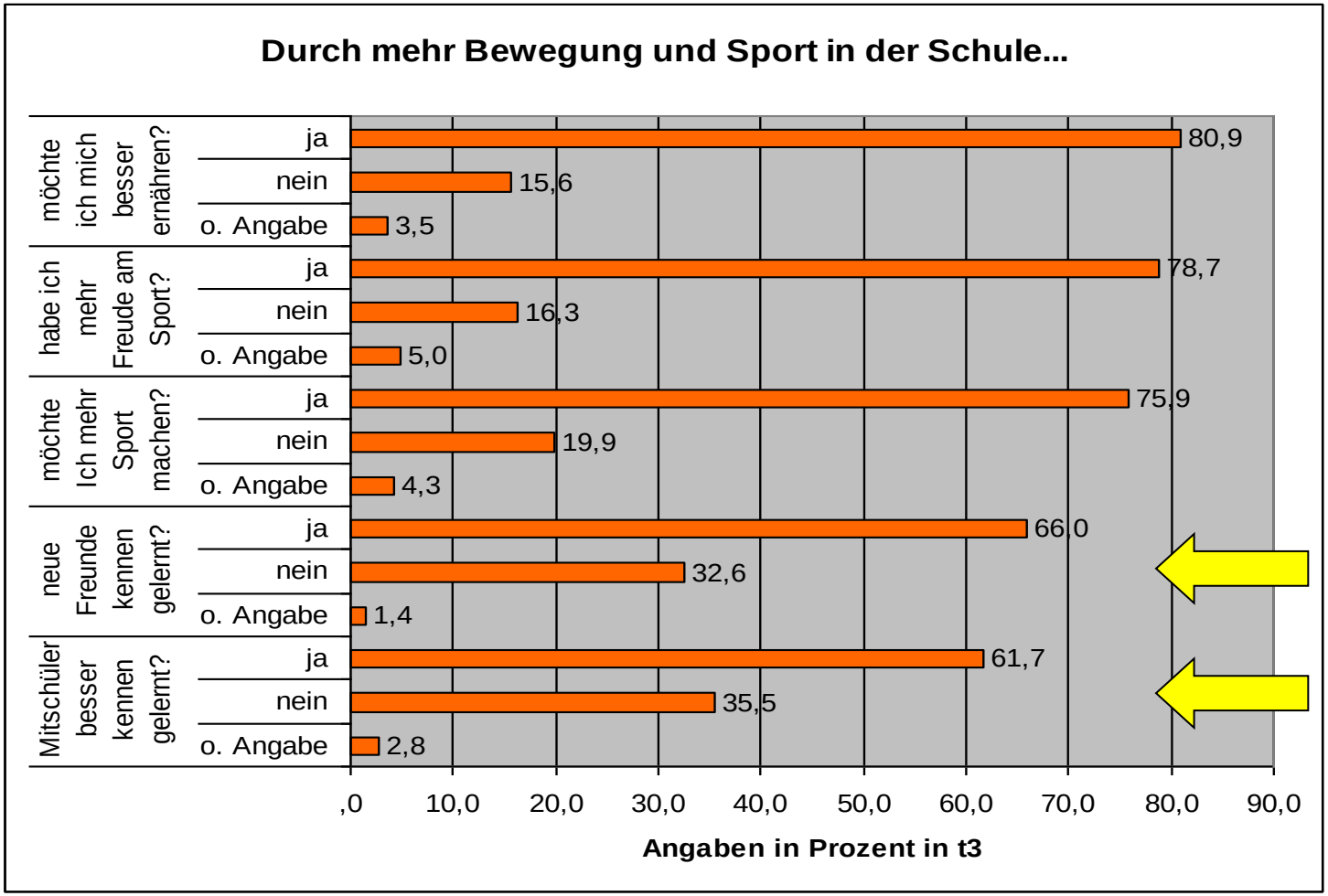


Darstellung der Ergebnisse des CFT 20-R von t0 bis t3 (n=257)



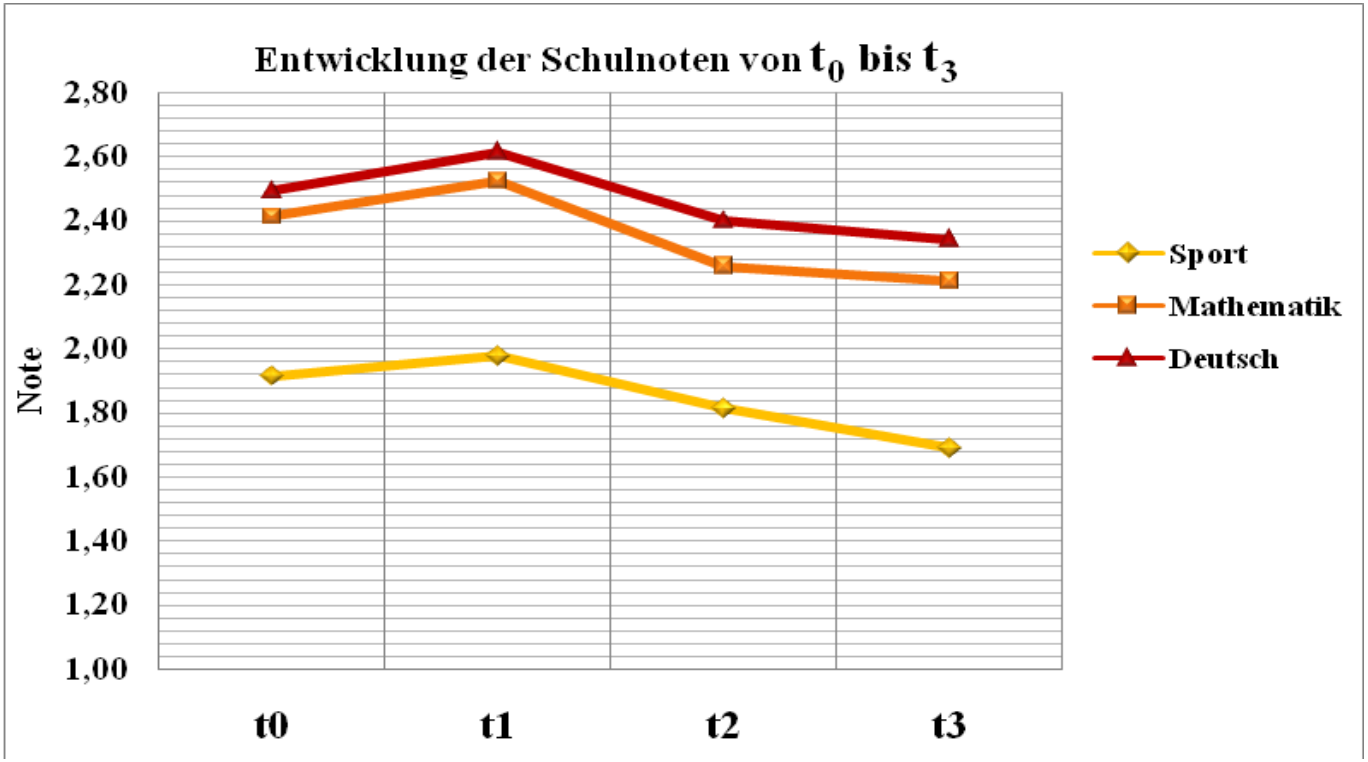
Entwicklung des Wohlbefindens und der Einstellung der Kinder in Bezug auf ihr Selbstwertgefühl (n=308)

Ergebnisse im Überblick



Ergebnisse im Überblick:

Zusammenhang von schulischer Leistungsfähigkeit und Bewegung im Schulalltag



Entwicklung der Schulnoten in den Fächern Sport, Deutsch und Mathematik