

# FITNESSBAROMETER

2019

## KINDER IN BADEN-WÜRTTEMBERG SIND FITTER ALS DER BUNDESDEUTSCHE DURCHSCHNITT

Zukünftig gibt der Fitnessbarometer der Kinderturnstiftung Baden-Württemberg in Zusammenarbeit mit Prof. Dr. Klaus Bös einmal jährlich die Antwort auf die Frage:

### „WIE FIT SIND DIE KINDER IN BADEN-WÜRTTEMBERG?“

Hierfür werden die Testergebnisse des Motorik-Tests für Kinder (KIT+ 3-10) ausgewertet, die im Rahmen der Initiative „Turnbeutelbande – Motorik-Test für Kinder“ erfasst werden.

Dieser Test misst die Fitness bzw. körperliche Leistungsfähigkeit von Kindern im Alter von drei bis zehn Jahren in den Bereichen Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination.



„Für Kinder ist es unverzichtbar, dass sie sich bewegen – sei es im Kindergarten, im Sportverein oder in der Schule. Eine Stunde Bewegung am Tag hilft, dass Kinder konzentrierter sind und besser lernen können. Wir haben deswegen einen Baustein bei der Ausbildung von Grundschulleitungen eingeführt, der die Bedeutung von Bewegung verdeutlicht. Hilfsmittel wie der Fitnessbarometer können dabei eine große Unterstützung sein, denn sie machen kleine Erfolge schneller sichtbar. Das motiviert die Kinder und führt im Idealfall dazu, dass sie die Fitnessübungen regelmäßig wiederholen“, sagt die Botschafterin der Initiative und Ministerin für Kultus, Jugend und Sport des Landes Baden-Württemberg Dr. Susanne Eisenmann.

# WIE VIELE KINDER WURDEN WANN UND WO GETESTET?

**19.117 Kinder**

wurden durch pädagogische Fachkräfte,  
Lehrkräfte und Sportfachkräfte getestet, das  
entspricht **2,7%** der Kinder in  
Baden-Württemberg.

**2012-2018**

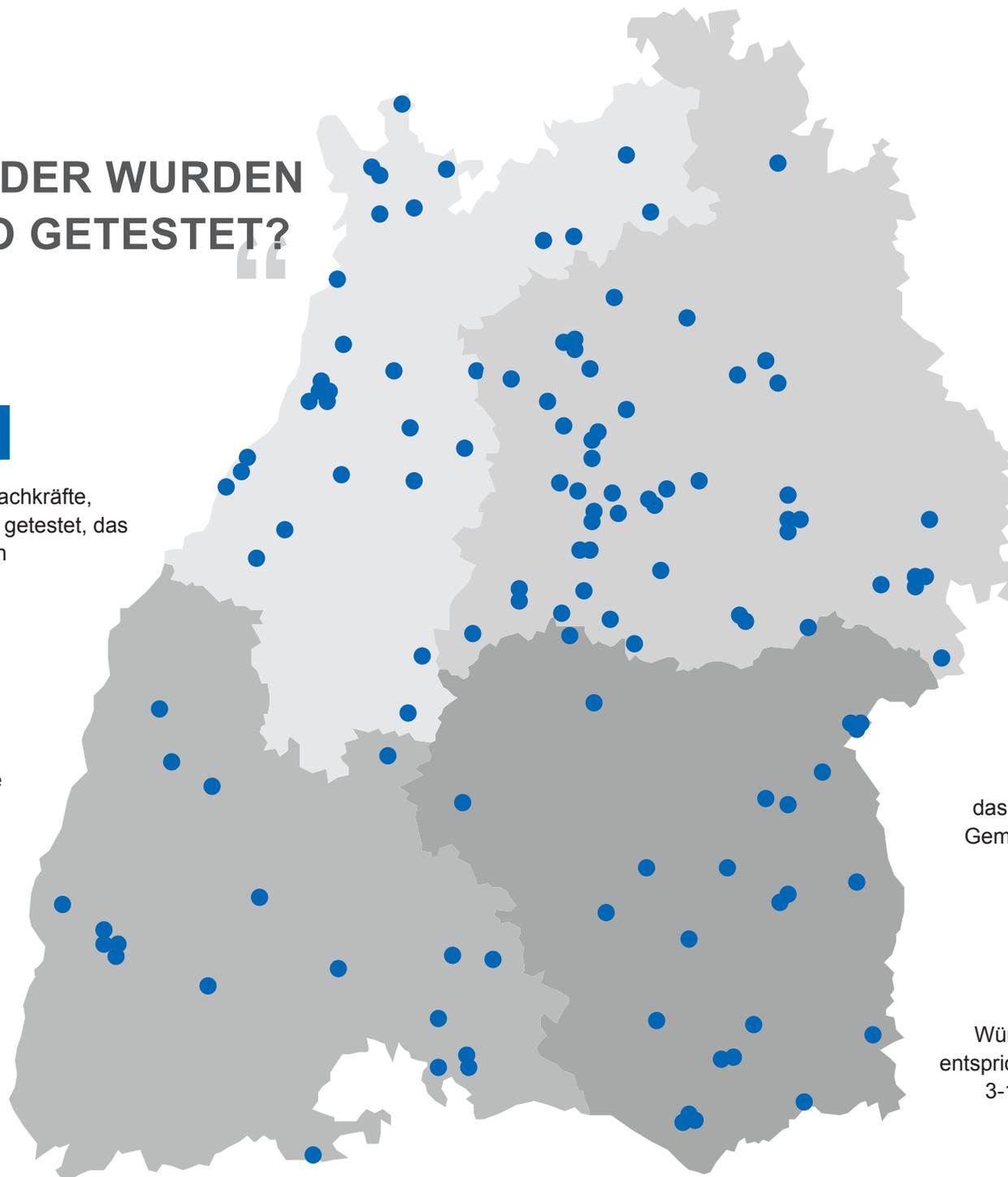
in diesem Zeitraum wurden die  
Kinder im Alter von  
**3-10 Jahren** getestet.

**95 Orte**

wurden erreicht,  
das entspricht **8,6%** der Städte &  
Gemeinden in Baden-Württemberg.

**35.000 Kinder**

will die Kinderturnstiftung Baden-  
Württemberg bis 2022 erreichen, das  
entspricht **5,0%** der Kinder im Alter von  
3-10 Jahren in Baden-Württemberg.



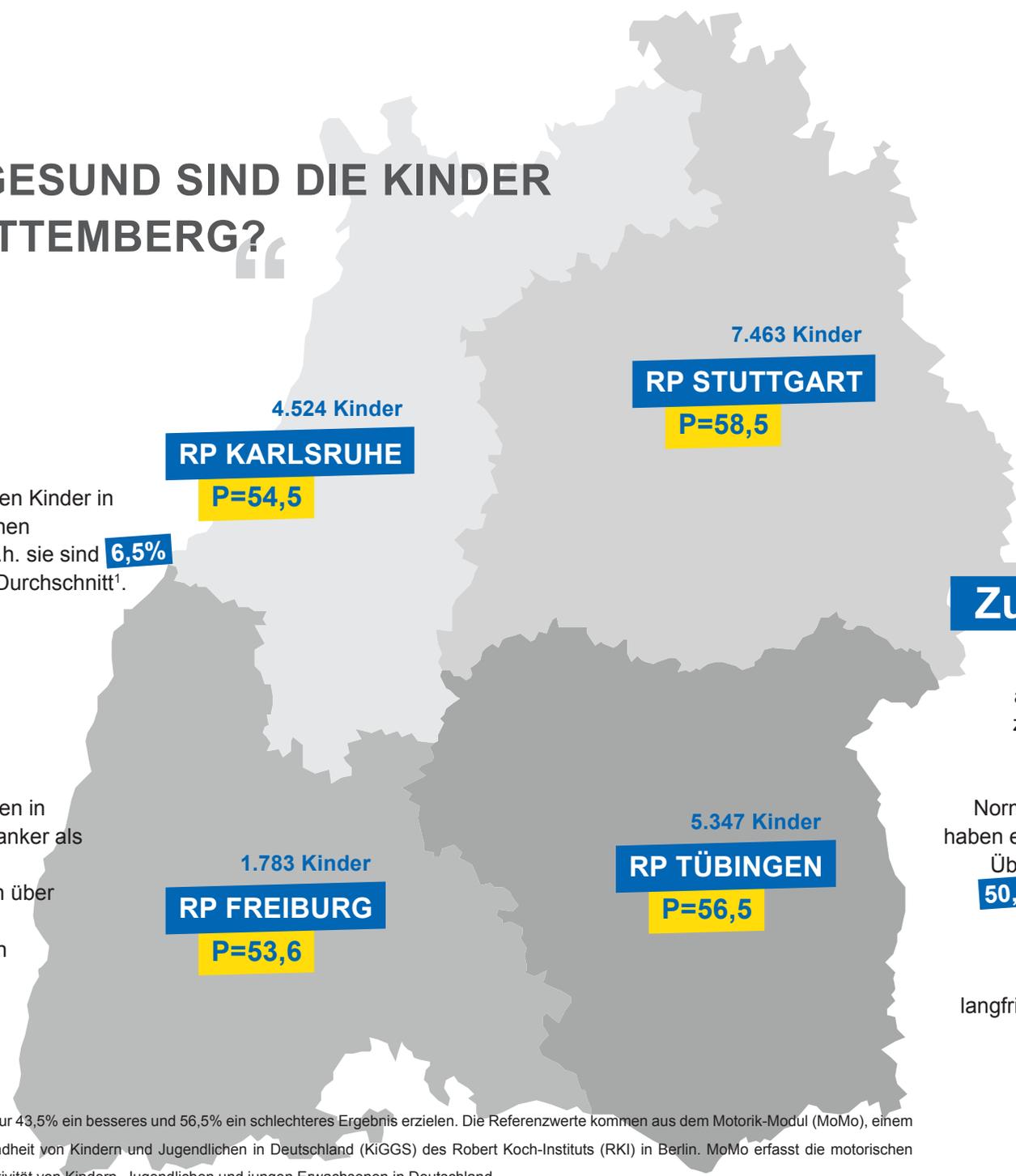
# WIE FIT UND GESUND SIND DIE KINDER IN BADEN-WÜRTTEMBERG?

## Fitness

Die 4- bis 10-jährigen getesteten Kinder in Baden-Württemberg haben einen Percentilwert von **P=56,5** d.h. sie sind **6,5%** fitter als der bundesdeutsche Durchschnitt!

## Gesundheit

Die getesteten 3- bis 10-jährigen in Baden-Württemberg sind schlanker als der bundesweite Durchschnitt: Nur **13,1%** der Kinder liegen über dem Normalgewicht. Im gleichaltrigen bundesweiten Durchschnitt sind es **15,2%**.

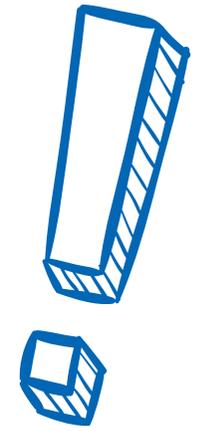


## Zusammenhang

Warum es schon von Kindheit an wichtig ist, normalgewichtig zu sein, zeigt der Vergleich mit den Fitnessdaten:

Normalgewichtige 3- bis 10-jährige haben einen Percentilwert von **58,1**. Übergewichtige Gleichaltrige von **50,1** und adipöse Kinder im Alter von 3- bis 10 von **42,3**.

Kindliche Adipositas ist langfristig betrachtet ein erhebliches Gesundheitsrisiko!



<sup>1</sup>Ein Percentilwert von P=56,5 bedeutet, dass nur 43,5% ein besseres und 56,5% ein schlechteres Ergebnis erzielen. Die Referenzwerte kommen aus dem Motorik-Modul (MoMo), einem Teilmodul der bundesweiten Studie zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland (KiGGS) des Robert Koch-Instituts (RKI) in Berlin. MoMo erfasst die motorischen Leistungsfähigkeit und körperlich-sportliche Aktivität von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen in Deutschland.

# FAZIT

Der Fitnessbarometer informiert regelmäßig über den Fitness- und Gesundheitszustand der Kinder in Baden-Württemberg, vergleicht die Ergebnisse mit bundesweiten Ergebnissen und zeigt regionale Unterschiede auf.

Mit dem Barometer möchte die Kinderturnstiftung Baden-Württemberg nicht nur die Öffentlichkeit informieren, sondern auch motivieren, mehr für die Fitness der Kinder und damit langfristig für die Gesundheit der Bevölkerung in Baden-Württemberg zu tun.

Unter [turnbeutelbande.de](https://turnbeutelbande.de) gibt es alle Infos zum Barometer sowie vielfältige Materialien zur Initiative „Turnbeutelbande“ – dem Motorik-Test für Kinder und Anregungen für mehr Bewegung im Handlungsfeld Familie, Kita, Grundschule und Turn- und Sportverein.



## INITIATOREN



**PROF. DR. KLAUS BÖS**  
Testautor & Distinguished Senior Fellow  
am Karlsruher Institut für Technologie



GRÜNDER DER  
STIFTUNG &  
PROJEKTFÖRDERER



PARTNER DER  
STIFTUNG &  
PROJEKTFÖRDERER



PROJEKTPARTNER



GRÜNDER DER  
STIFTUNG &  
PROJEKTPARTNER



GRÜNDER DER  
STIFTUNG &  
PROJEKTPARTNER